

نقش سبک حل مسأله در پیش بینی سازگاری زناشویی مادران کودکان استثنایی

مونا کارگر¹

دکتر محمد جواد اصغری ابراهیم آباد²

چکیده

هدف پژوهش حاضر پیش بینی سازگاری زناشویی بر اساس سبک های حل مسأله در مادران کودکان استثنایی بود. تعداد نمونه این پژوهش 75 نفر از مادران دارای کودک معلول (نابینا، ناشنوا، معلول جسمی،...) بود که با استفاده از نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. در این پژوهش که یک مطالعه همبستگی است از پرسش نامه های سبک حل مسأله کسیدی و لانگ و مقیاس سازگاری زناشویی اسپینر (DAS) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از روش همبستگی و تحلیل رگرسیون صورت گرفت. یافته ها نشان داد که بین سبک کارآمد و ناکارآمد حل مسأله با سازگاری زناشویی رابطه معناداری وجود دارد ($p < 0/001$)، همچنین سبکهای حل مسأله می تواند سازگاری زناشویی را در سطح معناداری $p < 0/001$ پیش بینی می کند. بنابراین می توان نتیجه گرفت سبکهای حل مسأله کارآمد و ناکارآمد بر سازگاری زناشویی تأثیر می گذارد. **واژه‌های کلیدی:** سبک حل مسئله؛ سازگاری زناشویی؛ مادران کودکان استثنایی.

¹ - کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه فردوسی مشهد mona.kargar@rocketmail.com

² - استادیار، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه فردوسی مشهد، گروه روانشناسی (نویسنده مسئول) mjasghari@um.ac.ir

مقدمه

سازگاری زناشویی یک جنبه بسیار مهم و پیچیده از یک رابطه زناشویی است. مطالعه سازگاری زناشویی ممکن است به معنای مطالعه مواردی از قبیل: خوشبختی در ازدواج، ارتباط همراه با رضایت متقابل، توافق در تصمیم گیری‌ها، مؤثر بودن کارکرد خانواده و سازگاری جنسی می باشد (احمد و رید¹، 2008). سازگاری زناشویی فرآیندی است که در طی آن هر دو عضو زوج به صورت انفرادی یا با همکاری یکدیگر الگوهای رفتاریشان را برای رسیدن به حداکثر رضایت زناشویی در روابطشان، تغییر و اصلاح می نمایند (بالی، دهننگرا و بارو²، 2010). و در حفظ تعادل زندگی و جو عاطفی خانواده نقش حیاتی دارد و به عقیده فلوید³ (1998) عامل مؤثری برای مقابله با فشارهای روانی و داشتن زندگی زناشویی رضایتمند هستند (برنشتاین و برنشتاین، 1382).

دشواری های زندگی از جمله داشتن کودک استثنایی وجود مهارتهای حل مسأله را برای هر شخصی ضروری می سازد زیرا حل مسأله مهارتی است که همه افراد به آن نیازمندند چرا که در زندگی، افراد، همواره با مسأله مواجه اند (سروقد، سادات دیانت، 1388). طبق گفته ی دزوریلا و شیدی حل مسأله فرآیندی رفتاری- شناختی است که 1- پاسخ های بالقوه مؤثر برای موقعیت های دشوار را فراهم می سازد. 2- احتمال انتخاب مؤثرترین پاسخ را از بین پاسخ های متعدد افزایش می دهد(چیناو⁴، 2010). افرادی که از توانایی حل مسأله بیشتری برخوردارند بیشتر می توانند با استرس و مشکلات زندگی مقابله کنند و آنهایی که حل مسأله را یاد می گیرند به طور مؤثری با استرس مقابله می کنند(دیزریلا، نزو، میدو-الیورز⁵، 2002). داشتن قدرت حل مساله با مشکلات روان شناختی و اجتماعی کمتر همراه است (بنی سیف، دلفان اذری، بنی سیف، 1389).

