

Predicting Marital Satisfaction Based on Communication Skills, Stress Coping Skills, and Lovemaking Styles in Married Female University Students

Okhovatian F¹, *Abolghasemi SH²

Author Address

1. MA in Clinical Psychology, Department of Psychology, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran;

2. Associate Professor, Department of Psychology, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran.

*Corresponding author Email: sh.abolghasemi@toniau.ac.ir

Received: 2020 February 1; Accepted: 2020 April 19

Abstract

Background & Objectives: Satisfaction with marital life is one of the most important and important issues in the marital relationship. Research suggests that communication patterns and relationships between couples can predict the quality of life and marital satisfaction and that quality of marital relationships can maintain the relationship between couples. Another variable that appears to be contributing to marital satisfaction is coping styles with stressful situations in life, namely coping styles. Close and romantic relationships are other factors that can influence marital satisfaction. Love styles illustrate some of the factors through examples that confirm and emphasize the success of relationships. Different attitudes toward love, partly derived from one's previous family experiences, can influence feelings and behaviors and be classified into six main styles. The six love styles include Eros, Storge, and Ludus (primary styles) and Mania, Pragma, and Agape (secondary styles). This study aimed to determine the predictive value of marital satisfaction based on communication and stress coping skills and love-making styles in married women university students.

Methods: The research method was descriptive–correlational and the statistical population consisted of all married female students of Tonekabon University, Tonekabon City, Iran, in the academic year of 2018–19. A total of 250 subjects were selected by statistical sampling method. The inclusion criteria were as follows: undergraduate to doctoral students, being in the age range of 20–45 years, full consent of people to participate in the research, and lacking a mental disorder. The exclusion criteria were suffering from psychological problems (such as depression) and the use of psychiatric drugs. The instruments used in this study were as follows: Enrich Marital Inventory (Fowers & Olson, 1989), Interpersonal Communication Skills Questionnaire (Mahmoodi et al., 2017), Stress Coping Styles Questionnaire (Lazarus & Folkman, 1985), and Love Attitude Scale (Hendrick & Hendrick, 1989). In this research, data analysis was in the field of descriptive statistics using frequency, frequency percentage, mean and standard deviation. To test the purpose of the research, the Pearson correlation test was used to examine the relationship between predictor variables (communication skills, stress coping skills, and lovemaking styles) and one criterion variable (marital satisfaction). Also, multiple linear regression analysis (step by step) was used, and among the predictor variables, the variable with better predictability and greater relationship was selected. All statistical analysis was done using SPSS version 22 software. The significance level of the tests in this research was considered 0.05.

Results: The results showed that the effect of Storge lovemaking style ($\beta = -0.29$; $p < 0.001$) and Eros lovemaking style ($\beta = -0.21$; $p < 0.001$) had a negative and significant marital satisfaction. The effect of communication skills ($\beta = 0.27$; $p < 0.001$) and coping skills with emotional stress ($\beta = 0.13$; $p = 0.029$) was significant and positive.

Conclusion: Based on the findings, there was a relationship between lovemaking styles, communication skills, and problem-oriented and emotion-focused stress coping skills with marital satisfaction. Also, the variables of Storge lovemaking style, communication skills, Eros lovemaking style, and emotion-focused coping skills had the power of predictor of marital satisfaction.

Keywords: Marital satisfaction, Communication skills, Coping strategies, Love making styles.

پیش‌بینی رضایت زناشویی براساس مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های مقابله با استرس و سبک‌های عشق‌ورزی در دانشجویان زن متأهل

فاطمه اخوتیان^۱، *شهنام ابوالقاسمی^۲

توضیحات نویسندگان

۱. کارشناسی ارشد، روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران.

۲. دانشیار، گروه روان‌شناسی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران.

*رأباناامه نویسنده مسئول: sh.abolghasemi@toniau.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۲ بهمن ۱۳۹۸؛ تاریخ پذیرش: ۳۱ فروردین ۱۳۹۹

چکیده

زمینه و هدف: رضایت زناشویی از مسائل بسیار حائز اهمیت در رابطه زناشویی است که نقش مهمی در عملکرد خانواده ایفا می‌کند. پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی رضایت زناشویی براساس مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های مقابله با استرس و سبک‌های عشق‌ورزی در دانشجویان زن متأهل اجرا شد.

روش بررسی: روش پژوهش توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری را تمامی دانشجویان زن متأهل دانشگاه تنکابن در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ تشکیل دادند که ۲۵۰ نفر به‌روش دردسترس به‌عنوان نمونه آماری پژوهش انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (فاورز و اولسون، ۱۹۸۹)، پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی بین‌فردی (محمودی و همکاران، ۱۳۹۵)، پرسشنامه سبک‌های مقابله با استرس (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۵) و مقیاس نگرش‌های عشق (هندریک و هندریک، ۱۹۸۹) جمع‌آوری شد. تحلیل داده‌ها به‌روش ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون خطی چندگانه (گام‌به‌گام) با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ صورت گرفت. سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که اثر سبک عشق‌ورزی استورگ ($\beta = -0.29, p < 0.001$) و سبک عشق‌ورزی اروس ($\beta = -0.21, p < 0.001$) بر رضایت زناشویی منفی و معنادار بود. اثر مهارت‌های ارتباطی ($\beta = 0.27, p < 0.001$) و مهارت‌های مقابله با استرس هیجان‌مدار ($\beta = 0.13, p = 0.029$) بر رضایت زناشویی مثبت و معنادار به‌دست آمد. **نتیجه‌گیری:** براساس یافته‌های پژوهش نتیجه گرفته می‌شود، بین متغیرهای سبک‌های عشق‌ورزی، مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های مقابله با استرس هیجان‌مدار و مسئله‌مدار با رضایت زناشویی رابطه وجود دارد؛ همچنین متغیرهای سبک عشق‌ورزی استورگ، مهارت‌های ارتباطی، سبک عشق‌ورزی اروس و مهارت‌های مقابله با استرس هیجان‌مدار قدرت پیش‌بینی رضایت زناشویی را دارند.

