

پیش بینی تعارض نقش، براساس الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی با نقش واسطه ای شفقت به خود در زنان شاغل

شهناز باقری

دانش آموخته کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی و سلامت، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران

آرزو تاری مرادی (نویسنده مسئول)

استادیار گروه روانشناسی بالینی و سلامت، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران
مجتبی انصاری شهیدی

استادیار گروه روانشناسی بالینی و سلامت، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران

Predicting role conflict based on couple communication patterns and marital adjustment with the mediating role of self-compassion in working women

Shanaz Bagheri

MA in Clinical Psychology , Department of Clinical and Health Psychology , Karaj Branch , Islamic Azad University , Karaj , Iran

Arezou Tari Moradi

Assistant Professor of Health Psychology , Department of Clinical and Health Psychology , Karaj Branch , Islamic Azad University , Karaj , Iran

Mojtaba Ansari Shahidi

Assistant Professor of Health Psychology , Department of Clinical and Health Psychology , Karaj Branch , Islamic Azad University , Karaj , Iran

Abstract

The aim of the present study was to predict role conflict based on couple communication patterns and marital adjustment with the mediating role of self-compassion in working women. The research method is descriptive-correlational of the type of prediction. For this purpose, 118 people were selected from all working women in Karaj in 1403-1404 through purposive cluster contrast sampling and were matched with the experimental group in terms of age, gender, and education. After selecting the sample groups, the research process was implemented. Participants completed the Role Conflict Questionnaire by Tarafder et al. (2007), the Communication Patterns Questionnaire (CPQ) by Christensen and Salovey (1984), the Marital Adjustment Questionnaire by Spanier (1976), and the Self-Compassion Questionnaire by Neff (2013). The data of this study were analyzed using descriptive and inferential statistics and regression analysis using SPSS-V 26 statistical software. According to the results of stepwise multiple regression analysis, role conflict is predicted based on couple communication patterns in working women in Karaj city, and role conflict is predicted

based on marital adjustment in working women in Karaj city. Finally, according to the results of hierarchical regression analysis, role conflict is predicted based on self-compassion in working women in Karaj city.

Keywords: Role conflict, couple communication patterns, marital adjustment, self-compassion and working women.

چکیده

هدف پژوهش حاضر - پیش بینی تعارض نقش، بر اساس الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی با نقش واسطه ای شفقت به خود در زنان شاغل بود. روش تحقیق توصیفی-همبستگی از نوع پیش بینی است. بدین منظور از بین کلیه زنان شاغل در شهر کرج در سال ۱۴۰۴_۱۴۰۳، ۱۱۸ نفر به صورت نمونه گیری در دسترس انتخاب و از نظر سن، جنسیت و تحصیلات با گروه آزمایش همتا شدند. پس از انتخاب گروه های نمونه، فرآیند پژوهش اجرا شد. شرکت کنندگان پرسشنامه تعارض نقش تارافدر و همکاران (۲۰۰۷)، پرسشنامه الگوهای ارتباطی (CPQ) کریستنسن و سالووی (۱۹۸۴)، پرسشنامه سازگاری زناشویی اسپانیر (۱۹۷۶) و پرسشنامه شفقت به خود که توسط نف (۲۰۱۳) را تکمیل کردند. داده های این پژوهش با استفاده شاخص های آمار توصیفی و آمار استنباطی و تحلیل رگرسیون و با بکارگیری نرم افزاری آماری SPSS- V 26، تحلیل شدند. طبق نتایج تحلیل رگرسیون چند گانه گام به گام تعارض نقش بر اساس الگوهای ارتباطی زوج در زنان شاغل در شهر کرج پیش بینی می شود و تعارض نقش بر اساس سازگاری زناشویی در زنان شاغل در شهر کرج پیش بینی می شود. در نهایت طبق نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی، تعارض نقش بر اساس شفقت به خود در زنان شاغل در شهر کرج پیش بینی می شود. واژگان کلیدی: تعارض نقش، الگوهای ارتباطی زوج، سازگاری زناشویی، شفقت به خود و زنان شاغل.

مقدمه

سلامت خانواده از چگونگی رابطه همسران تأثیر می پذیرد و رضایت زناشویی از پایه های پایداری رابطه است چون که وجود رضایت زناشویی کنار آمدن با دشواری ها و تنیدگی و بالا رفتن تراز بهداشت روانی زوجین را آسان می سازد نوایی نژاد ۱۳۸۷؛ عابدی مسیبی و عریضی، ۱۳۹۱، نقل از پروندی، عارفی و مردای (۱۳۹۵) افزون بر آن نبود رضایت زناشویی پیش بینی برای آسیب های روانی - اجتماعی به ویژه افسردگی مصرف مواد خودکشی کاهش کیفیت زندگی، تعارض های زناشویی و جدایی است گاتمن 1983 به نقل از همان عوامل بسیاری در نمایان شدن تعارض های زناشویی نقش دارند. پژوهش اصغری صادقی زارع خاک دوست و انتظاری (۱۳۹۴) نشان داد میان سن افراد و تعارض های زناشویی در زوجین خواهان جدایی و زوجین بهنجار رابطه وارونه و میان سن افراد و بی ثباتی زناشویی در زوجین بهنجار و خواهان جدایی رابطه مستقیم وجود دارد. قاسمی اعتمادی و احمدی (۱۳۹۴) رابطه تعامل های منفی میان زوجین و خانواده همسر با بی آلاشی زوجین و تعارض های زناشویی زنان را بررسی کردند و دریافتند تعاملات منفی زوجین و خانواده همسر می تواند روابط زوجین و پایداری پیوند زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد. دیلدار سینوات و یاسین (2013) پژوهشی با نام تعارض های زناشویی و شیوه های حل تعارض در زوج های ناخشنود انجام دادند، بر آینده های پژوهش آن ها نشان داد زن و شوهرها هر کدام در رویارویی با تعارضی های زناشویی از شیوه های ناهمسانی استفاده می کنند. برای نمونه ۸۰ موارد خشونت، نبود همکاری با همسر، وقت نگذاشتن مردان برای رابطه و در ۲۰ درصد موارد مشکلات فرزندان دلیل زناشویی به این برآیند رسید که ویژگی های زوج ها نبود حمایت اجتماعی، ناتوانی در ابراز هیجان آنها و مشکلات اقتصادی دلایل بنیادی تعارض های زناشویی است. بهرامی، فلاحتی و محمدی (۲۰۱۳) به بررسی و هم سنجی ابعاد تعارض های زناشویی که تعارض داشتند و زنانی که جدایی عاطفی را تجربه می کردند پرداختند. برآیندهای این پژوهش نشان داد تفاوت معنی

داری میان شیوه های حل مساله هر دو گروه وجود دارد. زنان دارای تعارض از شیوه های هیجانی مانند ابزار خشم استفاده می کنند و زنان درگیر جدایی عاطفی از شیوه های اجتنابی. فینچمن (2012) با بررسی رابطه ساختار و محتوای تعارض های زناشویی به این برآیند رسید که ویژگی های زوج، نبود حمایت اجتماعی، ناتوانی در ابزار هیجان ها و مشکلات اقتصادی دلایل بنیادی تعارض های زناشویی است.

ارتباط زناشویی به عنوان صمیمی ترین نوع رابطه در پاسخ به کلیه نیازها، اعم از بدنی و روانشناختی محسوب می گردد. این ارتباط، هسته مرکزی نظام خانواده است و اختلال در آن به منزله تهدیدی جدی برای بقاء خانواده می باشد. و کیفیت آن، نه تنها خود زوجین بلکه فرزندان و حتی سطح کارایی کل خانواده را تحت تاثیر قرار می دهد. طرز برقراری ارتباط همسر در برداشت دیگری از روابطشان و پیش بینی الگوهای رفتاری و ارتباطی آنها بسیار موثر است؛ بویژه در زمان حل و فصل مشکلات و چالش های روزمره ای که پیش روی اکثر زوج ها قرار می گیرد (برنشتاین و برنشتاین، 1384). ارتباط به زن و شوهر این امکان را می دهد که با یکدیگر به بحث و تبادل نظر بپردازند و از نیازهای هم آگاهی یابند (جاویدی، سلیمانی، احمدی و صمد زاده، ۱۳۹۲). درمانگران و پژوهشگران معتقدند که دیگر عامل مؤثر بر رضایت زناشویی و پیشینی کننده قوی آن، الگوهای ارتباطی زوجین است (گاتمن و نوتاریز، 2002). الگوهای ارتباطی زوجین، فرایندی است که در طی آن زن و شوهر بصورت کلامی و غیر کلامی با یکدیگر تعامل برقرار می کنند. کریستنسن و سولاوی (1984) الگوهای ارتباطی میان زوجین را به سه دسته تقسیم کردند که عبارتند از:

الگوی سازنده متقابل^۱ (که طی آن زن و مرد سعی میکنند در مورد مشکل ارتباطی خود بحث و گفتگو کنند، احساساتشان را بروز دهند و برای مشکل ارتباطی پیشنهاد راه حل بدهند و با هم مذاکره کنند)، الگوی اجتناب متقابل^۲ که طی آن زن و مرد هر دو سعی میکنند از بحث کردن در باره مشکل دوری کنند (و الگوی توقع/کناره گیری^۳) که طی آن یکی از زوجین درباره مشکل بحث میکنند یا به وسیله انتقاد کردن، غرزدن و یا پیشنهاد تغییر دادن دیگری را وادار به بحث در باره مشکل کند در حالی که دیگری میخواهد مشکل را تمام کند و از بحث در باره آن اجتناب کند. این الگو شامل دو: الگوی زن متوقع/مرد کناره گیر و الگوی مرد متوقع/زن کناره گیر می باشد (هیوی، لارسون، یومبتوبل و کریستنسن، 1996).

نولر (1994) معتقد است که الگوی ارتباطی اجتناب متقابل، با نارضایتی زناشویی ارتباط دارد (هنرپروان، قادری و قبادی، ۱۳۹۰). گاتمن (2000) و هیوی، کریستنسن و مالموث^۴ (1995) دریافته اند که استفاده زوجین از الگوی اجتناب متقابل و الگوی توقع/کناره گیری (مخصوصاً هنگامی که زن متوقع و مرد کناره گیر باشد) باعث کاهش رضایت زناشویی شده و میتواند وقوع طلاق را پیشینی کند. دناتو (2014) نیز نشان داد که الگوی تقاضا/کناره گیری پیشینی کننده نارضایتی زناشویی است. ثناگویی، جان بزرگی و مهدویان (۱۳۹۰) دریافته اند که میان الگوی ارتباط سازنده متقابل با رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی داری وجود دارد و میان الگوهای ارتباطی توقع/کناره گیری هر دو جنس و الگوی ارتباطی اجتناب متقابل با رضایت زناشویی رابطه منفی معنی داری

-
1. couples communication patterns
 2. Christensen & sullaway
 3. mutual productive pattern
 4. mutual avoidance pattern
 5. demand-withdraw pattern
 6. Heavy ,Christensen & Malmuth

برقرار است. پژوهش بیدرام گرگابی (۱۳۹۳) نیز نشان داد که الگوی ارتباطی سازنده متقابل و الگوی اجتناب متقابل قادر به پیشبینی رضایت زناشویی هستند.