حل مسأله به عنوان یک فرایند شناختی- رفتاری معطوف به خود تلقی می شود که در طی آن فرد می کوشد برای موقعیت های مشکل آفرین خاص که در مسیر زندگی روزانه با آنها مواجه می شود راه حل های مؤثر و کارآمدی را کشف کند و به کار بندد. در این تعریف فرایند حل مسأله به عنوان یک فعالیت هدفمند و آگاهانه در نظر

¹ -Ahmad & Reid

² -Bali, Dhingra & Baru

³ -Floyd

⁴ -Chinaveh

⁵ -D'Zurilla , Nezu , Maydeu-Olivares

گرفته می شود و راه حل های مؤثر و بالقوه را برای یک مسأله در دسترس افراد قرار می دهد و امکان انتخاب راه حل های مؤثر را از بین راه حل های مختلف افزایش می دهد (ابوالمعالی، 1389).

براساس دیدگاه دیزریلا و گیلفورد (1981) حل مسأله یک فرآیند چند بعدی تعاملی است که از دو مؤلفه نسبتاً مستقل تشکیل شده است، این دو مؤلفه عبارتند از:

الف: جهت گیری در مورد مساله

ب: مهارت های حل مساله .

جهت گیری در مورد آن به چگونگی توجه افراد به امور محیط اطراف آنان اشاره دارد و تا حدودی الگوی شناختی - هیجانی ثابتی که افراد نسبت به مسأله زندگی خود دارند و چگونگی ارزیابی آنها از ظرفیت های حل مسأله خود را نشان می دهد. مهارت های حل مسأله، به فعالیتهای شناختی و رفتاری آشکار برای پیدا کردن راه حل ویژه گفته می شود؛ به عبارت دیگر مهارت یا سبک حل مسأله، الگوی ویژه ای از کنش ها و افکار است و در افرادی که برای حل مسأله معینی تلاش می کنند دیده می شود (دیزریلا، نزو، میدو - الیورز، 2004).

جهت گیری حل مسأله اساساً یک مولفه انگیزشی است و افکار و احساسات تعمیم یافته یک فرد را منعکس می کند. جهت یابی مثبت مسأله، بازتابی از باور فرد نسبت به قابل حل بودن آن، خودکارآمدی، کوشش و مداومت و تعهد شخصی نسبت به حل مسائل است؛ که منجر به استفاده فرد از راهبردهای کارآمد حل مسأله، در هنگام رویارویی با یک مشکل می شود؛ اما جهت گیری منفی منعکس کننده باور فرد در مورد تهدید آمیز بودن مسائل و مشکلات، خودکارآمدی ضعیف، ناکام شده هنگام حل مسائل و تحکل کم نسبت به ناکامی است و باعث می شود که فرد در هنگام مواجهه با مسائل و مشکلات مختلف، به راهبردهای ناکارآمد حل مسأله مبادرت ورزد (دی زوریلا، نزو و مایدنو، 2005). به طور خلاصه، سبک حل مسأله زمانی ناکارآمد محسوب می شود که با جهت گیری منفی به مساله، تکانشگری یا تعلل و اجتناب شدید همراه باشد. بسیاری از پژوهش ها آموزش حل مسأله را به نحوی موفق در درمان آشفتگی های زناشویی به کار برده اند. برنشتاین و برنشتاین (1382) تاثیر یک برنامه حل مسأله را همراه با آموزش مهارت ارتباطی در کاهش درماندگی زناشویی تأیید کردند. پژوهش قلیلی و احمدی و فاتحی زاده (1386) نشان می دهد که آموزش شیوه حل مسأله موجب کاهش تعارضات

زناشویی می‌شود. کانگ¹ (2000) اثربخشی مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله را در پژوهش خود به عنوان روشی موثر در کاهش تعارضات زناشویی و همچنین تقویت عملکرد زناشویی معرفی کرد. مندل هال، گروت وانت و امکروی² (1996) در پژوهش خود نشان دادند که آموزش حل مسأله و بهبود مهارت‌های ارتباطی به زوجین قبل از ازدواج موجب افزایش توان مدیریتی آنان در اداره موثر امور زندگی می‌شود. هانسون و لند بلند³ (2006) در پژوهش خود نشان دادند که آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله به زوج‌هایی که در تعاملات زناشویی مشکل داشتند، باعث بهبود روابط زناشویی آنها و کاهش تعارضات در آنان می‌شود. بردی اوزونی دوجی و همکاران دریافتند که برنامه مهارت‌مقابله و حل مسئله می‌تواند بر کاهش ناسازگاری و افزایش کیفیت ارتباط زناشویی مؤثر باشد.

مهارت حل مسأله باعث می‌شود زوجین راهکارهای مؤثری را در مورد مسائل و مشکلات زندگی‌شان ارائه دهند و همین امر سبب می‌شود که از زندگی و رابطه زناشویی خود بیشتر لذت ببرند. اگرچه خانواده‌ی کودک استثنایی به لحاظ داشتن کودکی متفاوت از سایر کودکان، با مشکلات فراوانی در زمینه نگهداری، آموزش و تربیت آنها روبه‌رو است که این مسائل می‌تواند بر والدین فشارهایی وارد می‌کنند اما اغلب مشکلات زناشویی از نداشتن مهارت حل مسأله یا به کار بردن شیوه‌های حل مسأله ناکارآمد حاصل می‌شود که استفاده مکرر زوجین از این سبک شیوه حل مسأله بر رابطه زناشویی آنها تاثیر منفی گذاشته و از سازگاری زناشویی آنها می‌کاهد. بنابراین هدف پژوهش حاضر بررسی نقش سبک‌های حل مسأله در پیش‌بینی سازگاری زناشویی مادران کودکان استثنایی می‌باشد.

ابزار و روش

پژوهش حاضر از نوع همبستگی است. جامعه جامعه آماری این پژوهش مشتمل بر کلیه‌ی مادران دانش‌آموزان استثنایی در مدارس ابتدایی شهر مشهد در سال تحصیلی 92-93 بود. این مطالعه بر روی 75 نفر از مادران کودکان استثنایی (نابینا، ناشنوا، کم‌توان ذهنی و معلول جسمی حرکتی) انجام شد که به روش نمونه‌گیری در دسترس

¹-Kung

²-Mendenhall, Grotevant & Mcroy

³-Hansson & undbland

انتخاب شدند. دلیل انتخاب این روش نمونه گیری این بود که به تمام افراد افراد جامعه مورد نظر دسترسی نداشتیم تا بتوانیم به طور تصادفی انتخاب کنیم، از طرفی تعداد زیادی از این مادران توانایی خواندن و نوشتن را نداشتند و یا اینکه دسترسی به آنها جهت تکمیل پرسش نامه مشکل بود، بنابراین نمونه را از بین افرادی که مراجعه می کردند و آمادگی شرکت در پژوهش را داشتند، انتخاب کردیم.

ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش شامل:

الف: پرسشنامه سبک حل مسأله: این پرسشنامه توسط کسیدی و لانگ (1996) در طی دو مطالعه ساخته شد که دارای 24 گویه است و دو نوع سبک حل مسأله، یعنی سبک حل مسأله کارآمد و سبک حل مسأله ناکارآمد را می سنجد و نمره گذاری آن به صورت صفر و یک است. که هر کدام از سبک های حل مسأله شامل 12 ماده می باشد و حداکثر امتیاز در هر یک از سبک های حل مسأله 12 می باشد. ضریب آلفا برای هر دو سبک مسأله در مطالعات کسیدی و لانگ 0/69 و 0/63 به دست آمد. این مقیاس توسط محمدی (1377) در ایران ترجمه شد و مورد بررسی قرار گرفت. باباپور، رسول زاده طباطبایی، آشتیانی واژه ای (1382) در پژوهش خود پایایی این آزمون را با بهره گیری از ضریب آلفای کرونباخ، برابر 0/77 گزارش نمودند. همچنین پایایی ای آزمون در مطالعه دیگری توسط مظاهری و قشنگ (1380) از طریق آزمون مجدد، پس از یک هفته 0/89 گزارش شده است.

