

پیش‌بینی فرسودگی زناشویی: سبک‌های حل تعارض و انتظارات زناشویی^۱

سعیده رضایی*

فاطمه رضایی**

چکیده

این پژوهش با هدف پیش‌بینی فرسودگی زناشویی بر حسب سبک‌های حل تعارض و انتظارات زناشویی در زنان متأهل شهر اصفهان انجام گرفت. جامعه این پژوهش شامل کلیه زنان متأهل با مشکلات زناشویی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان بود. که ۲۰۹ زن متأهل به روش نمونه‌گیری داوطلبانه انتخاب شدند و مقیاس فرسودگی زناشویی پاینز و پرسش‌نامه‌های سبک‌های حل تعارض و انتظارات زناشویی تکمیل نمودند. داده‌ها با استفاده از تحلیل رگرسیون چند متغیری (روش گام به گام) و نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند. نتایج نشان داد که سبک‌های حل تعارض یکپارچه و مصالحه پیش‌بین‌های منفی و سبک حل تعارض ملزم شده پیش‌بین مثبت معنادار فرسودگی زناشویی هستند و انتظارات زناشویی در پیش‌بینی فرسودگی زناشویی نقشی ندارد. بنابراین می‌توان نتیجه‌گیری کرد سبک‌های حل تعارض نسبت به انتظارات زناشویی در پیش‌بینی فرسودگی زناشویی نقش دارند.

واژه‌های کلیدی: فرسودگی زناشویی، انتظارات زناشویی، سبک‌های حل تعارض

مقدمه

فرسودگی زناشویی کاهش تدریجی دلبستگی عاطفی به همسر است که با احساس بیگانگی، بی‌علاقگی، بی‌تفاوتی زوجین به یکدیگر و جایگزینی عواطف منفی به جای عواطف مثبت همراه است. در یک ازدواج سرخورده یکی یا هر دو زوجین ضمن تجربه احساس گسستگی از همسر و کاهش علائق و ارتباطات متقابل، نگرانی‌های قابل توجهی در خصوص تخریب فزاینده رابطه و پیشروی به سمت جدایی و طلاق دارند (Aidogan & Kizildag, 2018). از سوی دیگر، زوج‌هایی که در رابطه خود فاقد فرسودگی هستند از سلامت روان بالاتر و خرسندی بیشتری برخوردار هستند (Juvva & Bhatti, 2006). فرسودگی زناشویی با ابعاد مختلف سلامت در ارتباط است. در بعد جسمانی با پایین بودن سلامت عمومی، ضعیف بودن

۱. این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد به شماره پژوهشی ۱۸۸۲۱۶۰۲۹۴۲۰۰۲ تاریخ ۹۶/۱۱/۸ است.

* دانشجوی کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده، دانشکده علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران

** استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول)

سیستم ایمنی بدن و برانگیختگی‌های قلبی - عروقی همراه است. فرسودگی زناشویی به عواملی بسیاری مانند عوامل اجتماعی، اقتصادی، حقوقی و تعارض‌های زناشویی مرتبط است. در این بین تعارض‌های زناشویی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و زمانی که تعارض روی می‌دهد روابط ضعیف‌تر یا قوی‌تر می‌شوند. معمولاً تعارض به عنوان عدم توافق و مخالفت دو فرد با یکدیگر، ناسازگاری در رفتار، نظرات و اهداف در جهت مخالفت با دیگری، تعریف می‌شود (Amato & Keith, 2011). درمان‌گران سیستمی تعارض زناشویی را تنازع بر سر تصاحب پایگاه‌ها، منافع قدرت و حذف امتیازات دیگران می‌دانند. Kiani (Asadi, Ismaili, & Zawar, 2016). بنابراین مهارت‌های حل تعارض می‌توانند شاخص کلیدی در روابط زناشویی موفق باشند. اگر تعارض به‌طور ضعیفی اداره شود موجب تخریب زندگی زناشویی شده و اثرات زیانباری بر سلامت فیزیکی و هیجانی زوجین می‌گذارد (Hashemi & Asghari, 2015).