همچنین جاویدی و همکاران (۱۳۹۲) دریافتند که میان الگوی ارتباطی سازنده متقابل و نارضایتی رابطه منفی وجود دارد و میان الگوهای ارتباطی توقع-کنارهگیری با نارضایتی رابطه مثبت وجود دارد. گاتمن (۲۰۰۰) معتقد است بیش از ۹۰ درصد زوجین نارضاضی و آشفته، ناتوانی در برقراری ارتباط را به عنوان مسأله اصلی در زندگی مشترک خود بیان میکنند (اولیا، ۱۳۹۸). در بسیاری از خانواده ها، مشکلات زناشویی بصورت پنهانی ادامه مییابد و موجودیت خانواده را مورد حمله قرار می-دهد. در چنین خانواده هایی، زوج ها از رضایتمندی برخوردار نیستند ولی به دلیل قبح اجتماعی و شرعی طلاق، خود را محکوم به زندگی در شرایط نامساعد میدانند و به تدریج اندوه و درماندگی بر آنها مستولی گشته و سلامت روانی آنها را به مخاطره می اندازد که گروه کثیر معلمان از این قاعده مستثنی نیستند (احمدزاده، ۱۳۹۴). آموزش و پرورش نهادی اساسی و سرنوشت ساز در فرآیند رشد و پرورش افکار و رفتار افراد جامعه است و در این فرایند، معلمان مجریان اصلی این نهاد به شمار می روند؛ معلمانی که دچار تعارضات و نارضایتی زناشویی هستند ممکن است نتوانند وظیفه خطیر خود را که آموزش و پرورش نسل آینده جامعه است را به خوبی ایفا کنند؛

بنابراین، به نظر میرسد که یکی از عوامل پیشبینی کننده کیفیت زندگی زناشویی را می توان شفتت به خود دانست. شفتت به خود تمایل به حمایت و دلسوزی نسبت به خود به جای قضاوت سخت گیرانه نسبت به خود زمانی که فرد متوجه کاستی های شخصی می شود اشاره دارد. شفتت خود یکی از عوامل محافظتی است که منجر به رشد انعطاف پذیری شناختی و مقابله در فرد می شود (چائو، فان، لئو و ژئو، ۲۰۱۸) نف و همکارانش پژوهش های اخیر را در زمینه شفتت خود در میان روانشناسی غربی گسترش داده اند آنها شفتت خود را سازه ای سه مؤلفه ای شامل مهربانی با خود در مقابل قضاوت کردن خود، اشتراکات انسانی در مقابل انزوا و ذهن آگاهی در مقابل همانندسازی افراطی است (جاکبسون، ویلسون، کورز و کلوم، ۲۰۱۸). افراد با شفتت خود بالا بیشتر استراتژی های سازگارانۀ برای مقابله با رویدادهای استرس زا دارند مثل بازسازی شناختی مثبت و کمتر از اجتناب و فرار استفاده می کنند (ذاکری، صفاریان طوسی و نجات، ۱۳۹۸). تحقیقات نشان داده اند که شفتت به خود به طور مثبت با سلامت روان و سازگاری روانشناختی رابطه دارد. به طور مثال سطوح بالاتری از شفتت به خود با رضایت بیشتر زندگی، پذیرش مشکلات، هوش هیجانی، ارتباط اجتماعی بهتر همراه است و از سوی مقابل سطوح پایین آن با نشانه های افسردگی، اضطراب، نشخوار فکری، شرم، انتقاد از خود، ترس از شکست همراه است (برنارد و کاری، ۲۰۱۱). این تحقیق با هدف پیش بینی تعارض نقش، بر اساس الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی با نقش واسطه ای شفتت به خود در زنان شاغل انجام شده است.

با شروع انقلاب صنعتی، نقش های سنتی زنان تا حدودی دگرگون شد، به گونه ای که به جای کار صرفاً خانگی، بخش عمده ای از زندگی آن ها صرف فعالیت های بیرون از خانه شد اما این امر موجب غفلت ایشان از وظایف مادری و همسری و خانه داری نشد. در جامعه ایران نیز حرکت سریع جامعه به سوی تمدن، افزایش اشتغال زنان را موجب شده است؛ اما همراه با این دگرگونی ها، نگرش های سنتی و کلیشه ای غالب در ارتباط با نقش زنان تغییر نیافته و اشتغال زنان را با مشکلاتی چندرویه رو ساخته است. انجام وظایف نهادینه شده ای چون وظیفه مادری، خانه داری (شامل وظایف گوناگونی هم چون رفت و روب، آشپزی، شست و شو

¹ Chu, Fan, Liu & Zhou

² Jacobson, Wilson, Kurz & Kellum

و ...) و پرستاری از اعضای خانواده همواره بر دوش زنان سنگینی می کند، به گونه ای که حتی با فاصله گرفتن زن از خانه، نگرانی انجام این وظایف او را رها نمی سازد (افشانی و هاتفی راد، ۱۳۹۵)؛ همین امر ممکن است سبب دشواری در تنظیم نقش های اشتغال و خانوادگی شده و سبب بروز تعارض شود.

وقوع تعارض نقش^۱ در نقش های شغلی و خانوادگی که از نقش های اصلی فرد در طول زندگی محسوب می شوند، تعارض نقش فقط سبب مشکلات اجتماعی نمی شود بلکه سبب بروز مشکلات خانوادگی از جمله با همسر و مشکلات سلامت جسمی و روان می شود. در سطح خرد، تعارض نقش، فرد را به تنش روانی و اختلال و ناتوانی در برقراری ارتباط اجتماعی مؤثر با سایر کنشگران در یک نظام کنش دچار می کند و در نتیجه این احتمال وجود دارد که فرد هم در کار و هم در خانواده دچار دلزدگی از نقش، فشار نقش و نهایتاً شکست در نقش شود. در سطح متوسط، هم خانواده و هم سازمان ها دچار نوعی کژکارکردی و نابسامانی می شوند که نتیجه مستقیم فشار روانی و اجتماعی است که بر فرد وارد می شود، مصداق عمده این وضع در خانواده ها، تشدید ناسازگاری و تعارض زوجین، والدین و فرزندان و کاهش رضایت از ازدواج و احساس تعهد به خانواده است (رستگار خالده، ۱۳۸۵).

همچنین پژوهش کاتو و کان ای (۲۰۰۶) نشان داد انعطاف پذیری تقسیم کار در انجام کارهای منزل بین زن و شوهر تعارض کار - خانواده را تحت تأثیر قرار داده و باعث کاهش این تعارض می شود. نتایج پژوهش سلواراجان و همکاران (۲۰۱۳) مطالعه تأثیرات حمایت همسر و حمایت سرپرست بر تعارض کار - خانواده از دامنه متقابل اثرات غیرمستقیم مدل حمایت می کند. همان طور که مطالعات انجام شده نشان می دهد موضوع تعارض نقش شغلی و خانوادگی در مطالعات خارجی زودتر از مطالعات داخلی مورد توجه و بررسی قرار گرفته است، در حالی که در ایران قریب به یک دهه است که این موضوع در مباحث پژوهشی جای باز کرده است.

یکی از مهمترین عواملی که بر بقاء دوام و کیفیت زندگی زناشویی اثر می گذارد، الگوهای ارتباطی^۲ می باشد. منظور از الگوهای ارتباطی خانوادگی چگونگی تعامل بین اعضای خانواده برای رسیدن به عقاید مشترک و نحوه اتخاذ تصمیم هایی توسط خانواده می باشد (موسوی و جزایری، ۲۰۱۸). همچنین در سایر پژوهش ها نیز الگوهای ارتباطی زوجین و رضایت - زناشویی رابطه معناداری گزارش شده است؛ به طوری که الگو سازنده متقابل تأثیر مثبت بر افزایش رضایت زناشویی و الگوهای اجتنابی و توقع / کناره گیری، تأثیرات منفی بر رضایت زناشویی دارند (هیوز و دیکسن، ۲۰۱۸؛ چی و همکاران، ۲۰۱۹). وقتی زوج ها بتوانند افکار و احساسات خود را برای هم بیان کنند نه فقط صمیمی تر می شوند، بلکه از ایجاد سوء تفاهم، هم جلوگیری می شود و قادر خواهند بود به دنیای هم وارد شوند (هال، ۲۰۲۰). گاتمن در بین زوجین دارای روابط شاد پایدار سه الگوی دوری کننده از درگیری، ارج گذار و جنجالی و در بین زوجین ناشاد دو الگوی دشمنی ورز، دشمنی ورز - دلگسته را شناسایی و معرفی کرده است (گاتمن، ۲۰۲۱).

¹ Selvarajan T.T., Cloninger, P.A., & Singh, B

² communication Patterns

³ Hughes P.C, Dickson F.C.

⁴ Chi P, Epstein N.B, Fang X, Lam D.O, Li X

⁵ Hall P

⁶ Gutman J

⁷ marital adjustment

سازگاری زناشویی^۱ بنا به تعریف به معنای نداشتن مشکل در زندگی مشترک نیست بلکه به معنای ظرفیت سازگار شدن با مشکلات و توانایی حل آن‌ها است. به طور کلی سازگاری زناشویی فرایندی است که طی آن هر زوج به صورت انفرادی یا با همکاری یکدیگر الگوهای رفتاری خود را برای رسیدن به حداکثر رضایت زناشویی در روابطشان، تغییر و اصلاح می‌کنند (علیزاده و همکاران، ۱۴۰۱). سازگاری زناشویی فرایندی است که در طول زندگی زوجین به وجود می‌آید و لازمه پیدایش آن، عواملی مانند: انطباق سلیقه‌ها، شناخت ویژگی‌های طرفین، وضع قوانین رفتاری و شکل‌گیری الگوهای مناسب است (قلی‌پور و همکاران، ۱۴۰۱). با توجه به نتایج مطالعات پیشین سازگاری زناشویی که در دوام و بقای یک ازدواج تأثیر عمده دارد، تحت تأثیر عوامل بسیاری است، مانند: الگوهای ارتباطی، سبک دلبستگی، نگرش معنوی، ذهن آگاهی، مثبت‌اندیشی و ... اشاره کرد (فرج‌نیا و همکاران، ۱۴۰۲؛ برخورداری و همکاران، ۱۴۰۲). (کوروک و همکاران، ۲۰۲۳). در کنار تعارض نقش، شفقت به خود^۲ به عنوان یک عامل مهم و تأثیرگذار دیگر بر سازگاری و رضایت زندگی مشترک معرفی شده است (مراتی و همکاران، ۱۴۰۱). گیلبرت^۳ (۲۰۱۴) نیز بر این باور بود که شفقت شامل تجربه رنج همراه با میل عمیق به تسکین آن رنج است، به این معنی که برای تجربه شفقت ابتدا باید به وجود درد اذعان کرد. شفقت که یک منبع سازگاری شخصی و رفتاری-عاطفی در افراد است، به عنوان یک عامل قوی برای سلامت روان و بهزیستی جسمی در بسیاری از زمینه‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد (مراتی و همکاران، ۱۴۰۱). نف^۴ (۲۰۱۳) شفقت به خود را به عنوان مجموعه‌ای از نگرش‌های مثبت به خود که در طول درد، شکست‌ها، ناملایمات و نارسایی‌های زندگی فعال می‌شود، مفهوم‌سازی کرد. شفقت به خود شامل سه عنصر اصلی مهربانی به خود، ویژگی مشترک انسانی و آگاهی متعادل از هیجان‌های خود است (نف، ۲۰۱۶). افرادی که از شفقت به خود بالایی برخوردارند، نسبت به افرادی که شفقت به خود کمی دارند، از سلامت روان‌شناختی بیشتری نیز برخوردارند، زیرا در آن‌ها دردهای گریزناپذیر و احساس شکستی که افراد تجربه می‌کنند، به وسیله سرزنش‌های شدید و حتی خودتحقیری، احساس انزوا، تنهایی و همانندسازی افراطی استمرار نمی‌یابد، بلکه با دیدگاه و بینشی متعادل و مثبت‌اندیش همراه با مراقبه از خود، فشارهای روانی و حتی شکست‌ها را سپری می‌کنند. خودشفقتی علاوه بر آن که فرد را مقابل هیجانات منفی محافظت می‌کند، در تقویت حالات هیجانی مثبت و عواطف مثبت و ایجاد رضایت نیز نقش دارد (نف، ۲۰۲۰).

