

رابطه باورهای ارتباطی با احساسات مثبت نسبت به همسر*

محمود حیدری**، دکتر محمدعلی مظاهری***، دکتر حمیدرضا پوراعتماد***

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه باورهای ارتباطی با احساسات مثبت نسبت به همسر با روش همبستگی اجرا شده است. نمونه پژوهش شامل ۱۲۱ زوج دانشجویی که حدود ۲ سال از عقد آنان گذشته است با روش نمونه-گیری در دسترس در پژوهش شرکت داده شدند. ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات پرسشنامه احساسات مثبت (PFQ) و سیاهه باورهای ارتباطی (RBI) هستند که هر دو پرسشنامه به‌طور جداگانه توسط زنان و شوهران شرکت‌کننده در پژوهش پاسخ داده شد. اطلاعات جمع‌آوری شده با آزمون‌های آماری رگرسیون چند متغیره و t مستقل مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج نشان داد که A باور به تغییرناپذیری همسر \Rightarrow پیش‌بینی کننده معتبر برای احساسات مثبت نسبت به همسر است. A کمال‌گرایی جنسی \Rightarrow در مردان پیش‌بینی کننده معتبر برای احساسات مثبت به همسر هم در مردان و هم در زنان است. باورهای غیرمنطقی A تفاوت‌های جنسیتی \Rightarrow در زنان پیش‌بینی کننده معتبر برای احساسات مثبت نسبت به همسر در زنان و مردان است و باور به A تخریب‌کنندگی مخالفت \Rightarrow و A توقع ذهن‌خوانی \Rightarrow در زنان پیش‌بینی کننده نگرش مثبت آنان نسبت به همسران‌شان است. نتایج همچنین نشان داد که باور به تخریب‌کنندگی مخالفت در زنان به‌طور معناداری بیشتر از مردان است.

کلید واژه‌ها: باورهای ارتباطی، احساسات مثبت، دانشجوی

* این پژوهش با اعتبارات مالی پژوهشکده خانواده دانشگاه شهید بهشتی انجام گرفته است.

** عضو هیئت علمی پژوهشکده خانواده و گروه روانشناسی دانشگاه شهید بهشتی A تهران، اوین، دانشگاه شهید بهشتی \Rightarrow

Email: m-heydari@sbu.ac.ir

*** استادیار پژوهشکده خانواده و گروه روانشناسی دانشگاه شهید بهشتی

مقدمه

اریک فروم^۱ می‌گوید: A عمیق‌ترین نیاز بشر نیاز او برای غلبه بر احساس جدایی است تا زندان تنهایی را واگذارد. پاسخی کامل برای مسائل وجودی، وابسته به عشق حقیقی و کامل است. در عشق کامل است که تمامیت شخصیت و فردیت محفوظ می‌ماند چه دو نفر در حالی که یکی می‌شوند ولی باز هم به صورت دو نفر باقی می‌مانند^۲ (حسینی، ۱۳۶۱).

در جامعه متمدن ازدواج راه‌کار مناسب و تأکید شده‌ای برای غلبه بر احساسی است که فرام می‌گوید. انگیزه انسان برای ازدواج ضمن رفع تنهایی و نیاز به استقلال، برآورده شدن نیازهای عاطفی، جنسی و بقای نسل است. همچنین دوام ازدواج مستلزم عشق و احساسات مثبت زوجین نسبت به یکدیگر است. به نقل از حسینی (۱۳۶۱) در عشق ازدواجی باید سه جنبه مورد توجه قرار گیرد؛ جذب جنسی، احساس همکاری عمیق و تمایل به پدر و مادر شدن. دو عامل اول جنبه اساسی دارند و عامل سوم به تکمیل ازدواج و لذت‌های ناشی از آن کمک مؤثری می‌کند. عشق می‌تواند بسیاری از تنش‌های میان زوجها را محو کرده و بر خودمحموری‌ها سرپوش بگذارد. البته عشق به خودی خود مشکلات زندگی را حل نمی‌کند ولی انگیزه قدرتمندی برای غلبه بر آنها را فراهم می‌سازد. علاوه بر این دوام ازدواج مستلزم وجود عوامل دیگری نیز هست که اگر وجود نداشته باشند زن و شوهر باید آن را در زندگی خود به وجود آورند. یکی از مهمترین این عوامل از بین بردن عدم تفاهم‌ها و یا در واقع سوءتفاهم‌هاست (بک، ۱۳۸۰).

