

The Effectiveness of Verbal Skills Training Integrated with Islamic Spirituality in Enhancing Marital Satisfaction

Mohammad-Bagher Hasanvand¹ , Zahra Soltani² 

1. Assistant Professor, Allameh Tabatabaei University, Tehran.

b.hasanvand06@gmail.com

2. PhD Student in Psychology, Institute of Research and University (Corresponding Author).

zsoltani@rihu.ac.ir

Received: 2024/11/17; Accepted 2025/09/29

Extended Abstract

Introduction and Objectives: Marriage, as the cornerstone of society and the oldest social institution, plays an unparalleled role in ensuring individuals' mental health and social stability. Within this context, the quality of the marital relationship is the most critical determinant of family stability and success, and communication skills—particularly the ability to engage in effective verbal communication—lie at the heart of this quality. Numerous studies in the field of family therapy have demonstrated that the inability to express emotions, needs, and expectations clearly is one of the main roots of conflict, dissatisfaction, and ultimately, the dissolution of marital relationships.

From a psychological perspective, verbal communication serves as a tool through which couples reveal their inner worlds to each other and cultivate intimacy. In contrast, from an Islamic perspective, dialogue holds a position beyond a mere communicative tool; it represents a realm for the manifestation of ethics, spirituality, and the pursuit of divine



approval. Religious texts place significant emphasis on the use of kind, affectionate, and respectful speech. For instance, the Prophet's saying that "The words of a man to his wife, 'I love you,' never leave his heart" clearly highlights the importance of verbal expressions of love in strengthening the family foundation.

Despite the richness of Islamic teachings in this area and the well-established importance of communication skills in psychology, a significant research gap exists regarding the integration of these two domains. Previous studies have either focused solely on psychological aspects or addressed religious recommendations theoretically. Therefore, the present study aimed to fill this gap by designing and evaluating a comprehensive training package that integrates verbal skills with the principles of Islamic spirituality. The primary objective of this research is to examine the effectiveness of this intervention in enhancing overall marital satisfaction and to analyze its impact on ten specific dimensions of satisfaction: verbal communication, religious commitment, conflict resolution, financial management, sexual relations, leisure activities, parenting, gender roles, personality issues, and kinship ties. The main hypothesis is that such training can produce significant and lasting improvements in the functional and relational aspects of married life.

Method: From the perspective of its objective, this study is applied research, as its results can be directly utilized in counseling centers and divorce prevention programs. Methodologically, a quasi-experimental pretest-posttest design with a control group and follow-up was employed to assess the intervention's effects more accurately.

The statistical population included all couples at risk who, due to marital dissatisfaction, had visited a counseling center affiliated with the Judiciary in Tehran in 2022. From this population, 30 couples (60 individuals) who met the inclusion criteria were selected through convenience sampling. After receiving full explanations about the study's objectives and procedures, the participants signed informed consent forms and were randomly assigned to two groups: the experimental group (15 couples) and the control group (15 couples).

Inclusion criteria were having at least a high school diploma (to ensure comprehension of the training content), a monthly income above 9 million Tomans (to control for the effect of severe financial stress), an age range of 25 to 40 years, and at least two years of marital life. Couples involved in addiction, infidelity, or severe psychological disorders were excluded from the study.

The primary instrument was the Islamic Marital Satisfaction Questionnaire, developed

by Jodiri (2009). This questionnaire comprises 50 Likert-scale items assessing ten main components of marital satisfaction. Its validity and reliability have been confirmed in previous studies using methods such as Cronbach's alpha and factor analysis.

The experimental group participated in a structured training protocol consisting of ten 60-minute sessions (two sessions per week). The content of these sessions was developed based on authoritative Islamic sources (Quran and Hadith) and psychological theories of communication, under the supervision of experts in religion and psychology. Session topics included self-awareness and understanding differences, identifying mutual needs, clarifying roles and responsibilities from an Islamic perspective, training constructive communication styles, active listening skills, assertiveness and expressing emotions, barriers to effective dialogue, anger management and conflict resolution, and, finally, summary and practical exercises. The control group did not receive any intervention during this period.

Data collected at three stages (pretest, posttest, and two-month follow-up) were analyzed using SPSS software. Descriptive statistics (mean and standard deviation) were used to summarize the data, while inferential statistics, particularly repeated measures ANOVA, were employed to compare changes between the two groups over time. Prior to the main analysis, statistical assumptions such as normality of data distribution (Shapiro-Wilk test) and homogeneity of variances (Levene's test) were examined and confirmed.

Results: Data analysis yielded significant results. The mean total marital satisfaction scores in the experimental group increased markedly from the pretest to the posttest and follow-up stages, whereas no notable change was observed in the control group. Repeated measures ANOVA indicated a significant interaction effect of time \times group ($p = 0.001$, $F = 12.699$). This finding suggests that the pattern of changes in marital satisfaction scores over time differed between the experimental and control groups, and this difference was attributable to the educational intervention. The effect size (partial eta squared) was 0.341, indicating a medium-to-large effect.

Detailed Analysis of Components: A more detailed analysis of the components yielded the following results: The training in verbal communication skills integrated with Islamic spirituality led to significant improvements in eight components: verbal communication, religious commitment, conflict resolution, financial management, sexual relations, leisure activities, parenting, and the roles of men and women in family life. This intervention did not have a significant effect on the components of "personality issues" and "maintaining

kinship ties.” The persistence of the training effects was evaluated by comparing posttest and follow-up (two months later) scores, which indicated that the improvements in the experimental group remained stable.

Discussion and Conclusions: The findings of this study clearly indicate that integrating psychological communication skills with Islamic spiritual and ethical teachings constitutes an effective and efficient approach to enhancing marital satisfaction. This intervention helped couples, through training in proper communication methods, to develop better mutual understanding, accept individual differences, and resolve conflicts constructively without blame. These results align with previous studies (e.g., Ebrahimi & Janbozorgi; Salari-Far; Zare et al.) that emphasize the positive role of spirituality and communication skills in improving relationships.

The lack of effect of the intervention on the “personality issues” component was expected, as personality traits are deep-seated and stable structures that require longer-term and more intensive psychotherapeutic interventions for change. Similarly, the absence of change in the “maintaining kinship ties” component can be attributed to the fact that this domain is more influenced by cultural factors, family norms, and the expectations of relatives, and cannot be improved solely through enhancing intra-couple skills.

Keywords: Verbal Communication Training, Islamic Spirituality, Marital Satisfaction, Verbal Communication, Family.

Cite this article: Hasanvand, Mohammad-Bagher, and Soltani, Zahra (2025), The Effectiveness of Verbal Skills Training Integrated with Islamic Spirituality in Enhancing Marital Satisfaction, *Journal of Studies in Islam and Psychology*, 1(2): 103-126.

اثر بخشی آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته به معنویت اسلامی در افزایش رضایت زناشویی

محمدباقر حسنونند^۱ ، زهرا سلطانی^۲

۱. استادیار دانشگاه علامه طباطبایی، تهران.

b.hasanvand06@gmail.com

۲. دانشجوی دکتری روانشناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه (نویسنده مسئول).

zsoltani@rihu.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۸/۲۷؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۷/۰۷

چکیده گسترده

مقدمه و اهداف: ازدواج سنگ بنای اصلی جامعه و کهن‌ترین نهاد اجتماعی، نقشی بی‌بدیل در تأمین سلامت روانی افراد و ثبات اجتماعی ایفا می‌کند؛ در این میان، کیفیت رابطه زوجین مهم‌ترین عامل تعیین‌کننده پایداری و موفقیت خانواده است و مهارت‌های ارتباطی، به‌ویژه توانایی برقراری ارتباط کلامی مؤثر در قلب این کیفیت قرار دارد. پژوهش‌های فراوان در حوزه خانواده‌درمانی نشان داده‌اند که ناتوانی در بیان شفاف احساسات، نیازها و انتظارات، یکی از ریشه‌های اصلی بروز تعارض، نارضایتی و درنهایت فروپاشی روابط زناشویی است.