در همین راستا یافته‌های زاکری و همکاران (۱۳۹۸) نشان داد شفقت به خود در روابط زناشویی، نقش راهبرد مقابله‌ای در کاهش ناسازگاری‌های زناشویی و افزایش کیفیت زندگی زناشویی را دارد. با این حال مشخص نیست که آیا سازه‌های مثبت در تمامی روابط بین فردی نقش یکسانی دارند و اینکه آیا سازه‌های مثبت در روابطی که درگیر ناسازگاری هستند، می‌تواند باعث افزایش مشکل گردد و در نتیجه آشفته‌گی روانی بیشتر شود یا اینکه فارغ از نوع رابطه، همیشه مثبت عمل می‌کنند و نتایج خوبی خواهند داشت. شفقت به خود یکی از چندین سازه‌های مثبتی است که سازوکار آن در افراد درگیر با ناسازگاری زناشویی هنوز مشخص نیست و از این رو نیاز به بررسی بیشتر دارد (سلیمی و زارع مهدی‌آبادی، ۱۴۰۲).

مطالعات در عین حال نشان داده‌اند افرادی که شفقت به خود بالایی دارند، نسبت به افرادی که شفقت به خود کمی دارند، سلامت روان‌شناختی بیشتری نشان می‌دهند، زیرا در آن‌ها رنج و ناراحتی گریزناپذیر و احساس شکستی که همه افراد تجربه می‌کنند به وسیله سرزنش خود، احساس انزوا و همانندسازی افراطی با افکار و هیجان‌ها استمرار نمی‌یابد. این نگرش حمایت‌گرا نه نسبت به

¹ Kőrük, S., & Özabacı, N

² self-compassion

³ Gilbert, P

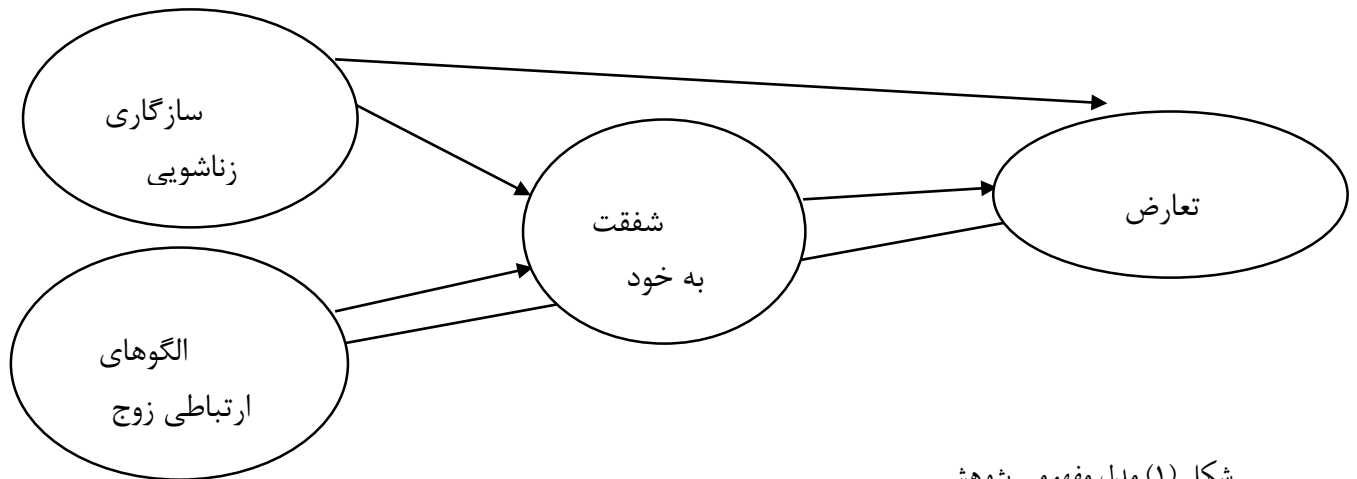
⁴ Neff, N. D

⁵ Tran, M. A. Q., & et al

خود با بسیاری از پیامدهای روان‌شناختی مثبت مانند انگیزه بیشتر برای حل تعارضات شخصی، حل مسأله سازنده، رضایت زندگی زناشویی و ... ارتباط دارد و افسردگی، اضطراب، کمال‌گرایی و نشخوار فکری کمتری را گزارش می‌کنند (تران و همکاران، 2022). همچنین، مرور یافته‌ها نشان می‌دهد افرادی که شفقت به خود بالایی دارند احساس خوش‌بینی، رضایت در زندگی و تاب‌آوری بیشتری دارند (کانگ و همکاران، 2023).

با توجه به اینکه پژوهش‌های دارای متغیرهای واسطه‌ای می‌توانند به ایجاد بینشی جدید در زمینه‌های موردنظر منجر شوند و با عنایت به این امر که آسیب‌پذیری نسبت به تعارض نقش به ویژه ناسازگاری زناشویی و رابطه آن با سایر متغیرهای مطرح در پژوهش حاضر کمتر مورد توجه بوده است، هدف از پژوهش حاضر ارائه مدلی در ارتباط با متغیرهای الگوهای ارتباطی، سازگاری زناشویی و شفقت به خود در آسیب‌پذیری ناشی از تعارض نقش بود و براساس آنچه که بیان شد، پژوهش حاضر به دنبال این پاسخ است که: "آیا تعارض نقش بر اساس الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی با نقش واسطه‌ای شفقت به خود در زنان شاغل پیش‌بینی می‌شود؟"

با توجه به مطالب بیان شده مدل مفهومی در شکل شماره ۱ نشان داده شده است.



شکل (۱) مدل مفهومی پژوهش

با مرور پژوهش‌ها و درک رابطه میان متغیرهای پژوهش، و با توجه به نبود پژوهشی جامع در این زمینه این پژوهش به دنبال پاسخ به این پرسش است که آیا الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی با نقش واسطه‌ای شفقت به خود در زنان می‌توانند تعارض نقش را پیش‌بینی کنند؟

اهداف پژوهش

- ۱- پیش‌بینی تعارض نقش براساس الگوهای ارتباطی در زنان شاغل
- ۲- پیش‌بینی تعارض نقش براساس سازگاری زناشویی در زنان شاغل
- ۳- پیش‌بینی تعارض نقش براساس شفقت به خود در زنان شاغل
- ۴- پیش‌بینی تعارض نقش براساس الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی با نقش واسطه‌ای شفقت به خود در زنان شاغل

پیشینه پژوهش

¹ Chong, E. S., & Chan, R. C

² Matthew, D., & Allen, J

علیزاده و همکاران (۱۴۰۳) در پژوهش "پیش‌بینی سازگاری زناشویی با شفقت به خود و خودتنظیمی زناشویی" نشان داده شد که شفقت به خود و خودتنظیمی زناشویی به طور معناداری قادر به پیش‌بینی سازگاری زناشویی در میان ۳۵۰ زن متأهل در تهران هستند، به طوری که این دو عامل ۳۷ درصد از واریانس نمرات سازگاری زناشویی را توضیح می‌دهند. این مطالعه از طراحی مقطعی با نمونه‌ای شامل ۳۵۰ زن متأهل که از طریق نمونه‌گیری در دسترس از مراکز مشاوره در تهران انتخاب شدند، استفاده کرد. به طور خاص، سطوح بالاتر شفقت به خود و خودتنظیمی زناشویی با سازگاری بهتر زناشویی همراه بود. این مطالعه اهمیت حیاتی خوددلسوزی و خودتنظیمی زناشویی را در تسهیل سازگاری زناشویی برجسته می‌کند. یافته‌ها نشان می‌دهند که مداخلاتی که به تقویت این منابع روان‌شناختی پرداخته و این ویژگی‌ها را در زوجین افزایش دهند، می‌تواند به طور چشمگیری به بهبود رضایت زناشویی و پایداری روابط در میان زوجین، به ویژه کسانی که به مراکز مشاوره مراجعه می‌کنند، کمک کند.

دریگوندی و همکاران (۱۴۰۳) در پژوهشی تحت عنوان "اثربخشی زوج‌درمانی متمرکز بر شفقت بر دل‌بستگی زناشویی و صمیمیت عاطفی زوج‌های ناسازگار مجله علوم روانشناختی" نشان دادند که زوج‌درمانی متمرکز بر شفقت با تأکید بر همدلی و شفقت با خود و همسر، تعامل مبتنی بر شفقت با همسر، مواجهه مبتنی بر حل مسئله با چالش‌ها و مشکلات زناشویی، پذیرش خویشتن و همسر با همه نقاط قوت و ضعف و کلام و رفتار مشفقانه موجب بهبود اضطراب دل‌بستگی، اجتناب دل‌بستگی و صمیمیت عاطفی زوجین ناسازگار می‌شود. بنابراین می‌توان از زوج‌درمانی متمرکز بر شفقت برای بهبود اضطراب دل‌بستگی، اجتناب دل‌بستگی و صمیمیت عاطفی زوجین ناسازگار استفاده کرد. در قسمت نتیجه‌گیری طبق نظر داور محترم و بر اساس رویه موجود در آخرین مقاله‌های چاپ‌شده مجله به مهم‌ترین کاربردهای مبتنی بر یافته‌های به‌دست‌آمده اشاره شده است.

سلیمی و همکاران (۱۴۰۲) در پژوهشی تحت عنوان "ارائه مدل نقش شفقت به خود و شفقت به همسر در آشفته‌گی روانی با میانجی‌گری خشونت زناشویی در زنان قربانی: یک مطالعه توصیفی" نشان دادند که شفقت به خود در زنان قربانی خشونت زناشویی می‌تواند پیامدهای مثبتی داشته باشد، اما شفقت به همسر می‌تواند باعث افزایش خشونت زناشویی و در نتیجه آشفته‌گی روانی بیشتر شود. بنابراین، نتایج این پژوهش اثرات متفاوت سازه‌های مثبت را در روابط آسیب‌زا برجسته می‌سازد.

حسینی و شریعتی (۱۴۰۲) در پژوهشی به نقش الگوهای ارتباطی میان زوجین در تأثیرگذاری بر ارتباطات عاطفی و رضایت زناشویی پرداخته‌اند. نتایج این تحقیق نشان می‌دهند که سبک‌های ارتباطی مثبت مانند ارتباط سازنده، می‌توانند رابطه‌های عاطفی زوجین را تقویت کرده و به افزایش رضایت زناشویی کمک کنند. از سوی دیگر، سبک‌های ارتباطی دفاعی که در آن افراد از بیان احساسات خود اجتناب می‌کنند یا از دیگران انتقاد می‌کنند، به احتمال زیاد باعث کاهش رضایت و افزایش تعارضات می‌شود. این پژوهش تأکید دارد که سبک‌های ارتباطی تأثیر زیادی در روابط زوجین دارند و به طور مستقیم بر میزان رضایت از زندگی زناشویی تأثیر می‌گذارند.

