

پیش‌بینی نگرش به خیانت بر اساس سبک‌های زندگی و الگوهای ارتباطی در زنان شاغل

نعمت اله التیامی نیا*

پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۰۳/۲۰

اصلاح مقاله: ۱۳۹۹/۰۲/۳۱

دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۲/۱۰

چکیده

این پژوهش با هدف اصلی تعیین سهم پیش‌بینی‌کنندگی ابعاد سبک‌های ارتباطی خانواده و سبک‌های زندگی بر گرایش به خیانت زناشویی در زنان شاغل انجام گرفت. پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه زنان شاغل شهرستان لار در سال ۱۳۹۷ تشکیل داده‌اند. از بین جامعه آماری ۲۰۰ نفر به صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای تک مرحله‌ای انتخاب و مورد مطالعه قرار گرفتند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های سبک‌های ارتباطی خانواده، سبک‌های زندگی و گرایش به خیانت زناشویی استفاده شد. بعد از جمع‌آوری و استخراج داده‌ها، نمرات شرکت‌کنندگان با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که بین ابعاد سبک‌های ارتباطی خانواده و ابعاد سبک‌های زندگی با گرایش به خیانت زناشویی در زنان شاغل رابطه معناداری وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد که ابعاد سبک‌های ارتباطی خانواده (گفت و شنود و همنوایی) و سبک‌های زندگی (سلامت محیطی و سلامت اجتماعی) به صورت معناداری قدرت پیش‌بینی گرایش به خیانت زناشویی در زنان شاغل را دارند.

کلیدواژه‌ها: الگوهای ارتباطی، سبک‌های زندگی، خیانت زناشویی، زنان شاغل

مقدمه

می‌دهد که مردانی که رضایت جنسی پایینی داشتند بیشتر به خیانت زناشویی دست می‌زنند و زنانی که روابط مثبت پایینی با همسرانشان داشتند بیشتر خیانت زناشویی نشان دادند. از سویی سبک‌های زندگی^۵ زوجین یکی از متغیرهایی است که می‌تواند تعهد زناشویی و یا خیانت زناشویی را تحت تأثیر خود قرار دهد.

علاوه بر عوامل عمده‌ای همچون عوامل اقتصادی، اجتماعی و شخصیتی عوامل دیگری همچون صمیمیت زوجین وجود مرزهای زناشویی (هنری^۶، ۲۰۰۸)، الگوهای تعاملی خانواده (رحیمی و خیر، ۱۳۸۸)، سبک‌های دلبستگی زوجین (جانسون^۷ و همکاران، ۲۰۰۶) نیز بر کیفیت روابط و تعهد زناشویی تأثیر می‌گذارند. در این میان می‌توان از سبک زندگی^۸ به عنوان عامل مهمی یاد کرد که تعهد زناشویی زوجین را تحت تأثیر قرار می‌دهد. سبک زندگی به معنی شیوه‌ای است؛ که زوجین برای برخورد با تکالیف و حوادث زندگی بر می‌گزینند. هر فرد بنا بر مکانیسم‌های دفاعی ناخودآگاه، استراتژی‌های انطباقی خودآگاه و تأثیر عوامل محیطی در برخورد با تکالیف و حوادث زندگی، شیوه خاص دارد (موهان، ویلکس و جکسون^۹، ۲۰۰۸). سبک زندگی سالم روشی از زندگی است که سبب کاهش خطرات ابتلا به بیماری و در نتیجه کاهش مرگ زودرس می‌شود. در زندگی واقعی، سبک زندگی محصولی از ترکیب انتخاب‌ها، فرصت‌ها و منابع است. سبک زندگی سالم منبع با ارزشی به منظور کاهش بروز و تأثیرات مشکلات سلامتی، افزایش بهبودی، مقابله با عوامل استرس‌زای زندگی و ارتقای کیفیت زندگی است (پارک^{۱۰}، ۲۰۰۴).

یکی از مدل‌های مطرح در خانواده که به تعاملات در خانواده و نقش آن در سازگاری مؤثر زوجین با محیط و کیفیت زندگی پرداخته است، مدل الگوی ارتباطی^{۱۱} خانواده است. اصولاً مفهوم الگوی ارتباطی خانواده یا طرح‌واره‌های ارتباطی

خانواده را موسسه یا نهاد اجتماعی معرفی کرده‌اند که ناشی از پیوند زناشویی زن و مرد است و در آن، اعضای خانواده که شامل زوجین و فرزندان و گاهی هم اجداد و نوه‌ها است بر اساس همزیستی مسالمت‌آمیز، صفا، صمیمیت، انس و تفاهم مشارکت و تعاون زندگی می‌کنند. خانواده جایگاهی امن برای ارضای نیازهای گوناگون جسمانی، عقلانی و عاطفی است. (بودنمان و سینا^۱، ۲۰۰۶). در مواقعی که روابط صمیمانه بین زن و شوهر خدشه‌دار شود، تفاهم و تعهد زناشویی زوجین کاهش می‌یابد و عوارض مخرب و منفی در بهداشت روانی خانواده و همچنین بهداشت روانی فرزندان ایجاد می‌شود (عزیزی، ۱۳۸۶).

یکی از تم‌های اصلی زندگی زنانه در ایران، مسئله خیانت^۲ است. بروز این نگرانی در جامعه، شاخصی از تحولی آرام و تدریجی یا به بیانی حادثه‌تر، انقلابی تدریجی در جامعه است (رضایی و کلانتری، ۱۳۹۰). پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهند که وقوع تعارض‌ها و کشمکش‌ها نیست که ازدواج‌های ناسامان را به خیانت می‌کشاند، بلکه کاهش بیان احساسات عاطفی، ارتباط عاطفی مثبت و حساس بودن زوج‌ها نسبت به هم است که فروپاشی رابطه و خیانت را پیش‌بینی می‌کند (ینیسری و ککدمیر^۳، ۲۰۰۶). تحقیقات نشان می‌دهد که همسرانی که توانایی تشخیص و ابراز هیجان خود و تشخیص هیجان دیگران را داشته‌اند در زندگی زناشویی خود از سازگاری بیشتری برخوردار بودند (یزدی، گلزاری هرسینی و گلزاری هرسینی، ۱۳۸۴). بی‌وفایی و خیانت، به دلیل خارج بودن از مسیر طبیعی و فطری، ماهیتی آسیب‌زا و آسیب‌زننده دارد. آسیبی که در یک ارتباط خارج از هنجار به وجود می‌آید، تأثیرات مخرب خود را در امور دیگر همسران و خانواده بر جای می‌گذارد (کاوه، ۱۳۸۹). نتایج تحقیق آلن، گالنا، استانل، مارکمن، ویلیامز و همکاران^۴ (۲۰۰۸) نشان

7. Johnson
8. life style
9. Mohan, Wilkes & Jackson
10. Park
11. communication patterns

1. Bodenmann & Cina
2. Treason
3. Yeniçeri & Kkdemir
4. Allen, Galena, Stanel, Markman, Williams, & et al
5. Life styles
6. Henry

خودگردانی و عملکرد مختل و حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری نشان دادند.

روش پژوهش

جامعه آماری و نمونه های پژوهش

پژوهش حاضر از نوع هدف کاربردی و از لحاظ روش شناسی، توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه زنان شاغل شهرستان گچساران در سال ۱۳۹۷ تشکیل دادند. نمونه گیری در این پژوهش با استفاده از نمونه گیری خوشه ای تک مرحله ای صورت گرفت. بدین منظور از بین تمامی ادارات شهرستان گچساران، ۴ اداره (اداره آموزش و پرورش، شهرداری، کمیته امداد امام خمینی و بهزیستی) به طور تصادفی انتخاب شدند و در هر اداره به صورت تصادفی، زنان متأهلی که شرایط حضور در پژوهش را داشتند (حداقل یک سال از ازدواج آنها گذشته باشد، به بیماری حاد روانی مبتلا نباشند و تحصیلات دیپلم به بالا داشته باشند) به تعداد ۲۰۰ نفر به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه گرایش به خیانت مرامی و خادمی^۴ (۱۳۹۲): پرسشنامه خیانت زناشویی ساخت و هنجاریابی مقیاس خیانت زناشویی در جامعه ایرانی توسط مرامی و خادمی در سال ۱۳۹۲ روی ۱۹۱ زوج متأهل و مجرد اجرا شد، مرامی و خادمی (۱۳۹۲). در این مقیاس سیزده عنصر یافت شد که این سیزده عنصر، چهار عامل بزرگ را تبیین می کنند که عامل یک (جهانی شدن) شامل ۳ خرده مقیاس بود و در برگیرنده اینترنت، ماهواره و الگوپذیری از جوامع غربی است؛ عامل دو (جنسی) شامل ۳ خرده مقیاس که در برگیرنده افکار جنسی، رفتار جنسی، الگو برداری جنسی است و عامل سه (شخصیتی) شامل ۴ خرده مقیاس که در برگیرنده شخصیت های وابسته، خودشیفته، هیجانی، دلبسته ناایمن است و عامل چهار (خانوادگی) شامل ۳ خرده مقیاس است که در برگیرنده

خانواده ساختاری علمی از دنیای ارتباطی خانواده است که بر اساس ارتباط اعضای خانواده با یکدیگر و اینکه اعضای خانواده چه چیزی به یکدیگر می گویند و چه کاری انجام می دهند و اینکه چه معنایی از این ارتباطات دارند، تعریف می شود (کوئرر، ماک،^۱، ۲۰۰۴). اجتناب از برقراری روابط صمیمانه، از عواملی است که موجب شکست در زندگی خانوادگی، طلاق عاطفی و گرایش به روابط فرازناشویی و خیانت زناشویی می شود (بلوم^۲، ۲۰۰۶). مشکلات ارتباطی، رایج ترین مشکل زوجین است و بیش از ۹۰٪ زوج های آشفته، این مشکلات را به عنوان مشکل اصلی در روابط خود بیان می کنند (برنشتاین و برنشتاین^۳، ۲۰۰۱؛ ترجمه پورعابدی، ۱۳۸۹). به طور خلاصه پژوهش ها نشان دادند که الگوی ارتباطی گفت و شنود با سلامت روان رابطه مثبت و معنادار و الگوی ارتباطی همنوایی با سلامت روان رابطه منفی و معنادار دارند (زارعی و همکاران، ۱۳۹۴). لذا با توجه به مطالب بیان شده این سؤال پیش می آید که " آیا سبک های زندگی و سبک های ارتباطی می توانند نگرش به خیانت در زنان شاغل پیش بینی کنند؟" و به منظور یافتن پاسخ هدف از پژوهش حاضر "تعیین سهم پیش بینی کنندگی الگوهای ارتباطی خانواده زندگی بر گرایش به خیانت زناشویی در زنان شاغل" است. یافته های پژوهش رفیعی (۱۳۸۴) که با هدف بررسی رابطه بین سبک دلبستگی و طرحواره های ناسازگارانه اولیه در زنان دارای خیانت زناشویی شهر تهران طراحی و اجرا شد، نشان داد که بین سبک دلبستگی اجتنابی و چهار طرحواره های حوزه (بریدگی طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت مختل، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری) رابطه مثبت و معنادار وجود دارد و نیز بین سبک دلبستگی دوسوگرا و طرحواره های حوزه بریدگی طرد، خودگردانی و عملکرد مختل و حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری رابطه مثبت و معنادار یافت شد. یافته ها، رابطه منفی و معنادار را بین سبک دلبستگی ایمن و طرحواره های حوزه بریدگی طرد و

4. Questionnaire of tendency to betray Marami and Khademi

1. Koerner, & Maki.
2. Blume
3. Bronstein, Philip., & Bronstein, Marcy

کرونباخ برای بعد گفت و شنود ۰/۸۷ و برای بعد همنوایی ۰/۸۱ به دست آورده است.

در تحقیق رحیمی و خیر (۱۳۸۸) جهت تعیین روایی این پرسشنامه از ضریب همبستگی هر گویه با نمره بعد مربوط به خود استفاده گردید. تمام ضرایب معنادار بودند. جهت تعیین پایایی نیز از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که ضرایب ۰/۸۸ جهت بعد گفت و شنود و ۰/۸۵ جهت بعد همنوایی به دست آمد

۳. پرسشنامه سبک زندگی (LSQ): این پرسشنامه توسط لعلی، عابدی و کجیاف (۱۳۹۱)، ساخته شده و دارای ۷۰ سؤال بوده و در طیف لیکرت است که به صورت همیشه (۳)، معمولاً (۲)، گاهی اوقات (۱) و هرگز (۰)، نمره گذاری می‌شوند و هدف آن ارزیابی ابعاد مختلف (سبک‌های زندگی سلامت جسمانی (سؤال ۱-۸)، ورزش و تندرستی (سؤال ۹-۱۵)، کنترل وزن و تغذیه (سؤال ۱۶-۲۲)، پیشگیری از بیماری‌ها (سؤال ۲۳-۲۹)، سلامت روان‌شناختی (سؤال ۳۰-۳۶)، سلامت معنوی (سؤال ۳۷-۴۲)، سلامت اجتماعی (سؤال ۴۳-۴۹)، اجتناب از داروها و مواد مخدر (سؤال ۵۰-۵۵)، پیشگیری از حوادث (سؤال ۵۶-۶۳) و سلامت محیطی (سؤال ۶۴-۷۰)) است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت ۵ درجه ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم است. برای به دست آوردن امتیاز مربوط به هر بعد، مجموع امتیازات سؤالات مربوط به آن بعد را با هم جمع می‌شود. روایی این پرسشنامه ۰/۹۱ و پایایی آن ۰/۸۷ محاسبه شده است (لعلی، عابدی و کجیاف (۱۳۹۱)).