از دیدگاه روان‌شناختی، ارتباط کلامی ابزاری است که زوجین از راه آن دنیای درونی خود را به یکدیگر می‌شناسانند و صمیمیت را پرورش می‌دهند، اما در دیدگاه اسلامی، گفتگو جایگاهی فراتر



از یک ابزار ارتباطی دارد و آن عرصه‌ای برای تجلی اخلاق، معنویت و کسب رضایت الهی است. در متون دینی تأکید فراوانی بر استفاده از کلام نیکو، محبت‌آمیز و محترمانه شده است؛ برای مثال فرمایش پیامبر ﷺ که می‌فرماید: «این گفتار مرد به همسرش که "دوستت دارم"، هرگز از قلب او بیرون نمی‌رود»، به‌روشنی اهمیت ابزار کلامی محبت را در تحکیم بنیان خانواده نشان می‌دهد. با وجود غنای آموزه‌های اسلامی در این زمینه و اهمیت اثبات‌شده مهارت‌های ارتباطی در روان‌شناسی، خلأ پژوهشی عمیقی در زمینه تلفیق این دو حوزه وجود دارد. مطالعات پیشین یا صرفاً بر جنبه‌های روان‌شناختی متمرکز بوده یا به شکل نظری به توصیه‌های دینی پرداخته‌اند؛ از این‌رو پژوهش حاضر با هدف پر کردن این شکاف به طراحی و ارزیابی یک بسته آموزشی جامع پرداخت که مهارت‌های کلامی را با اصول معنویت اسلامی درآمیخته است. هدف اصلی این تحقیق، بررسی اثربخشی این مداخله بر افزایش سطح کلی رضایت زناشویی و همچنین تحلیل تأثیر آن بر ابعاد ده‌گانه رضایتمندی (ارتباط کلامی، پایبندی مذهبی، حل تعارض، مدیریت مالی، روابط جنسی، اوقات فراغت، فرزندپروری، نقش زن و مرد، مسائل شخصیتی و صله ارحام) است. فرضیه اصلی این است که چنین آموزشی می‌تواند بهبود معنادار و پایداری در ابعاد عملکردی و ارتباطی زندگی مشترک ایجاد کند.

روش: این پژوهش از نظر هدف، تحقیق کاربردی است؛ زیرا نتایج آن مستقیماً در مراکز مشاوره و برنامه‌های پیشگیری از طلاق استفاده می‌شود. از نظر روش‌شناختی، طرح نیمه‌آزمایشی پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل به کار رفت تا بتوان تأثیر مداخله را به‌طور دقیق‌تری سنجید. جامعه آماری همه زوجین در معرض آسیبی بودند که به‌دلیل نارضایتی زناشویی در سال ۱۴۰۱ به مرکز مشاوره وابسته به قوه قضاییه در تهران مراجعه کرده بودند؛ از این جامعه، ۳۰ زوج (۶۰ نفر) که واجد ملاک‌های ورود به پژوهش بودند به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. این زوجین پس از دریافت توضیحات کامل درباره اهداف و روند پژوهش، رضایت‌نامه آگاهانه را امضا کردند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ زوج) و کنترل (۱۵ زوج) گمارده شدند. ملاک‌های ورود شامل داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم (برای اطمینان از درک محتوای آموزشی)، درآمد ماهانه بالای ۹ میلیون تومان (برای کنترل تأثیر استرس شدید مالی)، دامنه سنی ۲۵ تا ۴۰ سال و گذشت دست‌کم دو سال از زندگی مشترک بود. زوجینی که درگیر اعتیاد، خیانت یا اختلالات حاد روانی بودند از مطالعه خارج شدند.

نوع مقاله: پژوهشی

ابزار اصلی پژوهش، پرسشنامه رضایتمندی زناشویی اسلامی بود که جدیری (۱۳۸۸) آن را طراحی کرده است. این پرسشنامه شامل ۵۰ سؤال در قالب مقیاس لیکرت است که ده مؤلفه اصلی رضایت زناشویی را می‌سنجد. روایی و پایایی این ابزار در پژوهش‌های پیشین از راه روش‌هایی مانند آلفای کرونباخ و تحلیل عاملی تأیید شده است.

گروه آزمایش در یک پروتکل آموزشی شامل ده جلسه ۶۰ دقیقه‌ای (دو جلسه در هفته) شرکت کردند. محتوای این جلسات براساس منابع معتبر اسلامی (قرآن و احادیث) و نظریه‌های روان‌شناختی ارتباطی و با نظارت متخصصان دین و روان‌شناسی تدوین شد. سرفصل‌های جلسات به ترتیب شامل خودشناسی و شناخت تفاوت‌ها، شناسایی نیازهای متقابل، تفهیم نقش‌ها و مسئولیت‌ها از دیدگاه اسلامی، آموزش سبک‌های ارتباطی سازنده، مهارت‌های گوش دادن فعال، مهارت‌های ابراز وجود و بیان احساسات، موانع گفتگوی مؤثر، مدیریت خشم و حل تعارض و درنهایت جمع‌بندی و تمرین عملی بود. گروه کنترل در این مدت هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد.

داده‌های جمع‌آوری‌شده در سه مرحله (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دو ماهه) با استفاده از نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند. از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) در توصیف داده‌ها و از آمار استنباطی، به‌ویژه تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر (Repeated Measures ANOVA) برای مقایسه تغییرات دو گروه در طول زمان استفاده گردید. پیش از تحلیل اصلی، پیش‌فرض‌های آماری مانند نرمال بودن توزیع داده‌ها (آزمون شاپیرو-ویلک) و همگنی واریانس‌ها (آزمون لوین) بررسی و تأیید شد.

نتایج: تحلیل داده‌ها نتایج معناداری را نشان داد. میانگین نمرات رضایت زناشویی کل در گروه آزمایش از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیگیری، افزایش چشمگیری داشت؛ درحالی‌که در گروه کنترل تغییر محسوسی مشاهده نشد. آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر نشان داد که اثر تعاملی «زمان * گروه» معنادار است ($F = 0.001, p = 0.000$)؛ این یافته بیانگر آن است که روند تغییرات نمرات رضایت زناشویی در دو گروه آزمایش و کنترل در طول زمان متفاوت بوده و این تفاوت به دلیل مداخله آموزشی ایجاد شده است. ضریب اندازه اثر (اتای نسبی) برابر با ۰,۳۴۱ به دست آمد که نشان‌دهنده اثری با قدرت متوسط به بالا است.

در تحلیل دقیق‌تر مؤلفه‌ها، نتایج زیر حاصل شد:

آموزش مهارت‌های کلامی مبتنی بر معنویت اسلامی به بهبود معنادار در هشت مؤلفه انجامید: ارتباط کلامی، پایبندی مذهبی، حل تعارض، مدیریت مالی، روابط جنسی، فعالیت‌های اوقات فراغت، فرزندپروری و نقش زن و مرد در زندگی.

این مداخله تأثیر معناداری بر دو مؤلفه «مسائل شخصیتی» و «صله ارحام» نداشت. پایداری اثرهای آموزش نیز از راه مقایسه نتایج پس‌آزمون و مرحله پیگیری (دو ماه بعد) ارزیابی شد که نتایج نشان داد نمرات کسب‌شده در گروه آزمایش ثابت باقی مانده است.

بحث و نتیجه‌گیری: یافته‌های این پژوهش به روشنی نشان می‌دهد که تلفیق مهارت‌های ارتباطی روان‌شناختی با آموزه‌های معنوی و اخلاقی اسلام یک رویکرد مؤثر و کارآمد برای افزایش رضایت زناشویی است. این مداخله توانست با آموزش روش‌های درست گفتگو به زوجین کمک کند تا درک متقابل بهتری از یکدیگر بیابند، تفاوت‌های فردی را بپذیرند و تعارضات خود را به شیوه‌ای سازنده و بدون سرزنشگری حل کنند. این نتایج با یافته‌های مطالعات پیشین مانند ابراهیمی و جان‌بزرگی؛ سالاری‌فر؛ زارع و همکاران همسو بود که بر نقش مثبت معنویت و مهارت‌های ارتباطی در بهبود روابط تأکید کرده‌اند.

تأثیر نداشتن مداخله بر مؤلفه «مسائل شخصیتی» قابل انتظار بود؛ زیرا ویژگی‌های شخصیتی ساختارهایی عمیق و پایدار هستند که تغییر آنها نیازمند مداخلات روان‌درمانی بلندمدت و عمیق‌تر است؛ همچنین عدم تغییر در مؤلفه «صله ارحام» می‌تواند بدین جهت باشد که این حوزه بیشتر تحت تأثیر عوامل فرهنگی، هنجارهای خانوادگی و انتظارات خویشاوندان قرار دارد و صرفاً با ارتقای مهارت‌های درون‌زوجی بهبود نمی‌یابد.

واژگان کلیدی: آموزش مهارت‌های کلامی، معنویت اسلامی، رضایت زناشویی، ارتباط کلامی، خانواده.

استناد: حسونند، محمدباقر، و سلطانی، زهرا (۱۴۰۴). اثربخشی آموزش مهارت‌های کلامی آموخته به معنویت اسلامی در افزایش رضایت زناشویی. مجله اسلام و روان‌شناسی خانواده ۱(۲): ۱۰۳-۱۲۶.

مقدمه

نخستین و پایدارترین رابطه در میان جوامع بشری، ازدواج است؛ فرایندی مهم و حیاتی که به تشکیل خانواده می‌انجامد (سالاری‌فر، ۱۳۹۸، ص ۳). خانواده یکی از نهادهای مهم و پرکاربرد جامعه بشری و تنها نظام اجتماعی می‌باشد که در تمامی جوامع پذیرفته شده است (طباطبایی، ۱۳۹۰، ص ۱۳). خانواده عناصر اصلی جامعه را دربرداشته، و نیز تأثیرپذیری زیاد از جامعه دارد؛ به گونه‌ای که می‌توان گفت جامعه سالم فقط در پناه خانواده سالم ممکن است (ساروخانی، ۱۳۷۰، ص ۱۳۶). به وسیله خانواده دو فرد در یک رابطه قرار می‌گیرند و زندگی آنان درهم تنیده می‌شود؛ یعنی هریک دیگری را تحت نفوذ قرار داده، و رفتار بعدی طرف مقابل را شکل می‌دهد. با توجه به اهمیت خانواده، کیفیت برقراری ارتباط نیز در این فضا بسیار مهم است؛ زیرا بیشترین سطح ارتباطات در بین اعضای خانواده وجود دارد و چنانچه ارتباط اثربخش باشد موجب شکوفایی و بهبود روابط اعضا، به ویژه روابط میان زوجین می‌شود؛ درحالی‌که ارتباطات غیر مؤثر مانع شکوفایی انسان شده، روابط را تخریب می‌سازد (سلیمی بنی، ۱۳۹۲، ص ۲۰). چگونگی برقراری ارتباط نیازمند یادگیری مهارت‌های زندگی است. مهارت‌های زندگی به مجموعه‌ای از توانایی‌ها گفته می‌شود که به فرد کمک می‌کند تا با چالش‌ها، فشارها و نیازهای روزمره زندگی به شیوه‌ای مؤثر، سازگارانه و سالم کنار بیاید که یکی از آنها، ارتباط مؤثر و چگونگی برقراری ارتباط است. بخشی از انتظارات شکل گرفته در زوجین به واسطه وجود مهارت‌های ارتباطی در میان زوجین است که نبود این مهارت‌ها، مشکلات و آشفتگی‌هایی را در برقراری ارتباط پدید می‌آورند که موجب احساس نارضایتی دست‌کم یکی از زوجین می‌شود (اسماعیل پور و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۳۱). تحقیقات بیانگر این مطلب است که تعداد زیادی از همسران، تعاملات ضعیفی با هم دارند و اصلی‌ترین شکایت همسران مشکلات ارتباطی است (هنریان و یونسی، ۱۳۹۰، ص ۱۲۶) که این امر خود سبب کاهش رضایت زناشویی می‌شود.

رضایت زناشویی عبارت است از نگرش مثبت و لذت‌بخشی که زن و شوهر درباره جنبه‌های گوناگون رابطه خود دارند (یگانه، ۱۳۹۳، ص ۱۸). رضایت زناشویی به معنای ادراک ذهنی فرد از خشنودی، رضایت و لذت حاصل از رابطه زناشویی است؛ به گونه‌ای که این احساس مثبت در تمامی ابعاد مختلف زندگی مشترک نمود دارد، پس رضایت زناشویی درک متقابل زوجین از وضعیت یکدیگر و برخوردی

مبتنی بر محبت، عاطفه و منطق است که نه تنها در آن زن و شوهر از سلامت روان برخوردار هستند، بلکه در پی آن رشد و تربیت فرزندان در مسیری درست و هدفمند قرار می‌گیرد.

کرادوک (۱۳۹۱، ص ۲۵) در پژوهش خود نشان داد زوج‌هایی که از سازگاری، همبستگی، انعطاف‌پذیری و رابطه عمیق‌تری برخوردارند، رضایت زناشویی بیشتری را تجربه می‌کنند؛ بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت که از میان عوامل فراوان مؤثر بر رضایتمندی زناشویی، مهارت‌های ارتباطی نقشی کلیدی ایفا می‌کند.

مهارت‌های ارتباطی یعنی مجموعه‌ای از رفتارها که کیفیت ارتباط اشخاص را باهم مشخص می‌سازد (سالاری فر، ۱۴۰۰، ص ۷۲). برقراری روابط مؤثر و تداوم آن مستلزم توجه به احساسات و واکنش‌ها یا فرایندی می‌باشد که بین شما و دیگران در جریان است، این کار مستلزم آن است که شما در اینجا و اکنون باشید و به اظهارات چهره‌ای، زبان بدن، آهنگ صدا و لغاتی توجه کنید که در ارتباط به کار می‌گیرید (قهراری، ۱۴۰۱، ص ۱۸۱). ناتوانی در برقراری ارتباط، یکی از رایج‌ترین مشکلاتی است که همسران ناراضی گزارش می‌دهند؛ اما دشواری‌ها و مشقت‌های ارتباط، تنها علت اختلافات زناشویی نیست، بلکه مشخص‌کننده روابط پریشان و ناراضی زناشویی است که مشکلات را تشدید می‌کند (عزیزی، ۱۳۸۶، ص ۱۸).

بخشی از مهارت‌های ارتباطی شامل مهارت‌های کلامی هستند که با زبان و سخن گفتن و کلام تحقق پیدا می‌کنند، مؤلفه‌ای بسیار مهم برای تعیین شخصیت افراد؛ از این‌رو ارتباط کلامی فرایند رفتاری بسیار پیچیده‌ای است که بر زندگی زوجین تأثیر گسترده‌ای دارد (میلر، ۱۳۷۹، ص ۱۲). ارتباط کلامی شامل کلمه و جمله می‌شود، پس باید هنگام استفاده از آنها دقت لازم صورت گیرد؛ زیرا بار ارزشی و مفهومی ویژه‌ای را در ذهن و روان شنونده ایجاد می‌کند.

به همین دلیل از نگاه اسلامی، سخن گفتن نه صرفاً ابزار ارتباط بلکه عرصه‌ای برای تجلی اخلاق، حقیقت و رحمت الهی است؛ از این‌رو با آمیختن مهارت‌های ارتباط کلامی به معنویت اسلامی می‌توان در برقراری ارتباط (به‌ویژه در میان زوجین) گام مهمی را برداشت که بخشی از آن سخن مؤثر است؛ یعنی زوجین بتوانند با بیان عشق و علاقه به یکدیگر نقش مؤثری در ارتقا و بهبود روابط خود داشته باشند.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «مردی که به همسرش می‌گوید دوست دارم این احساس از دل زن بیرون

نمی‌رود و دوستی شوهرش در دل او پایدار باقی می‌ماند» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۵، ص ۵۶۹). البته که سخن عاشقانه از جانب زن نیز در روایات اهل بیت (علیهم‌السلام) مورد تأکید است و در جای دیگر می‌فرماید: زن نیز احساس دوستی را برای شوهر ابراز کند (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۵، ص ۲۳۷). پس براساس مطالب گفته‌شده، مهارت ارتباط کلامی همراه با معنویت بر رضایت زناشویی مؤثر است؛ یعنی ارتباط کلامی همچون بیان اندیشه‌ها، در میان گذاشتن آگاهی‌ها، بیان خواسته‌ها، با رضایت زناشویی ارتباط مثبت معنادار دارد (ابراهیمی و جان‌بزرگی، ۱۳۸۷، ص ۲).

بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های کلامی در افزایش رضایت زناشویی اهمیت حیاتی دارد؛ زیرا کمبود این مهارت‌ها ارتباط مستقیمی با کاهش کیفیت روابط و افزایش آمار طلاق دارد. مطالعات فراوانی نشان داده‌اند که مشکلات ارتباطی یکی از شایع‌ترین دلایل نارضایتی و درخواست طلاق در میان زوجین است (هنریان و یونسی، ۱۳۹۰، ص ۱۲۶). این پدیده تنها به زوجین محدود نمی‌شود؛ پیامدهای افزایش طلاق مانند مشکلات عاطفی و رفتاری در فرزندان (اسماعیل‌پور و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۳۱) و آسیب‌های اجتماعی گسترده‌تر (ساروخانی، ۱۳۷۰، ص ۱۳۶)، هزینه‌های سنگینی را بر جامعه و نظام سلامت روانی تحمیل می‌کنند؛ بنابراین پژوهش در این حوزه نه تنها به بهبود روابط فردی کمک می‌کند، بلکه به کاهش مشکلات اجتماعی و اقتصادی ناشی از فروپاشی خانواده‌ها نیز می‌انجامد. با توجه به ضرورتی که در این امر مهم وجود دارد، تاکنون پژوهشی با این عنوان یافت نشد و یک خلأ پژوهشی بسیار مهمی در این زمینه وجود دارد؛ از این‌رو هدف از تحقیق پاسخ به این پرسش می‌باشد که آیا آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته به معنویت اسلامی در افزایش رضایت زناشویی تأثیرگذار است؟

ابزار اندازه‌گیری

پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی اسلامی را جدیری (۱۳۸۷) ساخته است که پنجاه سؤال و ده مؤلفه دارد و میزان رضایت از زندگی زناشویی را ارزیابی می‌کند. عوامل و مؤلفه‌های این پرسشنامه ارتباط کلامی و غیرکلامی، پایبندی مذهبی، حل تعارض، مدیریت مالی، روابط جنسی، فعالیت‌های اوقات فراغت، مسائل شخصیتی فرزندان و فرزندپروری، نقش زن و مرد و صله رحم می‌باشد. این مؤلفه‌ها از راه تحلیل متون دینی در حوزه قرآن کریم و روایات ائمه معصومه (علیهم‌السلام) به‌دست آمده است. شیوه نمره‌گذاری

طیف مورد استفاده در پرسشنامه براساس طیف پنج گزینه‌ای لیکرت است (شامل: هرگز، به ندرت، گاهی اوقات، اغلب و همیشه). اعتبار پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی با دونیمه‌سازی، ۰/۸۱ و ثبات درونی (آلفای کرونباخ) ۰/۸۷ به دست آمده و برای محاسبه روایی محتوایی، پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی اسلامی با استفاده از روش همبستگی اسپیرمن در حدود ۰/۹۰ به دست آمده است. پایایی پرسشنامه در پژوهش یگانه (۱۳۹۳) ۰/۸۹ محاسبه شد. برای بررسی این نوع روایی ضریب همبستگی میان نمره کل آزمون یادشده با نمره کل پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی انریچ محاسبه شد و ضریب همبستگی ۰/۷۲۶ در سطح معنادار کمتر از ۰/۰۱ به دست آمد. نتایج نشان می‌دهد که پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی اسلامی از اعتبار و روایی بالایی برخوردار است. در پژوهش یگانه برای به دست آوردن روایی پرسشنامه از نظرات استاد راهنما و چندین تن از دیگر اساتید و کارشناسان استفاده شده است و از آنها درباره مربوط بودن، قابل فهم بودن و واضح بودن سؤالات نظرخواهی شد و اینکه آیا این سؤالات برای پرسش‌های تحقیقاتی و علمی مناسب هستند یا آنها را مورد سنجش قرار می‌دهند که اصطلاحات مورد نظر در پرسشنامه لحاظ شد.

نحوه اجرای جلسات آموزشی

آموزش مهارت‌های کلامی بنابر پروتکل تدوین شده‌ای است که سلیمی‌بنی در پایان‌نامه خود با عنوان تأثیر آموزش مهارت‌های کلامی با تأکید بر منابع اسلامی بر بهبود عملکرد خانواده بدان پرداخته است. ایشان برای تدوین این پروتکل در قدم اول پس از جمع‌آوری آیات و روایات مرتبط به توصیف هریک از سرفصل‌ها پرداخته و عناوینی که از نظر کارشناسان علوم دینی بالاترین همبستگی و ارتباط را با مباحث مهارت‌های کلامی از نظر دین داشته، انتخاب و به همراه مستندات آنها به هشت نفر از متخصصان علوم دینی و روان‌شناسی ارائه دادند که دارای سابقه کار بالینی در حوزه مسائل خانواده بودند؛ در نهایت پس از تأیید نظر کارشناسان، روایی بسته آموزشی مورد تأیید قرار گرفت و این بسته آموزشی در ده جلسه، هر هفته دو جلسه و هر جلسه به میزان ۶۰ دقیقه اجرا شد.

خلاصه‌ای از پروتکل آموزش مهارت‌های کلامی در جدول زیر آمده است:

جدول ۱. خلاصه‌ای از پروتکل آموزش مهارت‌های کلامی

جلسه	عنوان	محتوا و تکنیک‌ها
جلسه اول	ارزیابی و آشنایی	<p>- مصاحبه نیمه‌ساختاریافته: گفتگو با هریک از زوجین برای درک تاریخچه روابط، دلایل ناراضی‌تی و انتظارات آنها از جلسات آموزشی</p> <p>- تکمیل پرسشنامه‌ها: پاسخ دادن به پرسشنامه رضایت زناشویی جدیری (به‌عنوان پیش‌آزمون) و پرسشنامه‌های تکمیلی دیگر</p> <p>- شرح پروتکل: توضیح اهداف، محتوای جلسات آینده و تنظیم قرارداد رفتاری</p>
جلسه دوم	خودشناسی و مسئولیت‌پذیری	<p>- تمرین نقاط قوت و ضعف: شناسایی و به اشتراک‌گذاری نقاط قوت و ضعف فردی در روابط زناشویی</p> <p>- آموزش مفهوم مسئولیت خویشتن: تمرکز بر تغییر رفتار خود به جای تلاش برای تغییر دیگری</p> <p>- تأکید بر تغییر بدون چشم‌داشت: تشویق به انجام رفتارهای مثبت بدون انتظار پاداش فوری</p>
جلسه سوم	بررسی نیازهای همسران	<p>- تکنیک نیازهای من: مطرح و فهرست کردن نیازهای برآورده‌نشده فردی در محیطی امن</p> <p>- تکنیک همدلی فعال: تمرین گوش دادن فعال به نیازهای همسر بدون قضاوت</p> <p>- بازخورد مثبتی بر نیاز: آموزش نحوه ارائه بازخورد براساس نیازها به جای سرزنش</p>
جلسه چهارم	تفاوت‌های زن و مرد و نقش‌ها	<p>- گفتگوی گروهی: بررسی تفاوت‌های روان‌شناختی، زیستی و فرهنگی زن و مرد و تأثیر آن بر ارتباط</p> <p>- آموزش نقش‌های مکمل: توضیح نقش زن و مرد در زندگی زناشویی براساس منابع دینی و روان‌شناختی</p>
جلسه پنجم	سبک‌های ارتباطی و آرامش	<p>- آموزش سبک‌های ارتباطی: معرفی سبک‌های منفعل، پرخاشگر و قاطعانه</p> <p>- تکنیک ارتباط قاطعانه: تمرین بیان مستقیم و محترمانه خواسته‌ها و نیازها</p> <p>- آموزش راهکارهای آرامش‌بخش: معرفی روش‌هایی مانند تنفس عمیق و تفکر مثبت برای مدیریت استرس</p>
جلسه ششم	مهارت‌های ارتباطی کلامی و غیرکلامی	<p>- آموزش گوش دادن فعال: یادگیری گوش دادن کامل به حرف‌های همسر</p> <p>- تکنیک پیام من: آموزش نحوه بیان احساسات با استفاده از جملات من</p> <p>- تمرین ابراز محبت: آموزش و تمرین جملات و رفتارهای محبت‌آمیز</p>

جلسه	عنوان	محتوا و تکنیک‌ها
جلسه هفتم	عوامل ارتقابخش گفتگوی سالم	- گفتگوی دینی: تمرین گفتگوی سالم براساس آموزه‌های اسلامی - تأکید بر نیازهای متقابل: آموزش رفع نیازهای طرف مقابل - آموزش نیازهای بنیادین: معرفی نیاز به تعلق، احترام، درک متقابل و شادکامی
جلسه هشتم	عوامل مخل در گفتگوی سالم	- شناسایی خطاهای ارتباطی: آشنایی با خطاهایی مانند تعمیم دادن و قضاوت کردن - تکنیک توقف و اصلاح: تمرین توقف بحث در زمان اوج تنش و اصلاح خطاها - آموزش پرهیز از آزار زبانی: تأکید بر پرهیز از کلمات تحقیرآمیز
جلسه نهم	مدیریت خشم	- آموزش علائم خشم: شناسایی علائم فیزیکی و ذهنی خشم در خود - تکنیک وقت استراحت: آموزش نحوه ترک موقت بحث برای آرام شدن - تمرین جایگزینی فکری: جایگزین کردن افکار خشم‌آلود با افکار مثبت
جلسه دهم	نتیجه‌گیری و برنامه‌ریزی	- مرور و جمع‌بندی: مرور مهم‌ترین نکات و مهارت‌های آموخته‌شده - برنامه‌ریزی برای آینده: تنظیم یک برنامه عملی برای ادامه تمرین مهارت‌ها - تشویق و تقویت: تأکید بر پیشرفت‌های صورت‌گرفته و تشویق زوجین به ادامه تلاش

یافته‌ها

در این بخش، نتایج حاصل از تحلیل داده‌های پژوهش ارائه می‌شود؛ نخست به منظور توصیف وضعیت آماری نمرات رضایت زناشویی در گروه‌های آزمایش و کنترل از روش‌های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری استفاده شده است. جدول ۲، این مقادیر را برای هر دو گروه و به تفکیک مؤلفه‌ها نمایش می‌دهد.

جدول ۲. توصیف آماری نمرات رضایت زناشویی در سه مرحله اندازه‌گیری به تفکیک گروه

پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیش‌آزمون		متغیر	گروه
انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین		
0/511	18/25	0/525	18/00	2/00	17/00	ارتباط کلامی	کنترل
0/985	11/01	1/14	12/00	2/45	11/00	پایبندی‌های مذهبی	
0/214	13/25	0/258	13/00	1/13	11/25	حل تعارض	
2/14	12/25	1/14	13/00	1/24	15/00	مدیریت مالی	
0/526	17/11	0/452	17/00	0/586	12/45	روابط جنسی	
0/892	12/10	0/358	12/00	1/12	10/50	فعالیت‌های اوقات فراغت	
0/523	12/45	0/998	11/00	0/992	15/00	مسائل شخصیتی	
2/87	17/01	2/25	16/00	2/87	9/25	فرزندان و فرزندپروری	
0/452	15/00	0/865	15/00	1/25	12/00	نقش زن و مرد	
2/45	17/00	3/05	17/00	0/654	2/00	صله ارحام	
0/500	19/75	0/577	19/50	2/26	18/00	ارتباط کلامی	آزمایش
0/816	13/00	0/577	12/50	3/42	12/50	پایبندی‌های مذهبی	
0/500	14/75	0/577	14/50	2/13	13/00	حل تعارض	
0/500	18/75	1/12	19/00	1/38	16/25	مدیریت مالی	
1/000	15/50	1/15	15/00	0/462	14/75	روابط جنسی	
0/500	13/75	0/577	13/50	1/38	13/75	فعالیت‌های اوقات فراغت	
1/414	15/00	1/73	14/50	1/38	15/75	مسائل شخصیتی	
0/957	18/25	1/15	18/00	3/05	19/75	فرزندان و فرزندپروری	
0/957	13/75	0/577	13/50	1/16	11/75	نقش زن و مرد	
0/816	15/00	0/577	14/50	0/462	12/25	صله رحم	

چنان‌که در جدول ۲ مشاهده می‌شود در گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون (پس از آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته) میانگین در رضایت زناشویی نسبت به پیش‌آزمون بیشتر شده است؛ یعنی بعد از آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته میانگین نمرات رضایت زناشویی در زوجین به‌طور محسوس افزایش داشته است و این تفاوت‌ها در گروه کنترل محسوس نیست.

در ادامه جهت بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته بر رضایت زناشویی مفروضه‌ها را می‌بایست رعایت کرد تا بتوان به نتایج اطمینان داشت. جهت بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون شاپیرو ویلک استفاده شد که نتایج آن در گروه آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته و گروه گواه بزرگ‌تر از $(P > 0/05)$ می‌باشد. جهت بررسی تقارن مرکب ماتریس کوواریانس‌ها از آزمون ام باکس استفاده شد $(Box's M = 10/028, P = 0/018, F = 2/556)$ که سطح معناداری میزان F به دست آمده کمتر از $0/05$ گزارش شد. این نتیجه بدان معناست که فرض همگنی کوواریانس‌ها تأیید نشده است؛ همچنین هنگامی که حجم نمونه‌ها برابرند، نقص مفروضه ماتریس کوواریانس‌ها اثر اندکی بر یافته‌ها دارد و نیز برای تأیید فرض همگنی ماتریس کوواریانس‌ها از آزمون ماخلی استفاده شد $(0/27 = \text{اماره ماخلی}, 18/139 = \text{توزیع خی دو}, P = 0/018)$ ، چون اماره کرویت ماخلی بزرگ‌تر از $0/05$ نیست. آزمون محافظه‌کارانه گرین هاوس - گیسر نیز برای انجام تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر به کار رفت؛ همچنین برای مفروضه همگنی واریانس‌ها آزمون لوین استفاده شد که این مقدار $F = 0/980$ و $(P > 0/05)$ گزارش شد و نشان‌دهنده تأیید همگنی واریانس‌هاست.

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر

اثر	مقادیر	F	درجه آزادی اثر	درجه آزادی خطا	سطح معناداری
تکرار* گروه	اثر پیلایی	0/831	12/266	2	5
	لامبدای ویلکز	0/169	12/266	2	5
	اثر هتلینگ	4/906	12/266	2	5
	بزرگ‌ترین ریشه روی	4/906	12/266	2	5

با توجه به نتایج جدول ۳، یافته‌های آزمون‌های چندمتغیری جهت بررسی تفاوت میانگین نمرات رضایت زناشویی گروه‌های کنترل و آزمایش در مراحل آموزش ارائه شده است. اطلاعات مندرج در جدول ۳ نشان می‌دهد که تمامی آزمون‌های چندمتغیری معنادار هستند؛ بدان معنا که اثر تعاملی بین گروه‌ها و تکرار (وجود تفاوت بین گروه‌ها در مراحل اندازه‌گیری) برقرار است.

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر ۳×۲ به منظور بررسی اثر بخشی آموزش مهارت‌های

کلامی آمیخته بر میزان رضایت زناشویی

متغیر	منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	ضرایب ایتا
رضایت زناشویی	گروه (بین گروهی)	150/000	1	150/000	12/699	0/001	0/341
	زمان (درون گروهی)	229/000	1/013	225/957	24/247	0/003	0/581
	تعامل (گروه*اندازه)	4689/867	1/013	328/512	15/969	0/001	0/750

چنان‌که از نتایج جدول ۴ مربوط به اثرهای بین گروهی مشاهده شد با $F(1,22)=12/669$ مقدار به دست آمده از نظر آماری ($P \leq 0/01$) معنادار است؛ به این معنا که با ۹۹ درصد اطمینان بین گروه‌های مورد مطالعه تفاوت وجود داشته که این میزان تأثیر به مقدار ۳۴/۱ درصد گزارش شده است (ضریب ایتا= ۰/۳۴۱) و همچنین نتایج درون گروهی نشان داد که از نظر زمان (درون گروهی) در تمامی مؤلفه‌های رضایت زناشویی تغییرات معنادار بوده است. اثر تعاملی گروه و زمان نشان‌دهنده تفاوت معنادار در تمام مؤلفه‌هاست.

بحث و نتیجه‌گیری

همسو با اهداف پژوهش، یافته‌ها نشان داد که آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته با معنویت اسلامی، بهبودی معنادار و پایداری در رضایت زناشویی زوجین ایجاد کرده است؛ این نتیجه نشان می‌دهد که مداخله انجام شده نه تنها در کوتاه‌مدت مؤثر بوده، بلکه تأثیرات آن با گذشت زمان نیز حفظ شده است. پایداری این اثر بخشی در مرحله پیگیری، اهمیت ویژه‌ای دارد؛ زیرا نشان می‌دهد که زوجین توانسته‌اند مهارت‌های آموخته شده را در زندگی روزمره خود به کار گیرند و درونی‌سازی کنند.

در گروه کنترل نیز تفاوت بین نمرات مرحله پیش‌آزمون با مراحل پس‌آزمون و پیگیری و همچنین تفاوت بین نمرات مرحله پس‌آزمون با نمرات پیگیری معنادار نیست. نتایج این پژوهش با یافته‌های

ابراهیمی و جان‌بزرگی (۱۳۸۷)، سالاری‌فر (۱۳۸۶)، احمدی و همکاران (۱۳۸۴)، زارع و صفاری جعفرآباد (۱۳۹۴)، سلمانیان (۱۳۸۳) و سیندر و همکاران (۲۰۰۶) همسو است. در تبیین این نتایج می‌توان گفت یکی از مؤلفه‌های مطرح‌شده در افزایش رضایت زناشویی مهارت‌های کلامی است و بسیاری از نارضایتهای زوجین ریشه در نداشتن مهارت‌های کلامی و ارتباطی مؤثر دارد؛ بنابراین در پروتکل درمان مهارت‌های کلامی آمیخته به معنویت اسلامی محقق به دنبال این بود که بتواند در خلال جلسات آموزشی، این مهارت‌های کلامی و ارتباطی را افزایش دهد و به همسران کمک کند تا بتوانند به درجه بالاتری از رضایت زناشویی برسند. پس این بسته آموزشی با مداخله و تغییر در مؤلفه‌هایی همچون مهارت‌های کلامی و ارتباطی زوجین توانسته است در رضامندی زناشویی تغییرات مثبتی را ایجاد کند؛ بنابراین در سه حیطه تغییرات اساسی به وجود می‌آید؛ نخست اینکه با افزایش کیفیت ارتباط و پذیرش اینکه هریک از زوجین دارای نقایصی هستند که با ارتباطات کلامی مؤثر می‌توانند این نقایص را جبران کنند، اما چنانچه هر یک از زوجین راه تعصب را در پیش بگیرند نمی‌توانند به رضایت زناشویی خود کمک کنند. دوم آنکه زوجین به این باور رسیدند که وجود تعارضات ارتباطی ناشی از تفاوت اساسی در تمام ابعاد زیستی می‌باشد و این امر خود بخشی از زندگی طبیعی بشری است؛ بنابراین با گفتگوهای ماهرانه و ارتباطات کلامی مؤثر، زوجین می‌توانند بدون اینکه دنبال مقصر باشند انرژی خود را صرف مسائل پدیدآمده کنند و برخورد مسئله‌مدار با مشکلات داشته باشند و سوم اینکه دانش‌افزایی در حیطه مهارت‌های کلامی به سبک اسلامی سبب می‌شود خلأ ناشی از فقدان مهارت‌ها و دانش‌های کلامی و ارتباطی جبران شود و مشکلاتی که از این حوزه ساختار خانواده و سیستم زندگی را تهدید می‌کند، برداشته شود. از سوی دیگر آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته سبب کاهش ارتباطات کلامی غیرواقعی‌بینانه در ارتباطات زناشویی شده، افزایش رفتارهای پسندیده اجتماعی را دربردارد؛ درواقع آموزش‌های مهارت‌های کلامی آمیخته به معنویت اسلامی، یکی از عوامل تأثیرگذار در بهبود زندگی مشترک زوجین است. بدین ترتیب دین اسلام با ارائه راهکارهایی به رضایتمندی خانواده کمک می‌کند؛ راهکارهایی شامل پرهیز از نگاه حرام یا برقراری روابط نامشروع، رعایت حجاب، گوش ندادن به موسیقی حرام، مدارا با همسران و فرزندان که موجب می‌شود از سردی روابط و نارضایتمندی زناشویی جلوگیری می‌کند. رضایت زناشویی به معنای انطباق افراد با روابط زناشویی در جنبه‌های مختلفی

از جمله شخصیت، ارتباطات زناشویی، حل تعارضات، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، روابط جنسی و جهت‌گیری‌های مذهبی است. در تبیین این نتایج می‌توان گفت آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته بر مؤلفه‌های رضایت زناشویی همانند ارتباط کلامی، پابندی مذهبی، حل تعارض، مدیریت مالی، روابط جنسی، فعالیت‌های اوقات فراغت، فرزندپروری، نقش زن و مرد در زندگی تأثیر مثبت معناداری دارد، اما آموزش این مهارت‌ها بر خرده‌مقیاس مسائل شخصیتی و صله ارحام مؤثر نیست و آنها را تحت تأثیر قرار نمی‌دهد.

