

Prediction of marital satisfaction on the basis of components of emotional intelligence and conflict resolution styles

M. Bayrami* J. Babapour Khirodin* T. Hashemi Nosrat abad* E. Esmali** J. Bahadori Khosroshahi**

*Associate Professor of General Psychology, School of Psychology and Educational Sciences, Tabriz University, Tabriz, Iran

**M.A. of General Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran

*Abstract

Background: Marital satisfaction is the most important aspect of the marriage and Emotional Intelligence and conflict resolution styles as individual components are associated with marital satisfaction.

Objective: The aim of this study was to predict marital satisfaction on the basis of emotional intelligence and conflict resolution styles.

Methods: This cross-sectional study was conducted on 120 teacher couples in Urmia in 2010 that were selected by convenience sampling method. Data were collected by Enrich marital satisfaction questionnaire, Bradbury and Greaves emotional intelligence test and Rahim organizational conflict inventory. Data were analyzed by Pearson's correlation coefficient and stepwise regression analysis.

Findings: There was a positive and significant correlation between marital satisfaction and emotional intelligence, obliging and compromising conflict resolution styles ($P < 0.001$). There was a negative and significant correlation between marital satisfaction and avoiding conflict resolution styles ($P < 0.01$). On the other hand, there was no significant correlation between marital satisfaction and integrating and dominating conflict resolution styles.

Conclusion: With regard to the results, emotional intelligence and conflict resolution styles combined together can significantly predict changes in marital satisfaction.

Keywords: Marital Satisfaction, Conflict Resolution Styles, Emotional Intelligence

Corresponding Address: Mansor Bayrami, 29 Bahman Blvd., Department of Psychology, School of Psychology and Educational Sciences, Tabriz University, Tabriz, Iran

Email: dr.bayrami@yahoo.com

Tel: +98-914-3134470

Received: 8 Aug 2011

Accepted: 10 June 2012

پیش‌بینی رضایت‌مندی زناشویی براساس مؤلفه‌های هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض

دکتر منصور بیرامی* دکتر جلیل باباپور خیرالدین* دکتر تورج هاشمی نصرت‌آباد* اسماعیل اسمعیلی** جعفر بهادری خسروشاهی**

* دانشیار گروه روان‌شناسی عمومی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه تبریز
** کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی دانشگاه تبریز

آدرس نویسنده مسؤؤل: تبریز، بلوار ۲۹ بهمن، دانشگاه تبریز، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، تلفن ۰۹۱۴۳۱۳۴۴۷۰

Email: dr.bayrami@yahoo.com

تاریخ پذیرش: ۹۱/۳/۲۱

تاریخ دریافت: ۹۰/۵/۱۷

* چکیده

زمینه: رضایت‌مندی زناشویی مهم‌ترین بُعد ازدواج است و هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض به عنوان مؤلفه‌های فردی با رضایت‌مندی زناشویی ارتباط دارند.

هدف: مطالعه به منظور پیش‌بینی رضایت‌مندی زناشویی براساس مؤلفه‌های هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض انجام شد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه مقطعی در سال ۱۳۸۹ در شهر ارومیه بر روی ۱۲۰ زوج فرهنگی (شاغل در آموزش و پرورش) انجام شد که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسش‌نامه رضایت زناشویی انریچ، آزمون هوش هیجانی برادبری، گریوز و شیوه‌های حل تعارض رحیم استفاده شد. داده‌ها با ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام تحلیل شدند.

یافته‌ها: بین رضایت زناشویی با هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض هم‌راهنه و مصالحه‌گرانه همبستگی مستقیم وجود داشت ($P < 0/001$). همچنین بین رضایت زناشویی با شیوه حل تعارض اجتنابی همبستگی معکوس وجود داشت ($P < 0/001$). رابطه آماری معنی‌داری بین رضایت زناشویی با شیوه‌های حل تعارض مهربانانه و سلطه‌گرانه مشاهده نشد.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها، هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض در ترکیب با هم قادرند تغییرات رضایت زناشویی را به طور معنی‌داری پیش‌بینی کنند.