روش اجرای پژوهش. بعد از شناسایی کردن افراد نمونه به نحوی که در بخش نمونه‌گیری گفته شد هدف از اجرای این پژوهش بیان شد و به جنبه رازداری و محرمانه بودن اطلاعات تأکید گردید. پس از حضور اعضای نمونه در محل مناسب و پس از برقراری ارتباط و کاهش حساسیت آزمودنی‌ها راجع به پرسشنامه و دلایل انتخاب آن‌ها در نمونه توضیحات لازم از سوی محقق راجع به نحوه تکمیل پرسشنامه ارائه گردید و آزمودنی‌ها پرسشنامه‌های پژوهش را تکمیل کردند. به آزمودنی‌ها اطمینان خاطر داده شد که پاسخ‌های آنان محرمانه

ارتباطات خانوادگی، ساختار خانوادگی و ازدواج تحمیلی است. پرسشنامه به صورت پنج گزینه‌ای لیکرتی شامل «مخالفم»، «نه موافق و نه مخالف»، «موافقم» و «کاملاً موافقم» است. پرسشنامه برای هر یک از ماده‌ها، پنج گزینه است که برای آن‌ها نمره‌ای از ۰ تا ۱ تعلق می‌گیرد که برحسب جهت سؤالات، متفاوت است. جهت تعیین پایایی مقیاس، از روش ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است. ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش فوق برای کل پرسشنامه برابر ۰/۹۳، عامل یک (جهانی شدن) پرسشنامه برابر ۰/۹۰، عامل دو (جنسی) پرسشنامه برابر ۰/۹۰. پایایی عامل سه (شخصیتی) پرسشنامه برابر ۰/۹۹ و پایایی عامل چهار (خانوادگی) پرسشنامه، برابر ۰/۳۰ بوده است. همچنین در این پژوهش برای بررسی روایی پرسشنامه از روش تحلیل مواد استفاده شد. ضرایب همبستگی به دست آمده برای نمره کل پرسشنامه در دامنه ۰/۶۱ تا ۰/۹۲ قرار داشت (مرامی و خادمی، ۱۳۹۲). پایایی این پرسشنامه در تحقیق حاضر از طریق آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمد.

۲. پرسشنامه الگوهای ارتباطی فیتزپاتریک و ریچی (۱۹۹۴): این ابزار یک مقیاس خودسنجی است که توسط فیتزپاتریک و ریچی (۱۹۹۴) طراحی شده و بدین وسیله درجه موافقت یا عدم موافقت پاسخ دهنده را در دامنه‌ای پنج درجه‌ای (۵= کاملاً موافقم، ۱= کاملاً مخالفم) درباره‌ی ۲۶ گویه که در زمینه ارتباطات خانوادگی او هستند، خواهد سنجید. این ابزار ابعاد گفت و شنود و همنوایی را می‌سنجد، بدین صورت که ۱۱ گویه اول مربوط به بعد همنوایی و ۱۵ گویه بعد مربوط به بعد گفت و شنود است. نمره گذاری در این پرسشنامه به این صورت است که نمره ۴ معادل "کاملاً موافقم و نمره ۰ معادل "کاملاً مخالفم است". برای به دست آوردن نمره کل باید نمرات هر دو مقیاس با هم جمع شوند. کوثرنر و فیتزپاتریک^۱ (۲۰۰۲) روایی محتوایی، ملاکی و سازه و پایایی (آلفای کرونباخ و بازآزمایی) این مقیاس را مطلوب گزارش کرده‌اند. در ایران نیز کوروش نیا و لطیفیان (۲۰۰۶) پایایی این ابزار را به روش ضریب آلفای

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد زنان شرکت کننده در پژوهش برابر با ۳۰/۵۴ (۲/۸۲) بود. در ادامه نتایج شاخص های میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه مشخص شده است.

باقی می ماند لذا از آن ها خواسته شد صادقانه پرسشنامه را تکمیل نمایند. از آزمودنی ها خواسته شد اگر در تکمیل پرسشنامه با ابهامی مواجه شدند از پژوهشگر بخواهند توضیح بیشتری بدهد. در نهایت به منظور تحلیل داده های جمع آوری شده از نرم افزار آماری Spss22 استفاده شد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار ابعاد سبک های زندگی، سلامت روانشناختی و الگوهای ارتباطی

متغیرها	تعداد	میانگین	انحراف معیار	کشیدگی	چولگی
سبک های زندگی	۲۰۰	۱۶۶/۵۴	۳۱/۸۰	۰/۱۸	۰/۶۸
سلامت جسمانی	۲۰۰	۱۸/۶۶	۳/۸۵	-۰/۲۳	۰/۷۴
ورزش و تندرستی	۲۰۰	۲۵/۵۱	۵/۱۳	-۰/۳۶	-۰/۹۶
کنترل وزن و تغذیه	۲۰۰	۱۶/۶۷	۴/۸۳	۰/۴۵	۱/۳۳
پیشگیری از بیماری	۲۰۰	۱۷/۷۴	۴/۶۹	۱/۰۱	-۰/۴۶
سلامت روان شناختی	۲۰۰	۱۶/۶۸	۴/۲۸	۰/۵۶	-۰/۵۰
سلامت معنوی	۲۰۰	۱۷/۷۸	۴/۳۴	-۰/۳۷	۰/۴۴
سلامت اجتماعی	۲۰۰	۱۸/۱۷	۳/۵۳	۰/۴۸	-۰/۵۹
اجتناب از داروها و مواد	۲۰۰	۱۷/۸۳	۳/۶۳	۰/۵۶	۱/۰۳
پیشگیری از حوادث	۲۰۰	۱۷/۵۰	۳/۶۳	-۰/۳۷	۰/۷۸
سلامت محیطی	۲۰۰	۱۶/۷۶	۳/۲۰	۱/۰۸	-۰/۶۸
گرایش به خیانت	۲۰۰	۸۹/۳۵	۱۱/۸۶	-۰/۰۹	۰/۹۰
جهانی شدن	۲۰۰	۱۷/۰۵	۳/۴۷	۰/۷۸	-۰/۳۸
جنسی	۲۰۰	۱۳/۰۸	۲/۳۸	۰/۵۴	۰/۹۱
شخصیتی	۲۰۰	۱۴/۱۷	۲/۵۸	-۱/۳۵	-۱/۵۷
خانوادگی	۲۰۰	۱۲/۸۸	۲/۵۹	-۰/۳۳	۰/۴۴
گفت و شنود	۲۰۰	۶۶/۶۰	۱۲/۵۴	-۱/۰۶	۰/۸۴
همنوایی	۲۰۰	۳۲/۷۹	۶/۷۰	۰/۷۷	-۱/۰۹

می دهد که چولگی و کشیدگی بین $2 \pm$ قرار دارند؛ بنابراین توزیع داده های متغیرهای پژوهش طبیعی است.