میرزایی و همکاران (۱۴۰۱) به بررسی چگونگی تأثیر تعارض نقش در خانواده‌های شاغل پرداخته است. این مطالعه به‌ویژه در خانواده‌هایی که هم‌اعضای آن به طور همزمان به کار مشغول هستند، مشکلات مرتبط با تعارض نقش در وظایف خانوادگی و کاری را بررسی کرده است. نتایج نشان می‌دهد که تعارض‌های نقش در این خانواده‌ها به دلیل فشارهای کاری و وظایف خانوادگی متناقض افزایش می‌یابد، که بر کیفیت روابط خانوادگی تأثیر منفی دارد.

ابراهیم‌زاده و همکاران (۱۴۰۰)، یافته‌ها نشان داد که تجربه زیسته مشارکت‌کنندگان درخصوص پیشایندهای تعارض کار و خانواده در مقوله پیشایندهای شخصی، خانوادگی و شغلی دسته‌بندی گردید که فشار نقش همسری و مادری، حجم کار زیاد و توقع‌های بیجا در خانواده و مسئولیت‌های سنگین خانوادگی از جمله پیشایندهای خانوادگی تعارض کار و خانواده بودند.

بابایی فرد و همکاران (۱۴۰۰) یافته‌های آنان حاکی از آن است که بین متغیرهای پایگاه اجتماعی اقتصادی، روابط اجتماعی، فشار کاری و میزان قدرت تصمیم‌گیری درون خانواده رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد و همچنین بین متغیرهای نقش همسر داری، نقش مادری، خانه داری و نیازهای مالی خانواده رابطه معکوس و معناداری وجود دارد.

احمدی و مرادی (۱۳۹۷) در پژوهشی به مطالعه پیش‌بینی سازگاری زناشویی براساس ابعاد سلامت روانی و خودشفقت ورزی در زوجین شهرستان بوکان پرداختند. نتایج نشان داد که بین سلامت روان‌شناختی و خودشفقت ورزی زوجین با سازگاری زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و سلامت روان‌شناختی و خودشفقت ورزی زوجین می‌تواند تغییرات سازگاری زناشویی را تبیین نمایند.

حیدری و همکاران (۱۳۹۵) در مطالعه کیفی پدیده‌ی تعارض خانواده-کار و چگونگی مدیریت آن بین زنان معلم شهر دلوآر نشان دادند تجربه‌ی زیسته این زنان درباره زمینه‌های تشدید یا ترقیق‌کننده‌ی تعارض خانواده-کار و مدیریت فردی آن را می‌توان در پرتو سه مقوله محوری (حمایت اجتماعی)، کنترل ناپذیری فرزندان در فضای رسانه‌ای جدید و تاکتیک‌های مدیریت فردی (مدیریت ابزاری، شناختی و عاطفی) و یک مقوله‌ی هسته‌ای (اجتماعی-تکنو-فردی محور بودن پدیده‌ی تعارض خانواده-کار) تحلیل و معرفی کرد.

پژوهش بلالی و همکاران (۱۳۹۵) با عنوان «تأثیر تعدد نقش زنان بر روابط همسری آنان» نشان داد که بین زنان دارای دو نقش و زنان دارای یک نقش از لحاظ گفتگوی بین زوجین، روابط عاطفی، توافق در روابط جنسی و چگونگی گذراندن اوقات فراغت تفاوتی معنادار وجود دارد.

ای‌ال-تاکینا (2024) در پژوهش "توان پیش‌بینی شفقت به خود در مدیریت تعارض در میان زوجین" نشان داده شد که شفقت به خود به طور معناداری با مدیریت تعارض در میان زوجین تازه ازدواج کرده در همبستگی دارد و توان پیش‌بینی شفقت به خود در مدیریت تعارض ۴۳ درصد از واریانس مدیریت تعارض را توضیح می‌دهد. در این مطالعه، از روش توصیفی-تحلیلی همبستگی استفاده شده است. نتایج نشان داد که سطح شفقت به خود و مدیریت تعارض در میان زوجین تازه ازدواج کرده در سطح متوسط قرار دارد. همچنین، نتایج همبستگی نشان داد که شفقت به خود با مدیریت تعارض رابطه مثبت دارد و ابعاد شفقت به خود ۴۳ درصد از واریانس مدیریت تعارض را پیش‌بینی می‌کند.

پوتری و همکاران (2024) در پژوهش "حمایت اجتماعی و شفقت به خود: تأثیر آن‌ها بر تعارض کار-خانواده در میان مادران شاغل به عنوان پرستار" نشان داده شد که حمایت اجتماعی و شفقت به خود به طور مشترک قادرند ۱۳ درصد از واریانس تعارض کار-خانواده را پیش‌بینی کنند. این مطالعه میان ۱۴۳ مادر پرستار انجام شد و یافته‌های آن به طور خاص نشان داد که بهبود حمایت اجتماعی و شفقت به خود می‌تواند در مدیریت تعارض‌های میان کار و خانواده مفید واقع شود. پژوهش حاضر از روش نمونه‌گیری تصادفی برای انتخاب ۱۴۳ مادر پرستار استفاده کرد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که حمایت اجتماعی و شفقت به خود به طور مشترک ۱۳ درصد از تغییرات تعارض کار-خانواده را پیش‌بینی می‌کنند. تقویت شفقت به خود از طریق مهربانی با خود، شناخت انسانیت مشترک، و ارتقاء ذهن‌آگاهی در حالی که خودقضاوتی، انزوا و شناسایی بیش از حد کاهش می‌یابد، می‌تواند به طور مؤثری در کاهش تعارضات کار-خانواده کمک کند.

¹ Al-Takhaina,

² Putri

توماس و همکاران (2023) در پژوهشی نشان داده‌اند که تعارض نقش به ویژه در محیط‌های چندنقشی که افراد مسئولیت‌های خانوادگی و شغلی را همزمان بر عهده دارند، می‌تواند به شدت بر سلامت روان و عملکرد شغلی تأثیر بگذارد. این مطالعه پیشنهاد می‌کند که سازمان‌ها باید برنامه‌های حمایتی را برای مدیریت تعارض نقش در نظر بگیرند تا از پیامدهای منفی آن جلوگیری کنند.

جانسون و میلر (2023) در مطالعه‌ای به بررسی نقش ارتباطات غیرکلامی در روابط خانوادگی پرداخته‌اند. این تحقیق نشان می‌دهد که زبان بدن و علائم غیرکلامی می‌توانند تأثیر زیادی بر کیفیت روابط و نحوه مدیریت تعارضات داشته باشند. یافته‌ها نشان می‌دهند که هنگام بروز تعارض، استفاده از علائم غیرکلامی مانند حالت چهره و تن صدای ملایم می‌تواند به تسهیل درک متقابل و کاهش تنش‌های میان افراد کمک کند.

هوالس، جاسزایک، کیاروچی و هایس (2023) در پژوهشی به مطالعه رابطه بین بخشش بین فردی و شفقت به خود با سازگاری زناشویی در متأهلین در دوران کرونا پرداختند. نتایج نشان داد که رابطه بین بخشش بین فردی با سازگاری زناشویی مثبت و معنادار بوده است. همچنین، شفقت به خود نیز توان تبیین واریانس نمره سازگاری زناشویی را داشت.

لی و پارک (2022) در پژوهش خود بر روی کارگران شاغل در بخش‌های مختلف، نشان دادند که تعارض نقش و عدم تعادل بین زندگی شغلی و شخصی می‌تواند منجر به کاهش رضایت شغلی و افزایش غیبت از کار شود. این تحقیق تأکید می‌کند که برای بهبود کیفیت زندگی کاری، لازم است که سازمان‌ها به مدیریت تعارض نقش توجه کنند.

لی و کیم (2022) در پژوهشی به بررسی الگوهای ارتباطی در روابط زناشویی پرداخته‌اند. این مطالعه نشان می‌دهد که الگوهای ارتباطی سالم و مؤثر در میان زوجین تأثیر مستقیمی بر رضایت زناشویی دارند. همچنین، الگوهایی مانند شنیدن فعال و بیان احساسات بدون قضاوت می‌تواند به کاهش تعارضات و تقویت روابط زناشویی کمک کند. این تحقیق تأکید می‌کند که زوجها باید برای حفظ کیفیت ارتباطات خود، از روش‌های سازنده‌تر و مثبت‌تری برای حل مشکلات استفاده کنند. پترسون و اسمیت⁶ (2021) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که تعارض نقش در میان کارمندان زن و مرد تفاوت‌هایی ایجاد می‌کند. زنان بیشتر از مردان تحت تأثیر تعارض نقش قرار می‌گیرند و این موضوع بر میزان استرس، اضطراب و نارضایتی شغلی آن‌ها تأثیرگذار است. بنابراین، رویکردهای متفاوتی برای مدیریت تعارض نقش در محیط‌های کاری پیشنهاد.

وانگ و ژانگ (2021) در پژوهشی بر اهمیت الگوهای ارتباطی در روابط والدین و فرزندان تأکید کرده‌اند. یافته‌ها نشان می‌دهند که الگوهای ارتباطی باز و شفاف می‌تواند به کاهش تعارضات و تسهیل فرآیند حل مشکلات در خانواده کمک کند. در این پژوهش، به ویژه بر اثرات مثبت ارتباطات مستقیم و مؤثر در جلوگیری از بروز سوء تفاهم و ایجاد تنش‌های اضافی در خانواده‌ها تأکید شده است.

مرور مطالعات داخلی نشان داد محققان پیشین نشان داد علیزاده و همکاران (۱۴۰۳) در پژوهش "پیش‌بینی سازگاری زناشویی با شفقت به خود و خودتنظیمی زناشویی"، دریکوندی و همکاران (۱۴۰۳) در پژوهشی خود "اثربخشی زوج‌درمانی متمرکز بر شفقت بر دل بستگی زناشویی و صمیمیت عاطفی زوج‌های ناسازگار مجله علوم روانشناختی"، سلیمی و همکاران (۱۴۰۲) در پژوهشی

¹ Thomas, J., Johnson, R., & Harper, S

² Johnson, P., & Miller, L.

³ Holas, P., Juszczak, A., Ciarrochi, J., & Hayes, S

⁴ Lee, S., & Park, Y

⁵ Lee & Kim

⁶ Peterson & Smith

⁷ Wang & Zhang

خود" ارائه مدل نقش شفقت به خود و شفقت به همسر در آشفتگی روانی با میانجی‌گری خشونت زناشویی در زنان قربانی: یک مطالعه توصیفی"، حسینی و شریعتی (۱۴۰۲) در پژوهشی به نقش الگوهای ارتباطی میان زوجین در تأثیرگذاری بر ارتباطات عاطفی و رضایت زناشویی، میرزایی و همکاران (۱۴۰۱) چگونگی تأثیر تعارض نقش در خانواده‌های شاغل، احمدی و مرادی (۱۳۹۷) در پژوهشی به مطالعه پیش‌بینی سازگاری زناشویی براساس ابعاد سلامت روانی و خودشفقت‌ورزی در زوجین شهرستان بوکان و حیدری و همکاران (۱۳۹۵) در مطالعه کیفی پدیده‌ی تعارض خانواده-کار و چگونگی مدیریت آن بین زنان معلم شهر پرداختند. مجموع مطالعات داخلی گویای آن است که گرچه در زمینه سازگاری و مسائل زناشویی کار شده است اما با توجه به نتایج متناقض و اغلب پراکنده و نامنسجم نیاز به بررسی بیشتر این مساله در جامعه خصوصاً زنان شاغل وجود دارد. همچنین، مرور گزارشات خارج از کشور نشان داد با وجود اینکه نقش عوامل خانواده و شفقت به خود در مطالعات مختلف و در جمعیت‌های مختلف بررسی شده است اما در زمینه نقش شفقت به خود در زنان شاغل به شدت کمبود مطالعه مشهود بوده و نیازمند بررسی‌های جامع‌تر و گسترده‌تری می‌باشد. این در حالی است که اغلب مطالعات داخل و خارج از کشور به شکل رگرسیون بوده و کمتر به این مساله در قالب مدل‌یابی معادلات ساختاری پرداخته شده است. براین اساس مطالعه حاضر با هدف پیش‌بینی تعارض نقش، براساس الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی با نقش واسطه‌ای شفقت به خود در زنان شاغل طراحی و اجرا شد.

روش تحقیق

این پژوهش توصیفی-مقطعی و از نوع تحقیقات کمی و همبستگی است. در این پژوهش علاوه بر همبستگی بین متغیرهای تعارض نقش، الگوهای ارتباطی زوج، سازگاری زناشویی و شفقت به خود روابط پنهان با یکدیگر و نیز گویه‌های سنجش هر متغیر پنهان با متغیر مربوط بررسی شد.

جامعه آماری

تمامی دانشجویان زن شاغل در دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج در سال ۱۴۰۴-۱۴۰۳ به تعداد ۱۸۰ نفر جمعیت آماری این پژوهش را تشکیل دادند.

حجم نمونه و روش نمونه‌گیری

در این مطالعه با روش نمونه‌گیری در دسترس و بر مبنای فرمول فرمول کوکران تعداد نمونه ۱۱۸ نفر نمونه انتخاب شد. به این صورت که از بین دانشکده‌های دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، دانشکده‌های ادبیات و زبان‌های خارجی، مدیریت و حسابداری، الهیات، فنی و مهندسی انتخاب خواهند شد. در مرحله بعد از بین این دانشکده‌ها چند کلاس به صورت تصادفی انتخاب خواهند شد و از تمامی دانشجویان زن شاغل آن کلاس برای شرکت در پژوهش دعوت به عمل آمد. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شده است.

ابزارهای گردآوری اطلاعات

در این پژوهش به منظور اندازه‌گیری متغیرهای مورد نظر از ابزارهای زیر استفاده شده است:

پرسشنامه تعارض نقش تارافدر و همکاران (۲۰۰۷)

این پرسشنامه توسط تارافدر و همکاران در سال (۲۰۰۷) به منظور سنجش تعارض نقش در افراد طراحی و تدوین شده است.

ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش منصوری موید و یاوری گهر (۱۳۹۶) برای این پرسشنامه ۰/۸۷ برآورد شد.

پرسشنامه تعارض نقش توسط تارافدر و همکاران (۲۰۰۷) به منظور سنجش تعارض نقش در افراد طراحی و تدوین شده است. در

پروژه‌های منصوری موید و یاوری گهر (۱۳۹۶) روایی محتوایی و صوری و ملاکی این پرسشنامه مناسب ارزیابی شده است.

پرسشنامه الگوهای ارتباطی (CPQ)، کریستنسن و سالوی (۱۹۸۴)

پرسشنامه الگوهای ارتباطی (CPQ)، کریستنسن و سالوی (۱۹۸۴) در دانشگاه کالیفرنیا را به منظور بررسی الگوهای ارتباطی متقابل زوجین طراحی نمودند. کریستنسن و سالوی (۱۹۹۱) روایی سه خرده مقیاس این پرسش نامه را برآورد نمودند. در این مطالعه که در آن سه گروه از زوجین درمانده، غیر درمانده و در حال طلاق با هم مقایسه شدند؛ خرده مقیاس سازنده متقابل توانست بین هر سه گروه تمیز قائل شود، در حالی که خرده مقیاس های ارتباطی اجتناب متقابل و توقع / کناره گیری توانستند بین زوج های درمانده و غیر درمانده تفکیک قائل شوند (رسولی، ۱۳۸۰).

در ایران عبادت پور (۱۳۷۹) به منظور برآورد روایی این پرسشنامه، همبستگی بین مقیاس های این پرسشنامه و پرسشنامه رضایت زناشویی ENRICH را بدست آورد.

پرسشنامه سازگاری زناشویی اسپانیر (۱۹۷۶)

این ابزار به منظور سنجش سازگاری زناشویی توسط اسپانیر در سال (۱۹۷۶) طراحی شده است و دارای ۳۲ سؤال با ۴ زیرمقیاس رضایت دونفره، همبستگی دونفره، توافق دونفره و ابراز عواطف دونفره است.

نمره ی کل مقیاس با آلفای کراباخ ۰/۹۶ از همسانی درونی خوبی برخوردار است. همسانی درونی خرده مقیاس ها بین خوب تا عالی است. رضایت دونفری ۰/۹۴، همبستگی دو نفری ۰/۸۱، توافق دو نفری ۰/۹۰ و ابراز محبت ۰/۷۳ (ثنایی، ۱۳۷۹). در این پژوهش نیز از طریق آلفای کراباخ پایایی این مقیاس ۰/۹۴ به دست آمد.

این مقیاس با روش های منطقی روایی محتوا چک شد. مقیاس سازگاری زن و شوهر با قدرت تمیز دادن زوج های متأهل و مطلقه در هر سؤال، روایی خود را برای گروه های شناخته شده نشان داده است. این مقیاس از روایی همزمان نیز برخوردار است و با مقیاس رضایت زناشویی لاک-والاس همبستگی دارد (ثنایی، ۱۳۷۹). در ایران نیز این مقیاس در سال ۱۳۷۴ توسط آموزگار و حسین نژاد هنجاریابی شده است. این مقیاس با روش بازآزمایی و با فاصله ی ۱۰ روز روی نمونه ای متشکل از ۱۲۰ نفر از زوج ها (۶۰ مرد و ۶۰ زن) اجرا گردید و برای میزان همبستگی از روش گشتاوری پیرسون استفاده شد. ضریب همبستگی بین نمرات زوج ها طی دوبار اجرا در کل نمرات ۰/۸۶، مقیاس رضایت زناشویی ۰/۶۸، مقیاس همبستگی دونفری ۰/۷۵، مقیاس توافق دونفری ۰/۷۱ و مقیاس ابراز محبت ۰/۶۱ به دست آمده است.

تجزیه و تحلیل داده های پژوهش

یافته های توصیفی

اطلاعات توصیفی مربوط به متغیرهای تعارض نقش براساس الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی و با واسطه گری شفقت به خود در زنان شاغل در شهر کرج.

متغیرها	فراوانی	درصد فراوانی
کم	۵۳	۴۴/۹
متوسط	۴۸	۴۰/۷
زیاد	۱۷	۱۴/۴

داده های جدول ۴-۲ نشان میدهد ۴۴/۹ درصد افراد سطح تعارض نقش پایین، ۴۰/۷ درصد افراد متوسط و ۱۴/۴ درصد آنها تعارض نقش بالایی دارند.

جدول ۴-۳. داده های توصیفی مربوط به متغیر سازگاری زناشویی

متغیرها	فراوانی	درصد فراوانی
---------	---------	--------------

ضعیف	۴۰	۳۳/۹
متوسط	۵۶	۴۷/۵
قوی	۲۲	۱۸/۶

طبق نتایج جدول، ۳۳/۹ درصد افراد سطح سازگاری زناشویی سالم ضعیف، ۴۷/۵ درصد افراد متوسط و ۱۸/۶ درصد آنها از سازگاری زناشویی سالم قوی ای برخوردارند.

جدول ۴-۴ داده های توصیفی مربوط به متغیر شفقت به خود

متغیرها	فراوانی	درصد فراوانی
پایین	۳۶	۳۰/۵
متوسط	۶۲	۵۲/۵
زیاد	۲۰	۱۶/۹

داده های جدول ۴-۴ نشان می دهد ۳۰/۵ درصد افراد سطح شفقت به خود آنها پایین، ۵۲/۵ درصد افراد دارای شفقت به خود متوسط و ۱۶/۹ درصد آنها شفقت به خود بالایی دارند.

جدول ۴-۵. میانگین، واریانس و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	واریانس	انحراف معیار
تعارض نقش	۴۸,۳	۴,۰۴	۲/۰۰۹
الگوهای ارتباطی زوج	۱۱۵,۶	۱۴,۸	۳/۸۴۷
سازگاری زناشویی	۹۶,۵	۷,۱۸	۲/۶۷۹
شفقت به خود	۶۸,۰۴	۱۵,۱۲	۳/۸۸۸

میانگین تعارض نقش ۴۸/۳ با واریانس ۴,۰۴ و انحراف معیار ۲/۰۰۹، میانگین سطح الگوهای ارتباطی زوج ۱۱۵/۶ با واریانس ۱۴,۸ و انحراف معیار ۳/۸۴۷، میانگین سازگاری زناشویی ۹۶/۵ با واریانس ۷,۱۸ و انحراف معیار ۲/۶۷۹ و میانگین شفقت به خود ۶۸,۰۴ با واریانس ۱۵,۱۲ و انحراف معیار ۳/۸۸۸ به دست آمده است.

یافته های استنباطی

از آزمون آماری کولموگروف-اسمیرنوف و شاخص های کجی و کشیدگی جهت تعیین وضعیت توزیع داده ها (نرمال بودن) استفاده شد. نتایج در جدول ۴-۷ گزارش شده است.