کلیدواژه‌ها: رضایت زناشویی، شیوه‌های حل تعارض، هوش هیجانی

* مقدمه

لذت تجربه شده توسط زن یا شوهر به هنگام در نظر گرفتن همه جنبه‌های زندگی می‌داند.^(۳) برخی نیز رضایت‌مندی زناشویی را نتیجه سه عامل رضایت عمومی از زندگی مشترک، رضایت از روابط جنسی و رضایت‌مندی عاطفی و هیجانی می‌دانند.^(۴)

رضایت زناشویی یکی از عوامل مؤثر در ثبات و پایداری خانواده و در عین حال بهداشت روانی همسران و فرزندان است و در کارایی فردی و اجتماعی افراد نقش بسیار مهمی دارد؛ به طوری که تحقیق‌ها نشان داده‌اند رضایت از زندگی زناشویی بر سلامت روانی و جسمی

ازدواج یکی از مراحل مهم در زندگی انسان به شمار می‌رود و خانواده بر پایه ازدواج قرار گرفته است. سازمان جهانی بهداشت خانواده را به عنوان عامل اجتماعی اولیه در افزایش سلامت و بهزیستی معرفی کرده است.^(۱)

محققان روان‌شناسی خانواده اغلب معیار خود را در بررسی کیفیت روابط زناشویی زوجین، سطح رضایت زناشویی آن‌ها قرار می‌دهند. رضایت زناشویی یکی از مهم‌ترین عوامل پیشرفت و دستیابی به اهداف زندگی و تحت تأثیر ثبات عاطفی زوجین است.^(۲) هاکینز، رضایت زناشویی را احساس‌های عینی از خشنودی و رضایت و

آن موقعیت غلبه کند. این شیوه‌ها عبارتند از شیوه‌های اجتنابی، مهربانانه، مصالحه‌گرانه، سلطه‌گرانه و همراهانه. شیوه اجتنابی با موقعیت‌های انزوا، اعطای مسؤلیت به دیگران، دیگران را مقصر دانستن و خود را کنار کشیدن در ارتباط است. شیوه مهربانانه بیان‌گر تلاش برای کاهش اختلاف‌هاست و برای برآورده کردن انتظارات و مسایل دیگران بر تشابهات تأکید می‌کند. شیوه مصالحه‌گرانه در نقطه میانی توجه به انتظارات و نیازهای خود و دیگران قرار دارد و به تقسیم امتیازها بین طرفین اشاره می‌کند. همچنین شیوه سلطه‌گرانه با جهت‌گیری تهدیدآمیز مشخص می‌شود. در شیوه همراهانه تبادل اطلاعات و بررسی اختلاف‌ها، برای رسیدن به راه حل قابل قبول برای طرفین است. این شیوه با حل مسأله در ارتباط است و می‌تواند به راه حل خلاقانه در حل مسأله منجر شود.^(۱۲) تحقیق‌های انجام شده در زمینه هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض در پیش‌بینی رضایت زناشویی نشان می‌دهند افرادی که نمره‌های بالاتری در هوش هیجانی به دست می‌آورند و نیز افرادی که به همسرانشان نمره بالاتری در هوش هیجانی می‌دهند، رضایت زناشویی بالاتری دارند.^(۱۳) همچنین تحقیق فیشر نشان داد افرادی که توانایی شناخت و فهم هیجان‌های خود را دارند، از تأثیر آن‌ها بر همسرانشان آگاهند، چنین افرادی در مهار و مدیریت هیجان‌های خود و همسرانشان تواناترند و به این لحاظ رضایت زناشویی بیش‌تری دارند.^(۱۴) در تحقیق شانه و همکاران نیز افراد با هوش هیجانی بالا، نمره بیش‌تری در همدلی و خود‌کنترلی در موقعیت‌های اجتماعی کسب کردند. همچنین روابط نزدیک‌تر و محبت‌آمیزتری را از خود نشان دادند و رضایت زناشویی بیش‌تری را در زندگی خود گزارش کردند.^(۱۵) پژوهش‌ها حاکی از آن است که رضایت‌مندی روابط زوجین با سبک‌های تعارض همبستگی بالایی دارد.^(۱۶) زوج‌های سازگار اعمال مثبت همسران خود را ارج می‌نهند و راحت‌تر می‌توانند اعمال منفی آن‌ها را تحمل کنند. در مقابل زوج‌های ناسازگار، بیش‌تر به موارد منفی فکر کرده و زمان زیادی را صرف توجه به