عشق می‌تواند به دو صورت بالغانه و نابالغانه ظاهر شود. عشقی که ویژگی آن همبستگی است نه وابستگی، شناخت است نه تعصب، فردیت است در عین وحدت، به جای رقابت تعاون و همکاری در آن وجود دارد، عشق بالغانه است. دوست داشتن افراطی در حد انحصارطلبی، غلبه احساس بر منطق، دوستی مشروط، از دست دادن فردیت و شخصیت ویژگی‌های عشق نابالغانه است. عشق نابالغانه فضای مناسبی برای رشد مشکلات زناشویی و حاکم شدن سوءتفاهم‌ها است. در چنین شرایطی است که آنچه گفته می‌شود با آنچه شنیده می‌شود متفاوت است و باورهای غلطی مانند اینکه A اگر بگویی چقدر دوستش داری پررو می‌شود^۳ حاکم است. در عشق بالغانه عواطف مثبت جریان دارد؛ عواطف مثبت به معنای یک احساس فردی در مورد همسر در جنبه‌هایی مانند دوستی، روابط زناشویی، درک، صداقت، اعتماد، خوشایندی و لذت جنسی است. رضامندی زناشویی در واقع نگرش مثبت و لذت‌بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی دارند. باید بر این نکته تأکید کرد که درک حساسیت‌ها و نیازهای طرف مقابل، رسیدن به تصمیمات همگون و یافتن راه‌های لذت بردن بیشتر، بسیاری از مشکلات خانواده‌ها را که در واقع ریشه اصلی آنها سوءتفاهم‌هاست برطرف می‌کند (بک، ۱۳۸۰).

مسائلی مانند برداشت‌های منفی زوجین، داشتن معیارهای انعطاف‌ناپذیر، تعصب‌های شخصی و سوء-تفاهم یا درک نکردن صحبت‌های یکدیگر آن‌طور که هست، در اغلب ازدواج‌ها موجب نارضایتی زوجین شده، بر جنبه‌های مثبت ازدواج غلبه می‌یابد. ریشه مشکلات و ناسازگاری‌های زناشویی در تفکرهای

غیرمنطقی یک یا هر دو شریک زندگی است که در صورت اصلاح این تفکرها اختلاف زناشویی نیز از بین می‌رود (الیس، ۱۳۷۵). اصولاً شکست در برقراری ارتباط شایع‌ترین شکایت زوج‌های جدا شده است. برای اطلاع بیشتر از رفتارهای اشخاص باید به پشت پرده اعمال و به فراسوی افکار خودانگیخته آنها رفته و باورهای اولیه آنها را جستجو کنیم. خوشبختانه بعضی از این باورها آن قدر عمیق نیستند و می‌توان به سهولت آنها را شناسایی کرد (بک، ۱۳۸۰).

تفکر در معنای وسیع خود مجموعه‌ای از هیجان‌ها، اندیشه‌ها، رفتارها و احساس‌هایی است که به طور وسیع با هم در تعامل هستند. تفکر غیرمنطقی تفکری است اغراق‌آمیز، انعطاف‌ناپذیر و مطلق‌گرا. افکار غیرمنطقی با واقعیت همگونی ندارند و براساس ظن و گمان هستند. فرد واجد تفکر غیرمنطقی حکم‌های از پیش تعیین شده داشته و حالت‌های آشفته از قبیل افسردگی، اضطراب و بی‌تفاوتی دارد. به دلیل اینکه فکر غیرمنطقی با واقعیت در ارتباط نیست، موجب تعارض شده و مانع برخورد موفقیت‌آمیز فرد با حوادث و الزام‌های زندگی می‌شود.

بک (۱۹۷۱) به نقل از هی لی (۱۳۷۰) در پژوهشی که بر روی بزرگسالانی که یا ازدواج نکرده بودند و یا در ازدواج خود شکست خورده بودند، دریافت که این افراد به طور کلی تمایل به باورهای غلط کج-اندیشی و احساس‌های نادرست دارند. در پژوهش دیگری نشان داده شد که باورهای ارتباطی در پیش-بینی ارتباط‌های زناشویی مؤثرند (به نقل از مؤمن‌زاده، ۱۳۸۱). پژوهش کنیان^۳ و همکاران (۱۹۹۱) در نمونه‌ای از زوج‌های دانشجو نشان داد که زوج‌های سازگار توان بیشتری برای پذیرفتن احساس‌ها، افکار و انتظارات یکدیگر دارند. همین نتایج در پژوهش‌های ویگین^۴ و مودی^۵ در ۱۹۸۲ نیز بدست آمد. پژوهش‌های ترکس^۶ و پل‌تیز^۷ نیز نشان دادند که باورها و انتظارات غیرمنطقی یک عامل مهم در اختلافات زناشویی است (به نقل از کاظمی، ۱۳۶۶). بررسی‌های انجام شده در ایران نیز نشانگر آن است که تفکرهای غیرمنطقی با نارضایتی زناشویی و طلاق رابطه دارند (به عنوان نمونه: کاظمی، ۱۳۶۶؛ سلیمانیان، ۱۳۷۳؛ جمعه اسدآباد، ۱۳۸۰؛ مؤمن‌زاده، ۱۳۸۱).

هدف از پژوهش حاضر شناسایی باورهای غیرمنطقی پیش‌بینی کننده و مؤثر بر احساس‌های زوجین نسبت به یکدیگر است. باورهای غیرمنطقی مورد نظر عبارتند از: باور به A تخریب‌کنندگی مخالفت^۸ یعنی عدم پذیرش اختلاف نظرها و تفسیر منفی و ناراحت‌کننده از آنها؛ باور به A عدم تغییرپذیری همسر^۹ به معنای عدم قابلیت همسر در تغییر رفتارها و انتظار اینکه رفتارهای موردنظر در آینده نیز تکرار خواهند شد؛ A توقع ذهن‌خوانی^{۱۰} یا انتظار اینکه بدون نیاز به اظهار کردن، طرف مقابل بتواند احساس‌ها، افکار و نیازهای همسرش را بفهمد؛ A کمال‌گرایی جنسی^{۱۱} یعنی انتظار از همسر در ایجاد رابطه جنسی در همه شرایط و بدون توجه به شرایط دیگری؛ باور به A تفاوت‌های جنسیتی^{۱۲} به معنای نداشتن درک صحیح از تفاوت‌های شناختی و فیزیولوژی زن و مرد و انتظار یکسان داشتن و یا اصل دانستن دلایل مادرزادی در تفاوت‌های بین دو جنس (حیدری، مظاهری، ادیب‌راد، ۱۳۸۱).

روش

این پژوهش از نوع پژوهش‌های همبستگی است که در آن پژوهشگر به دنبال مشخص کردن جهت و میزان رابطه تغییرات متغیر پیش‌بین با متغیر ملاک است. متغیرهای A باور به تخریب‌کنندگی مخالفت \equiv ، A باور به عدم تغییرپذیری همسر \equiv A توقع ذهن‌خوانی \equiv A کمال‌گرایی جنسی \equiv A باور در مورد تفاوت‌های جنسی \equiv و A شروع زندگی مشترک \equiv به عنوان متغیرهای پیش‌بین و احساس‌های مثبت نسبت به همسر به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده است. داده‌های جمع‌آوری شده در این پژوهش با رگرسیون چند متغیری از نوع پس رونده مورد بررسی قرار گرفت.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش شامل زوج‌هایی می‌شود که یکی یا هر دوی آنها دانشجوی هستند و حدود ۲ سال از تاریخ عقد آنها گذشته است. نمونه این پژوهش ۱۲۱ زوج داوطلب را در بر می‌گیرد. میانگین سنی برای زنان ۲۱/۷۶ و برای مردان ۲۵/۳۲ است.

ابزارهای پژوهش

سیاهه باورهای ارتباطی^{۱۳} (RBI)

این سیاهه به منظور اندازه‌گیری باورهای غیرمنطقی در زندگی زناشویی توسط ایدلسن و اپستین (۱۹۸۱) ساخته و توسط مظاهری و پوراعتماد (۱۳۸۰) با روش ترجمه و ترجمه مجدد به فارسی برگردانده، مورد استفاده قرار گرفت. دارای ۴۰ سؤال است که هر سؤال در طیف لیکرت به صورت ۶ گزینه‌ای از ۰ (کاملاً غلط) تا ۵ (کاملاً درست) پاسخ داده می‌شود. پنج خرده آزمون این سیاهه عبارتند از: باور به A تخریب‌کنندگی مخالفت \equiv باور به A تغییرناپذیری همسر \equiv A توقع ذهن-خوانی \equiv A کمال‌گرایی جنسی \equiv و باور در مورد A تفاوت‌های جنسی \equiv همسانی درونی این سیاهه در پژوهش‌های متفاوت مورد بررسی قرار گرفته است. الیری^{۱۴} (۱۹۸۷) همسانی درونی سیاهه باورهای ارتباطی را از ۰/۷۲ تا ۰/۸۱ گزارش کرده است. جیمز، هانسلی و همسورس (۲۰۰۲) برای ۵ خرده مقیاس این سیاهه ضریب آلفای ۰/۵۸ تا ۰/۸۳ را گزارش کرده‌اند. هر ۵ خرده مقیاس این سیاهه با مقیاس‌های سازگاری زناشویی رابطه معناداری دارند (الیری، ۱۹۸۷). در این پژوهش همسانی درونی این سیاهه برای خرده مقیاس‌ها از ۰/۴۷ تا ۰/۷۰ بدست آمد.

پرسشنامه احساس‌های مثبت^{۱۴} (PFQ)

این پرسشنامه دارای ۱۷ سؤال برای اندازه‌گیری احساس‌های مثبت فرد نسبت به همسر خود است که در سال ۱۹۷۵ در کلینیک زوج‌درمانی دانشگاه ایالتی نیویورک ساخته شد. پایایی آن از طریق آزمون

مجدد با فاصله ۱ تا ۳ هفته ۰/۹۳، ضریب همبستگی این پرسشنامه با سازگاری زناشویی ۰/۷ با $P < ۰/۰۰۱$ گزارش شد (توکونیز و الیری، ۱۹۸۱).

پرسشنامه احساس‌های مثبت در دو بخش تهیه شده است. در بخش اول که شامل ۸ سؤال است از آزمودنی خواسته می‌شود احساس کلی خود نسبت به همسرش را در طول چند ماهه گذشته با اعداد ۱ (برای احساس شدیداً منفی) تا ۷ (برای احساس شدیداً مثبت) مشخص کند.

در بخش دوم که شامل ۹ عبارت است، آزمودنی بر پایه احساس کلی خود نسبت به هر عبارت یکی از اعداد ۱ تا ۷ را مشخص می‌کند. PFQ توسط مظاهری و پوراعتماد (۱۳۸۰) با روش ترجمه و ترجمه مجدد به فارسی برگردانده شده است. همسانی درونی پرسشنامه در این پژوهش برابر با ۰/۸۹ محاسبه شده است.

یافته‌ها

رگرسیون برای متغیرهای پیش‌بین احساس‌های مثبت زنان نسبت به شوهران‌شان، نشان داد که متغیرهای A توقع ذهن‌خوانی \Rightarrow A باور به تغییرناپذیری همسر \Rightarrow A باورهای مربوط به تفاوت‌های جنسی \Rightarrow در زنان و A کمال‌گرایی جنسی \Rightarrow در مردان پیش‌بینی‌کننده‌های معتبری هستند و ضریب همبستگی چندگانه متغیرهای پیش‌بین و متغیر ملاک ۰/۴۷ با ضریب تعیین ۰/۲۲ است. جداول ۱ و ۲ نتایج رگرسیون انجام شده را نشان می‌دهد.

جدول ۱: نتایج تحلیل واریانس برای اعتبار رگرسیون انجام شده در مورد احساس‌های مثبت زنان

سطح معناداری	F	میانگین مجموع مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	شاخص منبع
		۴۳۹/۰۲	۵	۲۱۹۵/۰۹	رگرسیون
۰/۰۰۱	۵/۸۴	۷۵/۱۶	۱۰۳	۷۷۴۱/۷۲	باقی‌مانده
			۱۰۸	۹۹۳۶/۸۱۱	کل

نتایج تحلیل واریانس نشان می‌دهد که با $P < ۰/۰۰۱$ رگرسیون انجام شده معتبر است.

جدول ۲: نتایج رگرسیون انجام شده برای احساس‌های مثبت زنان

متغیر	شاخص	B	خطای معیار B	Beta	t	سطح معناداری
ثابت		۱۰۹/۱۵	۶/۱۹		۱۷/۶۳	۰/۰۰۰
کمال‌گرایی جنسی (مرد)		۰/۳۰۳	۰/۱۷۵	۰/۱۵۳	۱/۷۳	۰/۰۸۶
باور به تخریب‌کنندگی مخالفت (زن)		-۰/۳۴۱	۰/۱۶	-۰/۲۲۱	-۲/۱۳	۰/۰۳۵
توقع ذهن‌خوانی (زن)		۰/۳۵۹	۰/۱۹	۰/۱۷۸	۱/۸۹	۰/۰۶۱
باور به تغییرناپذیری همسر (زن)		-۰/۵۲۸	۰/۱۸۹	-۰/۲۶	-۲/۷۸	۰/۰۰۶
باورهای مربوط به تفاوت جنسیتی (زن)		-۰/۳۰۲	۰/۱۸	-۰/۱۵۶	-۱/۶۷	۰/۰۹۷

نتایج بیانگر آن است که باورهای غیرمنطقی A تخریب‌کنندگی مخالفت \cong A تغییرناپذیری همسر \cong و A باورهای مربوط به تفاوت‌های جنسیتی \cong متغیرهایی هستند که پیش‌بینی می‌شود با افزایش آنها احساس‌های مثبت زنان کاهش پیدا کند. باورهای غیرمنطقی A توقع ذهن‌خوانی \cong زنان و A کمال‌گرایی جنسی مردان \cong با ضریب مثبت نشان می‌دهد افزایش آنها به ترتیب با $p=۰/۰۶۱$ و $p=۰/۰۸۶$ پیش‌بینی کننده افزایش احساس‌های مثبت نسبت به همسر در زنان است.

رگرسیون انجام شده برای پیش‌بینی احساس‌های مثبت مردان نسبت به همسران‌شان نشان داد که باورهای غیرمنطقی مربوط به A تغییرناپذیری همسر \cong A کمال‌گرایی جنسی \cong در مردان و نیز باورهای غیرمنطقی مربوط به A تفاوت‌های جنسیتی \cong در زنان پیش‌بینی کننده‌های معتبر برای احساس‌های مثبت مردان نسبت به همسران‌شان است. این متغیرها با احساس‌های مثبت مردان ضریب همبستگی چندگانه $۰/۵۳$ و ضریب تعیین $۰/۲۷۶$ را نشان دادند. جداول ۳ و ۴ نتایج رگرسیون انجام شده را نشان می‌دهد.

جدول ۳: نتایج تحلیل واریانس برای اعتبار رگرسیون انجام شده در مورد احساس‌های مثبت مردان

منبع	شاخص	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجموع مجزورات	F	سطح معناداری
رگرسیون		۳۶۶۲/۹۵	۳	۱۲۲۰/۹۸	۱۳/۳۶	۰/۰۰۰
باقی‌مانده		۹۵۹۴/۷۳	۱۰۵	۹۱/۳۸		
کل		۱۳۲۵۷/۶۸	۱۰۸			

نتایج نشان می‌دهد که با $P < 0/001$ رگرسیون انجام شده معتبر است.

جدول ۴: نتایج رگرسیون انجام شده برای احساس‌های مثبت مردان

متغیر	شاخص	B	خطای معیار B	Beta	t	سطح معناداری
ثابت		۱۱۹/۴۳	۵/۳		۰۰/۵۳	۰/۰۰۰
باور به تغییرناپذیری همسر (مرد)		-۱/۰۲۵	۰/۲۰۲	-۰/۴۲	-۵/۱۳	۰/۰۰۱
کمال‌گرایی جنسی (مرد)		۰/۳۷۵	۰/۱۹۶	۰/۱۶۲	۱/۹۱	۰/۰۵۸
باورهای مربوط به تفاوت‌های جنسیتی (زن)		-۰/۴۹۷	۰/۱۸۹	-۰/۲۲۲	۲/۶۳	۰/۰۱

نتایج نشان می‌دهد که افزایش باورهای غیر منطقی A تغییرناپذیری همسر در مردان \equiv و A باورهای مربوط به تفاوت‌های جنسیتی \equiv در زنان، پیش‌بینی کننده کاهش احساس مثبت مردان نسبت به همسران‌شان است و A کمال‌گرایی جنسی \equiv در مردان، پیش‌بینی کننده افزایش احساس مثبت در مردان است.