روش‌های حل تعارض متنوع هستند که از آن‌ها به عنوان سبک‌های حل تعارض نام برده می‌شود. (Rahim, 1983) پنج نوع سبک حل تعارض را عنوان می‌کند، سبک‌های مسلط، ملزم‌شده، اجتنابی، مصالحه و یکپارچه. سبک مسلط به‌وسیله اهمیت دادن بالا به خود و اهمیت دادن پایین به دیگران مشخص می‌شود. سبک ملزم شده مستلزم اهمیت دادن پایین به خود و اهمیت دادن بالا به دیگران است. افراد با استفاده از این دو سبک در صدد دستیابی به راه‌حلی هستند که هماهنگ و سازگار با دیگران باشند. سبک اجتنابی با اهمیت دادن پایین به خود و دیگران مشخص می‌شود و معمولاً با کناره‌گیری هم توأم است. در این سبک مسئولیت به شخص دیگر واگذار می‌شود و افراد امیدی ندارند که از حل تعارض سودی کسب کنند، بنابراین کناره‌گیری از تعارض را ترجیح می‌دهند. سبک مصالحه در میان سایر سبک‌ها از یک موضع میانه برخوردار است. این سبک بر اساس یک راهبرد داد و ستد و بر اساس یک تصمیم‌گیری دو جانبه قابل قبول اتخاذ می‌شود. سبک یکپارچه مستلزم اهمیت زیاد دادن به خود و دیگران است. این سبک مستلزم تشریح مساعی بین دو نفر است (Ben-Ari & Hirschberg, 2009). اگر تعارض به صورت مفید مورد استفاده قرار بگیرد می‌تواند عاملی پر بار در حفظ روابط باشد و در جهت درک عمیق‌تر روابط متقابل و نزدیک، ثمربخش شود ولی اگر تعارض‌ها به صورتی غیر مفید حل شوند می‌توانند تهدیدکننده جدی روابط زناشویی باشند. بنابراین سالم بودن یا ناسالم بودن یک رابطه به مقدار تعارض بین افراد درگیر وابسته نیست بلکه به چگونگی توزیع تعارض نیز بستگی دارد (Karairmak & Duran, 2008). اعتمادی جباری، جزایری و احمدی (Etemadi, Jaberri, Jazayeri, & Ahmai, 2012) دریافته‌اند که بین مؤلفه‌های مهارت‌های ارتباطی و قاطعیت در کلام، بینش نسبت به فرایند ارتباط، درک پیام، کنترل عواطف و گوش دادن با صمیمیت زناشویی؛ بین ابعاد الگوهای ارتباطی سازنده متقابل، اجتنابی متقابل،

توقع کناره‌گیری و پنج سبک حل تعارض، به جز سبک اجتنابی در زنان با صمیمیت زناشویی همبستگی وجود دارد. احمدی، خدابندلو و عباسی (Ahmadi, Khodabandeh, & Abbasi, 2015) نشان دادند که متغیرهای رضایت زناشویی و تعارض‌های زناشویی پیش‌بین‌های فرسودگی زناشویی هستند. کریمی، کریمی و دهقان (Karimi, Karami, & Dehghan, 2015) نشان دادند بین سبک دلبستگی ناایمن و سبک حل تعارض اجتنابی با فرسودگی زناشویی رابطه مثبت و بین سبک‌های مسلط و یکپارچه با شاخص فرسودگی زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