متغیر	تعارض نقش	الگوهای ارتباطی زوج	سازگاری زناشویی	شفقت به خود
کولموگروف اسمیرنوف	۰/۴۶	۰/۲۳	۰/۳۴	۰/۳۳
چولگی	۰/۴۱	۰/۴۵	۰/۳۴	۰/۴۹
کشیدگی	۰/۲۵	۰/۴۴	۰/۲۴	۰/۲۹

نتایج بدست آمده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف نشان می دهد که تمامی متغیرهای پژوهش از توزیع نرمال برخوردارند. سطح معنی داری آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای تمامی متغیرهای پژوهش بیشتر از مقدار ۰/۰۵ بدست آمده است ($p > 0.05$) که نشان از نرمال بودن متغیرها دارد. بررسی مقادیر کجی و کشیدگی نشان می دهد با توجه به این که مقادیر کجی و همچنین مقادیر کشیدگی تمامی متغیرها در دامنه +۲ تا -۲ بدست آمده، می توانیم نتیجه بگیریم که تمامی متغیرها از توزیع نرمال یا نزدیک به نرمال

برخوردارند. در مجموع از آزمون‌های کولموگوروف-اسمیرنوف و مقادیر کجی و کشیدگی نتیجه می‌گیریم که می‌توان توزیع تمامی متغیرها را نرمال یا تقریباً نرمال در نظر گرفت و از آزمون‌های پارامتریک استفاده کرد. فرضیه ۱- تعارض نقش، بر اساس الگوهای ارتباطی زوج در زنان شاغل پیش‌بینی می‌شود. به منظور بررسی فرضیه، اثر کل بین متغیرهای الگوهای ارتباطی زوج و تعارض نقش بررسی می‌شود، به این منظور از رگرسیون خطی استفاده شده نتایج در جداول زیر آمده است:

جدول ۴-۶، ضرائب رگرسیون الگوهای ارتباطی زوج و تعارض نقش

متغیرهای پیش‌بین	Sig	T	Beta	SE	B
مقدار ثابت	۰,۰۱	۸,۰۷	۰,۱۵۰	۲,۹۱۸	
الوهای ارتباطی زوج	۰,۰۱	۴,۹۳۴	۰,۶۲۸	۰,۰۶۰۲	۰,۴۱۵
$ADJ. R^2 = 0.570$ $R^2 = 0.581$ $R = 0.762$ توجه:					

با توجه به اینکه مقدار سطح معنی‌داری به دست آمده ۰,۰۱، کمتر از ۰,۰۵ است معنی‌داری رابطه و مدل برازش شده را پذیرفته و این نشان‌دهنده اثر مستقیم الگوهای ارتباطی زوج بر تعارض نقش است. مقدار ضریب تعیین به دست آمده (۰/۵۸۱) نشان می‌دهد بیش از ۵۰ درصد تغییرات در متغیر تعارض نقش توسط متغیر الگوهای ارتباطی زوج پیش‌بینی می‌شود.

فرضیه ۲- تعارض نقش، بر اساس سازگاری زناشویی در زنان شاغل پیش‌بینی می‌شود.

به منظور بررسی فرضیه، از رگرسیون خطی ساده استفاده شده نتایج به قرار زیر است:

جدول ۴-۷، ضرائب رگرسیون سازگاری زناشویی و تعارض نقش

متغیرهای پیش‌بین	Sig	T	Beta	SE	B
مقدار ثابت	۰,۰۱	۸,۹۸۲	۰,۲۱۴	۱,۶۵	
سازگاری زناشویی	۰,۰۱	۵,۷۲۱	۰,۳۴۰	۰,۰۷۶	۰,۳۴۵
$ADJ. R^2 = 0.570$ $R^2 = 0.581$ $R = 0.762$ توجه:					

مقدار سطح معنی‌داری به دست آمده ۰,۰۱، کمتر از ۰,۰۵ است و این معنی‌داری رابطه و مدل برازش شده را نشان می‌دهد. بنابراین فرضیه را پذیرفته نتیجه می‌گیریم تعارض نقش بر اساس سازگاری زناشویی در زنان شاغل در شهر کرج پیش‌بینی می‌شود.

فرضیه ۳- تعارض نقش، بر اساس شفقت به خود در زنان شاغل پیش‌بینی می‌شود.

جدول ۴-۸، ضرائب رگرسیون شفقت به خود و تعارض نقش

متغیرهای پیش‌بین	Sig	T	Beta	SE	B
مقدار ثابت	۰,۰۱	۷,۲۴۸	۰,۳۰۲	۱,۱۶	
شفقت به خود	۰,۰۱	۷,۰۱۴	۰,۳۷۰	۰,۰۴۸	۰,۳۸۳
$ADJ. R^2 = 0.375$ $R^2 = 0.391$ $R = 0.625$ توجه:					

نتایج جدول ۴-۸ نشان می‌دهد بین تعارض نقش و شفقت به خود رابطه معنی‌دار و مثبتی وجود دارد (ضریب همبستگی = ۰/۶۲۵). همچنین سطح معنی‌داری به دست آمده کمتر از ۰/۰۵ بوده نشان می‌دهد تعارض نقش بر اساس شفقت به خود در زنان شاغل پیش‌بینی می‌شود. ضریب رگرسیون ۰,۳۸۳ با خطای استاندارد ۰,۰۴۸ به دست آمده است.

فرضیه ۴_ تعارض نقش، بر اساس الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی با نقش واسطه ای شفقت به خود در زنان شاغل پیش بینی می شود.

با در نظر گرفتن نتایج حاصل از بررسی فرضیه های فرعی (فرضیه های ۱ تا ۳) برای بررسی فرضیه اصلی نیاز به بررسی رابطه بین متغیر های مستقل (سازگاری زناشویی و الگوهای ارتباطی زوج) با متغیر میانجی (شفقت به خود) می باشد. همچنین از تست سوبل برای بررسی واسطه گری متغیر شفقت به خود و اثر غیر مستقیم متغیر های سازگاری زناشویی و الگوهای ارتباطی زوج استفاده شده و نتایج در جداول زیر آمده است:

جدول ۴-۹، ضرائب رگرسیون سازگاری زناشویی و شفقت به خود

متغیرهای پیش بین	Sig	T	Beta	SE	B
مقدار ثابت	۰,۰۱	۵,۴۹۸	۰,۴۸۷	۱,۰۹	
سازگاری زناشویی	۰,۰۱	۶,۳۲۰	۰,۶۹۸	۰,۰۶۵	۰,۳۴۵

$$R^2 = 0.710 \quad ADJ. R^2 = 0.700 \quad R = 0.843 \text{ توجه:}$$

جدول ۴-۹ وجود رابطه معنی دار بین متغیرهای سازگاری زناشویی و شفقت به خود را نشان می دهد (سطح معنی داری کمتر از ۰,۰۵ است). ضریب رگرسیون ۰,۳۴۵ با خطای استاندارد ۰,۰۶۵ به دست آمده است.

جدول ۴-۱۰، ضرائب رگرسیون سازگاری زناشویی و شفقت به خود با تعارض نقش

متغیرهای پیش بین	Sig	T	Beta	SE	B
مقدار ثابت	۰,۰۱	۲,۹۷۸	۰,۱۳۴	۰,۴۳۵	
سازگاری زناشویی	۰,۰۱	۶,۰۱۶	۰,۷۶۳	۰,۰۲۸	۰,۱۵۴
شفقت به خود	۰,۰۰۱	۱۷,۲۵۵	۰,۷۸۵	۰,۰۴۴	۰,۷۳۴

$$R^2 = 0.408 \quad ADJ. R^2 = 0.405 \quad R = 0.639 \text{ توجه:}$$

با توجه به اینکه مقادیر سطح معنی داری در جدول ۴-۱۰ کمتر از ۰,۰۵ هستند، وجود رابطه معنی دار بین متغیرهای سازگاری زناشویی و شفقت به خود با تعارض نقش را می پذیریم. ضریب رگرسیون شفقت به خود و تعارض نقش ۰,۷۳۴ با خطای استاندارد ۰,۰۴۴ به دست آمده است.

برای بررسی اینکه سبک زندگی با نقش میانجی شفقت به خود پیش بین تعارض نقش هست یا نه از تست سوبل استفاده شده نتایج در جدول ۴-۶ آمده است:

جدول ۴-۱۱، تست سوبل

P-value	خطای استاندارد	مقدار ضریب
۰,۰۰	۰,۰۶۴	۴,۷۲

P-value به دست آمده کمتر از ۰,۰۵ است و نشان می دهد اثر غیرمستقیم سازگاری زناشویی بر تعارض نقش با وجود متغیر میانجی (شفقت به خود) معنی دار است. بنابراین فرضیه را می پذیریم، به این معنی که سازگای زناشویی با نقش میانجی شفقت به خود پیش بین تعارض نقش است.

جدول ۴-۱۲، ضرائب رگرسیون الگوهای ارتباطی زوج و شفقت به خود

متغیرهای پیش بین	Sig	T	Beta	SE	B
مقدار ثابت	۰,۰۱	۷,۲۴۸	۰,۳۰۲	۱,۱۶	

الگوهای ارتباطی زوج	۰,۰۱	۷,۰۱۴	۰,۳۷۰	۰,۰۴۸	۰,۳۸۳
---------------------	------	-------	-------	-------	-------

$$R^2 = 0.391 \quad ADJ. R^2 = 0.375 \quad R = 0.625 \text{ توجه:}$$

داده های به دست آمده در تحلیل رگرسیون در جدول ۴-۱۲ وجود رابطه معنی دار بین متغیرهای الگوهای ارتباطی زوج و شفقت به خود را نشان می دهد (سطح معنی داری به دست آمده کمتر از ۰,۰۵ است). ضریب رگرسیون ۰,۳۸۳ با خطای استاندارد ۰,۰۴۸ به دست آمده است.

جدول ۴-۱۳، ضرائب رگرسیون الگوهای ارتباطی زوج و شفقت به خود با تعارض نقش

متغیرهای پیش بین	Sig	T	Beta	SE	B
مقدار ثابت	۰,۰۱	۲,۴۵۸	۰,۱۶۱	۰,۴۸۱	
الگوهای ارتباطی زوج	۰,۰۱	۶,۰۱۶	۰,۷۶۳	۰,۱۶۹	
شفقت به خود	۰,۰۰۱	۱۷,۱۵۵	۰,۷۸۵	۰,۰۴۴	۰,۷۳۴

$$R^2 = 0.784 \quad ADJ. R^2 = 0.750 \quad R = 0.886 \text{ توجه:}$$

جدول ۴-۱۳ وجود رابطه معنی دار بین متغیرهای الگوهای ارتباطی زوج و شفقت به خود با تعارض نقش را نشان می دهد (سطوح معنی داری برای متغیرهای الگوهای ارتباطی زوج و شفقت به خود کمتر از ۰,۰۵ هستند). ضریب رگرسیون شفقت به خود و تعارض نقش ۰,۷۳۴ با خطای استاندارد ۰,۰۴۴ به دست آمده است. برای بررسی اینکه الگوهای ارتباطی زوج با نقش میانجی شفقت به خود پیش بین تعارض نقش هست یا نه از تست سوبل استفاده شده نتایج در جدول ۴-۹ آمده است:

جدول ۴-۱۴، تست سوبل

P-value	خطای استاندارد	مقدار ضریب
۰,۰۰	۰,۰۴۹	۷,۲۴

نتایج P-value به دست آمده کمتر از ۰,۰۵ بوده نشان می دهد اثر غیر مستقیم الگوهای ارتباطی زوج بر تعارض نقش با وجود متغیر میانجی (شفقت به خود) معنی دار بوده فرضیه را می پذیریم و این نتیجه می دهد که الگوهای ارتباطی زوج با نقش میانجی شفقت به خود پیش بین تعارض نقش است.