جدول شماره ۵: نتایج مقایسه باورهای ارتباطی زنان و مردان با آزمون t استورنت را نشان می‌دهد.

جدول ۵: نتایج آزمون t برای مقایسه باورهای ارتباطی زنان و مردان

متغیر جنس	شاخص	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	سطح معناداری
باور به تخریب‌کنندگی مخالفت	مرد	۱۲۱	۱۷/۲۳	۷/۹۶	-۲/۴۲	۰/۰۱۶
	زن	۱۲۱	۱۹/۴۷	۶/۳۱		
توقع ذهن‌خوانی	مرد	۱۲۱	۲۲/۱۴	۵/۳۹	۰/۱۴۹	۰/۸۸۲
	زن	۱۲۱	۲۲/۰۴	۴/۹۴		
عدم تغییرپذیری همسر	مرد	۱۲۱	۱۲/۸	۴/۶۹	۰	۱
	زن	۱۲۱	۱۲/۸	۴/۷۰		
کمال‌گرایی جنسی	مرد	۱۲۱	۱۹/۸۲	۴/۸	۰/۸۸۱	۰/۸۴
	زن	۱۲۱	۱۹/۹۴	۴/۶		
تفاوت‌های جنسی	مرد	۱۲۱	۱۷/۵۵	۵/۲۸	-۱/۶۹	۰/۰۹۲
	زن	۱۲۱	۱۸/۶۶	۴/۹۷		

نتایج نشان می‌دهد که باور به تخریب‌کنندگی مخالفت در زنان به‌طور معناداری ($P=0/016$) بیشتر از مردان است.

بحث

این مطالعه نشان داد که باور به تغییرناپذیری همسر هم در مردان و هم در زنان، پیش‌بینی‌کننده احساس مثبت آنان نسبت به همسران‌شان است. یعنی افزایش این باور با کاهش احساسات مثبت نسبت به همسر همراه است. اعتقاد به اینکه رفتار و خصوصیات فرد چنان در وجود وی ریشه دارند که قابل تغییر نیست، خصوصاً در مورد رفتارها و صفات غیرمطلوب، امید را برای بهتر شدن و نیز آینده زندگی زناشویی از بین می‌برد، در نتیجه این باور را ایجاد می‌کند که «هیچ اقدامی رابطه ما را بهتر نمی‌کند». بر اساس نتایج بدست آمده افزایش کمال‌گرایی جنسی در مردان با افزایش احساس‌های مثبت نسبت به همسر همراه است. همچنین کمال‌گرایی جنسی در مردان پیش‌بینی‌کننده احساس‌های مثبت همسران-شان نسبت به آنان است. با توجه به اینکه کمال‌گرایی جنسی در زنان و مردان نمونه مورد پژوهش، تفاوت معناداری ندارد و میزان آن در هر دو جنس بالا است و بر اساس نتایج پژوهش ترودل (۲۰۰۲) که نشان می‌دهد زنان نسبت به مردان بیشتر به زندگی زناشویی اهمیت می‌دهند تا رفتار جنسی، می‌توان انتظار داشت که اگر کمال‌گرایی جنسی در مرد توسط همسرش پاسخ داده شود نمی‌تواند تأثیر منفی بر احساسات زوجین نسبت به یکدیگر داشته باشد. همچنین با توجه به رابطه بین نقش جنسی و سازگاری زناشویی (مک گاورن، ۲۰۰۲)، کمال‌گرایی جنسی مرد می‌تواند در شرایط بالا بودن کمال‌گرایی جنسی در زن، موجب احساس مثبت زن نسبت به همسر خود شود.