ب: مقیاس سازگاری زن و شوهر¹ (DAS): این مقیاس توسط اسپاینر² (1976) ساخته شده است و شامل 32 سؤال است که برای ارزیابی و سنجش میزان سازگاری و کیفیت رابطه زناشویی به کار می رود (ثناپی، 1387). این مقیاس 4 بعد رابطه را می سنجد: رضایت دو نفری، همبستگی دونفری، توافق دو نفری و ابراز محبت. در این مقیاس نمره کل بین 0 تا 151 می باشد و نمرات بالا سازگاری زناشویی بیشتر را منعکس می کند (نظری، محمد خانی، دولت شاهی، 1390). نمره گذاری این مقیاس نیز به شیوه لیکرت است که درجه بندی پاسخ ها متفاوت است. اعتبار کل مقیاس با آلفای کرونباخ 0/96 برآورد شده است. در ایران ملازاده (1381) اعتبار مقیاس را با روش بازآزمایی 0/86 و با روش آلفای کرونباخ 0/89 و میزان روایی هم زمان آن با

¹-Dyadic Adjustment Scale

²-Spanier

پرسش نامه سازگاری زناشویی لاک و لاس برابر 0/90 گزارش نمود. در پژوهش حاضر نیز پایایی این آزمون با آلفای کرونباخ، 0/91 به دست آمد. روایی این مقیاس با روش روایی محتوا چک شده است و با قدرت تمییز دادن زوجهای متأهل و مطلقه در هر سؤال روایی خود را برای گروه‌های شناخته شده نشان داده است.

یافته ها

در جدول ذیل وضعیت سنی، سطح تحصیلات، تعداد فرزندان، وضعیت اشتغال آزمودنیها بررسی شده است.

جدول 1: ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی ها

متغیر	فراوانی	درصد
تعداد فرزندان		
1 فرزند	35	49/2
3 یا 2 فرزند	25	33/3
بیشتر از 3 فرزند	15	17/5
سطح تحصیلات		
زیر دیپلم	21	28/6
دیپلم	28	39/7
فوق دیپلم و لیسانس	22	27
فوق لیسانس و بالاتر	4	4/8
وضعیت اشتغال		
خانه دار	49	68/3
شاغل	26	31/7
سن		
زیر 35 سال	48	66/7
بالای 35 سال	27	33/3

بر اساس اطلاعات جمعیت شناختی مندرج در جدول 1 حدود نیمی از مادران کودکان معلول (49/2 درصد) فقط دارای یک فرزند بودند. بیشترین فراوانی در سطح تحصیلات مربوط به دیپلم بود (39/7 درصد). اکثریت آنها خانه دار (68/3 درصد) و 66/7 درصد این مادران سن زیر 35 سال را داشتند.

جدول شماره (2)، میانگین و انحراف استاندارد نمره های آزمودنی ها را بر حسب سازگاری زناشویی و سبک های حل مسأله نشان می دهد.

جدول 2: شاخص‌های توصیفی نمرات آزمودنی‌ها در سبک‌های حل مسأله و

سازگاری زناشویی و ابعاد آن

متغیر	میانگین	انحراف معیار
سبک کارآمد حل مسأله	7/54	1/83
سبک ناکارآمد حل مسأله	5/87	1/75
توافق دو نفری	40/22	9/7
همبستگی دو نفری	13/01	2/66
رضایت زناشویی	36/48	8/33
ابراز محبت	6/65	2/15
سازگاری زناشویی کل	96/72	20/82

بر اساس مندرجات جدول شماره (2)، میانگین نمره‌های آزمودنی‌ها در سازگاری زناشویی کل، سبک کارآمد حل مسأله و سبک ناکارآمد حل مسأله به ترتیب 96/72، 7/54 و 5/87 می‌باشد.

برای بررسی رابطه سازگاری زناشویی و ابعاد آن (توافق دو نفری، همبستگی دو نفری، رضایت زناشویی و ابراز محبت) با سبک‌های حل مسئله (کارآمد و ناکارآمد) از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد (جدول شماره 3).