عامل دیگری که به نظر می‌رسد می‌تواند رابطه زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد باورهای منطقی و غیرمنطقی است، که در زندگی زناشویی به عنوان انتظارات زناشویی در نظر گرفته می‌شوند. این باورها می‌توانند نقش بسیار مهمی در رضایت و عدم رضایت زندگی و در نهایت فرسودگی زناشویی داشته باشند (Vannier & Sullivan, 2017). حماسی (Hamamaci, 2005) نشان داد که باورها با تعارض‌های زناشویی همبستگی دارند. شمس‌الدینی و رفاهی (Shamsuddini & Refahi, 2015) نتیجه گرفتند که باورهای غیرمنطقی پیش‌بینی‌کننده فرسودگی در زنان هستند. پینس (Pines, 1997) دریافت که سطوح فرسودگی در بین زنان و مردان متفاوت است. از عواملی که به نظر می‌رسد می‌تواند فرسودگی زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد، انتظارات زناشویی است. انتظارات زناشویی عبارت است از استانداردها و فرضیه‌های ذهنی، چهارچوب‌های از پیش تعیین شده، باید و نبایدهایی که زوجین در مورد همسر و زندگی زناشویی دارند که ممکن است مبتنی بر واقعیت باشد یا نباشد (Miller & Tedder, 2011). افراد اغلب، انتظاراتی از رابطه مطلوب زناشویی دارند که این‌گونه انتظارات که گاه مبهم، غیرواقعی، ناقص، ابراز نشده و توأم با سوء برداشت است و می‌توانند به صورت منفی روابط همسران را تحت تأثیر قرار دهند (Juvva & Bhatti, 2006). انتظارات زناشویی شامل چهار مؤلفه است: ۱- انتظارات زن و شوهر از یکدیگر به عنوان شریک زندگی، ۲- انتظارات آن‌ها از خانواده همسر، ۳- انتظارات آن‌ها از ازدواج و ۴- انتظارات آن‌ها از نماد و ازدواج یا مفهومی که هریک از همسر ایده‌آل در ذهن خود داشته‌اند، میزان برآورده شدن انتظارات و خواسته‌های هریک از زوجین می‌تواند مبنای رضایت از زندگی زناشویی قرار گرفته و فاصله بین واقعیت‌ها و انتظارات از زندگی زناشویی می‌تواند توجیهی برای رضایت همسران از رابطه زناشویی فراهم کند (Miller & Tedder, 2011). بسیاری از مشکلات ارتباطی، یا نارضایتی‌های همسران نیز از انتظارات غیرواقعی و مبهم یا فاصله موجود بین انتظارات پیش از رابطه و واقعیت موجود نشأت می‌گیرد که موجب ایجاد تعارض‌های زناشویی می‌شود. به عقیدهٔ بک (Beck, 1970) و باسیم، شوهام، مایسر و دایتو (Baccem, Shoham, Mueser & Daiuto, 1998) زمانی که باورهای غیرمنطقی کاهش یابد، باورهای منطقی جایگزین آن‌ها می‌شود و رضایت و سازگاری زناشویی نیز افزایش خواهد یافت. اندریو، داماریس، ریان، کال ریسون و متیو (Andrew, Damaris,)

دوفصلنامه مشاوره کاربردی، دانشگاه شهید چمران اهواز (دوره ۸، سال هشتم، پاییز و زمستان ۹۷ شماره ۲)

(Ryan, Calreson & Matthew, 2013) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که بین انتظارات از ازدواج و رضایت زناشویی رابطه وجود دارد. شادلیچ و کامینک (Schudilich & Cumming, 2012) دریافتند که سبک‌های حل تعارض اجتنابی، ملزم شده و مصالحه باعث نارضایتی از ازدواج و بروز نشانه‌های افسردگی می‌شود. آلیگر (Alegre, 2014) دریافت که سبک‌های حل تعارض میانجی رابطه بین متغیرهای کیفیت زندگی زناشویی و جنبه‌های احساسی فرد است. تاپیلس و اوباج (Tapeles & Orbuch, 2009) نشان دادند که فرسودگی زناشویی عامل پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی است و منجر به جدایی عاطفی زوجین می‌گردد.

با توجه به مطالب ذکر شده در مورد اهمیت فرسودگی زناشویی، یعنی به‌کارگیری سبک‌های متفاوت حل تعارض در برخورد با تعارض‌های زناشویی و تأثیری که انتظارات زناشویی می‌تواند بر فرسودگی زناشویی داشته باشد، این پژوهش به دنبال پاسخ به این سؤال بود که کدامیک از سبک‌های حل تعارض (مسلط، ملزم شده، اجتنابی، مصالحه و یکپارچه) و انتظارات زناشویی می‌توانند فرسودگی زناشویی را پیش‌بینی کنند؟

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه این پژوهش شامل کلیه زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره خصوصی شهر اصفهان (انیس، مهرگستر، راه عشق، پرتو آفتاب، تماشا، توحید، رهیاب و هنر زندگی) از فروردین تا مهرماه ۱۳۹۶ در بازه زمانی ۷ ماهه بود که ۲۴۰ زن به روش نمونه‌گیری داوطلبانه از مراکز مشاوره فوق‌الذکر انتخاب شدند. ضمناً از ۲۴۰ پرسش‌نامه ۲۰۹ پرسش‌نامه به‌طور کامل برگردانده شدند.

ابزارهای اندازه‌گیری

مقیاس فرسودگی زناشویی (Marital Burnout Scale). این مقیاس توسط پینس (Pines, 1997) ساخته شده و شامل ۲۰ ماده و ۳ مؤلفه خستگی جسمی (احساس خستگی، سستی و داشتن اختلالات خواب)، خستگی عاطفی (احساس افسردگی، ناامیدی و در دام افتادن) و خستگی روانی (احساس بی‌ارزشی، سرخوردگی و خشم به همسر) است. ماده‌های این مقیاس در یک طیف لیکرت هفت رتبه‌ای (۱ = هرگز تا ۷ = همیشه) درجه‌بندی شده‌اند. ضرایب پایایی آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌ها ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ (Pines & Nunes, 2003)؛ و عبادت پور، نوایی نژاد، شفیع‌آبادی و فلسفی نژاد (Ebadat poor, Navabi Nejad,

(Shafi Abadi & Falsafi Nejad, 2013) ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۱ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش، ضریب پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۷ محاسبه شد.

پرسش‌نامه سبک‌های حل تعارض (Conflict Resolution Style Questionnaire).

این پرسش‌نامه توسط رحیم (Rahim, 1997) تدوین شده و ۲۸ ماده دارد، و هدف آن ارزیابی سبک‌های حل تعارض افراد در رابطه با همسر است. ماده‌های این ابزار در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (۱ = بسیار کم، ۲ = کم، ۳ = گهگاهی، ۴ = زیاد و ۵ = بسیار زیاد) درجه‌بندی می‌شود. حقیقی (Haghighi, 2012) نشان داد بین خرده مقیاس‌های این پرسش‌نامه (سبک‌های یکپارچه، مصالحه، ملزم‌شده، اجتنابی و مسلط) همبستگی مثبت و منفی معنادار وجود دارد. در این پژوهش، ضریب پایایی پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۵ محاسبه شد.

پرسش‌نامه انتظارات زناشویی (Marital Expectation Questionnaire).

پرسش‌نامه توسط امیدوار (Omidvar, 2008) ساخته شده و دارای ۳۲ ماده است که ماده‌ها در یک طیف ۵ درجه‌ای لیکرت (اصلاً = ۰، بندرت = ۱، گاهی = ۲، اغلب = ۳ و همیشه = ۴) مرتب شده‌اند. حداقل نمره صفر و حداکثر ۱۲۸ است نمره بسیار بالا و بسیار پایین نشانگر انتظارات زناشویی غیرمنطقی و ناکارآمد است. این پرسش‌نامه دارای مؤلفه‌های انتظار از همسر به عنوان دوست و حامی، انتظار از زندگی زناشویی و انتظار از رابطه مطلوب است که همبستگی مؤلفه‌های پرسش‌نامه با باهم و به‌ویژه با نمره کل بالا و معنی‌دار است. امیدوار (Omidvar, 2008) ضریب پایایی آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه را ۰/۸۱ گزارش کرد. در این پژوهش، ضریب پایایی پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۷ محاسبه شد.

روند اجرای پژوهش

ابتدا همه مراکز مشاوره شهر اصفهان شناسایی شدند و فقط ۸ مرکز خصوصی در اجرای این پژوهش حاضر به همکاری شدند. سپس از میان زنانی که به دلیل مشکلات زناشویی به این مراکز مراجعه می‌کردند، تقاضا شد با توجه به هدف از انجام پژوهش در این مطالعه شرکت نمایند و به ابزارهای اندازه‌گیری پاسخ دهند. زنانی که مایل به همکاری بودند بعد از ملاحظات و رعایت اخلاق پژوهش مورد بررسی قرار گرفتند.

تجزیه و تحلیل داده‌ها

برای بررسی سؤال پژوهش از روش آماری تحلیل رگرسیون به روش گام به گام و با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS استفاده شد.

یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن شرکت‌کننده‌ها به ترتیب، ۳۷/۵ و ۱۶/۲؛ ۴۵ نفر (۲۲ درصد) از شرکت‌کننده‌ها دارای تحصیلات زیر دیپلم، ۷۵ نفر (۳۶ درصد) دیپلم، ۵۲ نفر (۳۶ درصد) فوق‌دیپلم، ۳۲ نفر (۱۵ درصد) کارشناسی و ۵ نفر (۲ درصد) کارشناسی ارشد بود.