از دیگر نتایج این پژوهش این است که باورهای غیرمنطقی مربوط به تفاوت‌های جنسیتی در زن با کاهش احساس‌های مثبت نسبت به همسر رابطه دارد. حتی در زنان، پیش‌بینی‌کننده کاهش احساس-های مثبت مرد نسبت به آنان می‌شود. به علاوه مقایسه این باور در زنان و مردان نشان داد که باور غیرمنطقی مربوط به تفاوت‌های جنسیتی در زنان قوی‌تر از مردان است. نداشتن درک درست از تفاوت-های شناختی، داشتن انتظار یکسان از هر دو جنس، اصل دانستن دلایل سرشتی و مادرزادی در ایجاد رفتارها و گرایش‌ها، موجب انتظارات غیرواقع‌بینانه و از بین رفتن امید به بهبود و تغییر در دیگری می‌شود. چرا که هر کدام انتظار دارند که همسرشان در موقعیت‌های مختلف همانند دیگری عمل کند، بدون توجه به اینکه زنان و مردان شیوه‌های ارتباطی متفاوتی دارند. زن‌ها به نشانه علاقه و ادامه گفتگو بیشتر سؤال می‌کنند، حرف می‌زنند و گوش می‌دهند در حالی که در مردها سؤال کردن به منزله درخواست اطلاعات بیشتر است. زن‌ها به صحبت و مشورت علاقمندند در حالی که مردها ترجیح می‌دهند که زن‌ها به جای درد دل کردن، مشکلات خود را صریح بیان کنند و راه‌حل بخواهند (بک، ۱۳۸۰). زن‌ها از اینکه شوهران‌شان با آنها درد دل کنند و از اسرارشان حرف بزنند لذت می‌برند و برعکس از لب فرو بستن شوهر

رابطه باورهای ارتباطی با احساسات مثبت... /
 و از عدم ابراز احساسات او ناراحت می‌شوند. در چنین شرایطی عدم توجه به تفاوت‌های جنسی و رفتاری منجر به ایجاد احساسات منفی در زن می‌شود که به نوبه خود می‌تواند رفتار وی نسبت به همسرش را تحت تأثیر قرار دهد. در عین حال بر احساسات مثبت همسر نسبت به او تأثیر بگذارد و باور به فطری بودن و یا به عبارتی مادرزادی بودن تفاوت‌ها امید به آینده و بهتر شدن وضعیت را منتفی می‌کند.
 از دیگر یافته‌های این پژوهش رابطه منفی بین باورهای تخریب‌کنندگی مخالفت و توقع ذهن‌خوانی در زنان با احساس مثبت آنان نسبت به همسران‌شان است. نتایج نشان می‌دهد که به‌طور معناداری ($P=0/016$) باور به تخریب‌کنندگی مخالفت در زنان بیشتر از مردان است. بک (۱۳۸۰) بیان می‌کند حتی زوج‌هایی که در زمینه‌های ارتباطی با دشواری چندان جدی روبه‌رو نیستند، ممکن است با سوء تفاهم‌های شدیدی روبه‌رو شوند که حاصل آن اغلب یأس و نومیدی و خصومت است و بر شدت وخامت ارتباط می‌افزاید. نگرانی از مخالفت همسر بر شدت موضع تدافعی می‌افزاید. در پژوهش‌های متعدد رابطه بین باور به تخریب‌کنندگی مخالفت و سازگاری زناشویی مورد تأیید قرار گرفته است (به عنوان مثال اپستین و ایدلسن، ۱۹۸۲؛ کوردک، ۱۹۹۵؛ کرامر، ۲۰۰۱؛ مولر و وانزیل، ۱۹۹۱).

انسان از اولین روزهای ارتباط خود با دیگران کم و بیش به اهمیت زبان غیرکلامی پی برد (فرهنگی، ۱۳۷۹). با اینکه از روی علائمی مانند فاصله، حرکات چهره، اندام‌ها، اشارات دست و پا و غیره می‌توان تا حدودی به احساسات طرف مقابل پی برد، لیکن باید توجه داشت که درک درست داشتن از این علائم غیرشفاهی نیاز به تخصص و تجربه دارد، نمی‌توان از هر کس انتظار داشت که آنها را درست درک و تفسیر کند. توقع اینکه دیگران بتوانند حتی بدون نیاز به این علائم ذهن ما را بخوانند و متوجه نیازها و احساسات ما شوند، کاملاً غیرمنطقی و غیرعملی است. اما همسران به دلیل نزدیکی و صمیمیتی که با یکدیگر دارند این انتظار را دارند. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که توقع ذهن‌خوانی در زنان و مردان تفاوت معناداری ندارد و حتی این توقع قوی‌تر از دیگر باورهای غیرمنطقی است. اما به‌نظر می‌رسد از آنجا که زنان بیشتر از مردها عواطف و احساسات خود را بروز می‌دهند، بی‌توجهی شوهران‌شان می‌تواند موجب خدشه‌دار شدن بیشتر احساسات مثبت آنان نسبت به همسران‌شان گردد.