کلیدواژه‌ها: رضایت زناشویی، مهارت‌های ارتباطی، شیوه‌های مقابله، سبک‌های عشق‌ورزی.

رضایت از زندگی زناشویی از امور حیاتی و بسیار حائز اهمیت در رابطه زناشویی است که نقش مهمی در عملکرد خانواده ایفا می‌کند و شامل برداشت ذهنی^۱ و شناختی^۲ افراد از روابط زناشویی خود می‌شود (۱). اولین و مهم‌ترین هسته خانواده را مجموعه زن و شوهر تشکیل می‌دهند و پژوهش‌ها نشان می‌دهد که نوع رابطه همسران، پیش‌بینی‌کننده اصلی‌تر رضایت زناشویی است (۲).

مهارت‌های ارتباطی، توانایی‌هایی است که به فرد کمک می‌کند پیام‌های کلامی (محتوای شناختی و عاطفی) را بهتر بشنود، پیام‌های غیرکلامی (محتوای عاطفی و رفتاری) را درک کند و پاسخ‌دهی مناسب کلامی و غیرکلامی به این دو نوع پیام داشته باشد (۳). پیشینه‌های پژوهشی حاکی از آن است که الگوهای ارتباطی و روابط بین زوجین قادر به پیش‌بینی کیفیت زندگی و رضایت زناشویی است (۴) و کیفیت روابط زناشویی بین زوجین می‌تواند به حفظ ارتباط بین آن‌ها کمک کند (۵). از طرف دیگر، رویکردهای رفتاری بر وجود رابطه بین مهارت‌های ارتباطی و سازگاری زناشویی تأکید کرده‌اند؛ به طوری که پژوهش کاردوسو و کاستا مشخص کرد، بین مهارت‌های ارتباطی زوجین همبستگی معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، می‌توان گفت که زوجین در زمینه مهارت‌های ارتباطی شبیه به یکدیگر هستند (۶). همچنین پژوهش فیرات و اکانلی نشان داد که میزان سازگاری زناشویی زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی قوی بیشتر از زوج‌های دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف است (۷).

متغیر دیگری که به نظر می‌رسد بتواند در رضایت زناشویی نقش داشته باشد، شیوه‌های رویارویی فرد با مشکلات و موقعیت‌های پر فشار زندگی و به عبارتی شیوه‌های مقابله‌ای است. طبق تعریف، مقابله به‌عنوان تلاش شناختی رفتاری برای اداره خواست‌های بیرونی یا درونی ویژه‌ای تعریف شده است که فراتر از منابع ارزیابی شده فرد است (۸). راهبردهای مقابله‌ای به رفتارها و افکاری مربوط است که پس از رویارویی فرد با اتفاق‌های استرس‌زا توسط فرد استفاده می‌شود؛ درحالی‌که منابع مقابله‌ای مانند منبع کنترل، عزت‌نفس، احساس تسلط بر موقعیت، سبک شناختی، توانایی حل مسئله و خودآزمایی جزو ویژگی‌های خود فرد است که قبل از وقوع استرس وجود داشته است (۹). پژوهش‌های مختلف رابطه بین راهبردهای مقابله با استرس و رضایت زناشویی را به صورت رابطه‌ای مثبت و معنادار نشان می‌دهند (۱۰، ۱۱).

روابط نزدیک و عاشقانه از جمله عوامل دیگری است که می‌تواند در رضایت زناشویی نقش داشته باشد (۱۲). سبک‌های عشق‌ورزی برخی از عوامل را از طریق نمونه‌هایی نشان می‌دهند که این عوامل موفقیت روابط را تأیید کرده و بر آن تأکید می‌کنند؛ درست همان‌طور که طرز برخوردها و ویژگی‌هایی که افراد به وسیله آن‌ها در رابطه‌ای عاشقانه وارد می‌شوند، برای ایجاد و تکوین پیوند امری بنیادی هستند. طرز فکرهای مختلف در برابر عشق که تا حدودی از تجربیات خانوادگی قبلی فرد منشأ

می‌گیرد، می‌تواند احساسات و رفتارها را تحت تأثیر قرار دهد و به صورت شش سبک اصلی طبقه‌بندی می‌شود. سه سبک عشق‌ورزی اصلی وجود دارد؛ همچنین مجموعه‌ای از سبک‌های عشق‌ورزی ثانویه با اختلاط این سه نوع اصلی ایجاد می‌شود. شش سبک عشق‌ورزی شامل اروس^۳، استورگ^۴ و لودوس^۵ (سبک‌های اصلی) و مانیا^۶، پراگما^۷ و آگاهپه^۸ (سبک‌های ثانویه) است (۱۳). اروس (عشق به فردی آرمانی)، لودوس (عشق به‌عنوان بازی یا عشق تفتی) و استورگ (عشق دوستانه) است. ترکیب این سه سبک نخستین سبک‌های متفاوت عشق را به وجود می‌آورد که برخی از آن‌ها ویژگی‌های کاملاً متفاوتی از عناصر سازنده خود دارد؛ شامل عشق عمل‌گرایانه (ترکیبی از لودوس و استورگ)، عشق شیدایی (ترکیبی از لودوس و اروس)، عشق وظیفه‌شناختی است (۱۳). پژوهش‌های متعددی از جمله گاسبارینی و همکاران (۱۴) و رافیکس و همکاران (۱۵) نشان دادند که میان راهبردهای مقابله‌ای و رضایت‌مندی زناشویی رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد. نتایج پژوهش شکرالله‌زاده و مدنی مشخص کرد، میان مؤلفه هویت اطلاعاتی و سبک عشق‌ورزی تعهد با رضایت زناشویی رابطه مستقیم و معنادار مشاهده می‌شود. همچنین این مطالعه نشان داد، سبک هویتی پراکنده/اجتنابی می‌تواند به شکل منفی و معنادار رضایت زناشویی را پیش‌بینی کند (۱۶).

باتوجه به اینکه پژوهش‌ها بر ارتباط مؤثر راهبردهای مقابله‌ای با استرس بر زندگی افراد تأکید دارند، مطالعه این مهم بر استرس زوجین در زندگی خانوادگی امری ضروری به نظر می‌رسد. از طرف دیگر، دیدگاه زوجین به شکل‌های متفاوت یا مشابه می‌تواند منجر به افزایش یا کاهش تنش و استرس یا حتی به‌کارگیری از راهبردهای متفاوت در مقابله با استرس در خانواده شود. باتوجه به پیشینه پژوهشی و نقش مهم رضایت زناشویی در تحکیم بنیان خانواده، ضرورت دارد که متغیرهای مؤثر بر رضایت زناشویی شناسایی شود تا بتوان در راستای تقویت برنامه‌های خانوادگی از آن‌ها استفاده کرد. نوآوری پژوهش حاضر از آن جهت بود که تاکنون پژوهشی درباره پیش‌بینی رضایت زناشویی براساس مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های مقابله با استرس و سبک‌های عشق‌ورزی انجام نشده است؛ همچنین مطالعه‌ای به بررسی نقش پیش‌بین مهارت‌های مقابله با استرس و سبک‌های عشق‌ورزی بر رضایت زناشویی نپرداخته است و مطالعات، بیشتر درباره رابطه رضایت زناشویی و مهارت‌های ارتباطی صورت گرفته است. باتوجه به آنچه تاکنون گفته شد، هدف پژوهش حاضر، پیش‌بینی رضایت زناشویی براساس مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های مقابله با استرس و سبک‌های عشق‌ورزی در دانشجویان زن متأهل بود.

۲ روش بررسی

روش پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش را تمامی دانشجویان زن متأهل دانشگاه تنکابن در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ تشکیل دادند. باتوجه به اینکه فهرستی از دانشجویان متأهل در دانشگاه وجود نداشت و تعداد جامعه آماری مشخص نبود،

5. Ludus
6. Mania
7. Pragma
8. Agapeh

1. Subjective
2. Cognitive
3. Eros
4. Storg

حجم نمونه براساس تعداد متغیرهای مستقل (به ازای هر متغیر ۲۵ نفر) ۲۵۰ نفر برآورد شد که به روش نمونه‌گیری در دسترس، به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند (۱۷)؛ البته حجم نمونه با در نظر گرفتن افت آزمودنی ۲۵۵ نفر در نظر گرفته شد که پنج پرسشنامه مخدوش بود و در نهایت، ۲۵۰ نفر ارزیابی شدند. معیارهای ورود نمونه‌ها به مطالعه عبارت بود از بود: دانشجویان مقاطع کارشناسی تا دکتری؛ قرار داشتن در بازه سنی ۲۰ تا ۴۵ سال؛ رضایت کامل افراد برای شرکت در پژوهش؛ نداشتن اختلال روانی. معیارهای خروج نمونه‌ها از پژوهش، ابتلا به مشکلات روان‌شناختی (مانند افسردگی) و مصرف داروهای روان‌پزشکی بود.

روش اجرای پژوهش به این صورت بود که بعد از کسب معرفی‌نامه و انجام هماهنگی‌های لازم با مسئولان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن و دریافت اجازه رسمی، پژوهشگر با دادن توضیحات کافی درباره هدف پژوهش و آگاه کردن شرکت‌کنندگان در خصوص مطالعه، پرسشنامه‌های پژوهش را در اختیار آنان قرار داد و پاسخ‌دهنده‌ها در صورت تمایل در پژوهش مشارکت کردند. ملاحظات اخلاقی پژوهش حاضر به شرح ذیل بود: در بخش اجرایی حریم خصوصی و محرمانه بودن داده‌های جمع‌آوری شده رعایت شد؛ به این صورت که اطلاعات گردآوری شده در راستای هدف این پژوهش به کار رفت؛ همچنین در این پژوهش به احترام به کرامت و حقوق، حریم خصوصی، اسرار و آزادی آزمودنی‌ها توجه شد؛ توضیح اهداف پژوهش برای آن‌ها، کسب رضایت آگاهانه، اختیاری بودن پژوهش، حق خروج از مطالعه، بی‌ضرر بودن آموزش، پاسخ به سؤالات و در اختیار قراردادن نتایج در صورت تمایل آزمودنی‌ها از دیگر اصول اخلاقی رعایت شده در این پژوهش بود.

برای جمع‌آوری داده‌ها ابزارهای زیر به کار رفت.

– پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ^۱: این پرسشنامه توسط فاورز و السون در سال ۱۹۸۹ برای بررسی رضایت زناشویی ساخته شد (۱۸). همراهی به این پرسشنامه به صورت پنج‌گزینه‌ای براساس طیف لیکرت است که برای هریک از ماده‌ها پنج گزینه کاملاً موافقم، موافقم، نه موافق و نه مخالف، مخالفم و کاملاً مخالفم دارد که برای آن‌ها نمره‌ای از ۱ تا ۵ تعلق می‌گیرد. پرسشنامه دارای چهار نمره مجزا است و برای مجموع ماده‌های هر مقیاس نمره کل محاسبه می‌شود. نمرات بیشتر به معنای رضایت زناشویی بیشتر است (۱۸). ضریب آلفای نسخه اصلی پرسشنامه برای خرده‌مقیاس‌های رضایت زناشویی، ارتباط، حل تعارض و تحریف آرمانی به ترتیب برابر با ۰/۸۶، ۰/۸۰، ۰/۸۴ و ۰/۸۳ بود؛ همچنین اعتبار بازآزمایی پرسشنامه برای هر خرده‌آزمون به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۱، ۰/۹۰ و ۰/۹۲ محاسبه شد (۱۸). در پژوهش رستمی و همکاران، ضریب آلفای پرسشنامه با تعداد ۳۶۵ زوج (۷۳۰ نفر)، به ترتیب برابر با ۰/۶۸ (با حذف سؤال ۲۴ آلفا=۰/۷۸)، ۰/۷۸، ۰/۶۲ و ۰/۷۷ به دست آمد (۱۹).

– پرسشنامه سبک‌های مقابله با استرس^۲: این پرسشنامه توسط لازاروس و فولکمن در سال ۱۹۸۵ تهیه شد (۲۰). این پرسشنامه شامل ۶۶ ماده است که هشت روش مقابله‌ای مسئله‌مدار و

هیجان‌مدار بودن آن‌ها را اندازه‌گیری می‌کند. این پرسشنامه در مقیاس لیکرت چهارحالتی بوده و نمره میانگین هر راهبرد بین صفر تا ۳ متغیر است. باتوجه به انواع شیوه‌ها و سؤالات مربوط، میانگین اخذ شده هر شیوه جداگانه محاسبه می‌شود (۲۰). لازاروس و فولکمن، چهار راهبرد از مقابله مسئله‌مدار و چهار راهبرد از مقابله هیجان‌مدار را در ابزار ۶۶ موردی خویش تعیین کردند. شیوه‌های مسئله‌مدار عبارت است از: حل مدبرانه؛ مسئولیت‌پذیری؛ جست‌وجوی حمایت اجتماعی؛ ارزیابی مجدد مثبت. شیوه‌های مقابله هیجان‌مدار عبارت است از: دوری‌گزینی؛ خویش‌داری؛ فرار و اجتناب؛ رویارویی. دامنه نمرات بین ۱۹ تا ۶۶ است (۲۰). نمرات بیشتر به معنای شیوه‌های مقابله بیشتر در مقابل استرس است. لازاروس و فولکمن ثبات درونی ۰/۶۶ تا ۰/۷۹ را برای هریک از شیوه‌های مقابله‌ای گزارش کردند (۲۰). نتایج پژوهش صفری و همکاران نشان داد که ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه بین ۰/۸۷ تا ۰/۹۴ است (۲۱).

– پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی بین‌فردی^۳: این پرسشنامه توسط محمودی و همکاران در سال ۱۳۹۵ ساخته شد (۲۲). این پرسشنامه دربرگیرنده نوزده سؤال است و هدف آن سنجش میزان مهارت ارتباطی در افراد مختلف است. پاسخ‌گویی به این مقیاس به شیوه لیکرت پنج‌تایی است. برای به دست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، امتیاز همه سؤالات باهم جمع می‌شود و این امتیاز دامنه‌ای از ۱۹ تا ۹۵ خواهد داشت. نمره‌های بیشتر نشان‌دهنده مهارت ارتباط بیشتر و برعکس است؛ اما برای نتیجه‌ای دقیق‌تر، می‌توان از دسته‌بندی زیر برای سنجش میزان مهارت ارتباط شخص پاسخ‌دهنده استفاده کرد: نمره کمتر از ۴۵ مشکل حاد ارتباطی؛ نمره بین ۴۶ تا ۶۵ مشکل ارتباطی؛ نمره بین ۶۶ تا ۹۵ فرد توانمند در ارتباط (۲۲). برای بررسی روایی هم‌زمان پرسشنامه، همبستگی قوی بین آن با پرسشنامه توانایی برقراری ارتباط مؤثر به دست آمد ($r=0/698$) و در نتیجه روایی هم‌زمان آن به تأیید رسید (۲۲). همچنین پایایی پرسشنامه یا قابلیت اعتماد آن با استفاده از روش اندازه‌گیری آلفای کرونباخ محاسبه شد. معمولاً دامنه ضریب اعتماد آلفای کرونباخ از صفر به معنای نبود پایداری تا ۱+ به معنای پایایی کامل است و هرچه مقدار به دست آمده به عدد مثبت یک نزدیک‌تر باشد، قابلیت اعتماد پرسشنامه بیشتر می‌شود (۲۲). در پژوهش باقری و همکاران، آلفای کرونباخ برای پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی ۰/۷۳ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی خوب این پرسشنامه است (۲۳).

– مقیاس نگرش‌های عشق^۴: این پرسشنامه، فرم کوتاه مقیاس نگرش‌های عشق است که در سال ۱۹۸۹ برای سنجش سبک‌های عشق‌ورزی و توسط هندریک و هندریک ساخته شد (۲۴). فرم کوتاه مقیاس ۲۴ سؤال دارد و هدف آن سنجش نگرش‌های مختلف درباره عشق است. طیف پاسخ‌گویی آن از نوع لیکرت است. نسخه اصلی مقیاس دارای ۴۲ گویه بود که ضرایب پایایی زیاد، ثبات درونی مناسب و شواهد روایی معتبر نیز درباره آن گزارش شد (۲۴). این مقیاس شامل شش زیرمقیاس و هریک از آن‌ها دربرگیرنده چهار عامل است تا

3. Interpersonal Communication Skills Questionnaire
4. Love Attitudes Scale

1. Enrich Marital Inventory
2. Stress Coping Styles Questionnaire

بررسی کرد؛ همچنین از تحلیل رگرسیون خطی چندگانه (گام به گام) استفاده شد که از بین متغیرهای پیش‌بین، متغیر دارای بیش‌بینی‌کنندگی بهتر و رابطه بیشتر، انتخاب شد. آزمون کولموگروف اسمیرنوف برای تشخیص نرمال بودن داده‌ها به کار رفت. برای بررسی هم‌خطی چندگانه، از آماره تحمل^۱ و عامل تورم واریانس^۲ استفاده شد. تمامی تجزیه و تحلیل آماری با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ انجام گرفت. سطح معناداری آزمون‌ها در این پژوهش، ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

۳ یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن شرکت‌کنندگان 31.7 ± 6.6 سال بود. تعداد ۱۱۱ نفر (۴۴/۴ درصد) در مقطع کارشناسی، ۱۲۴ نفر (۴۹/۶ درصد) در مقطع کارشناسی ارشد و ۱۵ نفر (۶ درصد) در مقطع دکتری تحصیل کردند. تعداد ۱۳۷ نفر (۵۴/۸ درصد) را دانشجویان زن و تعداد ۱۱۳ نفر (۴۵/۲ درصد) را دانشجویان مرد تشکیل دادند. به‌منظور بررسی نرمال بودن داده‌های پژوهش از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد. آزمون کولموگروف اسمیرنوف برای تمام متغیرها غیرمعنادار بود؛ بنابراین فرض نرمالیتی متغیرهای پژوهش رد نشد ($p > 0.05$). در جدول ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش ذکر شده است.

نشان‌دهنده عشق‌ورزی باشند: اروس (عشق شهوانی)؛ لودوس (عشق بازی‌گونه)؛ استورگ (عشق دوستانه)؛ پراگما (عشق منطقی)؛ مانیا (عشق وسواسی)؛ آگاپه (عشق نوع‌دوستانه) (۲۴). ضرایب آلفای 0.68 برای خرده‌مقیاس استورگ تا 0.83 برای خرده‌مقیاس آگاپه و در آزمون-بازآزمون، ضرایب از 0.70 برای خرده‌مقیاس مانیا تا 0.82 برای خرده‌مقیاس لودوس گزارش شد (۲۴). دومین تجزیه و تحلیل عامل تأییدی به کاهش یک سری از گویه‌ها منتهی شد که تعداد گویه‌ها به ۲۴ رسید. جملات انتخابی توسط هندریک و هندریک در این فرم کوتاه (هر چهار گویه برای یک خرده‌مقیاس) مطرح شد. تناسب این مدل بهتر بود. مقادیر آلفا از 0.65 برای خرده‌مقیاس لودوس تا 0.77 برای خرده‌مقیاس استورگ متغیر بود. سومین تجزیه و تحلیل عاملی به کاهش یک سری دیگر از گویه‌ها منجر شد (هر سه گویه برای یک خرده‌مقیاس) (۲۴). در پژوهش تقوی دینانی و همکاران، پایایی نسخه فارسی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ از 0.49 برای خرده‌مقیاس لودوس تا 0.75 برای خرده‌مقیاس استورگ به دست آمد (۲۵).

در این پژوهش تجزیه و تحلیل داده‌ها در حوزه آمار توصیفی با استفاده از فراوانی، درصد فراوانی، میانگین و انحراف معیار بود. برای آزمون هدف پژوهش، آزمون همبستگی پیرسون به کار رفت که رابطه بین متغیرهای پیش‌بین (مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های مقابله با استرس و سبک‌های عشق‌ورزی) و متغیر ملاک (رضایت زناشویی) را

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای مطالعه شده ($n=250$)

متغیرها	میانگین	انحراف معیار
مهارت‌های ارتباطی	۶۰/۹۰	۱۲/۳۵
مهارت‌های مقابله با استرس هیجان‌مدار	۳۹/۸۴	۲۱/۵۷
مهارت‌های مقابله با استرس مسئله‌مدار	۶۲/۹۴	۱۲/۳۶
سبک عشق‌ورزی اروس	۷/۳۷	۴/۱۶
سبک عشق‌ورزی لودوس	۷/۲۹	۳/۸۸
سبک عشق‌ورزی استورگ	۹/۳۶	۳/۱۰
سبک عشق‌ورزی پراگما	۹/۳۹	۲/۹۵
سبک عشق‌ورزی مانیا	۷/۸۱	۴/۳۱
سبک عشق‌ورزی آگاپه	۹/۲۲	۲/۹۶
رضایت زناشویی	۱۴۴/۶۰	۱۸/۳۵

جدول ۲. ماتریس ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای مهارت‌های ارتباطی، مهارت‌های مقابله با استرس، سبک‌های عشق‌ورزی و رضایت زناشویی در دانشجویان زن متأهل

متغیر	مهارت ارتباطی	هیجان‌مدار	مسئله‌مدار	اروس	لودوس	استورگ	پراگما	مانیا	آگاپه	رضایت زناشویی
مهارت ارتباطی	۱	-	-	-	-	-	-	-	-	-
هیجان‌مدار	-	۱	-	-	-	-	-	-	-	-
مسئله‌مدار	-	-	۱	-	-	-	-	-	-	-
اروس	-	-	-	۱	-	-	-	-	-	-
لودوس	-	-	-	-	۱	-	-	-	-	-
استورگ	-	-	-	-	-	۱	-	-	-	-
پراگما	-	-	-	-	-	-	۱	-	-	-
مانیا	-	-	-	-	-	-	-	۱	-	-
آگاپه	-	-	-	-	-	-	-	-	۱	-
رضایت زناشویی	-	-	-	-	-	-	-	-	-	۱

$p < 0.05^*$

۲. Variance inflation factor

۱. Tolerance

تعیین بهترین پیش‌بینی‌کننده رضایت زناشویی به‌روش رگرسیون خطی چندگانه و ورود متغیرهای سبک‌های عشق‌ورزی استورگ، عشق‌ورزی اروس، مهارت‌های ارتباطی، و مهارت‌های مقابلۀ هیجان‌مدار انجام گرفت. برای پیش‌بینی رضایت زناشویی از روی متغیرهای عشق‌ورزی

جدول ۳. خلاصه تحلیل رگرسیون چندگانه متغیرهای سبک عشق‌ورزی استورگ، مهارت‌های ارتباطی، سبک عشق‌ورزی اروس، مهارت‌های مقابلۀ با استرس هیجان‌مدار

متغیرها	شاخص‌ها مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجموع مجذورات	مقدار F	مقدار p	مقدار R	مقدار R^2	خطای استاندارد میانگین
سبک عشق‌ورزی استورگ	رگرسیون باقیمانده	۱۰۲۰۹/۰۰۳	۱	۱۰۲۰۹/۰۰۳	۲۴/۵۹	<۰/۰۰۱	۰/۵۶	۰/۳۱	۱۷/۱۸
سبک عشق‌ورزی استورگ، مهارت‌های ارتباطی	رگرسیون باقیمانده	۱۷۵۰۵/۵۴۲	۲	۸۷۵۲/۷۷۱	۳۲/۹۵	<۰/۰۰۱	۰/۶۶	۰/۴۳	۱۶/۳۰
سبک عشق‌ورزی استورگ، مهارت‌های ارتباطی، سبک عشق‌ورزی اروس	رگرسیون باقیمانده	۲۲۵۸۵/۴۵۸	۳	۷۵۲۸/۴۸۶	۳۰/۷۰	<۰/۰۰۱	۰/۳۰	۰/۰۹	۱۵/۶۶
سبک عشق‌ورزی استورگ، مهارت‌های ارتباطی، سبک عشق‌ورزی اروس، مهارت‌های مقابلۀ با استرس هیجان‌مدار	رگرسیون باقیمانده	۲۳۷۴۶/۹۰۹	۴	۵۹۳۶/۷۲۷	۲۴/۶۰	<۰/۰۰۱	۰/۵۴	۰/۲۹	۱۵/۵۳

براساس نتایج مندرج در جدول ۳ می‌توان نتیجه گرفت، در تبیین رضایت زناشویی از روی سبک عشق‌ورزی استورگ، مهارت‌های ارتباطی، سبک عشق‌ورزی اروس و مهارت‌های مقابلۀ با استرس هیجان‌مدار، مجموع متغیرهای پیش‌بین $R^2=0/29$ از واریانس متغیر ملاک را تبیین و پیش‌بینی کردند؛ یعنی متغیرهای پیش‌بین ۲۹ درصد از نمره رضایت زناشویی را تبیین کردند. میزان F مشاهده‌شده برای کل متغیرهای پژوهش با مقدار معناداری $0/001 <$ معنادار بود.

جدول ۴. ضرایب رگرسیون گام‌به‌گام رضایت زناشویی روی متغیرهای پیش‌بین

شاخص‌ها متغیر	B	خطای استاندارد b	β	t	مقدار p
عرض از مبدأ	۲۱۶/۹۸	۵/۸۷		۳۶/۹۵	<۰/۰۰۱
سبک عشق‌ورزی استورگ	۱/۷۱	۰/۳۲	-۰/۲۹	۵/۲۱	<۰/۰۰۱
مهارت‌های ارتباطی	۰/۴۱	۰/۰۸	۰/۲۷	۵/۰۲	<۰/۰۰۱
سبک عشق‌ورزی اروس	-۰/۹۲	۰/۲۶	-۰/۲۱	-۳/۵۵	<۰/۰۰۱
مهارت‌های مقابلۀ با استرس هیجان‌مدار	۰/۲۷	۰/۰۵	۰/۱۳	-۲/۱۹	۰/۰۲۹

براساس جدول ۴، اثر سبک عشق‌ورزی استورگ ($p<0/001$)، اثر سبک عشق‌ورزی اروس ($\beta=-0/21, p<0/001$) بر رضایت زناشویی منفی و معنادار بود. اثر مهارت‌های ارتباطی ($\beta=0/27, p<0/001$) و مهارت‌های مقابلۀ با استرس هیجان‌مدار ($\beta=0/13, p=0/029$) بر رضایت زناشویی مثبت و معنادار به‌دست آمد. منفی بودن اثر متغیرهای سبک‌های عشق‌ورزی استورگ و اروس نشان‌دهنده آن است که هرچه قدر میزان سبک‌های عشق‌ورزی استورگ و اروس در افراد متأهل بیشتر باشد، میزان رضایت زناشویی آن‌ها کمتر خواهد بود و برعکس؛ اما مثبت بودن اثر مهارت‌های ارتباطی و

۴ بحث

هدف پژوهش حاضر، پیش‌بینی رضایت زناشویی براساس مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های مقابلۀ با استرس و سبک‌های عشق‌ورزی در دانشجویان زن متأهل بود. نتایج نشان داد، اثر سبک عشق‌ورزی استورگ بر رضایت زناشویی منفی و معنادار بود و اثر مهارت‌های

هویتی پراکنده/اجتنابی می‌تواند به شکل منفی و معنادار رضایت زناشویی را پیش‌بینی کند (۱۶).

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت، در زندگی زناشویی ارتباط جزو جدایی‌ناپذیر است و هر زوجی که مهارت‌های بیشتری در نحوه برقراری ارتباط داشته باشند، بهتر می‌توانند همدیگر را درک کنند؛ به علاوه فضای مناسب‌تر و کم‌فشارتری برای افراد ایجاد می‌شود و فرد آزادانه می‌تواند نیازها، خواسته‌ها و افکار و احساسات خود را بیان کرده و برای برآورده شدن آن‌ها برنامه‌ریزی کند؛ این روند به بهبود روابط همسران و افزایش رضایت از زندگی منجر می‌شود (۲۹). از سویی دیگر هنگامی که افراد با مشکل روبه‌رو می‌شوند، واکنش‌های مختلفی نشان می‌دهند؛ این واکنش‌ها جنبه هیجانی، شناختی و گاهی رفتاری دارند و گاهی ممکن است به حل مشکلات منجر شود یا فرد را از آن دور کند؛ این واکنش‌ها در قالب شیوه‌های مقابله بوده و به‌کارگیری روش‌های مقابله‌ای به افراد کمک می‌کند تا بر بسیاری از تعارضات فردی، مشکلات مربوط به روابط اجتماعی، مشکلات جسمانی و روانی غلبه کنند (۳۰). وقتی فرد در مشکلات علاوه بر اینکه تلاش می‌کند بر هیجانات خود غلبه کند به فکر پیدا کردن راهی برای حل مشکل است، این فرد کمتر دچار مشکل می‌شود و استرس‌های کمتری را تجربه می‌کند؛ همچنین احساس مثبت بیشتری را در زندگی کسب می‌کند و در مجموع ارزیابی مثبت‌تری درباره زندگی خواهد داشت. سبک عشق‌ورزی افراد نیز در رضایت زندگی آن‌ها بسیار مؤثر است؛ چراکه نوع سبک عشق رابطه و انتظارات از همسر را جهت می‌دهد و هدایت می‌کند (۳۱).

باتوجه به اینکه در این پژوهش از ابزار خودگزارشی استفاده شد، می‌تواند نتایج را تحت‌تأثیر قرار دهد. در مرحله جمع‌آوری داده‌ها به دلیل مخدوش بودن برخی پرسشنامه‌ها افت آزمودنی به تعداد پنج نفر اتفاق افتاد. پیشنهاد می‌شود پژوهش مشابه در سایر دانشجویان مرد متأهل نیز اجرا شود و نتایج باهم مقایسه گردد و نقش جنسیت بر متغیرها مشخص شود. پیشنهاد می‌گردد به منظور بررسی نقش فرهنگ بر متغیرها، پژوهش‌هایی مشابه در سایر شهرها و با فرهنگ‌های متفاوت صورت گیرد. توصیه می‌شود پژوهش مشابه در گروه‌های مختلف فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی دیگر انجام پذیرد. پیشنهاد می‌شود که تحقیقات کیفی در این زمینه اجرا شود. باتوجه به نتیجه حاصل مبنی بر وجود ارتباط مثبت و معنادار بین مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی، پیشنهاد می‌شود آموزش مهارت‌های ارتباطی در زوجین در برنامه‌های پیش از ازدواج و همچنین آموزش خانواده و توان‌مندسازی روانی اجتماعی زوجین مدنظر قرار گیرد. باتوجه به نتیجه حاصل مبنی بر اینکه شیوه‌های مقابله با استرس هیجان‌مدار و مسئله‌مدار با رضایت زناشویی رابطه دارد، پیشنهاد می‌شود که راهبردهای مقابله در افراد تقویت شود تا بتوان در به‌کارگیری مناسب از آن‌ها توانمند شده و مقابله‌های کارآمدتری داشته باشند.

۵ نتیجه‌گیری

براساس یافته‌های پژوهش نتیجه گرفته می‌شود، بین متغیرهای سبک‌های عشق‌ورزی، مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های مقابله با استرس هیجان‌مدار و مسئله‌مدار با رضایت زناشویی رابطه معنادار

ارتباطی بر رضایت زناشویی مثبت و معنادار بود؛ همچنین اثر سبک عشق‌ورزی اروس بر رضایت زناشویی منفی و معنادار بود و اثر مهارت‌های مقابله با استرس هیجان‌مدار بر رضایت زناشویی مثبت و معنادار بود. منفی بودن اثر متغیرهای سبک‌های عشق‌ورزی استورگ و اروس بیانگر آن است که هرچقدر میزان سبک عشق‌ورزی استورگ و اروس در افراد متأهل بیشتر باشد، میزان رضایت زناشویی آن‌ها کمتر خواهد بود و برعکس. مثبت بودن اثر مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های مقابله با استرس هیجان‌مدار نشان‌دهنده آن است که هرچقدر میزان مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های مقابله با استرس هیجان‌مدار در افراد متأهل بیشتر باشد، میزان رضایت زناشویی آن‌ها نیز بیشتر خواهد بود. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های متعددی از جمله گاسبارینی و همکاران (۱۴) و رافیکس و همکاران (۱۵) همسوست. آن‌ها نشان دادند، میان راهبردهای مقابله‌ای و رضایت‌مندی زناشویی رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد.

در تبیین یافته‌های مذکور پژوهش حاضر می‌توان گفت، زوج‌هایی که متمرکز بر سبک هیجان‌مدار هستند، بر کنترل هیجانات و واکنش‌های عاطفی تأکید دارند. زوج‌ها در این سبک مقابله، هیجانی برخورد کرده و با گریه کردن، عصبانی شدن و فریادزدن با فشار روانی مقابله می‌کنند؛ حتی مقابله هیجانی، نشان‌دهنده شکلی کلی از واکنش به رویدادهای تنش‌زا است که امکان دارد مستلزم اتکا به دیگران نباشد. مقابله هیجان‌مدار گاهی به شکل مقابله اجتنابی آشکار می‌شود که خود باعث می‌شود زوج‌ها برای سازگاری با عوامل فشارزا از طریق فاصله‌گرفتن از آن یا از طریق تمرکز بر احساسات خود عمل کنند (۲۲). این شیوه‌های ناسازگار در روابط زناشویی و رضایت از زندگی زناشویی تأثیر منفی به‌جا می‌گذارد؛ البته شایان ذکر است که سبک استفاده‌شده توسط زوج‌ها در مواجهه با مشکلات به نوع عوامل فشارزا و مشکلات نیز بستگی دارد (۲۳). در مشکلات مربوط به کار و ارتباط‌های بین‌فردی، مقابله متمرکز بر مسئله باید بیشتر استفاده شود؛ ولی در مسائل مربوط به سلامتی و اقتصاد، سبک مقابله هیجان‌مدار مؤثر است؛ زیرا از طریق دستکاری‌های شناختی، فرد را از مشکل دور نگه می‌دارد (۲۶). به‌نظر می‌رسد، در موقعیت‌هایی که فرد مستلزم انجام کارهای سازنده است، سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار کارسازتر واقع می‌شود (۲۷). ارتباط بین پاسخ‌های مقابله و عملکرد بسیار پیچیده است و به عوامل متفاوت بستگی دارد؛ ولی شواهدی موجود است مبنی بر اینکه به‌کارگیری شیوه‌هایی مانند جست‌وجوی اطلاعات و مقابله مسئله‌مدار با شاخص‌های سازگاری، همبستگی مثبت دارد. افرادی که بیشتر از راهبردهای شناختی مسئله‌مدار استفاده می‌کنند، پیامدهای سازگاری بهتری را نشان می‌دهند (۲۸).

براساس نتایج پژوهش حاضر، منفی بودن اثر متغیرهای سبک عشق‌ورزی استورگ و اروس بر رضایت زناشویی بیانگر آن است که هرچه قدر میزان سبک عشق‌ورزی استورگ و اروس در افراد متأهل بیشتر باشد، میزان رضایت زناشویی فرد کمتر خواهد بود و برعکس. این یافته با نتایج پژوهش شکرالله‌زاده و مدنی مبنی بر وجود رابطه مستقیم و معنادار میان مؤلفه هویت اطلاعاتی و سبک عشق‌ورزی تعهد با رضایت زناشویی همسوست. همچنین این مطالعه نشان داد، سبک

وجود دارد؛ همچنین متغیرهای سبک عشق‌ورزی استورگ، مهارت‌های ارتباطی، سبک عشق‌ورزی اروس و مهارت‌های مقابله با استرس هیجان‌مدار قدرت پیش‌بینی رضایت زناشویی را دارند. باتوجه به نتیجه حاصل مبنی بر اینکه بین سبک عشق‌ورزی استورگ، سبک عشق‌ورزی پراگما و سبک عشق‌ورزی آگاهانه با رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنادار دیده می‌شود و رابطه بین سبک عشق‌ورزی اروس، سبک عشق‌ورزی لودوس و سبک عشق‌ورزی مانیا با رضایت زناشویی منفی و معنادار است، پیشنهاد می‌شود در راستای داشتن رابطه‌های پایدار زناشویی و تحکیم خانواده جوانان و افراد در شرف ازدواج را با سبک‌های عشق‌ورزی و پیامدهای آن‌ها آشنا کرده تا هر فرد سبک عشق خود را شناسایی کند و خودآگاهانه‌تر در رابطه‌ای زوجی قرار گیرد.

۶ تشکر و قدردانی

از تمامی افرادی که در این پژوهش ما را یاری کردند، نهایت تشکر و قدردانی می‌شود.

۷ بیانیه

تأییدیه اخلاقی و رضایت‌نامه از شرکت‌کنندگان
ملاحظات اخلاقی پژوهش حاضر به شرح ذیل بود: در بخش اجرایی حریم خصوصی و محرمانه‌بودن داده‌های جمع‌آوری شده رعایت شد؛

به این صورت که اطلاعات گردآوری شده در راستای هدف این پژوهش به‌کار رفت؛ همچنین در این پژوهش به احترام به کرامت و حقوق، حریم خصوصی، اسرار و آزادی آزمودنی‌ها توجه شد؛ توضیح اهداف پژوهش برای آن‌ها، کسب رضایت آگاهانه، اختیاری بودن پژوهش، حق خروج از مطالعه، بی‌ضرر بودن آموزش، پاسخ به سؤالات و در اختیار قرار دادن نتایج در صورت تمایل آزمودنی‌ها از دیگر اصول اخلاقی رعایت شده در این پژوهش بود.

رضایت برای انتشار

این امر غیرقابل اجرا است.

تضاد منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند تضاد منافی بین آن‌ها وجود ندارد. این مقاله برگرفته از پایان‌نامه رساله دکتری دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن است. همچنین مجوز اجرای این پژوهش بر گروه مطالعه شده به مرکز مشاوره دانشگاه تنکابن با شماره نامه ۸۵ صادر شده است.

References

1. References Falconier MK, Nussbeck F, Bodenmann G, Schneider H, Bradbury T. Stress from daily hassles in couples: its effects on intradyadic stress, relationship satisfaction, and physical and psychological well-being. *J Marital Fam Ther.* 2015;41(2):221–35. doi: [10.1111/jmft.12073](https://doi.org/10.1111/jmft.12073)
2. Carroll SJ, Hill EJ, Yorgason JB, Larson JH, Sandberg JG. Couple Communication as a mediator between work–family conflict and marital satisfaction. *Contemp Fam Ther.* 2013;35(3):530–45. doi: [10.1007/s10591-013-9237-7](https://doi.org/10.1007/s10591-013-9237-7)
3. Halford WK, Bodenmann G. Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clin Psychol Rev.* 2013;33(4):512–25. doi: [10.1016/j.cpr.2013.02.001](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.02.001)
4. Kozlowski A. Mindful mating: exploring the connection between mindfulness and relationship satisfaction. *Sexual and Relationship Therapy.* 2013;28(1–2):92–104. doi: [10.1080/14681994.2012.748889](https://doi.org/10.1080/14681994.2012.748889)
5. Bluth K, Roberson PNE, Billen RM, Sams JM. A stress model for couples parenting children with autism spectrum disorders and the introduction of a mindfulness intervention. *J Fam Theory Rev.* 2013;5(3):194–213. doi: [10.1111/jftr.12015](https://doi.org/10.1111/jftr.12015)
6. Cardoso BLA, Costa N. Marital social skills and marital satisfaction of women in situations of violence. *Psico-USF.* 2019;24(2):299–310. doi: [10.1590/1413-82712019240207](https://doi.org/10.1590/1413-82712019240207)
7. Fırat M, Okanlı A. Assessing the relationship between marital satisfaction and conflict communication styles of married Turkish women. *Curr Psychol.* 2019;38(5):1360–7. doi: [10.1007/s12144-017-9688-3](https://doi.org/10.1007/s12144-017-9688-3)
8. Williamson HC, Karney BR, Bradbury TN. