



رابطه بین تاب آوری و مهارت های حل مساله با رضایت زناشویی در دانشجویان متاهل دانشگاه
بین المللی امام خمینی (ره)

الهام غلامحسین زاده

علیرضا کاکاوند

حسن شمس اسفند آباد

چکیده

این پژوهش ، با هدف تعیین رابطه بین تاب آوری و مهارت های حل مساله با رضایت زناشویی در دانشجویان متاهل دانشگاه بین المللی امام خمینی (ره) به انجام رسید . پژوهش از نوع توصیفی همبستگی است . جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان متاهل دانشگاه امام خمینی (ره) قزوین در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ بودند که از میان آن ها ۲۸۰ زوج به عنوان نمونه آماری با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند . در این پژوهش از سه پرسش نامه تاب آوری کانر و دیویدسون ، مهارت های حل مساله کسیدی و لانگ ، رضایت زناشویی انریچ استفاده شد . داده های حاصل از پرسش نامه ها با استفاده از روشهای آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد تحلیل قرار گرفت . نتایج نشان می دهد که بین تاب آوری و مهارت های حل مساله و خرده مقیاس های آنها با رضایت زناشویی دانشجویان رابطه معنادار وجود دارد ($p < 0.05$) . تحلیل رگرسیون نشان می دهد تاب آوری می تواند ۱۶ درصد و مهارت های حل مساله می تواند ۱۲ درصد واریانس رضایت زناشویی را تبیین کند . با توجه به نتایج بدست آمده متغیر های تاب آوری و مهارت های حل مساله می تواند میزان رضایت زناشویی را پیش بینی کند .

واژگان کلیدی : تاب آوری ، مهارت های حل مساله ، رضایت زناشویی .



یکی از مهم ترین عواملی که ازدواج کار آمد را از ازدواج ناکارآمد متمایز می کند ، عامل رضایتمندی زناشویی است . مسلماً زمانی زوجین به وظایف خود به طور کامل عمل خواهند کرد که احساس رضایتمندی از زندگی زناشویی خود داشته باشند . امکان توجه به تامین نیاز های روانی ، عاطفی و جسمانی منوط به داشتن احساس رضایتمندی از زندگی زناشویی است (سلیمانیان ، ۱۳۷۳ ، نقل از احمد زاده ، ۱۳۸۴) .

رضایت زناشویی این گونه تعریف می شود: میزان تطابق میان خواسته هایی که فرد از موقعیت کنونی زندگی زناشویی اش دارد و آنچه در دوران زندگی کنونی اش تجربه می کند (Winch , 2000) و هر قدر این فاصله کمتر باشد فرد بیشتر احساس رضایتمندی می کند . برای توصیف چگونگی روابط زناشویی از اصطلاحات متعددی مانند سازگاری ، رضایتمندی ، خشنودی ، موفقیت و کیفیت زندگی زناشویی استفاده شده است . معمولاً کیفیت سازگاری و رضایت زناشویی به جای هم به کار برده می شوند . سازگاری زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع احساس خوشبختی و رضایت از همدیگر دارند و از طریق علاقه متقابل ، مراقبت از یکدیگر ، پذیرش ، درک یکدیگر و ارضای نیازها ایجاد می شود (احمدی ، مرز آبادی ، ملا زمانی ، ۱۳۸۴) ، در این ازدواج درگیری و تعارض وجود ندارد و زن و شوهر مشکلاتشان را در جهت خشنودی و رضایت دیگری حل و فصل می کنند (Sabatelli , 1988) ، نقل از (Ozden & Celen , 2014) . سازگاری زناشویی می تواند به طور کامل بر کیفیت زندگی زوجین تاثیر بگذارد و تحقیقات انجام شده ، اهمیت تاثیر این موضوع را به انواع نتایج بالینی مانند بهداشت روانی و جسمانی و حتی طول عمر تایید نموده اند (علی اکبری دهکردی ، ۱۳۸۹) . مدل های نظری عمده ای برای مشخص کردن عوامل موثر بر رضایت زناشویی ارائه شده اند . نظریه پردازان رویکرد صفات^۱ و روان تحلیل گری بر نقش عوامل درون فردی تاکید می کنند و بر این باورند که ویژگی های روان شناختی زوجین موجب رضایتمندی زناشویی می شود . درمانگران شناختی- رفتاری نیز بیشتر عوامل بین فردی را مهم می دانند . در واقع از یک سو عوامل درون فردی (ویژگی های شخصیتی ، نگرش ها ، باور ها ، ارزش ها و انتظارات) و از سوی دیگر عوامل بین فردی (عشق ، صمیمیت ، تعهد ، عواطف ، رابطه جنسی ، الگوهای ارتباطی ، موضوعات خانوادگی و اجتماعی) بر میزان رضایت زناشویی تاثیر می گذارند (مطیعی و همکاران ، ۱۳۹۳) . تعارض در هر رابطه صمیمی گریز ناپذیر است و این تعارض در زندگی زناشویی نوعی شرایط استرس زا و تهدید کننده برای زوجین محسوب می شود که می تواند آثار مخربی بر زندگی زناشویی داشته باشد . در نتیجه به نظر می رسد یکی از توانایی هاو مهارت هایی که می تواند به زوجی برای افزایش سازگاری و حل و فصل مشکلاتشان کمک کند ، آموزش تاب آوری است . در روان شناسی ، تاب آوری فرآیند پویای سازگاری مثبت و موفقیت آمیز در شرایط چالش انگیز و تهدیدکننده است (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000) ، نقل از (Loh , Schutte & Thorsteinsson , 2014) . در این معنا تاب آوری به عنوان عوامل محافظتی و مقاومت در برابر عوامل خطر سازی که باعث استرس بالایی می شوند: از جمله (ضربه روانی شدید ، ور شکستی اقتصادی ، تحولات سیاسی و تغییرات فرهنگی) و حفظ نشاط و سلامت روانی در مواجهه با این رویداد های ناخوشایند (Asaadi & Fouladchang , 2015) ، نقل از (Gayby & Wilson , 2015) ، نقل از (Joseph & Linley , 2006 ; Brown-Baatjies et al , 2008) ، walsh , 2003) ، نقل از (Davydov et al , 2010) . از آنچه گفته شد مشخص می شود که تاب آوری سازگاری منفعلانه در برابر عوامل استرس زا ، چالش های تهدید آمیز و حوادث تروماتیک زندگی نیست (Bonanno , 2004) ، نقل از (Jowkar et al , 2010) بلکه افراد تاب آور از بهترین مهارت ها و منابع در دسترس خود برای مشارکت فعال در محیط استفاده کنند (Jowkar et al , 2010) . این تعریف از

¹traits



تاب آوری بیانگر کنش وری پویای بین عوامل خطر ساز و محافظت کننده بیرونی و درونی برای افراد است (1985 ، 1999 ، Rutter نقل از Olsson et al ، 2003) .

محققان اغلب علی رغم تعاریف متعدد از تاب آوری ، معتقدند که تاب آوری حاصل عوامل بسیاری از جمله هوش بالاتر ، در جستجوی تازگی کمتر بودن ، وابستگی کمتر به دوستان ، فقدان رفتارهای توجه طلبانه ، استحکام در برابر سوء استفاده و همچنین دوره نوجوانی را سپری کردن با کمترین قصور و خطا است (Werner, 1989 ; Lynskey & Fergusson , 1996) . نقل از (Jew et al , 1991) . بر همین اساس همسو با برداشت های عمومی ، در مطالعات اولیه این سازه نیز تصور می شد که تاب آوری خصیصه افراد فوق العاده است ، اما پژوهش های اخیر نشان داده اند که تاب آوری در انحصار افراد فوق العاده نیست و در افراد مختلف و سطوح متفاوت تحول شامل کودکی ، نوجوانی و بزرگسالی مشاهده می شود (Davydov , 2010) . نظریه های فعلی ، تاب آوری را سازه ای چند بعدی متشکل از متغیر های سرشتی¹ ، مانند مزاج² و شخصیت³ ، همراه با مهارت های مخصوص ، مثل مهارت های حل مساله می دانند (Campbell – Sills et al , 2006) ، نقل از بشارت ، ۱۳۸۶ . با وجود اینکه تاب آوری تا حدی یک ویژگی شخصی و حاصل تجربه های محیطی است افراد می توانند ظرفیت تاب آوری خود را با آموختن برخی از مهارت ها افزایش دهند . به عبارت دیگر تاب آوری یک ویژگی ثابت و تغییر ناپذیر شخصیتی نیست و افراد ظرفیت بازسازی و تاب آوردن را دارند (انجمن روان شناسی آمریکا ، ۲۰۱۵ ، نقل از Macleod et al , 2016) . در این مورد محیط از طریق فرصت های یادگیری ویژه برای تاب آوری ، سیستم های اجتماعی و فرهنگی پیشرفته تر می تواند به طور مستمر تسهیل کننده تاب آوری افراد شود (Werner & Smith 1992) . تاب آوری به خصوص در روند حل مساله مهم است . توانایی شخص برای فائق آمدن با مشکلات ، شخصیت مبارز داشتن ، قدرت سازگاری ، نشان دهنده تاب آوری است و می توان تعاریف گوناگونی از تاب آوری را یافت که به طور ویژه با مهارت های حل مساله در ارتباط اند ، به عنوان مثال ماستن و همکاران (۱۹۹۰) تاب آوری را به عنوان توانایی تحمل برای رسیدن به هدف نهایی و به طور موفقیت آمیز وفق دادن خود با فرآیند زندگی ، با وجود همه چالش ها و مشکلات می دانند (2014 Coskun et al) . هم چنین توانایی حل مساله به شیوه کارآمد و مطلوب یکی از عوامل تعدیل کننده اثرات رویداد های منفی زندگی است و بر سلامت روان زوجین و استحکام زندگی زناشویی تاثیرات مهمی بر جای می گذارد و به نگرش ، مهارت و توانایی هایی اشاره دارد که فرد را قادر می سازد در برابر هر یک از مشکلات زندگی راه حل موثر و سازگارانه را انتخاب کند . مهارت حل مساله مهارت شناختی- رفتاری است که افراد به وسیله آن استراتژی های موثر را برای مقابله با موقعیت های مشکل سازی که در زندگی روزمره شان با آن مواجه می شوند شناسایی و کشف می کنند (Nezu , 1987 ، نقل از Cassidy & Long , 1996 ; Hamarta , 2009) . به عبارت دیگر ، حل مساله به عملکرد انطباقی و موثر انسان در هر شرایطی از زندگی گفته می شود (Dzurilla & Goldfried , 1971 ، نقل از Hamarta , 2009) . نقص در مهارت های حل مساله منجر به اختلال های گوناگونی از جمله افسردگی ، نا به سامانی ، مشکلات مربوط به ازدواج و تربیت فرزندان و روابط نادرست بین فردی می گردد . از این رو بسیاری از پژوهش ها ، آموزش حل مساله را به نحوی موفق در درمان نا هماهنگی ها و مشکلات زناشویی به کار می برند (Jacobson , 1979) . در این راستا با توجه به اهمیتی که جوامع امروزی برای تداوم و بقای سلامت و بهداشت روانی افراد جامعه قائل هستند ، بررسی و شناخت عواملی که منجر به پایداری و موفقیت ازدواج و به تبع آن رضایت جنسی و رضایت زناشویی زوجین می شود ضروری به نظر می رسد . با توجه به مطالب مذکور هدف این پژوهش تعیین رابطه بین تاب آوری و مهارت های حل مساله زوجین با رضایت زناشویی آنها می باشد .