جدول فوق میانگین و انحراف معیار ابعاد سبک های زندگی، نگرش نسبت به خیانت و الگوهای ارتباطی خانواده را نشان می دهد؛ همچنین جدول فوق نشان

جدول ۲. جدول ماتریس همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

	۱	۲	۳	۴
سبک های زندگی	۱			
الگوی گفت و شنود	۰/۲۳**	۱		

		۰/۶۲**	۰/۰۶	الگوی همنوایی
۱	۰/۰۳	۰/۳۵**	۰/۳۲**	گرایش به خیانت

**در سطح ۰/۰۱ معنی دار است.

نتایج ضریب همبستگی نشان می‌دهد که بین گرایش به خیانت با الگوی گفت و شنود همبستگی معناداری دارد ولی با الگوی همنوایی رابطه معناداری دیده نشد. در ادامه نیز نتایج ضرایب

همبستگی پیرسون بین سبک‌های زندگی با گرایش به خیانت ارائه و گزارش شده است.

جدول ۳. جدول ماتریس همبستگی پیرسون بین سبک‌های زندگی با گرایش به خیانت زناشویی

همبستگی با گرایش به خیانت	ابعاد سبک‌های زندگی
۰/۱۸*	سلامت جسمانی
۰/۳۵**	ورزش و تندرستی
۰/۳۱**	کنترل وزن و تغذیه
۰/۳۱**	پیشگیری از بیماری
۰/۲۷**	سلامت روان‌شناختی
۰/۲۲**	سلامت معنوی
۰/۲۰**	سلامت اجتماعی
۰/۲۳**	اجتناب از داروها و مواد
۰/۲۹**	پیشگیری از حوادث
۰/۵۶**	سلامت محیطی

**در سطح ۰/۰۱ معنی دار است

با توجه به جدول فوق همان‌گونه که مشاهده می‌شود بین ابعاد سبک‌های زندگی و گرایش به خیانت رابطه مستقیم و معنی‌داری وجود دارد (در پرسشنامه گرایش به خیانت هر چه نمره بیشتر باشد نگرش منفی‌تر است). در ادامه

جهت پیش‌بینی گرایش به خیانت بر مبنای سبک‌های زندگی و الگوهای ارتباطی از ضریب رگرسیون استفاده شد که در جدول ۴ گزارش شده است.

جدول ۴. تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی گرایش به خیانت بر اساس سبک‌های زندگی

متغیر	R	R ²	F	sig	Beta	t	sig
سلامت جسمانی					۰/۱۶	۱/۶۵	۰/۱۰
ورزش و تندرستی					۰/۰۸	۰/۷۴	۰/۴۷
کنترل وزن و تغذیه					۰/۲۲	۱/۹۲	۰/۰۵
پیشگیری از بیماری					-۰/۰۵	-۰/۴۵	۰/۶۲
سلامت روان‌شناختی	۰/۶۴	۰/۴۰	۱۲/۷۴	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۹	۰/۹۹
سلامت معنوی					-۰/۰۳	-۰/۳۳	۰/۷۴
سلامت اجتماعی					-۰/۱۶	-۲/۰۴	۰/۰۴

اجتناب از داروها و مواد		
۰/۳۳	۰/۹۷	۰/۰۹
پیشگیری از حوادث		
۰/۳۳	-۰/۹۷	-۰/۰۱
سلامت محیطی		
۰/۰۰۱	۰/۸۵	۰/۵۹

زندگی قادرند گرایش به خیانت را پیش‌بینی نمایند. همچنین با توجه به مقدار ضریب رگرسیون (Beta) می‌توان نتیجه گرفت که سلامت محیطی بیشترین سهم را در پیش‌بینی گرایش به خیانت دارد. مقادیر t نیز نشان می‌دهد که تنها ابعاد سلامت محیطی و سلامت اجتماعی قادرند به تنهایی و با کنترل متغیرهای دیگر گرایش به خیانت را پیش‌بینی نمایند.

همان‌گونه که مشاهده می‌شود ضریب همبستگی چندگانه R بین سبک‌های زندگی با گرایش به خیانت برابر با ۰/۶۴ به دست آمده است و مقدار ضریب تعیین نیز برابر با ۰/۴ است. بدین معنی که ۴۰ درصد از تغییرات نمرات گرایش به خیانت توسط سبک‌های زندگی تبیین می‌شود. همچنین چون مقدار F (۱۲/۷۴) در سطح معنی‌داری $P < ۰/۰۰۱$ معنی‌دار است پس سبک‌های

جدول ۵ تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی گرایش به خیانت بر اساس سبک‌های ارتباطی خانواده

متغیر	R	R ²	F	sig	Beta	t	sig
گفت شنود	۰/۴۳	۰/۱۸	۲۱/۷۸	۰/۰۰۱	۰/۵۴	۶/۵۷	۰/۰۰۱
همنوایی					-۰/۳۱	-۳/۶۹	۰/۰۰۱

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین سهم پیش‌بینی کنندگی ابعاد سبک‌های ارتباطی خانواده و سبک‌های زندگی بر گرایش به خیانت زناشویی در زنان شاغل انجام گرفت. نتایج نشان داد که بین ابعاد سبک‌های ارتباطی خانواده و ابعاد سبک‌های زندگی با گرایش به خیانت زناشویی در زنان شاغل رابطه معناداری وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد که ابعاد سبک‌های ارتباطی خانواده و سبک‌های زندگی به صورت معناداری قدرت پیش‌بینی گرایش به خیانت زناشویی در زنان شاغل را دارند. در ادامه نتایج حاصل را به صورت مبسوط‌تر مورد بحث قرار می‌دهیم. با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان چنین استنباط کرد که بین ابعاد سبک‌های زندگی و گرایش به خیانت رابطه مستقیم و معنی‌داری وجود دارد و سبک‌های زندگی قادرند گرایش به خیانت را در زنان شاغل پیش‌بینی نمایند؛ بنابراین، این نتایج فرض پژوهشگر را در خصوص اینکه بین ابعاد سبک‌های زندگی می‌تواند گرایش به خیانت زناشویی را در زنان شاغل پیش‌بینی کنند را تأیید کرد. این نتایج با نتایج

همان‌گونه که مشاهده می‌شود ضریب همبستگی چندگانه R بین سبک‌های ارتباطی خانواده با گرایش به خیانت برابر با ۰/۴۳ به دست آمده است و مقدار ضریب تعیین نیز برابر با ۰/۱۸ است. بدین معنی که ۱۸ درصد از تغییرات نمرات گرایش به خیانت توسط سبک‌های ارتباطی خانواده تبیین می‌شود. همچنین چون مقدار F (۲۱/۷۸) در سطح معنی‌داری $P < ۰/۰۰۱$ معنی‌دار است پس سبک‌های ارتباطی خانواده قادرند گرایش به خیانت را پیش‌بینی نمایند. همچنین با توجه به مقدار ضریب رگرسیون (Beta) می‌توان نتیجه گرفت که گفت و شنود بیشترین سهم را در پیش‌بینی گرایش به خیانت دارد. مقادیر t نیز نشان می‌دهد که هم گفت و شنود و هم همنوایی قادرند به تنهایی و با کنترل متغیرهای دیگر گرایش به خیانت (البته در جهت معکوس) را پیش‌بینی نمایند.