عدم تأثیر آموزش بر این مؤلفه قابل انتظار است؛ زیرا ویژگی‌های شخصیتی، ساختارهایی عمیق و پایدار در روان فرد هستند که به سادگی تحت تأثیر مداخلات آموزشی کوتاه‌مدت قرار نمی‌گیرند. معمولاً تغییر در این حوزه نیازمند رویکردهای درمانی عمیق‌تر و درازمدت‌تر است؛ در حالی که پژوهش حاضر بر آموزش مهارت متمرکز بود، نه تغییر شخصیت. عدم تأثیر معنادار بر ارتباط با خویشاوندان (صله ارحام) نیز می‌تواند به این دلیل باشد که این مؤلفه صرفاً به پویایی درونی زوجین وابسته نیست. این موضوع تحت تأثیر عوامل بیرونی فراوانی مانند فرهنگ خانواده، انتظارات خویشاوندان و دینامیک‌های پیچیده شبکه فامیلی قرار دارد. اگرچه آموزش مهارت‌های کلامی ممکن است به زوجین کمک کند تا در مورد مسائل مربوط به اقوام بهتر گفتگو کنند، اما این مداخله مستقیماً بر رفتار و نگرش سایر اعضای خانواده تأثیری ندارد؛ در مقابل، سایر مؤلفه‌ها مانند حل تعارض، مدیریت مالی و ارتباط کلامی به‌طور مستقیم در حوزه عملکرد درون‌گروهی زوجین قرار دارند و مبتنی بر مهارت‌هایی هستند که قابل یادگیری و تمرین می‌باشند؛ بدین سبب مداخله آموزشی توانسته است آنها را به شکل معناداری بهبود بخشد. چنانچه این آموزش‌ها در دستور کار نباشد، فقدان مهارت‌ها و نبود ارتباط کلامی مؤثر سبب می‌شود زوج‌هایی که در مسائل زندگی از اضطراب، افسردگی و استرس رنج می‌برند راهبردهای منطقی و کلامی معینی برای خروج از این مسائل را نداشته باشند؛ بنابراین در مواجهه با مشکلات زندگی روزمره و پیامدهای آن آسیب‌پذیرتر می‌شوند که نتیجه آن نارضایتی زناشویی است. در همین راستا آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته به معنویت اسلامی موجب می‌شود زوجین بتوانند بهتر با یکدیگر ارتباط برقرار کنند که این موضوع موجب سازگاری فرد با محیط اطراف و کاهش مشکلات زوجین می‌شود و این امکان را می‌دهد که فرد به‌صورت کارآمدتر با مسائل زندگی زناشویی خود برخورد کند؛ به عبارت

دیگر آموزش مهارت‌های کلامی با ایجاد نزدیکی و صمیمیت بیشتر زوجین سبب افزایش درک زوجین از یکدیگر می‌شود. همچنین می‌توان بیان کرد یادگیری موفقیت‌آمیز مهارت‌های کلامی آمیخته تفکر و احساس زوجین را درباره خود و اطرافیان را تحت تأثیر قرار می‌دهد و موجب ارتقا توانایی‌های ارتباطی - روانی و اجتماعی آنها می‌شود و این توانایی‌ها سبب می‌شود زوجین در مواجهه با کشمکش‌های زندگی مقاوم‌تر و زمینه سلامت روان زوجین تأمین و به دنبال آن روابط آنها بهبود یابد. در نهایت می‌توان گفت آموزش مهارت‌های کلامی آمیخته به معنویت اسلامی موجب افزایش مهارت‌هایی همچون گوش دادن مؤثر و چگونگی مواجهه با مشکلات زناشویی می‌شود؛ همچنین به نظر می‌رسد آموزش این مهارت‌ها در توانایی ارتباط بین فردی مناسب باشد و سبب می‌شود زوجین در مسائل ارتباطی خود بازنگری کنند و با اعتماد به نفس بیشتر به مشکلات ارتباطی خود بپردازند که این امر خود سبب ایجاد روابط سالم و سازندهایی در ارتباطات زناشویی خواهد شد.

با توجه به اینکه پژوهش حاضر با استفاده از پرسشنامه شکل گرفته است، یکی از محدودیت‌های موجود صرفاً به کار بردن پرسشنامه بود که احتمال کاهش روایی نتایج را در برداشت. این پژوهش به صورت آزمایشی اجرا شد که اگر نسبت بدین مسئله اهتمام ورزیده نشود و تفسیر متغیرها محتاطانه نباشد، احتمال این مسئله وجود دارد که از دقت نتایج کاسته شود. از آنجاکه جامعه پژوهش حاضر زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره در شهر تهران بودند، توجه لازم نسبت به فرهنگ‌های متفاوت خانواده‌ها باید در نظر گرفته می‌شد که در صورت بی‌توجهی احتمال بروز جدالی جدید در میان زوجین وجود داشت. جهت کسب نتایج دقیق‌تر پیشنهاد می‌شود ارتباط متغیرهای موجود در عنوان با احتیاط بیشتری تفسیر شوند و به منظور افزایش روایی نتایج در کنار پرسشنامه از روش‌های دقیق‌تری مانند مصاحبه نیز استفاده شود.

بر مبنای نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود با به کار بردن مهارت‌های کلامی آمیخته به معنویت اسلامی در کنار سایر درمان‌ها و به عنوان یک راهبردی عمومی در مراکز مختلف مشاوره برای افزایش رضایت زناشویی زوجین برای سایر اقشار این آموزش صورت گیرد.