جدول 3: ماتریس همبستگی سازگاری زناشویی و ابعاد آن با سبک‌های حل مسأله

متغیر	1	2	3	4	5	6	7
1- حل مسئله کارآمد	1						
2- حل مسئله ناکارآمد	-0/74**	1					
3- توافق دو نفری	0/77**	-0/73**	1				
4- همبستگی دونفری	0/59**	-0/45**	0/62**	1			
5- رضایت زناشویی	0/71**	-0/68**	0/82**	0/57**	1		
6- ابراز محبت	0/64**	-0/62**	0/75**	0/62**	0/77**	1	
7- سازگاری زناشویی کل	0/79**	-0/74**	0/95**	0/71**	0/93**	0/84**	1

0/001P<**

با توجه به نتایج جدول شماره (3)، سبک کارآمد حل مسئله با سازگاری زناشویی کل دارای رابطه مثبت و معنادار است ($r=0/79$ و $p<0/001$). همچنین سبک ناکارآمد حل مسئله با سازگاری زناشویی رابطه منفی و معناداری دارد ($r=-0/74$ و $p<0/001$).

در جدول شماره (4) نتایج رگرسیون استاندارد برای پیش بینی سازگاری زناشویی و ابعاد آن براساس سبک حل مسئله ارائه شده است.

جدول 4: تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش بینی سازگاری زناشویی و ابعاد آن بر اساس سبک های حل مسأله

مشاوره‌مداری	مجموع مجذوران	df	میانگین مجذوران	R	R ²	f	Sig.	پیش بین	β	T	Sig.
رگرسیون	2246/1	2	112308	0/83	0/68	81/2	0/001	سبک کاربرد	0/52	5/43	0/001
باتایمده	9957/1	72	138/3					سبک ناکارآمد	-0/38	-3/95	0/001
کل	32198/7	74									
رگرسیون	2857/7	2	1428/8	0/76	0/56	47/9	0/001	سبک کاربرد	0/47	4/17	0/001
باتایمده	2143/3	72	29/8					سبک ناکارآمد	-0/34	-3/04	0/001
کل	5001	74									
رگرسیون	147/4	2	87/2	0/69	0/46	32/9	0/001	سبک کاربرد	0/31	2/53	0/001
باتایمده	190/2	72	2/64					سبک ناکارآمد	-0/43	-3/45	0/001
کل	364/6	74									
رگرسیون	4853/6	2	4226/7	0/82	0/67	75/1	0/001	سبک کاربرد	0/48	5/1	0/001
باتایمده	2326/2	72	32/3					سبک ناکارآمد	-0/39	-3/9	0/001
کل	7179/8	74									
رگرسیون	170/1	2	85/1	0/58	0/32	18/2	0/001	سبک کاربرد	0/56	4/02	0/001
باتایمده	335/8	72	4/7					سبک ناکارآمد	-0/02	-0/15	0/87
کل	505/9	74									

بر اساس یافته‌های به دست آمده از جدول شماره (4)، یک رابطه خطی بین سبک‌های حل مسأله و سازگاری زناشویی و ابعاد آن در سطح معناداری $p < 0/001$ وجود دارد. همچنین نتایج بیانگر این است که سبک حل مسأله کارآمد در جهت مثبت ($\beta = 0/52$) و سبک حل مسئله ناکارآمد در جهت منفی ($\beta = -0/38$) سازگاری زناشویی را پیش بینی می‌کند ($p < 0/001$).