روابط زناشویی افزایش پیدا می‌کند و تمایل و گرایش زوجین به خیانت کاهش پیدا می‌کند (پورمیدانی و همکاران، ۱۳۹۳). در رابطه با مؤلفه مدیریت فشار روانی^۷ و سلامت روان‌شناختی از ابعاد سبک زندگی باید گفت زوجینی که می‌توانند مشکلات خود را به طور عمقی و نه سطحی حل کنند، منجر به رشد و امنیت عاطفی نسبت به دیگری خواهند شد و یاد می‌گیرند که تعارضات خود را فرصتی برای صمیمیت عمیق‌تر و تماس با یکدیگر بدانند. از آنجا که وجود تعارض‌های بین زوجین یکی از دلایل گرایش به خیانت است در نتیجه حل مناسب تعارض‌ها احتمال خیانت زناشویی کاهش می‌یابد. استرس تأثیر بسیار زیادی در روابط زن و مرد دارد و اگر فشارها و اضطراب‌های اجتماعی زیاد باشد، ممکن است باعث از بین رفتن عشق میان زن و مرد گردد. اگر زوجین موفق نشوند روشی منطقی برای برخورد با این مسئله بیابند، در طولانی مدت و در کنار سایر فاکتورهای استرس‌زا، نمی‌توانند شرایط را کنترل کنند و نارضایتی آن‌ها از رابطه زناشویی آشکار می‌گردد، زندگی مشترکشان با مشکلات عدیده‌ای روبه‌رو می‌شود و آمادگی آن‌ها برای گرایش به خیانت زناشویی بیشتر می‌گردد (روحانی و معنوی پور، ۱۳۷۸)؛ اگر زوجین موفق به مهار و غلبه بر استرس شوند، می‌توانند رضایت بیشتری از زندگی زناشویی خود داشته باشند.

در تبیین نتایج به دست آمده باید گفت که سبک زندگی، شیوه زندگی خاص یک فرد، گروه یا جامعه است. مجموعه‌ای از طرز تلقی‌ها، ارزش‌ها، شیوه‌های رفتاری، حالت‌ها و سلیقه‌ها، یعنی تمام چیزهایی که اشتراک در آن‌ها باعث به وجود آمدن تماس بیشتر می‌گردد و تماس بیشتر شباهت درک شده بیشتر را در پی خواهد داشت. شباهت درک شده همراه با امکان ایجاد ارتباط، منجر به موقعیت‌های بین فردی می‌شود که ثمربخش است. هم‌پوشی شبکه ارتباطی و تعامل‌های بسیار، منجر به بسیاری ویژگی‌های هم‌شکل می‌شود. تماس بیشتر همچنین باعث به وجود آمدن تصورات یکسان می‌گردد.

پژوهش‌های پورمیدانی، نوری و شفی (۱۳۹۳)، بهرننگ و همکاران (۱۳۹۶)، روحانی و معنوی پور (۱۳۸۷)، لیچ^۱ (۲۰۰۴) و آلن^۲ (۲۰۰۹)، ویلسون^۳ و همکاران (۲۰۰۵)، شرکات^۴ (۲۰۰۴)، بسچلوه^۵ و همکاران (۲۰۱۴)، مونیکا^۶ (۲۰۱۴)، همسو و هماهنگ است. بهرننگ و همکاران (۱۳۹۶) نشان دادند که بین سبک زندگی و تعهد زوجین با رضایت زناشویی در بین زنان متأهل، رابطه‌ی مثبت معنی‌داری وجود دارد.

در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت که تغییر سبک زندگی، تغییر در باورهای ناکارآمد زوج‌ها، بهبود مبادلات کلامی، روابط جنسی و هم‌سوئی در چگونگی حل مشکلات زندگی را باعث می‌شود. سبک زندگی مبتنی بر همکاری و اهداف مشترک، زندگی توأم با رضایت زناشویی را به دنبال دارد. افراد با اصلاح سبک زندگی خود، می‌توانند تمایلات خودخواهانه خود را کنار گذاشته و اهدافی با گرایش اجتماعی بالا را برگزینند. سبک زندگی مناسب می‌تواند درک و فهم زوجین را افزایش دهد و منجر به افزایش رضایت زناشویی و عدم خیانت زناشویی گردد (بهرننگ و همکاران، ۱۳۹۶). سبک زندگی فعالانه منجر به کاهش نشانه‌های افسردگی و اضطراب می‌گردد و توانایی افراد برای مقابله با استرس و تنش‌های زندگی زناشویی را افزایش می‌دهد. تنش عصبی، افسردگی، عصبانیت، خستگی و آشفتگی، همگی متعاقب فعالیت‌های بدنی کاهش می‌یابد، در حالی که نیروی ذهنی افزایش می‌یابد. تغییرات مثبت در خودپنداری، افزایش اعتماد به نفس و خودآگاهی، تغییرات مثبت در خلق و خوی، افزایش انرژی و توانایی در برخورد با فعالیت‌های روزمره، افزایش اشتیاق به روابط اجتماعی و پیشرفت مثبت در تحمل مشکلات، امید به زندگی و سلامتی، همگی از فواید انجام فعالیت جسمی است. انجام فعالیت‌های ورزشی و داشتن سبک زندگی فعال منجر به سلامت بیشتر می‌شود و در نتیجه این عوامل کیفیت

5. Boschloo
6. Monica
7. Stress management

1. Leach
2. Ellen
3. Wilson
4. Sherkat

جانسون^۵ (۲۰۱۸) که نشان داده بودند یکی از عوامل مؤثر در رضایتمندی و سازگاری زناشویی نوع الگوهای ارتباطی است، هماهنگ است. پژوهش شلینگ^۶ و همکاران (۲۰۰۳) نشان داد که برنامه‌ی آموزش می‌تواند از طریق بهبود مهارت‌های ارتباطی، بر سطوح سازگاری زناشویی تأثیری مثبت داشته باشد و همچنین می‌تواند به اصطلاحات رفتاری دراز مدت در زوجین منجر شود.

در تبیین این نتایج می‌توان استنباط کرد که تحقیقات گسترده در ایران و جهان در حوزه خانواده نشان می‌دهد که مهم‌ترین عامل در توفیق زندگی زناشویی و خانوادگی ارتباط، همان گفت و گو بین زن و شوهر و دیگر اعضای خانواده است. ارتباط و گفت و گو، دنیای مشترک اعضای خانواده را تشکیل می‌دهد. در صورتی که الگوهای ارتباطی زوجین در خانواده‌ها درست شکل گیرد، عملکرد خانواده و زوجین افزایش می‌یابد و در نتیجه استفاده مناسب از الگوی ارتباطی جهت حل کردن تعارض‌ها، خیانت زناشویی کاهش می‌یابد (رحیمی و خیر، ۱۳۸۸)؛ در تبیینی دیگر می‌توان گفت که وقتی که زوجین در ارتباطات خود از الگوهای سازنده استفاده می‌کنند، از رفتارهای مخرب پرهیز و برای حفظ و تداوم رابطه سالم تلاش می‌کنند، احساس می‌کنند همدیگر را درک می‌کنند، احساساتشان را به طور مناسب بروز داده و برای مشکل ارتباطی پیشنهاد راه حل داده و با هم مذاکره می‌کنند، در نتیجه از زندگی خود لذت بیشتری می‌برند و عملکرد و کارآرایی خانواده بهبود می‌یابد (فرمانی و همکاران، ۱۳۹۱).

