

بررسی اثر آموزش توجه شنیداری - موسیقایی بر میزان گوش دادن فعال و الگوهای ارتباطی زوجین

حسین محمودی^{*}، دکتر نسترن ادیب‌راد^{**}، دکتر زاده‌محمدی^{***}

چکیده:

در این پژوهش اثر آموزش توجه شنیداری بر میزان گوش دادن فعال و الگوهای ارتباطی زوجین در بین دانشجویان متأهل دانشگاه شهید بهشتی بررسی شد. نمونه پژوهش شامل ۴۰ نفر (۲۰ زوج) بود که از طریق آگهی برای شرکت در این تحقیق داوطلب شدند. به روش جایگزینی تصادفی در دو گروه آموزشی و کنترل ۲۰ نفره (۱۰ زوج) قرار گرفتند. آموزش توجه و گوش دادن فعال به ساختارهای موسیقی شامل ریتم، ملودی، ارکستراسیون و هارمونی به‌عنوان روش مداخله به‌کار برده شد. دو پرسشنامه الگوهای ارتباطی و مهارت‌های شنیداری به‌عنوان ابزارهای تحقیق مورد استفاده قرار گرفتند. نتایج آزمون t مستقل بر روی تفاضل نمره‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه کنترل و آزمایش نشان داد، بین دو گروه، تفاوت معناداری در سطح $p < 0.05$ وجود دارد. با این توضیح که آموزش توجه شنیداری - موسیقایی در کاهش موانع شنیداری، افزایش مهارت‌های شنیداری و بهبود الگوهای ارتباطی، مؤثرتر و کارآمدتر است. عامل جنسیت در توجه شنیداری - موسیقایی تأثیر معناداری نداشت.

کلیدواژه‌ها: گوش دادن فعال، الگوهای ارتباطی، آموزش توجه شنیداری - موسیقایی.

* دانشجوی کارشناسی ارشد مشاور خانواده دانشگاه شهید بهشتی

** استادیار گروه مشاوره دانشگاه شهید بهشتی

*** استادیار پژوهشکده خانواده، دانشگاه شهید بهشتی

مقدمه

در تعاملات میان‌فردی، گوش دادن اهمیت زیادی دارد. افراد برای برقراری ارتباط با یکدیگر باید به هم علامت بدهند (رمزگردانی) و از یکدیگر علامت بگیرند (رمزگشایی). شنیدن، فعالیت جسمی و گوش دادن فرآیندی ذهنی است (هارجی^۱، ساندرز^۲، دیکسون^۳، ترجمه بیگی، فیروزبخت، ۱۳۷۷). گوش دادن مهم‌ترین مهارت ارتباط است که می‌تواند در روابط زوجین تولید صمیمیت کرده، آن را حفظ نماید. وقتی زوجین خوب گوش می‌دهند، طرف مقابل را بهتر درک می‌کنند و با او هماهنگ می‌شوند. از این‌رو فرآیند گوش دادن در روابط خانوادگی اهمیت فوق‌العاده‌ای دارد. گزارش‌ها حاکی از آن است که خانواده‌های موفق و زوج‌های خوشبخت کسانی هستند که از مهارت‌های شنیداری و ارتباطی خوبی برخوردارند. (مک‌کی^۴، فانینگ^۵، پالگ^۶، ترجمه قراچه‌داغی، ۱۳۷۹). برای افزایش مهارت‌های ارتباط در خانواده‌ها و در میان زوجین روش‌های مختلفی وجود دارد که روش نوین استفاده از توجه شنیداری - موسیقایی قابل تجربه است. زیرا موسیقی به دلیل داشتن انرژی، تحرک، جاذبه ذاتی و ارتباط اجتماعی بسیار نافذ بوده، در افزایش مهارت گوش دادن مؤثر است. (زاده‌محمدی، ۱۳۸۱). استفاده از موسیقی می‌تواند برای کاهش موانع شنیداری و به طبع آن افزایش مهارت‌های ارتباطی مفید باشد و به تقویت هدف مشترکی که در طول ارتباط به وجود می‌آید، کمک نماید. موسیقی مشترکی که خانواده و اعضای آن در گوش دادن به آن سهیم هستند، می‌تواند برای آغاز ارتباط و رشد آن مؤثر باشد. (بیلی^۷، ۱۹۸۴). در روابط کلامی بیشتر وقت صرف گوش دادن می‌شود تا صحبت کردن، مطالعه یا نوشتن. بررسی‌ها نشان می‌دهد که یک انسان ۵۳٪ تا ۴۵٪ از اوقات بیداری خود را صرف گوش دادن به حرف‌های دیگران می‌کند. (وود^۸، ترجمه فیروزبخت، ۱۳۷۹).

نولر^۹ و گاتری^{۱۰} (۱۹۸۹) به نقل از ادنوهیو^{۱۱} و کروچ^{۱۲} (۱۹۹۶)، مطرح کردند که ارتباط در ازدواج مهم است، زیرا روابط به‌طور اساسی در ارتباط بین زن و شوهر وجود دارد. در نتیجه آموزش ارتباط به‌عنوان کوششی در جهت اصلاح ارتباط مشکل‌زا، به‌عنوان جزء مهمی در بسیاری از رویکردهای زوج‌درمانی است. گارلند^{۱۳} (۱۹۸۱)، اثربخش بودن آموزش مهارت‌های گوش دادن فعال را مورد بررسی و ارزیابی قرار داد. زوج‌هایی که در این زمینه آموزش دیده بودند، در ادراکات، نگرش‌ها و احساسات همسر به طرز معنی‌داری دقیق‌تر بودند. پورنین^{۱۴} و کری^{۱۵} (۱۹۹۷)، در بررسی ارتباط بین فردی و سازگاری جنسی به نقش درک کردن و موافقت کردن پرداختند. نتایج بدست آمده نشان داد که، خوب درک کردن طرف مقابل باعث بهبود ارتباط بین‌فردی می‌شود. بلنگر^{۱۶} و همکاران (۲۰۰۲) طبق بررسی تحقیقات گذشته نشان دادند که، همسرانی که به حرف‌های هم به دقت گوش می‌دهند، بهتر می‌توانند از هم حمایت و پشتیبانی کنند. آن‌ها دو گروه از زوج‌های مشکل‌دار و خوشبخت را، به‌طور تصادفی در هر گروه ۱۰ زوج، مورد مطالعه قرار دادند. موارد بررسی در هر گروه شامل با دقت

نگاه کردن و حرکات بیانگر تعاملی بود. اهداف مورد مطالعه عبارت بودند از: مقایسه کارآمدی با دقت نگاه کردن و حرکات بیانگر تعاملی در فرآیند گوش دادن دقیق، تأیید این که آیا زوج‌های خوشبخت در مقایسه با زوج‌های مشکل‌دار بیشتر به هم گوش می‌دهند یا نه؟ نتایج نشان داد که وقوع هم‌زمان به دقت نگاه کردن و حرکات بیانگر تعاملی به‌خصوص برای زوجین خوشبخت مؤثرترین شیوه گوش دادن هستند. مطالعه این نتایج بر اهمیت گوش دادن دقیق به‌منظور حمایت اجتماعی برای رضایت زناشویی تأکید می‌کند.

تاکنون هیچ پژوهش داخلی و خارجی به‌طور مستقیم موضوع بررسی اثر آموزش توجه شنیداری موسیقایی بر مهارت‌های گوش دادن فعال و افزایش ارتباط مؤثر بین زوجین را به‌کار نبرده و توجهی به این مسئله نکرده است. این پژوهش ضمن بررسی موضوع فوق‌الذکر، رابطه جنسیت را نیز در تأییرپذیری از برنامه آموزش توجه شنیداری - موسیقایی تعیین می‌کند.

روش

طرح تحقیق حاضر، یک طرح شبه‌تجربی پیش‌آزمون و پس‌آزمون با دو گروه است.

جامعه، نمونه، روش نمونه‌گیری

جامعه مورد پژوهش، کلیه دانشجویان متأهل دانشگاه شهید بهشتی، در سطح کارشناسی و بالاتر، که طی سال‌های ۸۴ - ۸۲ وارد دانشگاه شده‌اند را در برمی‌گیرد. نمونه مورد نیاز از میان افراد در دسترس از طریق اطلاعیه انتخاب شدند. ابتدا پرسشنامه الگوهای ارتباطی اجرا شد و سپس زوج‌هایی که در این آزمون نمره پایینی آورده بودند و یا به‌عبارتی در الگوهای ارتباطی مشکل داشتند، به‌صورت جایگزینی تصادفی در دو گروه ۲۰ نفری (۱۰ زوج) آزمایشی و گواه قرار داده شدند.

شیوه اجرا

در این طرح متغیرهای وابسته قبل و بعد از اجرای متغیر مستقل اندازه‌گیری شدند. پرسشنامه الگوهای ارتباطی و پرسشنامه مهارت‌های شنیداری بر روی دو گروه ۲۰ نفری، قبل از اجرای متغیر مستقل به‌عنوان پیش‌آزمون مورد ارزیابی قرار گرفت. سپس به گروه آزمایش در مدت ۲ ماه در طی ۸ جلسه آموزش گوش دادن فعال به موسیقی از طریق توجه به ساختارهای موسیقی (ریتم، ملودی، ارکستراسیون و هارمونی) ارائه گردید. در جلسه آخر، آزمون‌های فوق دوباره به‌عنوان پس‌آزمون بر روی آزمودنی‌ها به همان شیوه قبل اجرا شدند. در نهایت داده‌های بدست آمده از

پیش‌آزمون و پس‌آزمون به‌منظور بررسی فرضیه‌های تحقیق با استفاده از آزمون t گروه‌های مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

ابزارهای پژوهش

به‌منظور سنجش و ارزیابی الگوهای ارتباطی زوجین از پرسشنامه الگوهای ارتباطی زناشویی (CPQ)^{۱۷}، که دارای ۳۵ ماده می‌باشد، استفاده شده است. این پرسشنامه توسط کریستین^{۱۸} و سالوی^{۱۹} (۱۹۸۴) تهیه شده است. آنان ۱۶ سؤال را، در خرده‌مقیاس‌های ارتباط سازنده متقابل (۷ سؤال)، ارتباط کناره‌گیری/توقع کلی (۶ سؤال شامل توقع مرد/کناره‌گیری زن و توقع زن/کناره‌گیری مرد)، خرده‌مقیاس ارتباط اجتنابی (۳ سؤال)، به‌عنوان کلیدی‌ترین شاخص برای الگوهای ارتباطی زناشویی معرفی نمودند. این سؤالات در ایران، توسط عبادت‌پور (۱۳۷۹) بر روی ۴۰۰ نفر محاسبه و هنجاریابی شد. اعتبار آزمون با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای زنان ایرانی در خرده‌مقیاس‌های یاد شده به‌ترتیب ۰/۷۰ (ارتباط سازنده متقابل)، ۰/۶۴ (ارتباط کناره‌گیری/کلی)، (توقع مرد/کناره‌گیری زن ۰/۵۲، توقع زن/کناره‌گیری مرد ۰/۵۱) و ۰/۷۱ (ارتباط اجتنابی متقابل و برای مردان ۰/۶۴، ۰/۷۳، ۰/۵۷، ۰/۱۶، ۰/۵۳ بدست آمد. در برآورد پایایی از طریق همبستگی درونی مقیاس‌های الگوهای ارتباطی در بین آزمودنی‌های زن و مرد ایرانی، نتایج، ضریب همبستگی معنی‌داری را نشان می‌دهد ($r=0/50$ ، $p<0/01$). برآورد همبستگی درونی، مقیاس ارتباط اجتنابی متقابل در دو گروه زنان و مردان را در ایران ($r=0/51$ ، $p<0/01$) نشان می‌دهد. همبستگی درونی مقیاس ارتباط سازنده با مقیاس‌های دیگر این پرسشنامه در دو گروه زنان و مردان در ایران ($r=0/51$ ، $p<0/01$) بدست آمده است که رضایت‌بخش است (همان منبع).

پرسشنامه مهارت‌های شنیداری که توسط پژوهشگر تهیه شده، شامل دو قسمت موانع و مهارت‌های شنیداری است. اعتبار این آزمون با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۵ و از طریق بازآزمایی ۰/۷۴ بدست آمد.

نتایج

برای بررسی فرضیه‌های اساسی که در این مطالعه مطرح شدند، داده‌های مورد نیاز جمع‌آوری و مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. داده‌ها به‌ترتیب در جدول زیر ارائه شده‌اند:

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار و درجه معناداری در گروه‌های آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون

sig	df	t	انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	گروه‌ها	شاخص
							متغیر
.۵۹۲	۳۸	.۵۴۰	۹,۲۲	۳۵,۸۵	۲۰	آزمایش	موانع شنیداری
			۶,۳۲	۳۴,۵۰	۲۰	کنترل	
.۹۵۹	۳۸	-.۰۵۲	۱۱,۲۱	۴۴,۲۵	۲۰	آزمایش	مهارت‌های شنیداری
			۶,۲۶	۴۴,۴۰	۲۰	کنترل	
.۱۵۷	۳۸	-۱,۴۴۴	۷,۸۳	۷,۳۵	۲۰	آزمایش	ارتباط سازنده متقابل
			۶,۵۶	۱۰,۶۵	۲۰	کنترل	
.۹۶۷	۳۸	.۰۴۱	۹,۴۱	۲۲,۹۵	۲۰	آزمایش	ارتباط کناره‌گیری کلی
			۵,۴۷	۲۲,۸۵	۲۰	کنترل	
.۴۱۹	۳۸	.۸۱۷	۴,۴۷	۱۱,۹۵	۲۰	آزمایش	توقع مرد کناره‌گیری زن
			۴,۰۲	۱۰,۸۵	۲۰	کنترل	
.۹۴۹	۳۸	-.۰۶۵	۵,۳۵	۱۱,۸۵	۲۰	آزمایش	توقع زن کناره‌گیری مرد
			۴,۳۲	۱۱,۹۵	۲۰	کنترل	
.۷۳۸	۳۸	.۳۳۷	۵,۷۳	۱۱,۸۵	۲۰	آزمایش	ارتباط اجتنابی
			۳,۳۲	۱۱,۳۵	۲۰	کنترل	

نتایج جدول (۱) نشان می‌دهد که هیچ تفاوت معناداری در هیچ یک از مؤلفه‌های بالا در پیش‌آزمون، بین گروه آزمایشی و کنترل وجود ندارد.

جدول ۲ میانگین و انحراف معیار و درجه معناداری در گروه‌های آزمایش و کنترل در پس‌آزمون

sig	df	t	انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	گروه‌ها	شاخص
							متغیر
.۰۰۴	۳۸	-۰,۳۱,۳	۴,۴۹	-۳,۷۰	۲۰	آزمایش	موانع شنیداری
			۵,۸۴	۱,۳۰	۲۰	کنترل	
.۰۰۲	۳۸	۳,۳۱۲	۵,۰۹	۴,۷۵	۲۰	آزمایش	مهارت‌های شنیداری
			۵,۲۱	-۶۵	۲۰	کنترل	
.۰۱۱	۳۸	۲,۶۸۰	۱۰,۳۴	۸,۶	۲۰	آزمایش	ارتباط سازنده متقابل
			۷,۳۲	۱	۲۰	کنترل	
.۱۴۴	۳۸	-۴۹۲,۱	۷,۶۰	-۳,۷۵	۲۰	آزمایش	ارتباط کناره‌گیری کلی
			۷,۸۷	-۱۰	۲۰	کنترل	
.۰۱۰	۳۸	-۷۰۲,۲	۳,۷۳	-۳,۲۰	۲۰	آزمایش	توقع مرد کناره‌گیری زن
			۵,۵۶	.۸۵	۲۰	کنترل	
.۵۷۵	۳۸	-.۵۶۶	۵,۴۱	-۱,۸۰	۲۰	آزمایش	توقع زن کناره‌گیری مرد
			۴,۶۱	-.۹۰	۲۰	کنترل	
.۰۱۰	۳۸	-۶۹۴,۲	۵,۹۷	-۵,۱۵	۲۰	آزمایش	ارتباط اجتنابی
			۴,۳۴	-.۷۰	۲۰	کنترل	

با توجه به جدول فوق‌الذکر و مقایسه تفاوت میانگین‌ها در دو گروه آزمایش و کنترل در آزمون *t* test نشان داده شد که، چهار مؤلفه به درجه ثبت معناداری رسیده‌اند: مؤلفه‌های موانع شنیداری در سطح $p < 0/01$ ، مهارت‌های شنیداری در سطح $p < 0/05$ ، مؤلفه ارتباط سازنده متقابل در سطح $p < 0/05$ ، مؤلفه توقع مرد - کناره‌گیری زن در سطح $p < 0/05$ و مؤلفه ارتباط اجتنابی در سطح $p < 0/05$. همچنین نتایج نشان می‌دهد که دو مؤلفه ارتباط کناره‌گیری کلی و توقع زن - کناره‌گیری مرد معنادار نبوده‌اند. به عبارت دیگر آموزش توجه شنیداری توانسته مهارت‌های شنیداری و ارتباط سازنده متقابل را افزایش داده و موانع شنیداری، ارتباط اجتنابی و توقع مرد/کناره‌گیری زن را کاهش دهد.

جدول ۳ تأثیر مؤلفه‌های مهارت‌های شنیداری و الگوهای ارتباطی در پیش‌آزمون در رابطه با جنسیت در دو گروه آزمایش و کنترل (مقایسه انحراف معیار، تفاوت میانگین‌ها، درجه معناداری)

شاخص	جنسیت	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	df	sig
موانع شنیداری	مرد	۲۰	۳۳,۳۵	۵,۶۰	-۴۹۷,۱	۳۸	.۱۴۳
	زن	۲۰	۳۷	۹,۳۵			
مهارت‌های شنیداری	مرد	۲۰	۴۲,۸۵	۱۰,۳۵	-۱,۰۴۲	۳۸	.۳۰۴
	زن	۲۰	۴۵,۸۰	۷,۲۸			
ارتباط سازنده متقابل	مرد	۲۰	۹,۰۵	۷,۹۱	.۰۴۳	۳۸	.۹۶۶
	زن	۲۰	۸,۹۵	۶,۸۹			
ارتباط کناره‌گیری کلی	مرد	۲۰	۲۲,۶۵	۷,۳۰	-۰,۶۱۹	۳۸	.۵۳۹
	زن	۲۰	۲۳,۶۵	۷,۹۹			
توقع مرد/کناره‌گیری زن	مرد	۲۰	۱۲,۱۵	۴,۵۵	۱,۱۲۲	۳۸	.۲۶۹
	زن	۲۰	۱۰,۶۵	۳,۸۶			
توقع زن/کناره‌گیری مرد	مرد	۲۰	۱۰,۳۵	۳,۷۱	-۲,۱۳۲	۳۸	.۰۴۰
	زن	۲۰	۱۳,۴۵	۵,۳۳			
ارتباط اجتنابی	مرد	۲۰	۱۱,۵۵	۴,۹۶	-۰,۰۶۷	۳۸	.۹۴۷
	زن	۲۰	۱۱,۶۵	۴,۴۰			

با توجه به جدول بالا، شاخص توقع زن/کناره‌گیری مرد در سطح $p < 0/05$ در پیش‌آزمون معنادار است. با این توضیح که عامل توقع زن/کناره‌گیری مرد در زنان و مردان کاهش یافته است.

جدول ۴ مقایسه انحراف معیار، میانگین‌ها و درجه معناداری پس‌آزمون در زنان و مردان در گروه آزمایش

sig	df	t	انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	جنسیت	شاخص
							متغیر
.۷۵۱	۱۸	-۳۲۲	۴,۴۴	-۴	۱۰	مرد	موانع شنیداری
			۴,۷۹	-۳۳,۳	۱۰	زن	
.۹۱۶	۱۸	-۱۰۷	۴,۹۰	۴,۶۳	۱۰	مرد	مهارت‌های شنیداری
			۵,۶۲	۴,۸۸	۱۰	زن	
.۶۹۴	۱۸	.۳۹۹	۱۰,۷۰	۹,۴۵	۱۰	مرد	ارتباط سازنده متقابل
			۱۰,۴۲	۷,۵۵	۱۰	زن	
.۲۹۳	۱۸	.۰۸۴,۱	۶	-۰,۹,۲	۱۰	مرد	ارتباط کناره‌گیری کلی
			۹,۱۴	-۷۷,۵	۱۰	زن	
.۷۹۹	۱۸	.۲۵۸	۴,۴۴	-۳	۱۰	مرد	توقع مرد/کناره‌گیری زن
			۲,۸۷	-۴۴,۳	۱۰	زن	
.۲۶۳	۱۸	۱,۱۵۵	۳,۷۵	-۴۵,۵	۱۰	مرد	توقع زن/کناره‌گیری مرد
			۶,۸۷	-۳۳,۳	۱۰	زن	
.۵۹۴	۱۸	-۵۴۲	۶,۷۶	-۸۱,۵	۱۰	مرد	ارتباط اجتنابی
			۵,۱۲	-۴,۳۳	۱۰	زن	

با توجه به اهای بدست آمده در جدول بالا، نشان داده می‌شود که جنسیت تأثیری بر آموزش توجه شنیداری موسیقایی نداشته است.

بحث

هیچ پژوهش مشابهی، با موضوع این پژوهش در منابع داخلی و خارجی یافت نشد. به‌کارگیری آموزش توجه شنیداری - موسیقایی در رابطه با الگوهای ارتباطی و مهارت‌های شنیداری زوجین و تأثیر مثبت آن در این پژوهش، نشان از تازگی و اکتشافی بودن روش تحقیق دارد. در بعضی از پژوهش‌ها به‌گونه‌ای غیرمستقیم جنبه‌هایی از مشابهت یافت می‌شود که عمدتاً بر گوش دادن فعال تأکید دارند. برای مثال گارلند^{۲۰} (۱۹۸۱) اثربخش بودن آموزش مهارت‌های گوش دادن فعال را بر دقیق‌تر شدن درک از نگرش و احساسات همسران تأیید می‌کند. بلنجر^{۲۱} (۲۰۰۲) با دقت گوش دادن به یکدیگر را در زوجین در حمایت و پشتیبانی آن‌ها از یکدیگر مهم می‌داند. بوتلر^{۲۲} (۱۹۹۴) نیز مهارت‌های گوش دادن را در بهبود کیفیت زوجین مؤثر می‌داند. در مورد افزایش توجه شنیداری از طریق موسیقی، جونز^{۲۳} و همکاران نشان دادند که آموزش تفکیک زیر و بمی صدا در ریتم‌های موسیقی می‌تواند بر انعطاف‌پذیری در توجه تأثیر بگذارد. همچنین کرولی^{۲۴} و همکاران (۲۰۰۲) نیز

تشخیص تغییرات نت‌های تک‌صدایی را در ترکیبات موسیقایی چندصدایی در گروه آموزش دیده بررسی کردند. نتایج نشان داد که این گروه نسبت به گروه کنترل حساسیت بالایی به تغییرات نشان می‌دهند. نتایج مثبت این تحقیقات به‌طور غیرمستقیم فرضیه نخست این تحقیق را که آموزش توجه شنیداری - موسیقایی بر میزان مهارت‌های گوش دادن فعال و الگوهای ارتباطی زوجین تأثیر دارد را تأیید می‌کند.

فرضیه دوم این پژوهش، متغیر جنسیت را در تأثیرپذیری از آموزش توجه شنیداری - موسیقایی مورد بررسی قرار داد. نتایج به‌دست آمده با یافته والش^{۲۵} و همکاران (۱۹۹۴) که جنسیت تأثیری در متمرکز بودن در پاسخ بعدی زوجین ندارد، هم‌خوانی دارد. اگر در این پژوهش‌ها متغیر گوش دادن فعال را محور قرار دهیم، که با تمرین و شیوه‌های مختلفی امکان تقویت شدن دارد و در روش ما با تکلیف موسیقایی ارتقا و تقویت پیدا کرده است، پژوهش‌های نام‌برده می‌تواند به‌طور غیرمستقیم مؤید فرضیه نخست این تحقیق باشد. در فرضیه اول اشاره شد که توجه شنیداری - موسیقایی بر الگوهای ارتباطی زوجین و مهارت‌های شنیداری تأثیر داشته است. در واقع گوش دادن فعال به موسیقی و ساختار تعاملی آن ضمن برانگیختگی توجه شنیداری، آن‌ها (زوجین) را برای درک یک رابطه تعاملی و پویا آماده می‌کند.

موسیقی به‌عنوان محرک جذاب و مؤثر، زمانی که به خوبی درک شود و ذهن بر تمایزها و تفاوت‌های ساختار آن دقت پیدا کند، ریتم یا ضرب‌آهنگ، ملودی یا به‌عبارتی آهنگ و سازبندی و هارمونی نغمه‌ها یا ملودی آن را بفهمد، ابزار مؤثری در تقویت توجه خواهد بود. بر این اساس وقتی زوجین آموختند که چگونه به موسیقی گوش بدهند، ساختار آن را درک کنند و قضاوت‌ها و احساسات خود را کنترل و «شنیدن» صرف را تمرین کنند، راهی مؤثر برای کنترل و توجه شنود را تجربه کرده‌اند. تمرین در ارتباط موسیقایی نیز تقابل زوجین در رابطه پویا و دوطرفه را مورد تأمل قرار می‌دهد. به‌نظر می‌رسد که با تحول نگرش توجه شنیداری - موسیقایی زوجین، آن‌ها دید تازه‌ای در روابط خود بدست آوردند که این دید در ارتقاء مؤلفه‌های مرتبط با الگوهای ارتباطی مهارت‌های شنیداری دوجانبه مؤثر بوده است.

یادداشت‌ها

- | | |
|-------------|---------------------------------------|
| 1. Hargie | 14. Purnie |
| 2. Saunders | 15. Corey |
| 3. Dickson | 16. Belanger |
| 4. mckay | 17. Communication Pattern Questionian |
| 5. Faninig | 18. Christian |
| 6. Paleg | 19. Sallowy |
| 7. Bailey | 20. Garlland |

- | | |
|--------------|--------------|
| 8. wood | 21. Belanger |
| 9. Noller | 22. Bottler |
| 10. Guthri | 23. Jones |
| 11. odonohue | 24. Crawley |
| 12. Crouch | 25. Walsh |
| 13. Garlland | |

منابع

- زاده محمدی، علی (۱۳۸۱). *کاربردهای موسیقی درمانی*. تهران: انتشارات اسرار دانش.
- مک کی، ماتیوپانینگ؛ پالگ پاتریک؛ کیم (۱۳۷۹). *رابطه مؤثر (مهارت‌های زناشویی)*، ترجمه مهدی قراچه‌داغی، تهران: نشر اسرار دانش.
- وود، جولیا تی (۱۳۷۹). *ارتباطات میان فردی (روان‌شناسی تعامل اجتماعی)*، ترجمه مهرداد فیروزبخت، تهران: نشر مهتاب.
- هارجی، اون؛ ساندرز، کریستین؛ دیکسون، دیوید (۱۳۷۷). *مهارت‌های اجتماعی در ارتباطات میان فردی*، ترجمه خشایار بیگی، مهرداد فیروزبخت، تهران: انتشارات رشد.
- Bailey, L.M. (1984). The use of song in music therapy cancer patients and their families, from <http://www.Musictherapy.org>.
- Belanger, Isabelle; Simard Marie – Claude; Lavoie, Stephanie; Chartrand, Elise. (2002). Fonction dugeste interactif et du regard dans laregulation de la response decoute chez des conjoints conjugalement satisfaits et insatisfaits, from Canadian Journal of behaviourol science . 34(4) .
- Butler, mark H. (1999). A meta-analytic update of research on the couple communication program, Journal of family therapy . 27(3).
- Crawley, Edward j; Acker-mills, Barbara E; Pastore, Richard E; Weil, Shawn. (2002). Change detection in multi-voice-music: the vole of musical structure, musical training and task demands, Journal of experimental psychology: Human perception and performance. 28 (2) 367-378.
- Garland, R.(1981). Training married couples in listening skills, Journal of family relations. 30.
- Jones, Mari Rises; Jagacinski, Richard J; yee, William; Floyd, L; et al (1995) Tests of attentional flexibility in listening to polyrhythmic patterns, Journal of experimental psychology: Human perception and performance .21(2).
- Lowe, Dennis; Scott, Emily. (2002). A proven model for strengthening marriage and preventing divorce, pepperdine university, fireside room.
- Odonohue, William and Crouch, Juliel. (1996). Marital therapy and gender-linked factors in communication, Journal of marital and family therapy. 22(1)87-15
- Purnine, Daniel M; Carey, Michael, p. (1997). Interpersonal Communication and sexual adjustment: The roles of understanding and agreement, Journal of consulting and clinical psychology. 65(6).1017-1025.
- Walsh, Virginial; Baucom, Donald H; Tyler, Susan; Sayers, Steven L.(1993). Impact of message valence, fouces, expressive style and gender on communication patterns among martially distressed couples, Journal of family psychology. 7(2) 163-175.