افراد تأثیر مهمی دارد و سلامت فیزیکی، عاطفی و بهداشت روانی افراد در گرو سلامت روابط زناشویی و تداوم و بقای ازدواج است.^(۵) رضایت زناشویی معلول عوامل متعددی مانند هوش هیجانی، شیوه‌های حل تعارض، رضایت جنسی و سلامتی فرد است.

از سوی دیگر در سال‌های اخیر به استفاده از هوش هیجانی در ارزیابی رضایت زناشویی تأکید زیادی شده و از آن به عنوان عامل مؤثر در پیشبرد رضایت زناشویی نام برده شده است.^(۶) هوش هیجانی، نوعی پردازش عاطفی است که شامل ارزیابی صحیح عواطف خود و دیگران و بیان مناسب عواطف و تنظیم سازگارانه آن‌هاست؛ به نحوی که به بهبود جریان زندگی منجر شود.^(۷) مایرز و همکاران هوش هیجانی را توانایی شناخت معانی هیجان‌ها و روابط آن‌ها و حل مسأله بر مبنای آن می‌دانند.^(۸) از این رو هوش هیجانی سازه‌ای بنیادین و اثرگذار بر روند بهبود و تقویت روابط زناشویی رضایت‌مندانه است. زیرا، زوجها با کاربرد این مهارت در زندگی مشترک خود می‌توانند توانایی بیش‌تری در تطابق و مقابله با فشارهای روانی زندگی زناشویی کسب کنند.^(۹)

از طرفی تعارض بخش اجتناب‌ناپذیر هستی انسان است. خواه در زندگی شخصی و خواه در زندگی جمعی، هر زمان و هر جا که افراد به صورت گروهی باشند احتمال رخداد تعارض وجود دارد. همچنین تعارض می‌تواند هم به رشد روابط مثبت و هم به رشد تعارض بینجامد. در واقع داشتن شیوه‌های حل تعارض منطقی، مانع مؤثری در برابر تعارض‌های منحل‌کننده خانواده است و حتی می‌تواند به حل بهتر مسایل پیش روی زوجین کمک کند.^(۱۰)

به طور کلی تعارض به دو نوع سازنده و غیرسازنده تقسیم می‌شود. تعارض سازنده بر مصالحه و راه‌حل‌های مناسب و مثبت استوار است و تعارض غیرسازنده بر تهدید و راه‌حل‌های استبدادی و نامناسب.^(۱۱) شیوه‌های حل تعارض رفتارهایی است که شخص به هنگام مواجه شدن با یک موقعیت تعارض، از خود نشان می‌دهد تا بتواند بر

را در هر ماده مشخص می‌کند. نمره بالاتر از ۸۰ نشان‌دهنده هوش هیجانی بالا و نمره پایین‌تر از ۶۰ نشان‌دهنده هوش هیجانی پایین است.^(۲۲) این آزمون در چهار بخش تنظیم شده است که تصویر کاملی از هوش هیجانی را فراهم می‌کند. ضریب پایایی این آزمون در دانشجویان کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن و ساوه بین نمره‌های دو نوبت اجرای آزمون و برای چهار مهارت تشکیل‌دهنده هوش هیجانی به ترتیب برای خودآگاهی ۰/۷۳، خود مدیریتی ۰/۸۷، آگاهی اجتماعی ۰/۷۸ و مدیریت رابطه ۰/۷۶ بود.^(۱۶) در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی این پرسش‌نامه براساس آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