در تبیین این یافته می‌توان گفت هر قدر زوجین در محیط خانواده هیجانانگیز خود را بروز دهند و در ابراز احساسات خود تشویق شوند و بتوانند آزادانه به بحث و تبادل نظر در طیف وسیعی از موضوعات بپردازند می‌توانند از کیفیت زندگی بهتری برخوردار باشند. این یافته را بر اساس نتایج پژوهش‌های قبلی نیز می‌توان تبیین نمود؛ بدین ترتیب که تقویت بعد گفت و شنود منجر به استفاده از شیوه‌های حل تعارض کارآمد و رابطه سالم والد-فرزندی (سپهری شاملو و کرامتی، ۱۳۹۵) و

تصورات مشترک درک بهتر تفکرات و عقاید مشابه زن و مرد را که از طرفی به رفتار و مشغولیات نزدیک به هم ختم می‌شود و از طرف دیگر به کیفیت روابط زناشویی مشترک آنان و عدم گرایش به خیانت زناشویی می‌انجامد (بهرنگ و همکاران، ۱۳۹۶). در رابطه با مولفه تعالی معنوی از ابعاد سبک‌های زندگی می‌توان نتایج را اینگونه تبیین کرد: کسانی که به تعالی معنوی رسیده باشند، در همدلی، درک، مسئولیت‌پذیری و انعطاف‌پذیری توفیق بیشتری خواهند داشت و توانایی آن‌ها برای بهبود روابط و تعاملات خود بیشتر است. تعالی معنوی به صورت درون فردی، فرد را قادر می‌سازد که از لحاظ فیزیولوژیکی، شناختی و عاطفی خشم خود را کنترل کند و به او کمک می‌کند که مسئولیت اعمال خود را در تعارض‌ها بپذیرد. تعالی معنوی منجر به انعطاف - پذیری بالا می‌شود. این چنین به نظر می‌رسد که تعالی معنوی موجب افزایش مشارکت کلامی، افزایش میزان شادکامی، عواطف مثبت مانند خوش خلقی، مهربانی و آرامش، کاهش چشمگیر پرخاشگری کلامی و تعارض‌ها و اختلافات زناشویی شده و در نهایت سبب کاهش گرایش به خیانت زناشویی می‌گردد.

با توجه به نتایج می‌توان نتیجه گرفت که بین بعد گفت و شنود و خیانت رابطه مستقیم و معنی‌داری وجود دارد ولی بعد همنوایی رابطه معنی‌داری با گرایش به خیانت ندارد. در ادامه نتایج نشان داد سبک‌های ارتباطی خانواده قادرند گرایش به خیانت را پیش‌بینی نمایند. این نتایج با نتایج به دست آمده از پژوهش‌های فرمانی و همکاران (۱۳۹۱)، مسرت مشهدی و دولت‌شاهی (۱۳۹۵)، ماوردی جاغرق (۱۳۸۵)، رفیعی (۱۳۸۴)، رحیمی و خیر (۱۳۸۸)، شکرالله زاده و مدنی (۱۳۹۵)، کردبچه و عارفی (۱۳۹۶)، داملا و بوت^۱ (۲۰۱۷)، استروز^۲ و همکاران (۲۰۲۰)، گوردن^۳ و همکاران (۲۰۰۴)، همسو و هماهنگ است. کردبچه و عارفی (۱۳۹۶) نشان دادند که الگوهای ارتباطی خانواده به شکل معناداری خیانت زناشویی زنان را پیش‌بینی می‌کنند. همچنین این نتایج با یافته‌های پژوهش مقدس و همکاران (۱۴۰۰)، بویزگران و فیلیپ^۴ (۲۰۱۸)، لی و

4 Bouizegarene & Philippe
5 Li & Johnson
6 Schilling

1 Dumlao & Botta
2 Oosterhouse
3 Gordon

فرد باقی می‌گذارد و موجب ناخشنودی از کار، ازدواج و زندگی می‌شود. بنابراین، زوجینی که در کارهای خانه داری و مراقبت از فرزندان مشارکت کنند و از الگوی ارتباطی سازنده‌ی متقابل استفاده کنند، فشار مضاعف را در ایفای موازی نقش کاری و خانوادگی بر همسر کاسته و سلامت روان، رضایت و سازگاری زناشویی خانواده را افزایش که در نهایت این عوامل باعث می‌شوند زوجین تمایل کمتری به خیانت زناشویی نشان دهند. از آن طرف در رابطه با پیش‌بینی معکوس خیانت زناشویی توسط بعد هم‌نوايي الگوهای ارتباطی دو طرفه باید گفت که زمانی که تعارض در زندگی زناشویی وجود دارد، پیوند گرم و صمیمانه زن و شوهر تبدیل به رابطه‌ای سرد می‌شود. بدون ارتباطات مؤثر میان زوجین، تنش، بی‌اعتمادی، به اشتراک‌گذاری و صمیمیت کمتر و نیز احساس انزوا وجود خواهد داشت و مدل‌های ارتباطی غیر سازنده در خانواده منجر به بروز اضطراب و افسردگی و خیانت زناشویی در زوجین می‌شود.

پژوهش حاضر در موضوعی از زندگی کنکاش می‌کند که کسب نتایج مطمئن و قابل استناد در آن بسیار دشوار است. موضوع خیانت‌های زناشویی از موضوعات چالشی در همه خانواده‌ها و فرهنگ‌هاست و لذا دریافت اطلاعات از پرسشنامه صرف می‌تواند ضریب اعتماد و استناد آن را پایین بیاورد و به خاطر محدودیت‌های زمانی و اقتصادی امکان مصاحبه‌های تشخیصی وجود نداشت و می‌توان گفت این موضوع مهم‌ترین محدودیت در این پژوهش بود. با وجود محدودیت‌ها در انجام این پژوهش، نتایجی که به دست آمد می‌تواند در اجرای جلسات مشاوره‌ای بسیار مفید باشد. مشاوران با تمرکز بر سبک‌های زندگی و الگوهای ارتباطی زوجین می‌توانند در مشاوره‌های مربوطه به خیانت‌های زناشویی موفقیت‌های خوبی به دست آورند. همچنین پیشنهاد می‌گردد پژوهش‌هایی با روش جمع‌آوری داده از طریق مصاحبه و اعمال سایر متغیرهای مداخله‌گر همچون شرایط اقتصادی، نوع شغل، جایگاه اجتماعی، جنسیت و ... انجام پذیرد. یافته‌های این پژوهش می‌تواند در دادگاه‌های خانواده، مشاوره‌های قبل از

افزایش عزت‌نفس، دوست داشتن دیگران، توجه به عواطف و احساسات دیگران، احساس مسئولیت، تبحر در حل مسائل، مهارت‌های ارتباطی قوی‌تر، سطح تاب‌آوری بالاتر و رشد استقلال، قدرت مدیریت موقعیت‌ها بر اساس توانایی‌های شخصی‌شان می‌شود (فریگر و مور، ۲۰۱۲). به همین دلیل زوجین دارای جهت‌گیری گفت و شنود به انسان و زندگی دیدگاه مثبت‌تری پیدا می‌کنند. لذا زوجینی که روابط ضعیفی دارند دچار گسستگی عاطفی، فقدان صمیمیت و عدم انطباق‌پذیری می‌شوند و این عوامل خود موجب گرایش آن‌ها به خیانت می‌شود.