در پژوهشی که خندان دل و کاپیان فر (۱۳۹۴) به منظور بررسی نقش اعتماد در روابط بین فردی و تاب آوری خانواده در رضایت زناشویی زوج های شاغل ، روی زوجینی که حداقل یک سال از ازدواج آنها گذشته بود انجام دادند نتایج نشان داد که تاب

¹ constitutional

² temperament

³ personality

⁴ American Psychological Association (APA)

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

آوری توانسته رضایت زوجین هر دو شاغل را افزایش دهد. میکایلی و همکاران (۱۳۹۱) به مقایسه تاب آوری، رضایت زناشویی و سلامت روان در والدین با کودکان دارای ناتوانی یادگیری و عادی، روی ۵۰ نفر از والدین و به روش نمونه گیری تصادفی پرداختند که براساس یافته های آنها می توان نتیجه گرفت با افزایش تاب آوری روان شناختی، میزان رضایت از زندگی و سلامت عمومی را در گروه والدین کودکان مبتلا به ناتوانایی های یادگیری افزایش داد. در پژوهشی که علایی، احمدی و بابایی (2011) در بررسی رابطه بین مهارت های ارتباطی و سازگاری زناشویی در دانشجویان پرداختند، مشخص شد که مهارت های ارتباطی و سازگاری زناشویی همبستگی بالایی با هم دارند و زوجینی که مهارت های ارتباطی بالاتری دارند در جنبه های مختلف روابط زناشویی سازگاری بیشتری را در مقایسه با زوجینی که مهارت های ارتباطی ضعیف تری دارند، از خود نشان می دهند. خدایاری فرد، زارع پور و حجازی (۱۳۸۸) در پژوهشی به بررسی اثر بخشی آموزش مهارت حل مساله بر صمیمیت زناشویی پرداختند که نتایج نشان دهنده آن بود که کاربرد مهارت حل مساله میزان صمیمیت زوجین را افزایش می دهد. در تحقیقی که Glaesmer et al (2009) با عنوان رضایت از زندگی، پریشانی و تاب آوری روی زنان آلمانی انجام دادند مشخص شد که رضایت از زندگی به شدت با تاب آوری، درآمد خوب همسر، حضور یک شریک زندگی، عدم وجود اضطراب و افسردگی، عدم بیکاری، اعتماد به نفس بالا، اعتقاد مذهبی و سن کمتر همراه است. Kallampally et al (2008) با موضوع جنسیت، تاب آوری روان شناختی، فرهنگ پذیری و معنویت به عنوان پیش بینی کننده های رضایت زناشویی، روی زوجین آسیایی-آمریکایی انجام دادند این نتیجه حاصل شد که از میان این متغیر های مستقل، معنویت توانایی بسزایی را در پیش بینی رضایت زناشویی دارد ولی بقیه متغیر ها از جمله تاب آوری به طور مستقل نمی توانند رضایت زناشویی را پیش بینی کنند. Jisha & Thomas (2016) در تحقیقی با عنوان کیفیت زندگی و ناباروری: تاثیر جنسیت، مدت زمان زندگی زناشویی، تاب آوری و اضطراب که روی ۱۵۶ زوج نابارور و ۱۵۶ زوج بارور انجام دادند به این نتیجه رسیدند که تاب آوری از طریق اثراتی که بر تقلیل اضطراب می گذارد، اثرات غیر مستقیم قابل توجهی بر کیفیت زندگی زناشویی زوجین دارد. در مطالعه Fitzpatrick & Vacha-Haase (2010) تحت عنوان رضایت زناشویی و تاب آوری در مراقبان همسران دارای زوال عقل، که روی ۳۰ همسر که از بیمارستان دولتی ماساچوست انتخاب شده بودند انجام شد. این نتیجه بدست آمد: همسرانی که رنج مراقبت را بیشتر درک می کنند رضایت زناشویی کمتری دارند و این نتیجه با سن رابطه معکوس داشت، به این معنی که همسران قدیمی تر رضایت زناشویی بیشتری داشتند. بین تاب آوری، جنسیت و مرحله اختلال شناختی با رضایت زناشویی نیز رابطه ای بدست نیامد. در تحقیق Ganth et al (2013) با موضوع نقش ناباروری، هوش هیجانی و تاب آوری بر رضایت زناشویی زوجین هندی، مشخص شد که جنسیت، هوش هیجانی، تاب آوری و وضعیت بارداری به طور قابل توجهی رضایت زناشویی زوجین را پیش بینی می کند. در مطالعه Patrick et al (2007) با موضوع صمیمیت، تمایز، و متغیر های شخصیتی به عنوان پیش بین های رضایت از زندگی زناشویی انجام دادند یافتند که صمیمیت و حمایت از همسر، دو متغیری قوی در پیش بینی رضایت از زندگی زناشویی هستند ولی ویژگی تمایز، طول مدت ازدواج، سن، زندگی مشترک بدون ازدواج، تقسیم کار و درآمد به طور قابل توجه رضایت از زندگی زناشویی را نتوانستند پیش بینی کنند. Krieglewicz (2006) رابطه بین راهبرد های حل مساله و رضایت زناشویی را بررسی کردند و نتایج نشان داد که زوجین رضایت مند اکثرا از راهبرد های حل مساله سازنده استفاده می کنند و به ندرت راهبرد های حل مساله مخرب را بکار می گیرند (نقل از خدایاری فرد، زارع پور و حجازی، ۱۳۸۸). تحقیق Villa & Prette (2013) که در مورد نقش مهارت های اجتماعی زن و شوهر بر رضایت زناشویی آنها بود مشخص شد که همبستگی معناداری بین رضایت زناشویی و مهارت های اجتماعی زوجین وجود دارد. Johnson et al (2005) در بررسی مهارت های حل مساله و بیان موثر بعنوان پیش بین کتنده های رضایت زناشویی به این نتیجه رسیدند که مهارت های حل مساله در تغییرات میزان رضایت زناشویی موثر هستند. Woszidlo & Segrin (2013) به بررسی تاثیرات مستقیم و غیر مستقیم تجارب استرس زا بر رضایت زناشویی زوجین از طریق مهارت حل مساله متقابل، روی ۱۸۶ زوج تازه ازدواج کرده پرداختند. نتایج نشان داد ارتباطات حل مساله در تجارب زوجین تازه ازدواج کرده از حوادث استرس زا، و هم چنین رضایت زناشویی نقش مهمی را ایفا می کند. تجارب استرس زا و رضایت زناشویی می تواند تا حدی توسط مهارت حل مساله زوجین توضیح داده شود