جدول ۱

میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	۲	۳	۴	۵	۶	۷
فرسودگی زناشویی	۲ / ۸۲	۱ / ۴	۰/۵۳**	- ۰/۰۶	۰/۲۵**	- ۰/۳۸**	۰/۱۸*	- ۰/۲۴**
سبک یکپارچه	۲۷	۴ / ۴	-	۰/۰۱	- ۰/۴۶**	۰/۵۰**	۰/۰۷	- ۰/۳**
سبک اجتنابی	۱۶ / ۸۱	۴ / ۳۹	-	-	۰/۰۷	۰/۰۳۱	۰/۳**	- ۰/۲۳**
سبک مسلط	۱۴ / ۳۸	۵ / ۰۸	-	-	-	- ۰/۳۴**	۰/۱۴*	- ۰/۰۵
سبک مصالحه	۱۴ / ۹۵	۲ / ۹۵	-	-	-	-	۰/۱۳*	- ۰/۳**
سبک ملزم شده	۱۹ / ۷۲	۴ / ۶۴	-	-	-	-	-	- ۰/۰۵
انتظارات زناشویی	۷۰ / ۷۳	۲۲ / ۷۹	-	-	-	-	-	-

* $P < 0.05$ ** $p < 0.01$

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد، ضرایب همبستگی بین سبک‌های حل تعارض یکپارچه، مسلط، مصالحه و ملزم شده و انتظارات زناشویی با فرسودگی زناشویی به صورت مثبت و منفی معنادارند.

جدول ۲

نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به روش گام به گام متغیرهای پیش‌بین با فرسودگی زناشویی

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	R	R ²	F	t	P
فرسودگی زناشویی	سبک یکپارچه	۰/۵۳	۰/۲۸	- ۰/۵۳	۸۰/۸۱	< ۰/۰۰۱
	سبک یکپارچه	۰/۵۵	۰/۲۹	- ۰/۱۸	۴۳/۶۰	< ۰/۰۰۱
	سبک مصالحه	۰/۵۵	۰/۲۹	- ۰/۱۸	۴۳/۶۰	< ۰/۰۰۱
	سبک یکپارچه	۰/۵۶	۰/۳۱	۰/۱۶	۳۱/۲۵	< ۰/۰۰۱
	سبک مصالحه	۰/۵۶	۰/۳۱	۰/۱۶	۳۱/۲۵	< ۰/۰۰۱

همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، سبک یکپارچه به صورت منفی در پیش‌بینی متغیر ملاک (فرسودگی زناشویی) $[R = 0/53, R^2 = 0/28, F = 80/81, t = -1/99, P < 0/001]$ نقش دارد؛ در مرحله بعد با اضافه شدن متغیر سبک مصالحه به سبک یکپارچه مجذور همبستگی از $0/28$ به $0/29$ افزایش یافت، یعنی، متغیر سبک مصالحه فقط $0/01$ بر پیش‌بینی متغیر ملاک اضافه نموده است $[F = 43/60, t = -2/20, P < 0/001]$. در مرحله آخر، وقتی که متغیر سبک ملزم شده به سبک‌های یکپارچه و مصالحه اضافه گردید مجذور همبستگی از $0/29$ به $0/31$ افزایش یافت که این سبک حل تعارض فقط $0/02$ به پیش‌بینی فرسودگی زناشویی اضافه کرده است $[F = 31/25, t = 0/16, P < 0/001]$. به عبارت دیگر، سبک یکپارچه مهم‌ترین نقش را در پیش‌بینی فرسودگی زناشویی دارد، و متغیر انتظارات زناشویی در پیش‌بینی فرسودگی زناشویی نقشی ندارد.

بحث

هدف این پژوهش پیش‌بینی فرسودگی زناشویی بر اساس سبک‌های حل تعارض (یکپارچه، اجتنابی، مسلط، مصالحه و ملزم شده) و انتظارات زناشویی با فرسودگی زناشویی بود، بر اساس نتایج به دست آمده از بین سبک‌های حل تعارض، سبک‌های یکپارچه، مصالحه (به‌طور منفی) و ملزم شده توان پیش‌بینی فرسودگی زناشویی را دارا بودند، اما انتظارات زناشویی این ویژگی را نداشت.

این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های کیانی، اسدی، اسلامی و زوار (Kiani, Asadi, Ismaili, & Zawar, 2016) و هاشمی و اصغری (Hashemi & Asghari, 2015)؛ شادلیچ، و کامینگ (Schudilich & Cumming, 2012)؛ احمدی و همکاران (Ahmadi, Khodabande, & Abbasi, 2015)؛ اعتمادی و همکاران (Etemadi, Jaber, Jazayeri, & Ahmai, 2012) و کریمی و همکاران (Karimi, Karami, & Dehghan, 2015) مبنی بر مهارت‌های حل تعارض می‌تواند شاخص مهمی در روابط زناشویی داشته باشد همسو است. دلیل آن می‌تواند این موضوع باشد که سبک‌های حل تعارض توانایی تحلیل شرایط، ایجاد تعاملات سازنده و غیر سازنده ارتباط دارند، سبک‌های حل تعارض توانایی شناختی زوجین در حل مسأله می‌باشند و می‌توانند بر تغییر تأثیر انتظارات زناشویی بر فرسودگی زناشویی به صورت سازنده و غیر سازنده اثر داشته باشند، با توجه به خصوصیات هر سبک در حل تعارض می‌توان گفت سبک یکپارچه مستلزم مشارکت هر دو فرد در به‌دست آوردن راه حل مناسب برای حل تعارض است و ویژگی مهم آن اهمیت دادن به خود و همسر است، در واقع ایجادکننده روحیه اتحاد و همبستگی بین همسران برای حل مشکل به وجود آمده است. استفاده از سبک مصالحه شباهت بسیار زیادی نیز با سبک یکپارچه دارد ولی شدت مشارکت و اتحاد و اهمیت به خود و همسر در سبک

مصالحه نسبت به سبک یکپارچه کمتر است ولی همچنان باعث ایجاد راه‌حل سازنده شده و از عواقب منفی حل نشدن تعارض در رابطه همسران جلوگیری می‌کند، در نهایت تعارض حل نشده می‌تواند منجر به سردی روابط و فرسودگی زناشویی شود. همچنین یکی از سبک‌های مورد استفاده همسران در حل تعارض زناشویی استفاده از سبک ملزم شده است که ویژگی آن اهمیت پایین به خود و اهمیت بالا به دیگران است و فرد همیشه در تلاش است در تعارض‌ها همسر خود را راضی نگه دارد و عدم ابراز وجود در این سبک یکی از ویژگی‌های اصلی این سبک است که به صورت مثبت و با مرور زمان باعث ایجاد عواطف منفی در فرد و ایجاد عدم وابستگی عاطفی همسران به یکدیگر و در نتیجه دلسردی و به مرور زمان فرسودگی زناشویی خواهد شد.

پینس (Pines, 1997)، حماسی (Hamamaci, 2005) و شمس‌الدین و رفاهی (Shamsuddin & Refahi, 2015) نشان دادند که انتظارات غیرمنطقی، فرسودگی زناشویی را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کند و داشتن باورهای نادرست و ارتباط ناسالم در رابطه زناشویی به مرور زمان باعث بروز فرسودگی زناشویی می‌شود. همچنین پینس (Pines, 1997) و آندریو و همکاران (Andrew et al., 2013) نشان دادند که انتظارات زناشویی نقش مهمی در پیش‌بینی فرسودگی و رضایت زناشویی دارد. با توجه به نتایج تحقیقات گفته شده به نظر می‌رسد که نوع انتظار و باورهایی که زنان متأهل در رابطه مسائل زناشویی دارند تأثیر بسیار زیادی بر میزان فرسودگی زناشویی آنان دارد و هر چه انتظارات منفی زنان متأهل در این رابطه بیشتر باشد میزان فرسودگی زناشویی بیشتر می‌شود و با توجه به اینکه ارتباط زناشویی یکی از صمیمی‌ترین و خصوصی‌ترین روابط بین انسان‌ها می‌باشد و در این ارتباط افراد با انتظارات و افکار مختلف در کنار یکدیگر قرار می‌گیرند اگر انتظارات آن‌ها از این ارتباط غیرمنطقی باشد مانع ایجاد رضایت زناشویی می‌شود و در نهایت فرسودگی زناشویی را به همراه خواهد داشت. اما در پژوهش حاضر انتظارات زناشویی در مقایسه با سبک‌های حل تعارض اهمیت کمتری در پیش‌بینی فرسودگی زناشویی دارند. انتظارات زناشویی باورهای منطقی و غیرمنطقی در رابطه زناشویی هستند و می‌توانند روابط همسران را تحت تأثیر قرار دهند. جووا و بهاتی (Juvva & Bhatti, 2006) باورهای غیرمنطقی یکی از موانع ارتباط است و موجب افزایش ناسازگاری در رابطه زوجین می‌شود. انتظارات زناشویی ممکن است مبتنی بر واقعیت نباشند میلر و تدر (Miller & Tedder, 2011). بک (Beck, 1970) و باسم و همکاران (Baccem et al., 1998) معتقدند انتظارات زناشویی با به‌کارگیری مهارت‌های شناختی تغییر می‌کنند، سبک‌های حل تعارض یا توانایی حل مسأله ویژگی‌های شناختی هستند که بر تغییر انتظارات زناشویی و تأثیر آنها در روابط زوجین اثر می‌گذارند. سبک‌های حل تعارض سازنده (یکپارچه و مصالحه) باورهای غیر منطقی را با واقعیت منطبق کرده، به حل بهتر مسائل پیش روی زوجین کمک می‌کنند و فرسودگی زناشویی را کاهش می‌دهند، در مقابل، سبک حل تعارض ملزم شده در تغییر باورهای غیر منطقی به

باورهای منطقی و انطباق آن‌ها با واقعیت ضعیف بوده و فرسودگی زناشویی را افزایش می‌دهد. موارد فوق اهمیت تأثیر سبک‌های حل تعارض بر انتظارات زناشویی را مورد تأیید قرار می‌دهند که نتایج پژوهش حاضر مبنی بر اهمیت بیشتر تأثیر سبک‌های حل تعارض نسبت به انتظارات زناشویی بر فرسودگی زناشویی را تأیید می‌کند.

نتیجه‌گیری

بر اساس نتایج این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که کاربرد سبک‌های حل تعارض یکپارچه و مصالحه در زندگی زناشویی با کاهش فرسودگی زناشویی و سبک حل تعارض ملزم شده با افزایش فرسودگی زناشویی همراه است. انتظارات زناشویی غیر منطقی، بخصوص انتظار غیر منطقی از رابطه زناشویی از جنبه‌های منفی کاهش فرسودگی زناشویی است که تغییر آن‌ها در جهت کاهش فرسودگی زناشویی اهمیت زیادی دارد. در این مطالعه سبک‌های حل تعارض در مقایسه با انتظارات زناشویی اهمیت بیشتری در رابطه با ایجاد و عدم ایجاد فرسودگی زناشویی دارند به خصوص سبک‌های حل تعارض یکپارچه و مصالحه که در جهت کاهش فرسودگی زناشویی عمل می‌کنند. بنابراین تغییر سبک‌های حل تعارض در جهت کسب و به‌کارگیری سبک‌های حل تعارض، یکپارچه و مصالحه و عدم به‌کارگیری سبک حل تعارض ملزم شده در زوجین قبل از توجه به انتظارات زناشویی در کاهش فرسودگی زناشویی و بهبود روابط همسران اهمیت پیدا می‌کنند. محدودیت این پژوهش، تصادفی نبودن نمونه مورد مطالعه بود که امکان تعمیم نتایج را به نمونه‌های دیگر دشوار می‌سازد. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی این متغیرها در جمعیت دیگر و به صورت علی و در قالب یک مدل مفروض مورد بررسی قرار گیرند.

سپاسگزاری

از همه کسانی که امکان انجام این پژوهش را به‌ویژه مسئولین محترم مراکز مشاوره شهر اصفهان فراهم نمودند، تشکر و قدردانی می‌نماییم.