در نتیجه اندیشه‌های تعصب‌آمیز، سوءتفاهم‌ها و تفکرات غیرمنطقی بر مشکلات و ناسازگاری‌های زندگی زناشویی اثر می‌گذارند. حتی می‌توانند پیش‌بینی‌کننده‌های معتبری برای سازگاری زناشویی در آینده باشند و آگاهی از آنها در دو جهت پیشگیری و درمان ناسازگاری‌های زناشویی مؤثر است.

یادداشت‌ها

- | | |
|-------------|--------------------------------|
| 1. Fromme | 8. Disagreement is destructive |
| 2. Danziger | 9. Partners cannot change |
| 3. Kinanon | 10. Mind reading is expected |
| 4. Wiggin | 11. Sexual perfectionism |

- | | |
|------------|-------------------------------------|
| 5. Moody | 12. The sex is different |
| 6. Theroux | 13. Relationship Beliefs Inventor |
| 7. Pol | 14. Positive Feelings Questionnaire |

منابع

- بک، آرون تی (۱۳۸۰). عشق هرگز کافی نیست، ترجمه مهدی قراچه‌داغی، چاپ یازدهم، تهران: نشر پیکان.
- جمعه اسدآباد، مریم (۱۳۸۰). مقایسه تفکرات غیرمنطقی در بین زنان مطلقه و غیرمطلقه، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، چاپ نشده، دانشگاه فردوسی مشهد.
- حسینی، سیدابوالقاسم (۱۳۶۱). اصول بهداشت روانی: بررسی مقدماتی اصول بهداشت روانی، روان‌درمانی و برنامه‌ریزی در مکتب اسلام، جلد اول، مشهد: مؤسسه چاپ و انتشارات دانشگاه مشهد.
- حیدری، محمود؛ مظاهری، محمدعلی؛ ادیب‌راد، نسترن (۱۳۸۱). مطالعه مقدماتی نقش آموزش مهارت‌های شناختی زندگی زناشویی در تغییر باورهای ارتباطی دانشجویان، مجله روانشناسی، سال هشتم، شماره ۲۴، ص ۳۲۴-۳۳۵.
- سلیمانیان، علی‌اکبر (۱۳۷۳). بررسی تأثیر تفکرات غیرمنطقی (بر اساس رویکرد شناختی) بر نارضایتی زناشویی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، چاپ نشده، دانشگاه تهران.
- فرهنگی، علی‌اکبر (۱۳۷۹). ارتباطات انسانی، تهران: مؤسسه خدمات فرهنگی رسا.
- کاظمی، زین‌العابدین (۱۳۶۶). زناشویی راز خوشبختی، تهران: انتشارات محمد (ص).
- مظاهری، محمدعلی؛ پوراعتماد، حمیدرضا (۱۳۸۰). مقیاس باورهای ارتباطی، چاپ نشده، پژوهشکده خانواده، دانشگاه شهید بهشتی.
- مؤمن‌زاده، فرید (۱۳۸۱). ارتباط تفکرات غیر منطقی و الگوهای دلبستگی با سازگاری زناشویی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، چاپ نشده، دانشگاه شهید بهشتی.
- هی‌لی، جی (۱۳۷۰). روان‌درمانی خانواده، ترجمه باقر ثنایی، تهران: نشر امیرکبیر.
- Cramer, D. (2001). Destructive disagreement, negative conflict and relationship.
- Eidelson, R; Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional belief. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 715-720.
- Genetic, Social and General Psychology Monography, (Vol 127, issue 3). 301-307.
- James, S; Huntley, J& Hems worth, D. (2002). Factor structure of Relationship Belief Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, (Vol. 26, p) 729-755.
- Mc Govern, J. M & Meyers S. A. (2002). Relationship between sex-role attitudes, division of household task and marital adjustment. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, (Vol 24, issue 4).
- Moller, A. T & Vanzyl, E. D. (1991). Relationship beliefs, interpersonal perception and marital adjustment. *Journal of Clinical Psychology*, (Vol 7) 28-33.
- O'leary, K. D. (1987). Assessment of marital discord. USA: Lawrence Erlbaum Associates inc.
- Trudel, G. (2002). Sexuality and marital life. *Journal of Sex and Marital Therapy*, (Vol 28, issue 3), 229-238.
- Turkewitz, H. & O'Leary, K. D. (1981). A comparative outcome study of behavioral marital therapy and communication therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7, 159-169.