جدول (۲): آزمون VIF و تولرانس خرده مقیاس های تاب آوری و مهارت های حل مساله

| VIF | TOLERANCE | متغیرها | TOLERANCE | VIF | متغیرها |
|------|---------------|---------|-----------|------|------------|
| ۰/۸۸ | درماندگی | ۱/۱۶ | ۰/۸۷ | ۱/۱۶ | شایستگی |
| ۰/۶۹ | مهارگری | ۱/۰۸ | ۰/۶۶ | ۱/۰۹ | تحمل عواطف |
| | حل مساله | | | | منفی |
| ۰/۸۱ | سبک خلاقیت | ۰/۹۹ | ۰/۷۹ | ۱/۳۱ | روابط ایمن |
| ۰/۷۶ | اعتماد به نفس | ۰/۹۸ | ۰/۷۲ | ۱/۲۴ | کنترل |
| | در حل مساله | ۱/۲۱ | ۰/۹۱ | ۱/۴۱ | معنویت |
| ۰/۹۰ | سبک اجتناب | | | | |
| | روی آوردی | | ۱/۲۹ | ۰/۷۳ | |

جدول ۲ نشان می دهد که مقدار مربوط به عامل واریانس (VIF) در همه خرده مقیاس ها کمتر از عدد ۱۰ است؛ لذا اثر هم خطی بین متغیرهای پیش بین رضایت زناشویی وجود ندارد. برای استقلال خطاها از آزمون دوربین واتسون استفاده شد. برای تایید این پیش فرض مقدار آن باید بین ۱/۵ تا ۲/۵ باشد. آماره دوربین واتسون برای متغیر تاب آوری و خرده مقیاس های آن ۲/۱۴۱ و برای متغیر مهارت های حل مساله و خرده مقیاس های آن ۲/۰۷۶ شده است بنابراین پیش فرض استقلال خطاها تایید می شود.

جدول (۴) : خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه های آماری رگرسیون مربوط به تاب آوری و خرده مقیاس های آن و رضایت زناشویی

| شاخص R^2 مدل | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | Sig | R |
|----------------------|------------------|---------------|--------------------|---|-------|-------|
| رگرسیون | ۷۶۱/۱۵ | ۱ | ۷۶۱/۱۵ | | ۶۷/۴۱ | ۰۰۱/۰ |
| باقی مانده | ۱۶۸/۰ | ۲۷۸ | ۴۳۹/۰ | | | |
| کل | ۴۶۷/۳۸ | ۲۷۹ | | | | |

برای بررسی تاثیرات متغیر پیش بین (تاب آوری و خرده مقیاس های آن) بر متغیر ملاک از روش رگرسیون هم زمان استفاده شد. بدین صورت که رابطه بین تمام خرده مقیاس های متغیر پیش بین و ملاک و اثرات آنها مورد بررسی قرار گرفت. با توجه به آماره فیشر ($a=۰/۰۰۱$ و $F=۴۱/۶۷$) و سطح معناداری، این الگو می تواند ۱۶٪ واریانس رضایت زناشویی را پیش بینی کند.



Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

جدول (۵) : ضرایب استاندارد مربوط به خرده مقیاس های تاب آوری و مهارت های حل مساله در پیش بینی رضایت زناشویی

| Sig | t | ضرایب | ضرایب غیراستاندارد | | شاخص متغیرها |
|------|-------|-------|--------------------|-------|---------------|
| | | | خطای استاندارد | B | |
| Beta | | | | | |
| | | | ۵۱۱/۰ | ۳۹۲/۰ | مقدار ثابت |
| | | | | | ۷۸۴/۰ |
| | | | | | ۴۵۲/۰ |
| | ۲۱۴/۰ | | ۰۰۳/۰ | ۰۲۴/۰ | شایستگی |
| | | | | | ۳۱۷/۹ |
| | | | | | ۰۰۱/۰ |
| | ۱۹۴/۰ | | ۰۵۵/۰ | ۷۷/۰ | تحمل عواطف |
| | | | | | ۶۵۱/۲ |
| | | | | | ۰۰۲/۰ |
| | | | | | منفی |
| | ۲۵۹/۰ | | ۰۵۶/۰ | ۸۲/۰ | روابط ایمن |
| | | | | | ۹۸۴/۱ |
| | | | | | ۰۰۲/۰ |
| | ۰/۱۶۱ | | ۰۰۳/۰ | ۰۳۵/۰ | کنترل |
| | | | | | ۰۹۸/۱ |
| | | | | | ۰۰۴/۰ |
| | ۱۷۲/۰ | | ۰۴۹/۰ | ۷۹/۰ | معنویت |
| | | | | | ۷۹۹/۱ |
| | | | | | ۰۰۱/۰ |
| | | | ۰/۹۱۱ | ۲/۴۸۲ | مقدار ثابت |
| | | | | | ۲/۷۱۴ |
| | | | | | ۰/۰۰۱ |
| | ۱۸۸/۰ | | ۰۹۱/۰ | ۶۷/۰ | درماندگی |
| | | | | | ۶۸۰/۱ |
| | | | | | ۰۰۲/۰ |
| | ۱۲۱/۰ | | ۰۸۲/۰ | ۸۸/۰ | مهار گری |
| | | | | | ۸۹/۱ |
| | | | | | ۰۰۱/۰ |
| | ۱۵۸/۰ | | ۰۹۱/۰ | ۶۸/۰ | سبک خلاقیت |
| | | | | | ۵۳/۱ |
| | | | | | ۰۰۳/۰ |
| | ۲۲۶/۰ | | ۰/۰۹۶ | ۸۵/۰ | اعتماد به نفس |
| | | | | | ۶۵/۱ |
| | | | | | ۰۰۱/۰ |
| | ۱۳۹/۰ | | ۰۷۴/۰ | ۸۵/۰ | سبک اجتناب |
| | | | | | ۳۸/۱ |
| | | | | | ۰۰۳/۰ |
| | ۰/۱۶۸ | | ۰۸۶/۰ | ۷۲/۰ | روی آوردی |
| | | | | | ۵۱/۱ |
| | | | | | ۰۰۱/۰ |

نتایج برآورد مدل معنادار در قالب ضرایب رگرسیونی در جدول ۵ ارائه شده است. آماره ی بتا بیانگر میزان تاثیر هر یک از متغیرهای پیش بین بر ملاک متغیر ملاک است. با توجه به اینکه آزمون t برای معناداری ضرایب رگرسیون معنی دار است. خرده مقیاس های تاب آوری و مهارت های حل مساله پیش بینی کننده ی مثبت رضایت زناشویی دانشجویان هستند، ضرایب بتا نشان می دهد که سهم خرده مقیاس روابط ایمن برای پیش بینی رضایت زناشویی دانشجویان (Beta=۰/۲۵۹)

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

است و قدرت پیش بینی بیشتری را از میان متغیرهای دیگر تاب آوری برای رضایت زناشویی دانشجویان دارا می باشد ، هم چنین سهم خرده مقیاس اعتماد به نفس برای پیش بینی رضایت زناشویی دانشجویان ($Beta = 0/226$) است و قدرت پیش بینی بیشتری را از میان متغیرهای دیگر مهارت های حل مساله برای رضایت زناشویی دانشجویان دارا می باشد ؛ یعنی با افزایش سطح تاب آوری و مهارت های حل مساله میزان رضایت زناشویی نیز افزایش می یابد .

جدول (۶) : خلاصه مدل رگرسیون ، تحلیل واریانس و مشخصه های آماری رگرسیون مربوط به مهارت های حل مساله و خرده مقیاس های آن و رضایت زناشویی

| شاخص R^2 مدل | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | Sig | R |
|----------------------|------------------|---------------|--------------------|-------|-------|-------|
| رگرسیون ۱۲۸/۰ | ۱۴۱/۹ | ۱ | ۱۴۱/۹ | ۶۷/۲۵ | ۰۰۲/۰ | ۳۵۹/۰ |
| باقی مانده | ۲۴۷/۴۳ | ۲۷۸ | ۵۲۹/۰ | | | |
| کل | ۶۵۷/۵۲ | ۲۷۹ | | | | |

برای بررسی تاثیرات متغیر پیش بین (مهارت های حل مساله و خرده مقیاس های آن) بر متغیر ملاک از روش رگرسیون هم زمان استفاده شد . بدین صورت که رابطه بین تمام خرده مقیاس های متغیر پیش بین و ملاک و اثرات آنها مورد بررسی قرار گرفت . با توجه به آماره فیشر ($F=25/67$ و $a=0/02$) و سطح معناداری ، این الگو ۱۲٪ واریانس رضایت زناشویی را پیش بینی کند .