بحث و نتیجه گیری

مسائل و مشکلات در زندگی جزء طبیعی از رابطه زناشویی است، اما آنچه اهمیت دارد واکنش زوجین به این مسائل است طوری که استفاده از روش‌های نامناسب حل مشکل باعث آشفته‌تر شدن اوضاع و سست شدن رابطه صمیمانه و به دنبال آن کاهش سازگاری و رضایت زناشویی می‌شود. این موضوع در مورد خانواده‌های پر مشکل از جمله خانواده‌هایی که دارای کودکان معلول هستند محتمل‌تر است. زیرا داشتن کودک معلول مسائل و مشکلات خاصی را به بار می‌آورد که اگر این زوجین نتوانند به طور مناسب و کارآمد با این مسائل مقابله کنند نه تنها باعث تشدید مشکلات می‌شود بلکه به رابطه زناشویی آنها نیز آسیب می‌زند. اما اغلب مشکلات زناشویی چه در بین والدین کودکان عادی و چه در والدین کودکان معلول، از نداشتن مهارت حل مسأله یا به کار بردن شیوه‌های حل مسأله ناکارآمد حاصل می‌شود که استفاده مکرر زوجین از این سبک شیوه حل مسأله بر رابطه زناشویی آنها تاثیر منفی گذاشته و از سازگاری زناشویی آنها می‌کاهد و نتایج پژوهش حاضر نیز نشان داد که استفاده از شیوه‌های ناکارآمد حل مسئله در میان مادران کودکان استثنایی همبستگی قوی و منفی با سازگاری و رضایت زناشویی دارد ($r = -0/74$ و $p < 0/001$). لذا نتایج پژوهش حاضر نشان داد که الگوی ناکارآمد حل مسأله، سازگاری زناشویی را در جهت منفی پیش بینی می‌کند ($\beta = -0/38$) و ($p < 0/001$) که این نتیجه نیز با مطالعات چانگ، زوریلا و ساننا¹ (2005) همخوان می‌باشد. طبق مطالعات چانگ و همکارانش، الگوی ناکارآمد حل مسأله به طور معناداری با اندازه‌های آشفته‌گی شامل استرس، اضطراب، افسردگی، پرخاشگری و افکار خودکشی رابطه مثبت و اندازه‌های بهزیستی مانند رضایت از زندگی، روابط بین فردی و مهارت اجتماعی رابطه منفی دارد. زیرا در زندگی مشترک بسیاری از مواقع پیش می‌آید

¹- Chang , Zurrila & Sanna

که یک مسأله حاد در زندگی بروز می کند. اگر زوجین یا حتی یکی از آنها سعی بر آن داشته باشند که به الگوهای ناکارآمد و غیر منطقی متوسل شوند نه تنها مسأله موجود حل نمی شود بلکه در مواقعی نیز مشکلاتی هم به آن اضافه می شود، که این عوامل منجر به کاهش سازگاری و رضایت زناشویی آنها می شود. بنابراین برخورداری از الگوی کارساز برای حل مشکلات می تواند زندگی و روابط را رضایت بخش سازد. لذا یکی دیگر از نتایج این پژوهش این بود سبک مؤثر حل مسأله با سازگاری زناشویی رابطه مثبت و معناداری دارد ($r=0/79$ و $p< 0/001$) و سبک کارآمد حل مسأله، سازگاری زناشویی را در جهت مثبت و مستقیم پیش بینی می کند ($\beta=0/52$ و $p< 0/001$). این نتیجه با پژوهش نظری و نوابی نژاد (1384)، اصلانی (1383)، هانسون و لوندلاند¹ (2006) همسو است که این پژوهش ها بر اهمیت مهارت حل مسأله به شیوه مؤثر و کارآمد تأکید دارند. زیرا مهارت حل مسأله به زوجین کمک می کند نسبت به مسائل نگرش واقع بینانه داشته و مشکلات را به عنوان یک مسأله یا چالش در نظر بگیرند و به دنبال راه حل مناسبی باشند که این مراحل: خلق راه حل ها، ارزیابی سود و زیان هر مرحله، تصمیم گیری و انتخاب بهترین راه حل، در کنار همدیگر می تواند موجب افزایش صمیمیت و در نتیجه سازگاری زناشویی شود. و در مقابل، حل مسأله به شیوه نامناسب و ناکارآمد باعث ایجاد رفتارهای منفی از قبیل سرزنش، کنایه، انتقاد و.. می شود که این عوامل موجب افزایش دلخوری ها و نابسامانی ها در بین زوجین می شود که در نهایت به کاهش سازگاری زناشویی منتهی می شود.

¹-Hansson & Lundbland

منابع:

- ابوالعالی، خدیجه (1389)، نظریه های جرم شناسی و بزهکاری با تاکید بر شناخت اجتماعی. تهران: ارجمند.
- اصلانی، خالد (1383)، نقش مهارت‌های ارتباطی بر کارایی خانوادگی دانشجویان متأهل. رفاه اجتماعی (سلامت روان در ایران)، 4(14)، 103-124.
- باباپور، جلیل، رسول زاده طبابایی، سیدکاظم، آشتیانی، علی و اژه ای، جواد (1382)، بررسی رابطه بین شیوه حل مسئله و سلامت روانشناختی دانشجویان مجله روان شناسی، 25، 3-16.
- بردی اوزونی دوجی، رحمان، دادخواه، اصغر، خدابخشی کولایی، آناهیتا و دولتشاهی، بهروز (1391)، اثر بخشی آموزش گروهی برنامه افزایش مهارت‌های مقابله زوج ها بر کیفیت ارتباط زوج های ناسازگار. مجله علوم رفتاری 6 (1)، 25-30.
- برنشتاین، ف، اچ؛ برنشتاین، م (1382)، شناخت و درمان اختلاف‌های زناشویی. (ترجمه حمید رضا سهرابی). چاپ دوم، تهران: خدمات فرهنگی رسا.
- بنی سیف، پری ناز، دلفان آذری، قنبر علی و بنی سیف، وحید (1389)، رابطه هوش هیجانی با سبک‌های حل مسأله و سلامت عمومی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی منطقه 12. مجله علوم تربیتی، 10(3)، 135-156.
- ثنایی، باقر (1387)، مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. تهران: انتشارات بعثت.
- سروقد، سیروس و سادات دیانت، عارفه (1388): مقایسه سبک‌های یادگیری و شیوه‌های حل مسئله ی دانشجویان دختر و پسر گرایش های علوم انسانی، علوم پایه و فنی - مهندسی. فصلنامه علمی - پژوهشی رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، 2(4)، 77-92.
- قلیلی، زهره، احمدی، سید احمد و دکتر فاتحی زاده، مریم (1386)، اثربخشی آموزش شیوه حل مسئله بر کاهش تعارضات زناشویی. فصلنامه روان شناسی کاربردی، 1(3)، 331-344.
- محمدی، فریده (1377)، بررسی شیوه حل مساله در افراد افسرده و مقایسه آن با افراد عادی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.
- نظری، علی محمد و نوایی نژاد، شکوه (1384)، بررسی تأثیر برنامه بهبود بخشی ارتباط بر رضایت زناشویی زوجین هر دو شاغل. پژوهش های مشاوره (تازه ها و پژوهش های مشاوره)، 4(13)، 35-59.
- نظری، وکیل، محمد خانی، پروانه و دولت شاهی، بهروز (1390)، مقایسه اثربخشی زوج درمانی شناختی رفتاری غنی شده و زوج درمانی تلفیقی رفتاری در افزایش رضایت زناشویی. فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی، 6(22)، 149-175.

- Ahmad, S., & Reid, D. W. (2008), Relationship Satisfaction among South Asian Canadians: The Role of 'Complementary-Equality' and Listening to Understand. *Journal of Interpersona*, 2(2), 131-150.
- Bali, A., Dhingra, R., & Baru, A. (2010), marital adjustment of childless couples. *Journal of Social Science*, 24(1), 73-76
- Chang EC, D' Zurrila TJ, & Sanna LJ.(2005), Social problem solving theory, research and training. Washington DC: American Psychological Association.
- Chinaveh, M. (2010), Training problem-solving to enhance quality of life: implication towards diverse learners. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 7(1), 302-310.
- D'Zurilla, T. J., Nezu, A. M., & Maydeu-Olivares, A. (2002), Manual for the social problem solving inventory-revised. (pp.211-244). Nourth Tonawanda, TY: Multi-Health Systems.
- D'Zurilla TJ, Nezu AM, & Maydeu-Olivares A. (2005), Problem solving theory, research and social training. Washington DC: American Psychological Association.
- D'Zurilla, T. J., Nezu, A. M., & Maydeu-Olivares, A. (2004), Social problem solving: Theory and assessment. In E. Chang, T. J. D'Zurilla, & L. J. Sanna (Eds.), *Social problem solving: Theory, research, and training* (pp.11-27). Washington, DC: American Psychological
- Hansson K, Lundbland A.(2006). Couple therapy: Effectiveness of treatment and long term follow up. *J FAM Ther.* 28:136-52.
- Kung WW. (2000), the intertwined relationship between depression and marital distress: Elements of marital therapy conducive to effective treatment outcome. *Journal of Marriage Fam Ther.* 20(1):51-62.
- Mendenhall TJ, Grotevant HD, & Mcroy RF.(1996), Adoptive couples: Communication and changes made in openness level. *Fam Relation.* 45(2):223.