برای سنجش شیوه‌های حل تعارض نیز از نسخه دوم شیوه مقابله با تعارض رحیم استفاده شد.^(۲۳) این مقیاس یک ابزار خود گزارش‌دهی است و برای اندازه‌گیری میزان تضاد و تعارض ارتباطی به کار می‌رود و شامل ۲۸ ماده و متشکل از ۵ خرده مقیاس (اجتنابی، مصالحه‌گرانه، سلطه‌گرانه، مهربانانه و همراهانه) است. پرسش‌نامه به صورت لیکرت در یک طیف پنج تایی از کاملاً موافق (نمره ۵) تا کاملاً مخالف (نمره ۱) قرار می‌گیرد. هر زیر مقیاس شیوه حل تعارضی خاصی را نشان می‌دهد و کسب بیش‌ترین نمره در هر کدام از خرده مقیاس‌ها نشان‌دهنده استفاده از همان شیوه حل تعارض توسط فرد است. در تحقیقی پایایی این مقیاس از ۰/۷۲ تا ۰/۸۳ گزارش شده است.^(۲۴) در پژوهش حاضر نیز اعتبار درونی این پرسش‌نامه براساس آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد. داده‌ها توسط نرم‌افزار SPSS و با استفاده از آزمون‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام تحلیل شدند.

برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض بر واریانس رضایت زناشویی؛ هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض به عنوان متغیرهای پیش بین و رضایت زناشویی به عنوان متغیر ملاک وارد معادله رگرسیون شدند.

جنبه‌های ناخوشایند همسران خود می‌کنند و در درک ویژگی‌های جبران‌کننده و مثبت آنان مشکل دارند.^(۱۷) پژوهش برادبوری و همکاران نشان داد زوجینی که رفتارهای رقابت‌آمیز با همسرانشان داشتند، رفتارهای اجتنابی بیش‌تری در برابر آنان از خود نشان دادند.^(۱۶) پژوهش دیگری نشان داد بزرگ‌سالانی که راهبردهای حل تعارض سازنده‌تری دارند، رضایت زناشویی آن‌ها با دوام‌تر است.^(۱۸) بنابراین هدف پژوهش حاضر، پیش‌بینی رضایت زناشویی براساس مؤلفه‌های هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض بود.

* مواد و روش‌ها:

این مطالعه مقطعی بر روی ۱۲۰ زوج فرهنگی (هردو زوج فرهنگی) شهر ارومیه در سال ۱۳۸۹ انجام شد. جامعه از بین ۵۰۰۰ زوج فرهنگی به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. به این ترتیب که ۶۰ زوج از منطقه یک و ۶۰ زوج از منطقه دو شهر ارومیه انتخاب و سنجش شدند. در این پژوهش، از مقیاس سنجش رابطه انریچ به منظور اندازه‌گیری رضایتمندی زناشویی زوجین استفاده شد. این پرسش‌نامه توسط هر یک از آزمودنی‌ها و همسر آن‌ها تکمیل شد و افراد را در پنج سطح نارضایتی شدید، عدم رضایت، رضایت متوسط، رضایت زیاد و رضایت خیلی زیاد طبقه‌بندی کرد. این پرسش‌نامه ۴۷ سؤال دارد و حداقل و حداکثر نمره آزمودنی نیز به ترتیب ۴۷ و ۲۳۵ است.^(۱۹) اعتبار این پرسش‌نامه با استفاده از روش ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۹۲ گزارش شده است.^(۲۰)

همچنین در پژوهشی ثابت درونی سؤال‌ها با استفاده از روش آلفای کرونباخ $a=0/89$ برای زنان و $a=0/84$ برای مردان به دست آمده است.^(۲۱) در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی این پرسش‌نامه ۰/۹۰ به دست آمد.

برای سنجش هوش هیجانی از پرسش‌نامه هوش هیجانی برادبوری و گریوز استفاده شد. این آزمون ۲۸ جمله دارد که آزمودنی با خواندن هر ماده براساس یک مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای میزان موافقت یا مخالفت خود

* یافته‌ها:

جدول ۲- رابطه رضایت زناشویی با هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض

متغیر	رضایت زناشویی	سطح معنی‌داری
هوش هیجانی	۰/۴۴**	۰/۰۰۱
شیوه حل همراهانه	۰/۳۳**	۰/۰۰۱
شیوه حل مهربانانه	۰/۰۲	۰/۰۸
شیوه حل سلطه‌گرانه	۰/۰۸	۰/۱۲
شیوه حل اجتنابی	-۰/۲۸**	۰/۰۱
شیوه حل مصالحه‌گرانه	۰/۱۳**	۰/۰۰۱

بنابراین، متغیرهای هوش هیجانی، شیوه حل تعارض همراهانه و شیوه حل تعارض اجتنابی به ترتیب نقش بیش‌تری در پیش‌بینی رضایت زناشویی داشتند (جدول شماره ۳).