بحث و نتیجه گیری

هدف از این پژوهش ، تعیین رابطه بین تاب آوری و مهارت های حل مساله با رضایت زناشویی در دانشجویان متاهل دانشگاه بین المللی امام خمینی (ره) می باشد . ضریب همبستگی رابطه مثبت و معناداری را بین تاب آوری و مهارت های حل مساله و خرده مقیاس های آنها با رضایت زناشویی نشان داد ($p < 0/05$) و با افزایش تاب آوری و مهارت های حل مساله رضایت زناشویی دانشجویان نیز افزایش می یابد و بر عکس ، بین همه خرده مقیاس های تاب آوری و رضایت زناشویی رابطه معنادار وجود دارد . تحقیقی در این زمینه یافت نشد ولی این مطالعه به طور کلی با پژوهش های متعددی از جمله پژوهش خندان دل و کاویان فر (۱۳۹۴) ، میکاییلی و همکاران (۱۳۹۱) ، بتل و همکاران (۲۰۰۹) گنس و همکاران (۲۰۱۳) ، پاتریک و همکاران (۲۰۰۷) ، جیسا و توماس (۲۰۱۶) همسو است و با پژوهش چالمپلی و همکاران (۲۰۰۸) و فیتز پاتریک وواچ هاس (۲۰۱۰) ناهمسو است . این نتیجه را می توان این گونه تبیین کرد که افراد تاب آور، افرادی توانا در سازماندهی مسئولیت های روزانه شان می باشند ، این افراد نسبت به افراد آسیب پذیر در انطباق یافتن با تغییرات زندگی توانا ترند و توانایی ایجاد و گسترش مجموعه ای از مهارت های مقابله ای مانند مهارت های حل مساله را دارند که در موقعیت های چالش زا از آنها حمایت می کند (وات و همکاران ، ۱۹۹۵) . این ویژگی ها سبب می شود که افراد تاب آور قدرت سازگاری بالایی در زندگی زناشویی داشته باشند و بتوانند با به کارگیری مهارت های حل مساله کارآمد کیفیت زندگی زناشویی خود را بهبود بخشند و به تبع آن رضایتمندی زناشویی بیشتری را هم تجربه کنند . از این رو ویژگی شخصیتی تاب آوری امکان انطباق موثر زوجین با شرایط استرس زای زندگی زناشویی را برای زوجین فراهم می کند و باعث کاهش تنیدگی ، نارضایتی و بهبود صلاحیت و سلامت زوجین می شود و همین امر نیز رضایت زناشویی آنها را تقویت می کند .



بین مهارت های حل مساله و رضایت زناشویی رابطه معنادار وجود دارد. از بین خرده مقیاس های متغیر مهارت های حل مساله، خرده مقیاس اعتماد به نفس که از سبک های سازنده حل مساله محسوب می شود و بیانگر اعتماد در توانایی فرد برای حل مشکلات است با سهم $(Beta = 0.226)$ بیشترین توانایی را برای پیش بینی و هم چنین بیشترین همبستگی را با متغیر رضایت زناشویی دانشجویان دارد. نتایج این یافته با پژوهش Miller et al (1986) و کریگلوپز (2006) همسو است. با توجه به نتایج این پژوهش و دیگر پژوهشهای انجام شده در راستای اهداف این پژوهش می توان این نتایج را اینگونه تبیین کرد که مشارکت فعال زوجین در بحث از مسائل زناشویی در حل مسائل و مشکلات زندگی زناشویی موثرتر است (میلر و همکاران، 1986).

بورلسون و دنتون (1997)، ویلاو پرت (2013)، جانسون و همکاران (2005) و وزیدلو و سگرن (2013)، علایی و همکاران (2011) در پژوهش هایی مشابه نشان دادند که آموزش مهارت های حل مساله باعث افزایش رضایت زناشویی زوجین می گردد. در تبیین این نتیجه نیز باید گفت که از آنجایی که حل مساله یک راهبرد مقابله ای مهم است که توانایی پیشرفت شخصی و اجتماعی را افزایش و تنیدگی و نشانه های روانی را کاهش می دهد (Dzurilla & Sheedy, 1992) زوجینی که از توانایی حل مساله بیشتری برخوردارند بیشتر می توانند با تنیدگی ها و مشکلات زندگی زناشویی خود مقابله کنند و رضایت زناشویی بالاتری را نیز تجربه می کنند.

پیشنهادهای پژوهش :

با توجه به تاثیر مهمی که این پژوهش در جامعه دارد و از آنجایی که این پژوهش فقط در خصوص دانشجویان متأهل صورت گرفته است پیشنهاد می شود که در جوامع و نمونه های مختلف نیز صورت گیرد.

با توجه به اینکه در پژوهش حاضر ممکن است متغیرهای زیادی دخالت داشته و در نظر نگرفته شده باشد، در نتیجه در پژوهش های بعدی باید به عوامل متعددی از جمله بافت اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی توجه شود.

با انجام پژوهش های طولی در این زمینه، تغییرات در رضایت زناشویی زوجین در طول زمان نیز مشاهده می شود.

هم چنین از آنجایی که مهارت های حل مساله در زندگی زناشویی زوجین نقش بسزایی را در افزایش پیشرفت شخصی و کفایت اجتماعی به عنوان یک راهبرد شناختی-رفتاری ایفا می کند ضروری است تا در برنامه های مشاوره قبل از ازدواج به طور مبسوط گنجانده شود تا در آینده زوجین رضایت زناشویی بیشتری را تجربه کنند و به تبع آن جامعه سالم و تا حدودی عاری از مشکلات زناشویی داشته باشیم.