منابع

- ابراهیمی، ابوالفضل و جان‌بزرگی، مسعود (۱۳۸۷)، «بررسی رابطه مهارت‌های ارتباطی با صمیمیت زناشویی»، مجله پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری، ش ۵، ص ۱۴۳-۱۵۲. [/https://cbs.ui.ac.ir](https://cbs.ui.ac.ir)
- احمدی، خدابخش؛ فتحی‌آشتیانی، علی و نوایی‌نژاد، شکوه (۱۳۸۴)، «بررسی عوامل زمینه‌ای فردی و ارتباطی - دوجانبه‌ای مؤثر بر سازگاری زناشویی»، فصلنامه خانواده‌پژوهی، ش ۳، ص ۲۲۱-۲۳۸. [/https://jfr.sbu.ac.ir](https://jfr.sbu.ac.ir)
- اسماعیل‌پور، خلیل؛ وجهیه، خواجه و مهدوی، نفیسه (۱۳۹۲)، «پیش‌بینی رضایت زناشویی همسران براساس باورهای ارتباطی و مهارت‌های ارتباطی»، فصلنامه خانواده‌پژوهی، ش ۹، ص ۳۳، ش ۲۹-۴۴. [/https://jfr.sbu.ac.ir](https://jfr.sbu.ac.ir)
- جدیری، جعفر (۱۳۸۷)، بررسی رابطه رضامندی زناشویی براساس معیارهای دینی با ثبات هیجانی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه‌السلام.
- زارع، بیژن و صفیاری‌جعفرآباد، هاجر (۱۳۹۴)، «مطالعه رابطه عوامل مؤثر بر میزان رضایت از زندگی زناشویی در میان زنان و مردان متأهل شهر تهران»، فصلنامه مطالعات زنان، ش ۱۳، ص ۱۱۱-۱۴۰. [/https://www.jwss.ir](https://www.jwss.ir)
- ساروخانی، باقر (۱۳۷۰)، مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی خانواده، تهران: سروش.
- سالاری‌فر، محمدرضا (۱۳۹۸). زوج‌درمانی با روی‌آورد اسلامی، چ ۵، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- سالاری‌فر، محمدرضا (۱۴۰۰)، مهارت‌های زناشویی با نگرش به منابع اسلامی. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- سالاری‌فر، محمدرضا (۱۳۸۶)، خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی. قم: انتشارات پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- سلمانیان، علی‌اکبر (۱۳۸۳)، بررسی تفکرات غیرمنطقی بر رضایت زناشویی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشگاه تربیت‌معلم.
- سلیمی‌بنی، محمد (۱۳۹۲)، تأثیر آموزش مهارت‌های کلامی با تأکید بر منابع اسلامی بر بهبود عملکرد خانواده، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، قم: جامعه‌المصطفی‌العالمیه، دانشکده تربیت.

- طباطبایی، حسین (۱۳۹۰)، بررسی رابطه مهارت‌های ارتباطی زوجین با رضایت زناشویی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشگاه علامه طباطبایی.
- عزیزی، پریسا (۱۳۸۶)، بررسی اثربخشی درمان گروهی با رویکرد تحلیل ارتباط محاوره‌ای بر کاهش تعارضات زناشویی زنان شهر تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات.
- قهاری، شهربانو (۱۴۰۱)، زوج‌درمانی شناختی رفتاری، تهران: رشد.
- حمید، نجمه و دهقانی، مصطفی (۱۳۹۱). «بررسی اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای (TA) مذهب محور بر میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی»، روانشناسی و دین، ۵، ش ۴ (پیاپی ۲۰)، ص ۲۳-۴۰.
- کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ق)، الکافی، ج ۴، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ق)، بحارالانوار، ج ۲، بیروت: دار احیاء التراث العربی.
- میلر، جرالدر (۱۳۷۹)، ارتباط کلامی (تحلیل معانی بیان)، ترجمه علی ذکاوتی، تهران: انتشارات سروش.
- هنریان، مسعوده و یونسی، سیدجلال (۱۳۹۰)، «بررسی علل طلاق در دادگاه‌های خانواده تهران»، فصلنامه مطالعات روان‌شناسی بالینی، ۱، ش ۳، ص ۱۲۵-۱۵۳. [/https://jcps.atu.ac.ir](https://jcps.atu.ac.ir)
- یگانه، زهرا (۱۳۹۳)، رابطه پایبندی مذهبی با رضامندی زناشویی زوجین دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات کرمانشاه، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، کرمانشاه: دانشگاه آزاد اسلامی.

References

- Ahmadi, Kh., Fathi-Ashtiani, A., & Navai-Nejad, Sh. (2005 [1384]). Investigating individual-background and reciprocal communication factors affecting marital adjustment. *Family Research Quarterly*, 3, 221-238. <https://jfr.sbu.ac.ir/> [In Persian]
- Ebrahimi, A., & Janbozorgi, M. (2008 [1387]). Examining the relationship between communication skills and marital intimacy. *Journal of Cognitive and Behavioral Studies*, 5. <https://cbs.ui.ac.ir/> [In Persian]

- Esmailpour, K., et al. (2013 [1392]). Predicting spouses' marital satisfaction based on communication beliefs and skills. *Family Research Quarterly*, 9(33). <https://jfr.sbu.ac.ir/> [In Persian]
- Jadiri, J. (2008 [1387]). Investigating the relationship between marital satisfaction based on religious criteria and emotional stability (Master's thesis). Qom: Imam Khomeini Educational and Research Institute. [In Persian]
- Zare, B., & Safiari-Jafarabad, H. (2015 [1394]). Studying the relationship of factors affecting marital life satisfaction among married men and women in Tehran. *Scientific-Research Quarterly of Women Studies*, 13. <https://www.jwss.ir/> [In Persian]
- Saroukhani, B. (1991 [1370]). An Introduction to Family Sociology. Tehran: Soroush. [In Persian]
- Salari-Far, M. (2007 [1386]). Family in the Perspective of Islam and Psychology. Qom: Research Institute of Hawza and University. [In Persian]
- Salari-Far, M. (2019 [1398]). Couple Therapy with an Islamic Approach (5th ed.). Qom: Research Institute of Hawza and University. [In Persian]
- Salari-Far, M. (2021 [1400]). Marital Skills with Reference to Islamic Sources. Qom: Research Institute of Hawza and University. [In Persian]
- Salmanyani, A.-A. (2004 [1383]). Investigating irrational beliefs on marital satisfaction (Master's thesis). Tehran: Tarbiat Moallem University. [In Persian]
- Salimi-Bani, M. (2013 [1392]). The effect of teaching verbal communication skills with emphasis on Islamic sources on family functioning improvement (Master's thesis). Qom: Al-Mustafa International University, Faculty of Education. [In Persian]
- Tabatabai, H. (2011 [1390]). Investigating the relationship between couples' communication skills and marital satisfaction (Master's thesis). Tehran: Allameh Tabatabai University. [In Persian]
- Azizi, P. (2007 [1386]). Investigating the effectiveness of group therapy based on conversational relationship analysis on reducing marital conflicts among women in Tehran (Master's thesis). Tehran: Islamic Azad University, Science and Research Branch. [In Persian]
- Ghahari, Sh. (2022 [1401]). Cognitive Behavioral Couple Therapy. Tehran: Roshd. [In Persian]

- Craddock, (2007). As cited in Hamid, N. (2012 [1391]). Investigating the effectiveness of religion-based conversational analysis training on love, affection, respect for spouse, and marital satisfaction. [In Persian]
- Kulayni, M. B. Y. B. I. (1427 AH [1407 Q]). Al-Kafi (Vol. 8, 4th ed.). Tehran: Dar al-Kotob al-Islamieh. [In Persian]
- Majlesi, M. B. B. M. T. (1423 AH [1403 Q]). Bihar al-Anwar (2nd ed.). Beirut: Dar Ihya' al-Turath al-Arabi. [In Persian]
- Miller, G. R. (2000 [1379]). Verbal Communication (Analysis of the Meaning of Expression) (Vol. 1, translated by A. Zekavati). Tehran: Soroush. [In Persian]
- Henrian, M., & Younesi, S. J. (2011 [1390]). Investigating causes of divorce in family courts of Tehran. *Scientific Journal of Clinical Psychology Studies*, 1(3). <https://jcps.atu.ac.ir/> [In Persian]
- Yeganeh, Z. (2014 [1393]). Relationship between religious commitment and marital satisfaction of couples at Islamic Azad University, Science and Research Branch, Kermanshah (Master's thesis in General Psychology). Kermanshah: Islamic Azad University. [In Persian]