References

- Ahmadi, K., Khodabandeh, N., & Abbasi, Z. (2015). Predictors of marital burnout in women. *Journal of Women and Society*, 4(20), 53-70. (Persian)
- Alegre, P. (2014). Marital quality and attachment: The mediator role of conflict resolution styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Amato, P. R., & Keith, B. (2011). Parental divorce and adult well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 53(1), 43-58.
- Andrew, P., Damaris, S., Ryan, G., Carlson, C., & Matthew, D. (2013). Marital expectations and marital satisfaction between African immigrant and unite states born between couples. *Journal of Psychology in Africa*, 23(2), 317-32.
- Aidogan, D., & Kizildag, S. (2018). Examination of relational resilience with couple burnout and spousal support in families with a disabled child. *The Family Journal*, 25(4), 407-413.
- Bacem, P. H., Shoham, V., Mueser, K. T., & Daiuto, D.D. (1998). Empirically supported couple and family interventions for marital distress and adult mental health problems. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 53-88.
- Beck, A. T. (1970). Cognitive therapy: Nature and relation to behavior therapy. *Journal of Behavior Therapy*, 1(2), 184-200.
- Ben-Ari, R., & Hishberg, I. (2009). Attachment styles, conflict perception, and adolescents, strategies of coping with interpersonal conflict. *Negotiation Journal*, 25 (1), 59-82.
- Ebadat poor, B., Navabi Nejad, S., Shafi Abadi, A., & Falsafi Nejad M. (2013). Mediating role of family functions for individual resilience and spiritual beliefs and marital satisfaction. *Journal Psychological Methods and Models*, 29-45. (Persian)
- Etemadi, O., Jaberi, S., Jazayeri, R. S., & Ahmadi, S.A. (2012). The relationship between communication skills, patterns of expression and conflict resolution Styles with marital infertility in women in Isfahan. *Journal of Women and Society*, 5(1), 63-74. (Persian)
- Hamaci, P. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital conflict. *Journal of Behavioral Therapy*, 23, 245-161.

- Hashemi, S. F., & Asghari, M. J. (2016). The role of emotional literacy in predict of emotional divorce. *Journal of Consolation and Therapy*, 5 (17), 59-72. (Persian)
- Juvva, S., & Bhatti, R. S. (2006). Epigenetic model of marital expectations. *Contemporary Family Therapy*, 28(1), 61–72.
- Karairmak, O., & Duran, N. O. (2008). Gender differences in attachment styles regarding conflict handling behaviors among Turkish late adolescents. *International Journal for the Advancement of Counseling*, 30(4), 220-234.
- Karimi, P., Karami, J., & Dehghan, F. (2014). Relationship between attachment styles and conflict resolution styles marital burnout in married workers. *Journal of Women and Society*, 5(3), 53-70. (Persian)
- Kiani, A R., Asadi, S., Isma'ili Ghazi Voloui F., & Zawar, M. (2016). The prediction of marital boredom based on emotional expressiveness and marital attributes in Married people referred to the well-being of the city of Ardabil. *Journal of Research Advice*, 59 (18), 56-62. (Persian)
- Miller, J., & Tedder, B. (2011). *The discrepancy between expectations and reality: sates faction in romantic relationships*. Hanover College.
- Pines, A. m. (1997). Sex differences in marriage burnout, *Journal Israel Social Science Research*, 5 (1-2), 60-75.
- Pines, A M., & Nunes, R. (2003). The relationship between career and couple burnout: implications for career and couple counseling. *Journal of Employment Counseling*, 40 (2), 50-64.
- Schudilich, R., & Cummings, M. (2012). Relations between spouses Depressive Symptoms and marital conflicts: A longitudinal investigation of the role of conflict resolution styles. *Journal of National Library of Medicine*. 25(4), 531-540.
- Shamsuddin, H., & Rafahi, J. (2015). The predictive role of irrational believes and love components on marital thirst. *Journal of Research Advice*, 15 (60), 19-41. Persian
- Rahim, M. A. (1983). A measure of styles of handling interpersonal conflict. *Academy of Management Journal*, 26(2), 368-376. (Persian)
- Tsaplas, I., & Orbuch, T. (2009). Marital boredom now predicts less sates faction 9 years later. *Psychological Science*, 20(5), 543-545.

دوفصلنامه مشاوره کاربردی، دانشگاه شهید چمران اهواز (دوره ۸، سال هشتم، پاییز و زمستان ۹۷ شماره ۲)

Vannier, S. A., & Sullivan, L, F. (2017). Examining unmet romantic expectations and dating relationship outcomes using an investment model framework. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 160-177.



© 2018 by the authors. Licensee SCU, Ahvaz, Iran. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0 license) (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>).