منابع

- احمدزاده، ابراهیم (1384). "بررسی رابطه میان رضایت زناشویی و سلامت روان در بین دبیران زن و مرد شاغل در مقطع متوسطه دبیرستانهای شهر تهران در سال تحصیلی 1383-4". پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روان شناسی، دانشکده روان شناسی گروه مشاوره، دانشگاه تربیت معلم.
- احمدی، رضا، شریفی درآمدی، پرویز (1393). بررسی اثربخشی آموزش تاب آوری بر سلامت روان افراد مبتلابه وابستگی مواد در کانون توسکای شهر تهران. فصلنامه مطالعات روان شناسی بالینی، 15، 1-16.
- بابا پور خیرالدین، جلیل (1387). اثر بخشی آموزش مهارت های ارتباطی بر شیوه های حل مساله دانش آموزان، فصلنامه علمی - پژوهشی روان شناسی دانشگاه تبریز، 10، 21 - 8.
- بشارت، محمد علی (1386). تاب آوری، آسیب پذیری و سلامت روانی، مجله علوم روان شناختی، 24، 383 - 373.

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

- پور محسنی کلوری ، فرشته ، اللهیاری ، عباسعلی ، فتحی آشتیانی ، علی ، آزاد فلاح ، پرویز ، احمدی ، فیض الله . (۱۳۹۰). اثر بخشی برنامه های توانمند سازی زناشویی بر رضایتمندی زناشویی زوجین ، مجله روان شناسی بالینی ، ۹(۱) ، ۳۵ - ۲۷ .
- خلعتبری ، جواد ، بهاری ، صونا . (۱۳۸۹). ارتباط بین تاب آوری و رضایت از زندگی . فصلنامه روان شناسی تربیتی ، ۲۰-۸۳ .
- خدایاری فرد ، محمد ، زارع پور ، مریم ، حجاری ، الهه (۱۳۸۸) . اثر بخشی آموزش مهارت حل مساله بر صمیمیت زناشویی . مجله روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران ، ۳ ، ۶۰ - ۴۹ .
- خندان دل ، سحر ، کاویان فر ، حسین . (۱۳۹۴). نقش اعتماد در روابط بین فردی و تاب آوری خانواده در رضایت زناشویی زوج های شاغل ، دو فصلنامه آسیب شناسی ، مشاوره و غنی سازی خانواده ، (۱) ، ۱ - ۳ ، ۱۵ .
- علی اکبری دهکردی ، مهناز . (۱۳۸۹) . رابطه عملکرد جنسی زنان با سازگاری زناشویی ، مجله علوم رفتاری ، ۴ (۳) ، ۲۰۶ - ۱۹۹ .
- قاسم ، مرضیه ، حسین چاری ، مسعود . (۱۳۹۱) . تاب آوری روان شناختی و انگیزش درونی - بیرونی : نقش واسطه ای خود کار آمدی ، روان شناسی تحولی : روان شناسان ایرانی ، ۳۳ ، ۶۸ - ۶۱ .
- کاویانی ، زینب ، حمید ، نجمه ، عنایتی ، میرصلاح الدین . (۱۳۹۳). تاثیر درمان شناختی رفتاری مذهب محور بر تاب آوری زوجین ، دانش و پژوهش در روان شناسی کاربردی ، ۳ (۵۷) ، ۳۴ - ۲۵ .
- مطیعی ، زهرا ، برجعلی ، احمد ، تقوایی ، داوود . (۱۳۹۳) . نقش واسطه ای قصه عشق در رابطه با طرحواره های ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی ، مجله علوم رفتاری ، ۳ ، ۲۲۶ - ۲۱۹ .
- میکائیلی ، نیلوفر ، گنجی ، مسعود ، طالبی جویباری ، مسعود . (۱۳۹۱). مقایسه تاب آوری ، رضایت زناشویی و سلامت روان در والدین با کودکان دارای ناتوانی یادگیری و عادی ، مجله ناتوانی های یادگیری ، ۱۰ ، ۱۳۷ - ۱۲۰ .

منابع انگلیسی

- Alayi , Z . , Ahmadigatab , T . , Babaei zad khamen , A . (2011) . Relation between communication skills and marital - adaptability among university students . Procedia- Social and Behavioral Sciences 30 , 1959 – 1963 . Available online at [http:// www.sciencedirect/](http://www.sciencedirect/) .
- Asaadi , B . , Fouladchang , M . (2015) . The prediction of resilience based on emotional creativity and emotional intelligence in high school students . Journal aula orientalis, 1, 423-432 . Available online at [www. Editorialusa . com](http://www.editorialusa.com) .
- Burlinson , B , R . , Denton , W , H . (1997) . The relationship between communication skill and marital satisfaction : some moderating effects , Journal of marriage and the family . 59 (4) , 884-900.
- Brown - Baatjies , O. , Fouche , P . , Greeff . , A . (2008) . The development and relevance of the resiliency model of family stress adjustment and adaptation , Journal acta academica , 40 (1) , 78-126
- Beutel , M . , Glaemer , H . , Decker , O . , Blahler , E . (2009) . life satisfaction , distress , and resiliency across the life span of women , Menopause (New York, N . Y) , 16 (6) , 1132-1138 .
- Connor , K . M . , Davidson , J . R . T . (2003) . Development of a new resilience scale : the connor-davidson resilience scale (CD-RISC) . Depression and Anxiety . 18 , 76 - 82 .
- Coskun, Y , D . , Garipagaglu , C . , Tosun , U . (2014) . Analysis of the relationship between the resiliency level and problem solving skills of university students , Procedia- Social and behavioral sciences , 114 , 673-680 . Available Online at www.sciencedirect/ .
- Cassidy , T . , Long , C . (1996) . Problem solving style , stress and psychological illness : Development of a multifactorial . British journal of clinical psychology , 35 , 256-277 .
- Davydov , D . , Stewart , R . , Ritche , K . , Chaudieu , I . (2010) . Resilience and mental health . Clinical psychology review , 30 (5) , pp 479-495 .
- Dzurilla , T . J . , & Sheedy , C . F . (1992) . The relation between social problem solving ability and subquent level of academic competence in college students . Cognitive Therapy and Research , 16 (5) , 589 - 599.
- Fitzpatrick , K , E . , Vacha-Haase , T . (2010) . Marital satisfaction and resilience caregivers of spouses with dementia . Clinical gerontologist , 33 (3) , 165-180 .



Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

- Ganth , D , B . , Thiyagarajan , S . , Nigesh . (2013) . Role of infertility , emotional intelligence and resilience on marital satisfaction among Indian couples . International journal of applied psychology , 3 (3) , 31-37 .
- Hamarta , E . (2009) . A prediction of self-esteem and life satisfaction byproblem solving , Journal social behavior and personality , 37 (1) , 73-82 .
- Heppner , P , P . , Walther , D , J . , Good , G , E . (1995) . The differential role role of instrumentality , expressivity , and social support in predicting problem - solving appraisal in men and women . Journal sex roles , 32 (1) , 91-108 .
- Jacobson , N , S . (1979) Increasing positive behavior in severely distressed marital relationships : The effects of problem-solving training . Journal behavior therapy , 10 (3) , 311-326 .
- Johnson , M , D . , Cohan , Cl . , Davila , J . , Lawrence , E . , Rogge , R , D . , Karney , B , R . , Sullivan , K , T . , Bradbury , T , N . (2005) . Problem-Solving skills and affective expressions as predictors of change in marital satisfaction . Consult Clinical psychology , 73 (1) , 15-27 .
- Jowkar , B . , Friberg , O . , Hjemdal , O . (2010) . Cross-Cultural validation of the resilience scale for adults (RSA) in iran . Scandinavian journal of psychology , 51 , 418-425 .
- Jew , C , L . , Green ,K , E . , Kroger , J . (1999) . Development and validation of a measure of resiliency . Proquest psychology journals , 32 (2) , 75-88 .
- Jisha ,P , R . , Thomas , Immanuel. (2016) . Quality of Life and Infertility : Influence of Gender , Years of Marital Life , Resilience , and Anxiety . Psychological Studies . 1 – 11 .
- Kallampally , G , A . , Oakes , K , E . , Lyons , H , Z . , Greer , J , M . , Gillespie , C , K . (2008) . Gender ; Psychological resilience , acculturation and spirituality as predictors of asian Indian American marital satisfaction , Journal of spirituality in mental health , 10 (1) , 35-52 .
- Loh , S , M , I . , Schutte , N , S . , Thorsteinsson E , B . (2014) . Be happy : The role of resilience between characteristic affect and symptoms of depression. Journal happiness studies , 15 (5) , pp 1125-1138 .
- Miller , Ph . C . , Herbert . L . M . , Holmes , J . G . , Ware , E . E . , Saleh , W . E . (1986) . Marital locus of control and marital problem solving , Journal of Personality and Social Psychology , 1 , , 161-169.
- Macleod , S . , Musich , Sh . , Hawkins , K . , Alsgaard , K , Wicker , E , R . (2016) .T he impact of resilience among older adults . Geriatric Nursing . Journal home page : www. gnjournal. com, 1-7. contents lists available at science direct .
- Olsson , C , A . , Bond , L . , Burns , J , M . , Vella - Brodrick , D , A . , Sawyer , S , M . (2003) . Adolescent resilience : A concept analysis . Journal of adolescence , 26 , 1-11 . Available online at [www.sciencedirect](http://www.sciencedirect.com) . com .
- Ozden , M , S . , Celen , N . (2014) . The relationship between inherent and acquired characteristics of human development with marital adjustment . Journal Procedia-Social and behavioral sciences , 140 , 48-56 .
- Patrick , S . , Sells , J . N . , Giordano , F , G . , & Tollerud , T . R . (2007) . Intimacy , differentiation , and personality variables as predictors of marital satisfaction . The family journal , 15 : 359-367 .
- Phumeechanya , N . , Wannapiroon , P . (2014) . Didign of problem-Based with scaffolding learning activities in ubiquitous learning environment to develop problem-solving skills . Procedia-Social and behavioral sciences, 116 , 4803-4808 .
- Villa , B . , & Prette , P , D . (2013) . Marital satisfaction : The role of social skills of husbands and wives . Paideia (Ribeirao Preto) , 23 (56) .
- Winch , R . (2000) . Selected studies in marriage and the family , New York , Hito Rinehart and Winston , INC .
- Werner , E . , & Smith . R . (1992) . Overcoming the odds : High-risks children from birth to adulthood New York : Cornell university press .
- Woszidlo , A . , Segrin , Ch . (2013) . Direct and indirect effects of newlywed couple ' neuroticismand stressful events on marital satisfaction through mutual problem solving . Marriage & Family review . 49 (6) , 520-545 .