در تبیین رابطه منفی هم‌نوايي با کیفیت زندگی باید گفت چون در این خانواده‌ها تأکید روی همگن شدن عقاید و نگرش‌ها است، زوجین احساسات خود را کتمان کرده و از طرح مسائل چالش‌برانگیز اجتناب می‌کنند. در نتیجه مهارت چندانی برای رویارویی با مشکلات احتمالی نداشته و به دیگران متکی می‌مانند. این نوع روابط زمینه‌ساز مشکلات اساسی در آینده (مثل خیانت زناشویی) خواهند شد. استفاده خانواده‌ها و زوجین از الگوهای ارتباطی سازنده، اعضای خانواده را در برابر فشارهای زندگی مقاوم می‌سازد، عامل اثرگذاری بر رشد، شکوفایی و پیشرفت اعضای خانواده می‌شود و باعث می‌شود خانواده، کانون کمک، تسکین، التیام و شفابخشی باشد. در نتیجه زن و شوهر رابطه بهتر و منسجم‌تری و در نتیجه رضایت، پایداری و تعهد زناشویی بیشتری در نظام زن و شوهری خواهند داشت و گرایش آن‌ها به خیانت کاهش پیدا می‌کند (کردیچه و عارفی، ۱۳۹۶)؛ در رابطه با قدرت پیش‌بینی کنندگی الگوی ارتباطی سازنده‌ی متقابل در خیانت زناشویی زوجین باید گفت، زنان و مردان برای نیل به کمال، از یکدیگر مستانی نیستند و هر دو به هم وابسته‌اند. این وابستگی نیز متقابل است و میزان تقابل وابستگی در این دو رکن موزون و متعادل بوده و نیاز هیچ‌یک به دیگری، کمتر و یا بیشتر از دیگری نیست. در همین رابطه بر اساس نظر پارسونز، تعارض نقش‌های شغلی - همسری، شغلی - والدینی و شغلی - خانه‌داری و روی هم رفته، تعارض کار - خانواده تأثیر منفی بر سلامتی و عملکرد نقش

رفیعی، فسا. (۱۳۸۴). تأثیر آموزش های شناختی- رفتاری بر رضایت زناشویی زوج های دانشجو سفر در خوابگاه متأهلین دانشگاه تهران، تازه ها و پژوهش های مشاوره ۴ و ۱۴: ۲۵-۱۴.

روحانی، ع؛ و معنوی پور، د. (۱۳۸۷). رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت زناشویی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد مبارکه. دانش و پژوهش در روان شناسی کاربردی، ۱۰(۳۵-۳۶): ۱۸۹-۲۰۶.

زارعی، اقبال، آذری، پریسا؛ و هدایتی، فاطمه. (۱۳۹۴). بررسی رابطه سبک های هویتی و سبک های دفاعی با رضایت زناشویی در زوجین استان اصفهان. کنفرانس ملی پژوهش های کاربردی در علوم تربیتی و روانشناسی و آسیب های اجتماعی ایران.

سپهری شاملو، زهره؛ و کرامتی، راضیه. (۱۳۹۵). رابطه سرمایه های روان شناختی و الگوهای ارتباطی با خشونت خانگی در زنان متأهل. مجله روانشناسی اجتماعی، ۲(۴۱)، ۸۹-۱۰۰.

شکرالله زاده، معصومه؛ و مدنی، یاسر. (۱۳۹۵). نقش سبک های هویتی و عشق ورزی در پیش بینی رضایت زناشویی. دو فصلنامه آسیب شناسی، مشاوره و غنی سازی خانواده، ۳(۱)، ۷۹-۸۹.

عزیزی، پریسا. (۱۳۸۶). تأثیر آموزش مهارت های ارتباطی وحل مساله مذهب محور بر رضایت زناشویی زنان در آستانه طلاق، مطالعات زن و خانواده، ۶(۱): ۱۷۷-۱۹۵.

فرمانی شهرضا، شیوا، رسولی، محسن؛ و قائدینای جهرمی، علی (۱۳۹۱). رابطه بین صمیمیت زناشویی، الگوهای ارتباط زناشویی و همدم طلبی -دوری گزینی کارکنان متأهل دانشگاه خوارزمی. فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده ۴ (۳)، ۴۴۸-۴۷۲.

کاوه، سعید. (۱۳۸۹). روانشناسی بی وفایی و خیانت. تهران: انتشارات هنر سرای اندیشه

کردبچه، شیرین؛ مژگان، عارفی (۱۳۹۶). بررسی نقش الگوهای ارتباطی خانواده در پیش بینی خیانت زناشویی زنان شهر اصفهان. چهارمین کنفرانس بین المللی نوآوری های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری. تهران، دانشگاه نیکان.

ازدواج، مشاوره های خانواده درمانی و جلسات آموزش خانواده گروهی به کرار استفاده شود.

موازین اخلاقی

در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. با توجه به شرایط و زمان تکمیل پرسشنامه ها ضمن تأکید به محرمانه بودن فرایند نمره گذاری پرسشنامه ها، شرکت کنندگان در مورد خروج از پژوهش و انصراف از تکمیل پرسشنامه ها مختار بودند.

سپاسگزاری

از همه زنان شاغل شرکت کننده در پژوهش که ما را در اجرای این پژوهش یاری کردند تشکر و قدردانی به عمل می آید.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

برنشتاین، فیلیپ. اچ و برنشتاین، ماری. تی. (۲۰۰۱). شناخت و درمان اختلاف های زناشویی (زناشویی درمانی). ترجمه حامد پورعابدی (۱۳۸۹) تهران: انتشارات غزال.

بهرنگ، خسرو؛ گرداب، پروانه؛ نعمتی، زهره؛ صائمی، عباس؛ پورا کبران، الهه. (۱۳۹۶). بررسی رابطه ی سبک زندگی و تعهد زوجین با رضایت زناشویی در زنان، ویژه نامه سومین کنفرانس بین المللی نوآوری های اخیر در روان شناسی، ۱۹(۳): ۲۰۴-۲۱۲.

پورمیدانی، س؛ و نوری، ا؛ و شفقی، س. (۱۳۹۳). رابطه سبک زندگی با رضایت زناشویی. خانواده پژوهی، ۱۰(۳۹): ۳۳۱-۳۳۴.

رحیمی، مهدی؛ خیر، محمد. (۱۳۸۸). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و کیفیت زندگی دانش آموزان دوره متوسطه شهر شیراز. مطالعات تربیتی و روان شناسی، ۱۰(۱): ۵-۲۵.