جدول ۳- خلاصه مدل رگرسیون گام به گام و مشخصه‌های آماری رگرسیون براساس متغیرهای هوش هیجانی و مؤلفه‌های شیوه‌های حل تعارض

مدل	ضریب همبستگی R	ضریب تعیین R ²	سطح معنی‌داری P	بنای استاندارد B
هوش هیجانی	۰/۴۴	۰/۱۹	۰/۰۰۱	۱/۰۴**
هوش هیجانی شیوه حل همراهانه	۰/۵۱	۰/۲۶	۰/۰۰۱	۰/۸۱** ۰/۶۴**
هوش هیجانی شیوه حل همراهانه شیوه حل اجتنابی	۰/۵۴	۰/۳۰	۰/۰۰۰۱	۰/۸۴** ۰/۶۳** -۰/۵۵**

* بحث و نتیجه‌گیری:

این مطالعه نشان داد بین هوش هیجانی با رضایت زناشویی همبستگی مستقیم و معنی‌داری وجود داشت. این یافته با نتایج بسیاری از پژوهش‌ها همسو است. (۲۵-۶) پژوهش شاته و همکاران نشان داد که افراد با هوش هیجانی بالا، در موقعیت‌های اجتماعی احساس همدلی، خودکنترلی، مهارت اجتماعی، پاسخ‌های همکاری، روابط محبت آمیز و رضایت زناشویی بالاتری داشتند. (۲۶) زوجینی که هوش هیجانی بیش‌تری دارند، در درک هیجان‌های مثبت و منفی خود و همسرانشان توانا هستند.

میانگین سن زنان مورد مطالعه $27/23 \pm 5/3$ سال و میانگین مدت ازدواج آن‌ها $7 \pm 3/6$ سال بود. از نظر تحصیلات، ۴۵ نفر (۳۸ درصد) در مقطع کاردانی، ۳۵ نفر (۲۹ درصد) در مقطع کارشناسی و ۴۰ نفر (۳۳ درصد) در مقطع کارشناسی ارشد بودند. میزان درآمد $13/33$ درصد زوجین ۲۰۰ هزار تومان به پایین، $46/67$ درصد زوجین بین ۲۰۰ تا ۴۰۰ هزار تومان، $26/67$ درصد زوجین بین ۴۰۰ تا ۶۰۰ هزار تومان، $6/67$ درصد بین ۶۰۰ تا ۸۰۰ هزار تومان و $6/66$ درصد یک میلیون تومان به بالا بود. از میان کل زوجین نیز ۶۷ درصد یک فرزند، ۲۵ درصد دو فرزند و بقیه سه فرزند داشتند.

میانگین نمره رضایت زناشویی و هوش هیجانی زنان بیش‌تر از مردان بود، اما در شیوه‌های حل تعارض بین زنان و مردان پراکندگی چندانی وجود نداشت (جدول شماره ۱).

جدول ۱- میانگین شاخص‌های توصیفی مورد مطالعه برحسب جنسیت

متغیر	جنسیت	
	مرد	زن
رضایت زناشویی	$10/67 \pm 2/6$	$13/83 \pm 2/27$
هوش هیجانی	$73/10 \pm 9/39$	$75/75 \pm 9/48$
شیوه همراهانه	$3/82 \pm 0/56$	$3/83 \pm 0/50$
شیوه مهربانانه	$3/34 \pm 0/57$	$3/34 \pm 0/58$
شیوه سلطه‌گرانه	$3/58 \pm 0/63$	$3/50 \pm 0/69$
شیوه اجتنابی	$3/11 \pm 0/70$	$3/11 \pm 0/73$
شیوه مصالحه‌گرانه	$3/77 \pm 0/55$	$3/76 \pm 0/53$

بین رضایت زناشویی و هوش هیجانی، شیوه حل تعارض همراهانه و شیوه حل تعارض مصالحه‌گرانه همبستگی مستقیم وجود داشت. ولی بین شیوه حل تعارض اجتنابی و رضایت زناشویی همبستگی معکوس وجود داشت. از سویی بین رضایت زناشویی و شیوه حل تعارض مهربانانه و شیوه حل تعارض سلطه‌گرانه ارتباط معنی‌دار آماری مشاهده نشد (جدول شماره ۲).