بحث و نتیجه گیری

بر اساس نتایج به دست آمده دریافتیم که بین متغیر تعارض نقش و الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی رابطه مثبت و معنی دار وجود داشت. بین الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی و شفقت به خود رابطه منفی معنی دار و بین دو شفقت به خود و سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنی دار وجود داشت. وجود رابطه مثبت و معنادار میان متغیرها بدین معناست که با افزایش تعارض نقش، الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی نیز افزایش می یابد و برعکس با کاهش تعارض نقش، الگوهای ارتباطی زوج و نیز سازگاری زناشویی کاهش می یابند و این امر درباره ی هر سه ی این متغیرها صادق است بدین گونه که با افزایش یا کاهش هر یک از این سه متغیر، دو متغیر دیگر نیز تحت تاثیر قرار گرفته و افزایش یا کاهش خواهند یافت. بالعکس وجود روابط منفی میان متغیرها بدین معناست که با افزایش یکی دیگری کاهش می یابد، از آن جهت که در پرسشنامه ی شفقت به خود استفاده شده در این پژوهش میزان اختلالات سنجیده می شود پس در نتیجه در می یابیم که با کاهش اختلالات متغیرهای تعارض نقش، الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی افزایش یافته و همچنین عکس این قضیه نیز صادق است که با افزایش

یافتن میزان و شدت اختلالات تعارض نقش و الگوهای ارتباطی زوج و همچنین سازگاری زناشویی کاهش می‌یابند. همچنین لازم به ذکر است که شفقت به خود نقش واسطه‌ای معنی‌داری در ارتباط بین تعارض نقش و الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی ایفا نمود.

بر اساس نتایج پژوهش حاضر، فرضیه کلی تأیید می‌گردد و مدل مفروض براننده داده‌های جمع‌آوری شده می‌باشد. در واقع رابطه مثبت بین سازگاری زناشویی و تعارض نقش و الگوهای ارتباطی زوج و همچنین رابطه منفی میان آنها با شفقت به خود در پژوهش‌های فراوانی مورد بررسی قرار گرفته و تأیید شده است، محمدی فرود و همکاران (۱۴۰۲)؛ عبدی و همکاران (۱۴۰۱)؛ فلاحتی کله جویی و همکاران (۱۴۰۰)؛ آژ و همکاران (۱۴۰۰)؛ افراشته و همکاران (۱۴۰۰)؛ زواری امیری و همکاران (۱۴۰۰)؛ عرب محمود آبادی و همکاران (۱۴۰۰)؛ قاسمی و همکاران (۱۴۰۰)؛ وافی ثانی و همکاران (۱۳۹۹)؛ حسینی و همکاران (۱۳۹۸)، مرادی و همکاران (۱۳۹۷)؛ میلر و همکاران (۲۰۲۳)؛ کیی و همکاران (۲۰۲۱)؛ مونوز-برمیجو و همکاران (۲۰۲۰) و نورت و همکاران (۲۰۲۰) نیز این موارد را تایید نموده‌اند. مابقی پژوهش‌های انجام شده در این زمینه که در بخش پیشینه هم ذکر شده‌اند، همچنین این نتایج را مورد تایید قرار داده‌اند.

بنابراین براساس نتایج به دست آمده می‌توان اینطور تبیین کرد که بین تعارض نقش و الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی همبستگی مثبت معناداری وجود دارد ولی این رابطه در مورد شفقت به خود صدق نمی‌کند. بنابراین افت یا تقویت این سه مولفه در زوجین می‌تواند تاثیر چشمگیری در بهبود و تقویت یا کاهش و افت روابط زناشویی آنان داشته باشد و بالعکس همانطور که بیان شد شفقت به خود در زنان شاغل تاثیر معکوسی در افزایش و بهبود و یا کاهش و افت روابط زناشویی آنان دارد. همچنین شفقت به خود نیز نقش میانجی معناداری در ارتباط بین متغیرهای تعارض نقش و الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی ایفا کرد. این نتیجه تا حدودی با سایر تحقیقات انجام شده مشابهت دارد.

به منظور آزمون فرضیه فرعی اول بررسی ضرایب بتای استاندارد شده نشان می‌دهد که الگوهای ارتباطی زوج بر تعارض نقش تأثیر مثبت و معنی‌داری داشته است. همچنین الگوهای ارتباطی زوج به صورت مثبت و معناداری قادر به پیش‌بینی تعارض نقش می‌باشند. بنابراین می‌توان گفت که الگوهای ارتباطی زوج، تعارض نقش را تبیین می‌نماید.

می‌توان براساس نتایج تبیین کرد که افراد دارای الگوهای ارتباطی زوج می‌توانند از تعارض نقش بالا برخوردار باشند، در نتیجه با افزایش و تقویت الگوهای ارتباطی زوج و بهبود آنها تعارض نقش نیز افزایش و بهبود می‌یابد و با کاهش آنها نیز شاهد افت معنادار تعارض نقش خواهیم بود. لازم به ذکر است که در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان اینگونه استدلال نمود که تعارض نقش به عنوان یک مفهوم کلی بزرگتر از مجموعه اعضای خودش است، به گونه‌ای که هنگامی که همه‌ی این مولفه‌ها به صورت همزمان مورد توجه باشند، بسیار بیشتر موثرند تا هنگامی که به صورت جداگانه مورد توجه باشند. بر همین اساس، این مولفه‌ها اثربخشی دوجندانی بر یکدیگر دارند. از این جهت الگوهای ارتباطی زوج چون در حیطه‌ی مولفه‌ها با مولفه‌های تعارض نقش مطابقت دارند پس اثربخشی افزونی دارند و از آن سو که توانایی پیش‌بینی رفتارهای انگیزشی و رابطه‌ای و همچنین کاری زنان را دارند، عوامل مهمی در بالا بردن عملکرد رفتاری و میزان شور و شوق زنان شاغل هستند و در نتیجه ارتقای الگوهای ارتباطی زوج، کاهش تعارض نقش در زنان شاغل را نیز به دنبال خواهد داشت.

تعارض نقش، بر اساس سازگاری زناشویی در زنان شاغل پیش‌بینی می‌شود.

نتایج تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی نشان داد تعارض نقش بر اساس سازگاری زناشویی در زنان شاغل در شهر کرج پیش‌بینی می‌شود تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که بین تعارض نقش و سازگاری زناشویی رابطه مثبت وجود دارد. این نتیجه همسو با پژوهش‌هایی است که رابطه مثبت بین تعارض نقش و سازگاری زناشویی را تایید کرده‌اند، مثل فرود و همکاران (۱۴۰۲)؛ عبدی و

همکاران(۱۴۰۱)؛ وافی ثانی و همکاران(۱۳۹۹) و حسینی و همکاران(۱۳۹۸)؛ میلر و همکاران(۲۰۲۳)؛ کیی و همکاران(۲۰۲۱)، نتایج این پژوهش ها با نتایج پژوهش حاضر همسو است.

بنابراین براساس نتایج می توان تبیین کرد که تعارض نقش، سازگاری زناشویی را پیش بینی می کند و می توان بیان کرد که با کمک به بهبود تعارض نقش و افزایش آنها سازگاری زناشویی نیز افزایش یافته و بهبود می یابند و در صورت افت یا کاهش تعارض نقش شاهد کاهش چشمگیر و معنادار سازگاری زناشویی خواهیم بود. در تبیین نتایج به دست آمده می توان اینگونه استدلال نمود که سازگاری زناشویی محیط خانواده باعث افزایش بهره وری در تمامی سطح های زندگی زنان شاغل می شود، به این علت که وجود سبک های زندگی مناسب در محیط خانواده باعث بیشتر شدن سطح تعارض نقش و آسایش زنان شاغل شده و در این وضعیت آنان تلاش بیشتری به منظور انجام وظایف خویش به بهترین نحو ممکن می کنند و نیز هدایت کردن مشکلات و حل و فصل نمودن آنها و همچنین فراهم کردن امکانات مناسب برای ارتقا زندگی افراد و دادن فرصت های لازم در این حیطه به آنها باعث افزایش رضایت زنان شاغل از زندگی خواهد شد و نیز همین امر افزایش تعارض نقش افراد را در برمی گیرد و همچنین در پی تقویت تعارض نقش، سازگاری زناشویی نیز تقویت شده و موجب افزایش رشد و پیشرفت زنان شاغل می شود. بنابراین می توان بیان داشت که تعارض نقش در زندگی زنان شاغل اثربخشی زیادی در سازگاری زناشویی زنان شاغل دارد.

تعارض نقش، بر اساس شفقت به خود در زنان شاغل پیش بینی می شود.

نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی نشان داد تعارض نقش براساس شفقت به خود در زنان شاغل در شهر کرج پیش بینی می شود. با توجه به نتایج همانگونه که مشاهده می شود تعارض نقش نمرات شفقت به خود را به صورت معکوس تبیین می کند. همچنین تعارض نقش به صورت منفی و معناداری قادر به پیش بینی شفقت به خود می باشد. همچنین همانگونه که بیان شد مدل پیشنهادی نسبت قابل توجهی از واریانس تعارض نقش و شفقت به خود را تبیین نمود. بنابراین براساس نتایج به دست آمده می توان تبیین کرد که شفقت به خود قادر به پیش بینی تعارض نقش می باشد و بین شفقت به خود با تعارض نقش همبستگی منفی و معناداری وجود دارد و با کاهش یافتن و بهبود اختلالات در بعد شفقت به خود، تعارض نقش افزایش و بهبود خواهد یافت و با افزایش یا افت و عود اختلالات در بعد شفقت به خود، تعارض نقش کاهش خواهد یافت.

جمع بندی :

پژوهش حاضر با هدف پیش بینی تعارض نقش، بر اساس الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی با نقش واسطه ای شفقت به خود در زنان شاغل انجام شد. نتایج نشان داد که تعارض نقش براساس الگوهای ارتباطی زوج در زنان شاغل در شهر کرج پیش بینی می شود. از بین تعارض نقش، حمایت هیجانی بیشترین و حمایت ملموس کمترین ضریب همبستگی با الگوهای ارتباطی زوج دارند. همچنین تعارض نقش براساس سازگاری زناشویی در زنان شاغل در شهر کرج پیش بینی می شود. در واقع می توان چنین گفت که یک ارتباط دوگانه بین تعارض نقش و سازگاری زناشویی زنان شاغل وجود خواهد داشت. در ادامه نتایج پژوهش نشان داد تعارض نقش براساس شفقت به خود در زنان شاغل در شهر کرج پیش بینی می شود.

هر کدام از انواع تعارض نقش به روش های متفاوتی می تواند بر الگوهای ارتباطی زوج و سازگاری زناشویی با واسطه گری شفقت به خود تاثیر بگذارد. در حمایت اجتماعی هیجانی فرد باور دارد که نیازهای اولیه او از سوی دیگران ارضا نخواهد شد، این نیازها شامل محبت، همدلی، مهربانی، محافظت، راهنمایی و مراقبت از سوی دیگران است. حمایت هیجانی یعنی انتظار اینکه تمایلات و نیازهای شخص در زمینه حمایت اجتماعی از سوی دیگران ارضا می شود. بنابراین این احساس تعامل کارآمد و اینکه دیگران به او توجه خواهند کرد، باعث توانایی در شکل دهی یک ارتباط مثبت موثر و افزایش احتمال خشونت می شود. در حمایت ملموس علاوه بر این که حمایت ملموس فردیت فرد را دچار مخاطره می کند، حمایت ملموس از طریق فراموش کردن خود

و کمک به دیگران تا حدودی استرس فرد را کاهش می دهد. وجود حمایت اجتماعی در فرزندان سبب کاهش آسیب های روانی جبرانی ناپذیری در والدین سالمندشان می گردد و قطعاً والدین با رفتار و حمایت اجتماعی سبب تربیت و پرورش فرزندان با حمایت اجتماعی خواهند شد.