رضایی، محمد؛ کلانتری، مونا. (۱۳۹۰). خوانش مخاطبان سریال های شبکه های ماهواره ای فارسی وان: مورد تماشای ویکتوریا، زن در فرهنگ و هنر، ۳(۲): ۵-۲۴.

- couples: A 5-year prospective longitudinal study. *Journal of Divorce and Remarriage*, 44, 71-89.
- Dumlao, R. & Botta, R. (2017). Family communication Pattern and the conflict style young adults use their father during adolescence. *Child development*, 66, 299-316.
- Fitzpatrick, M.A. & Ritchie, L.D. (1994). Communication schemata within the family: Multiple perspectives on family interaction. *Human Communication Research*, 21, 272-931.
- Koerner, A. F., & Fitzpatrick, M. A. (2002). Toward a theory of family communication. *Communication Theory*, 12, 70-91.
- Koerner, A.F, Maki L (Jul 2004). Family communication patterns & social support in families of origin & adult children subsequent intimate relationships. Paper presented at the International Association for Relationship Research Conference, Madison, WI, 22-25.
- Koroshniya M. (2006). Investigating the Impact of Dimensions of Family Communication Patterns on Children's Psychological Adaptation. Master's thesis, Shiraz University. [Persian]
- Mohan S, Wilkes L & Jackson D. Lifestyle of Asian Indians with coronary heart disease: The Australian context. *Collegian* 2008; 15(3): 115-21.
- Park J. (2004) Quality of life and older people. New York: McGraw- Hill; 2004.
- Yeniçeri, Z., Kkdemir, D. (2006). University Students' Perceptions of, and Explanations for, Infidelity: The Development of the Infidelity Questionnaire (INFQ). *Soc Behav Pers*; 34(6): 639-50.
- Henry, H. (2008) Effective communication, Educational qualification and age as determinants of marital satisfaction among newly wedded couples in a Nigerian university, *Pakistan journal of social sciences* 5(5):433- 437.
- Johnson, H. A., Zabriskie, R. B., & Hill, B. (2006). The contribution of couple leisure involvement, leisure time, and leisure
- لعلی، محسن؛ عابدی، احمد و کجیاف، محمدباقر (۱۳۹۱). «ساخت و اعتباریابی پرسشنامه سبک زندگی»، پژوهش‌های روان‌شناختی، ۵(۱): ۶۴-۷۷.
- ماوردی جاغرق، مهدی. (۱۳۸۸). آموزش مهارت‌های ارتباطی تأثیر معناداری بر رضایت زناشویی و باروری و مهارت‌های افراد نابینا دارد، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان.
- مرامی، ساناز و خادمی، علی. (۱۳۹۲). پیشینی خیانت زناشویی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات آذربایجان
- مسرت مشهدی، زینب و دولتشاهی، بهروز. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین الگوی ارتباطی اجتنابی متقابل با سازگاری زناشویی، اولین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ایران، دوره ۴، شماره ۲، صص ۱۲-۲۱.
- مقدس علی، ش؛ و میرهاشمی، م؛ و باقری، ن. (۱۴۰۰). نقش الگوهای ارتباطی و سبک‌های هویت در پیش‌بینی رضایت زناشویی: یک مطالعه تشخیصی. روان‌شناسی کاربردی، ۱۵(۱ پیاپی ۵۷): ۱۴۱-۱۶۸.
- یزدی، جعفر؛ گلزاری هرسینی، محمود؛ گلزاری هرسینی، محمد. (۱۳۸۴). رابطه رضایت زناشویی با باورهای ارتباطی، فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۷(۷): ۲۲۴-۱۳۷
- Ahmadi K, Nabipoor SM, Kimiaee SA, Afzali MH. Effect of family problem solving on marital satisfaction. *Journal of Applied Science* 2010; 1(8): 682-687.
- Allen, E. S., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Markman, H. J., Williams, T., Melton, J. and Clements, M. L. (2008), Premarital Precursors of Marital Infidelity. *Family Process*, 47: 243-259.
- Bar-on, R. (2006). The bar-on model of emotional intelligence skills development training
- Blume T. W. (2006). *Becoming a Family Counselor: A Bridge to Family Therapy Theory and -Practice*. NJ: Wiley.
- Bodenmann, G. & Cina, A. (2006). Stress and coping among stable-satisfied, stable-distressed and separated/divorced Swiss

- and Lynelle Ragland. 2003. "Altering the Course of Marriage: The Effect of PREP Communication Skills Acquisition on Couples' Risk of Becoming Maritally Distressed." *Journal of Family Psychology* 17(1):41-53.
- Fricker, J. S, Moore, M. A. (2012). Relationship satisfaction: The role of love styles and attachment styles. *Current Research in Social Psychology*; 7 (11), 182-204.
- satisfaction to marital satisfaction. *Marriage & Family Review*, 40(1), 69-91.
- Leach, M. M., & Lark, R. (2004). Dose spirituality adds to personality in the study of trait forgiveness? *Personality and Individual Differences*, 37 (1): 147-156
- Wilson, K. L., Charker, J., Lizzio, A., Halfird, K., & Kimlin, S. (2005). Assessing how much couples work at their relationship: The behavioral self-regulation for effective relationship scale. *Jornal of Family Psychology*, ۱۹(۳), ۳۹۳-۳۸۵
- Ellen Byrd, S. (2009). The Social Construction of Marital Commitment. *Journal of Marriage and Family*. 71 (2). 318-336.
- Boschloo L, Reeuwijk K. G, Schoevers R. A & Penninx B. W. J. H. (2014). The impact of lifestyle factors on the 2-year course of depressive and/or anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*, 159: 73-79
- Monica G. (2014). Study on the Importance of Physical Education in Fighting Stress and a Sedentary Lifestyle among Students at the University of Bucharest. *Procedia -Social and Behavioral Sciences*. 117: 104 – 109.
- Sherkat, DE (2004). "Religious intermarriage in the united states: Trends, patterns, and predictors», *Journal of social science research*, 18, 47-55.
- Bouizegarene, N., & Philippe, F. L. (2018). Longitudinal directive effect of need satisfaction in self-defining memories on friend related identity processing styles and friend satisfaction. *Self and Identity*, 17 (2), 127-138.
- Li, P. F., & Johnson, L. N. (2018). Couples' depression and relationship satisfaction: examining the moderating effects of demand/withdraw communication patterns. *Journal of Family Therapy*, 40, 63-85.
- Oosterhouse, K., Riggs, S. A., Kaminski, P., & Blumenthal, H. (2020). The Executive Subsystem in Middle Childhood: Adult Mental Health, Marital Satisfaction, and Secure- Base Parenting. *Family Relations*, 69(1), 166-179.
- Gordon, Kristina Coop, Donald H. Baucom, Norman Epstein, Charles K. Burnett, and Lynn A. Rankin. (2004). "The Interaction between Marital Standards and Communication Patterns: How Does It Contribute to Marital Adjustment." *Journal of Marital and Family Therapy* 25(2):211-223
- Schilling, Elizabeth A., Donald H. Baucom, Charles K. Burnett, Elizabeth Sandin Allen,