به تقسیم امتیازها بین طرفین اهمیت می‌دهند.^(۱۱) استوبر نیز معتقد است شیوه حل تعارض اجتنابی در واقع حاکی از نادیده انگاشتن همسر، همکاری نکردن و پاسخگو نبودن است. این افراد سعی می‌کنند در روابط خود طرف مقابل را نادیده بگیرند و گاه کاملاً از گفتگو کناره‌گیری می‌کنند و سعی می‌کنند با همسرشان تعاملی نداشته باشند. این رفتار ارتباطات دو نفره مثبت و منفی را نابود می‌کند، باعث سردی هیجانی می‌شود و کیفیت زندگی را کاهش می‌دهد.^(۱۸)

نتایج پژوهش حاضر نشان داد هوش هیجانی و شیوه‌های حل تعارض در ترکیب با هم می‌توانند رضایت زناشویی را در زوجین پیش‌بینی کنند که با یافته‌های برخی مطالعه‌ها همسویی دارد.^(۲۹ و ۲۸) در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که در پیش‌بینی، شناخت و فهم هیجان‌های همسرانشان توانایی دارند، نسبت به آن‌ها حساس هستند، از نیازهای آن‌ها آگاهی دارند و به گونه‌ای همدلانه با همسرانشان تعامل می‌کنند که همسو با حالت‌های هیجانی آن‌هاست، کم‌ترین میزان تعارض را تجربه می‌کنند و رضایت‌مندی زناشویی بالایی دارند. همچنین افرادی که نمره بیش‌تری در توانایی خودمهارگری و تنظیم هیجان‌های خود به دست می‌آورند، حتی در موقعیت‌های دشوار و پر فشار نیز در تعامل با همسرانشان و در برقراری یک ارتباط خوب موفق‌تر هستند و از رضایت زناشویی بالاتری برخوردارند.^(۱۶) در واقع چنانچه فرد از نظر ظرفیت هوش هیجانی از رشد یافتگی بیش‌تری برخوردار باشد، انتظار می‌رود که در سایر زمینه‌های زندگی مانند رابطه زناشویی نیز بتواند به شیوه سازگاران عمل کند.

از نظر کانری و همکاران راهبردهای کلامی سازنده به زوج‌ها کمک می‌کند تا موضع‌گیری مثبتی داشته باشند و احساس‌ها و موقعیت‌ها را نشان دهند، در جستجوی موافقت طرف مقابل باشند، با هم بر روی مسایل به توافق برسند و به یکدیگر اعتماد داشته باشند. از سویی به نظر می‌رسد زن‌ها از این که شوهرانشان با

توانایی همدلی دارند، مسئولیت‌پذیرند و زوجینی شاد و خوش‌بین محسوب می‌شوند. همچنین در برابر مشکلات زندگی صبر و تحمل دارند، سعی می‌کنند مسایل زندگی را به بهترین نحو حل کنند و قادرند در مواقع خشم و ناکامی خودشان را کنترل کنند. به نظر می‌رسد افزایش ویژگی‌هایی از این قبیل به چند طریق با افزایش رضایت زناشویی رابطه دارد. احتمالاً توانایی درک هیجان‌های خود و همسر از طریق کمک به افزایش هیجان‌ها و عواطف مثبت و کاهش عواطف منفی یا جلوگیری از تشدید آن‌ها در افزایش رضایت زناشویی تأثیرگذار است. به این ترتیب که فرد می‌تواند در پی درک و تشخیص هیجان‌های مثبت خود و همسرش در جهت تقویت و افزایش آن‌ها عمل کند و با درک و تشخیص عواطف منفی خود و همسرش در راستای کاهش یا جلوگیری از تشدید آن‌ها عمل نماید.^(۱۴)