فهرست منابع

- ابراهیم زاده دستجردی، رضا، قائدامینی هارونی، عباس، صادقی ده چشمه، مهرداد، و موسویان، سید رحیم. (۱۴۰۰). تجربه زیسته استادان دانشگاه شهرکرد از تعارض کار و خانواده: مطالعه پدیدارشناسی. *مطالعات منابع انسانی*، ۱۱(۱)، ۷۳-۱۰۱.
- احمدی، شهاب؛ مرادی، امید. (۱۴۰۰). پیش‌بینی سازگاری زناشویی بر اساس مولفه‌های سلامت روان شناختی و خودشفقت‌ورزی در زوجین شهرستان بوکان. *فصلنامه زن و مطالعات در خانواده*، ۱۱(۴۱)، ۴۳-۵۵.
- افشانی، سیدعلیرضا، و هاتفی، لیدا. (۱۳۹۵). نقش عوامل خانوادگی در تبیین تعارض نقش های شغلی و خانوادگی زنان. *خانواده پژوهی*، ۱۲(۲)، ۲۵۱-۲۶۷.
- بابایی فرد، اسدالله، میری، سمیه، و خوش بیانی آرانی، فاطمه (۱۴۰۰). نقش اشتغال زنان بر ساختار خانواده، *فصلنامه مطالعات کاربردی در علوم اجتماعی و جامعه شناسی*.
- بلالی، اسماعیل، بختیاری سفر، زهره، محمدی، اکرم، و محقق، حسین. (۱۳۹۵). عوامل مؤثر بر تضاد نقش‌های زنان و رابطه آن با تعارضات خانوادگی در شهر همدان. *جامعه‌شناسی کاربردی*، ۲۷(۴)، ۱۱۷-۱۳۲. doi: 10.22108/jas.2017.21165
- حسینی، م، و شریعتی، ز. (۱۴۰۲). تأثیر الگوهای ارتباطی بر رضایت زناشویی. *مجله روان‌شناسی خانواده*، ۲۹(۲)، ۱۳۵-۱۴۷.
- حیدری، آرمان، و دهقانی، حمیده. (۱۳۹۵). واکاوی کیفی پیامدهای اشتغال زنان متأهل و بسترهای تعدیل کننده آن (مورد مطالعه معلمان آموزش و پرورش شهر دلواری). *جامعه‌شناسی نهادهای اجتماعی*، ۳(۸۱)، ۷۳-۹۵. doi: 10.22080/ssi.2017.1422
- ذاکری، فاطمه؛ صفاریان طوسی، محمدرضا و نجات، حمید. (۱۳۹۸). نقش تعدیل کننده خودشفقتی در تأثیر ناگویی هیجانی و مشکلات بین فردی بر دلزدگی زناشویی در زنان ناسازگار. *مجله روانشناسی مثبت*، ۵(۴)، ۵۰-۳۵.
- رستگارخالد، ا. (۱۳۸۵). خانواده، کار، جنسیت، تهران: شورای فرهنگی اجتماعی زنان.
- سجادی، م، و همکاران. (۱۴۰۱). بررسی عوامل مؤثر بر تعارضات نقش در زندگی زناشویی. *مجله روان‌شناسی اجتماعی ایران*، ۱۵(۲)، ۹۵-۱۱۰.
- سرمه، زهره، حجازی، الهه و عباس بازرگان (۱۳۹۰). روش تحقیق در علوم رفتاری، انتشارات آگاه.
- سلیمی، هادی و زارع مهدی آبادی، فاطمه. (۱۴۰۳). ارائه مدل نقش شفقت به خود و شفقت به همسر در آشتی‌جویی روانی با میانجی‌گری خشونت زناشویی در زنان قربانی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، ۲۲(۳)، ۳۶۶-۳۴۹.
- صادق مقدم، لیلا، عسکری، فریبا، معروضی، پرویز، شمس، هدایت اله، و طهماسبی، سیمین. (۱۳۸۵). میزان رضایت از زندگی زناشویی در زنان شاغل و خانه دار و همسران آنها در شهر گناباد. *افتخ دانش*، ۱۲(۲)، ۴۵-۵۰. SID. <https://sid.ir/paper/68657/fa>
- صدیقی، ع، و همکاران. (۱۴۰۲). نقش سازگاری زناشویی در کیفیت زندگی و بهبود روابط زوجین. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۱۲(۴)، ۴۲-۵۸.
- علیزاده، فرشته و اعظمی، یوسف. (۱۴۰۱). پیش‌بینی سازگاری زناشویی زوجین براساس نیازهای اساسی روانشناختی و خودشفقتی. *مجله رویش روانشناسی*، ۱۱(۱۰)، ۱۸۰-۱۷۲.

فرج نیا، سعیده؛ بلیاد، محمدرضا؛ حسینیان، سیمین و حسین زاده تقوایی، مرجان. (۱۴۰۲). مدل یابی سازگاری زناشویی براساس الگوهای ارتباطی و عملکرد رابطه زناشویی با میانجی گری نگرش معنوی. *مجله خانواده درمانی کاربردی*، ۴(۲)، ۲۷۸-۲۵۸.

مراتی، علیرضا؛ قدم پور، عزت اله و ویسکرمی، حسنعلی. (۱۴۰۱). بررسی نقش میانجی گری خودشفقت ورزی در ارتباط جو خانواده و مدرسه با پیوند با مدرسه. *مجله دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۲۳(۴)، ۱۲۲-۱۰۹.

منصوری موید، فرشته و یآوری گهر، فاطمه. (۱۳۹۶). تاثیر استرس های نقش بر رضایتمندی زنان شاغل با در نظر گرفتن نقش خودکارآمدی آنان، *مطالعات مدیریت (بهبود و تحول)* ۲۶(۸۶): ۱۴۴-۱۲۵.

میرزایی، م.، شریفی، ف.، و احمدی، ن. (۱۴۰۱). تأثیر تعارض نقش در خانواده های شاغل. *مجله روان شناسی خانواده*. ۲۶(۴)، ۲۹۵-۳۱۰.

نیف، ک. د.، و همکاران. (۲۰۲۰). نقش شفقت به خود در تاب آوری روانی و بهبود کیفیت زندگی. *نشریه سلامت روانی و بهداشت روانی*، ۲۸(۳)، ۱۴۱-۱۵۸.

Al-Takhaina, S. (2024). The Predictive Ability of Self-Compassion in Conflict Management among Couples. *Educational and Psychological Sciences Series*, 3(2), 263-289.

Alizadeh, Z., Dokaneifard, F., & Fattahi Andabil, A. (2024). *Predicting Marital Adjustment by Self-Compassion and Marital Self-Regulation*. 5(4), 194-200

Burns, A., Jones, S. M., & Wilson, R. (۲۰۲۲). Role conflict and marital satisfaction: The influence of communication patterns and self-compassion. *Journal of Family Psychology*, ۳۶(۵), ۸۰۳-۸۱۵.

Chong, E. S., & Chan, R. C. (2023). The Role of Self-Compassion in Minority Stress Processes and Life Satisfaction among Sexual Minorities in Hong Kong. *Mindfulness*, 14(4), 784-796.

Chen, Y., & Zhang, X. (2022). Communication Patterns in Family Systems: The Role of Emotional Expression in Parenting Styles. *Family Relations*, 71(4), 550-565.

Chi P, Epstein N.B, Fang X, Lam D.O, Li X. Similarity of relationship standards ,couple communication patterns ,and marital satisfaction among Chinese couples. *Journal of Family Psychology*. 2019; 27:(۵)806-859 <https://doi.org/10.1177/0265407520928588>.

Derikvandi, A., & Esfahaniasl, M. (2024). The effectiveness of compassion-focused couple therapy on marital attachment and emotional intimacy of incompatible couples. *Journal of Psychological Science*, 233-250

Gilbert, P. (2017). Introducing compassion-focused therapy. *Advances in psychiatric treatment*, 15(3), 199-208.

Gutman J. The science of love Translated by Hashim Pouriamehr, 2021, *Tehran: DanjePublishing* <https://danjehpub.com/product/%D8%B9%D9%84%D9%8%D8%B9%D8%B4%D9%82/>.

Hall P. Improving marital relations in human language. Translated by Leila Rasouli (2020). *first edition, Tehran: Hirmand; 2007* <https://fidibo.com/book/159675>.

Hughes P.C, Dickson F.C. (2018). Communication, marital satisfaction, and religious orientation in interfaith marriages. *The Journal of Family Communication*. 2018; 5 (1): 25-41. https://doi.org/10.1207/s15327698jfc0501_2.

Jones, M., & Brown, L. (2023). Examining the impact of marital communication and self-compassion on role conflict: A family systems approach. *Family Relations*, 72(1), 45-60.

Kato, Y., & Kanai, A. (2006). Effect of coping behavior with work-family conflict in dual career couples. *Shinrigakn Kenkyn*, 76(6), 511-8.

Lee, S., & Park, Y. (2022). Work-Life Balance and Role Conflict among Working Adults. *Journal of Social Sciences*, 22(1), 45-60.

Lopez, R., & Nguyen, M. (2023). Conflict Resolution and Communication Strategies in Family Systems: A Comparative Study. *Journal of Family Therapy*, 42(3), 295-310.

Martinez, S., & Ramirez, A. (2021). Family Communication and Child Development: The Importance of Supportive Interactions. *Journal of Family Psychology*, 35(2), 200-215.

Matthew, D., & Allen, J. (2023). Role conflict and its effects on psychological well-being. *Journal of Social Psychology*.

Mousavi S, fatehizadeh M, Jazayeri R. The effect of couple training based on personalitysystemiccouple therapy model on marital adjustment. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*. 2018; 7(2): 83-106. [Persian]. <http://doi.org/10.22108/CBS.2017.86698.0>.

Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85-101.

Neff, K., & Germer, C. (2017). Self-compassion and psychological. *The Oxford handbook of compassion science*, 371-383.

Neff, K. D., Knox, M. C., Long, P., & Gregory, K. (2020). Caring for others without losing yourself: An adaptation of the Mindful Self-Compassion Program for Healthcare Communities. *Journal of Clinical Psychology*, 76(9), 1543-1562

Neff, K. D., Kirkpatrick, K., & Rude, S. (2020). Self-compassion and relationship satisfaction: A longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 46(10), 1450-1463.

Peterson, L., & Smith, J. (2021). Role Conflict in Dual-Role Professionals: Gender Differences and Psychological Impact. *International Journal of Work and Family*, 14(2), 115-130.

Putri, D. T. M., Hijrianti, U. R., & Syafitri, D. U. (2024). Social support and self-compassion: Their influence on work-family conflict among mothers employed as nurses. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 12(2), 127-132.

Phillips, A., & Harmon, K. (۲۰۲۲). Family communication patterns and conflict resolution. *Journal of Family Psychology*.

Selvarajan T.T., Cloninger, P.A., & Singh, B. (2013). Social support and work– family conflict: A test of an indirect effects model. *Journal of Vocational Behavior*, 83, 486- 499.

Tarafdar, M., Tu, Q., Ragu-Nathan, B. S., & Ragu-Nathan, T. S. (2007). The impact of technostress on role stress and productivity. *Journal of management information systems*, 24(1), 301-328.

Thomas, J., Johnson, R., & Harper, S. (2023). Impact of Role Conflict on Employee Performance and Mental Health. *Journal of Organizational Psychology*, 18(3), 233-250.

Yoon, S., Yoo, J., & Chung, Y. (2021). Marital conflict and role expectations in family dynamics: The buffering role of self-compassion. *Journal of Marriage and Family Therapy*, 47(1), 101-117.