فیتنس معتقد است که سازه هوش هیجانی یا برخی جنبه‌های آن، ظرفیت غنی‌سازی یک ازدواج توأم با سازگاری و رضایت مطلوب و با ثبات را داراست. او بر این باور است که توانایی درک و پذیرش افکار، احساس‌ها و عواطف یکدیگر در زندگی زناشویی، با احساس رضایت‌مندی بیش‌تر همراه است.^(۲۷)

در این مطالعه بین رضایت زناشویی با شیوه‌های حل تعارض همراهمان و مصالحه‌گرانه همبستگی مستقیم و بین رضایت زناشویی با شیوه‌های حل تعارض اجتنابی همبستگی معکوس وجود داشت. از سوی دیگر، بین رضایت زناشویی با شیوه‌های حل تعارض مهربانانه و سلطه‌گرانه همبستگی مشاهده نشد. این یافته نیز با نتایج برخی پژوهش‌ها همسو بود.^(۱۷ و ۱۸) شیوه همراهمان به زوج‌ها کمک می‌کند تا موضع‌گیری مثبتی داشته باشند و احساس‌ها و موقعیت‌ها را نشان دهند، در جستجوی موافقت طرف مقابل باشند، با هم بر روی مسایل به توافق برسند و به یکدیگر اعتماد داشته باشند.^(۱۷) از سویی افرادی که از شیوه مصالحه‌گرانه استفاده می‌کنند، معمولاً به انتظارات و نیازهای بین خود و دیگری توجه می‌کنند و

- relational self to mansidentity self. *J Couns Dev* 2004; 82 (4): 184-96
4. Shackelford K. Self-esteem in marriage. *J Pers Soc Psychol* 2001; 30 (3): 371-90
5. Winch R. Selected studies in marriage and the family. 2nd ed. New York: Henry Holt; 2003. 234-310
6. Englberg E, Sjoberg L. Emotional Intelligence, affect intensity, and social adjustment. *Personality and Individual Differences* 2004; 37: 533-42
7. Salovey P, Hsee CK, Mayer JD. Emotional intelligence and the self-regulation of affect. In: DM Wegner, JW Pennebaker. (Eds). *Handbook of Mental Control*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall; 1993. 258-77
8. Mayer JD, Salovey P, Caruso DR. Further consideration of issues of emotional intelligence. *Psychol Inq* 2004; 15 (3): 249-55
9. Bar-On R, Parker JDA. *Handbook of emotional intelligence. Theory, development, assessment and application at home, school and in the workplace*. San Francisco: Jossey-Bass; 2000. 25
10. Cummings EM, Kouros CD, Papp LM. Marital aggression, everyday interparental conflict, and children's responding to everyday interparental conflicts. *Europ Psych* 2007; 12 (1): 17-28
11. Babapour J. Study of relationship between communication conflict resolution styles and psychological well-being among university students. *J Modern Psychol Res* 2007; 1 (4): 27-46 [In Persian]
12. Sorenson RL. Conflict management strategies used by businesses. *Family Business Review* 1999; 12 (4): 325-39
13. Kurdek LA. Predicting change in marital satisfaction from husbands' and wives' conflict resolution styles. *J Marriage Fam* 1995; 57: 153-64

آن‌ها درددل کنند و از اسرارشان حرف بزنند، لذت می‌برند و برعکس از لب فروبستن شوهر و از عدم ابراز احساسات او ناراحت می‌شوند. این تفاوت‌های جنسیتی باعث احساس منفی در زن و کاهش احساس رضایتمندی زناشویی می‌شود.^(۳۰)

بنابراین می‌توان گفت که مذاکره دوجانبه مهم‌ترین عامل پیش‌بینی‌کننده رضایت زناشویی در زنان و مردان است.^(۳۱)

از آنجا که این پژوهش بر روی فرهنگیان انجام شده است، پیشنهاد می‌شود هوش هیجانی و کاربرد آن در مباحث آموزشی ضمن خدمت معلمان و دبیران گنجانده شود تا رضایت زناشویی همسران از یکدیگر افزایش یابد. همچنین پیشنهاد می‌شود در مشاوره پیش از ازدواج جوانان به عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی، یعنی خودآگاهی هیجانی، همدلی و درک احساس‌های دیگران و خود مدیریتی افراد در شرایط دشوار و در مواقع بروز تعارض، به عنوان برنامه پیشگیری اولیه اهمیت داده شود. البته نتایج این پژوهش محدود به ابزارهای مورد استفاده در این تحقیق است و از آن جا که جامعه آماری این پژوهش زوجین فرهنگی بودند، لذا تعمیم آن به سایر جوامع آماری باید با احتیاط انجام شود.

* سپاس‌گزاری:

از همکاری تمام زوجین فرهنگی ارومیه قدردانی می‌شود.

* مراجع:

1. Campbell TL. The effectiveness of family interventions for physical disorders. *J Marital Fam Ther* 2003 Apr; 29 (2): 263-81
2. Fisher D, McNulty JK. Neuroticism and marital satisfaction: the mediating role played by the sexual relationship. *J Fam Psychol* 2008 Feb; 22 (1): 112-22
3. Rubell S. Exploring contributions of

14. Fizer M. EQ and marital satisfaction. *PMEI*. 2002; [1 screens]
15. Schutte NS, Malouff JM, Bobik C, et al. Emotional intelligence and interpersonal relation. *J Soc Psychol* 2001 Aug; 141 (4): 523-36
16. Bradbury TN, Fiacham FD, Beach SRH. Research on the nature and determinant of marital satisfaction. *J Marriage Fam* 2000; 62 (4): 64-98
17. Dibaji Forushani FS, Emami Pour S, Mahmoudi G. Relationship between attachment styles and conflict resolution patterns with women's married satisfaction. *J Andisheh Raftar* 2009; 3 (11): 87-101 [In Persian]
18. Steuber KR. Adult attachment, conflict style and relationship satisfaction: comprehensive model. MS. Thesis, Del Aware University, 2005; 230-421
19. Olson DH. The relationship between communication skills and marital satisfaction. *J Marriage Fam* 1994; 59: 884-919
20. Amato P, Booth A. Consequences of parental divorce and marital unhappiness for adult well being. *Soc Forces* 1991; 69 (3): 895-914
21. Banes R. Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *J Soc Pers Relat* 2004; 21: 273-82
22. Bradberry T, Greaves J. Emotional intelligence appraisal. Translated by: Ganji M. 1st ed. Tehran: Sawalan Publication; 2003. 17-28
23. Rahim MA, Magner NR. Confirmatory factor analysis of the styles of handling interpersonal conflict: first-order factor model and its invariance across groups. *J Appl Psychol* 1995 Feb; 80 (1): 122-32
24. Corcoran KO, Program E, Mallinckrodt B. Adult attachment, self-efficacy, perspective taking and conflict resolution. *J Couns Dev* 2000; 78 (4): 473-83
25. Ciarrochi J, Chan YA, Bajgar J. Measuring emotional intelligence in adolescents. *J Personality and individual differences* 2001; 31 (11): 5-19
26. Schutte NS, Malouff JM, Simunek M, McKenley J, Hollander, S. Characteristic emotional intelligence and emotional well-being. *Cognition Emotion* 2002; 16: 769-85
27. Fitness J. Emotional intelligence and intimate relationships. In: Ciarrochi J, Forgas JP, Mayer JD, editors. *Emotional intelligence in everyday life*. Philadelphia: Taylor & Francis; 2001 98-112
28. Charbonneau D, Nicol AM. Emotional intelligence and leadership in adolescents. *Pers Individ Differ* 2002; 33: 1101-13
29. Shute R, Charlton K. Anger or compromise? adolescents' conflict resolution strategies in relation gender and type of peer relationship. *Int J Adolesc Youth* 2006; 13: 55-69
30. Canary DJ, Cupach WR. Relational and episodic characteristics associated with conflict tactics. *J Soc Pers Relat* 1988; 4: 305-25
31. Feeney JA. Adult attachment, emotional control, and marital satisfaction. *Pers Relationship* 1999; 6 (2): 169-85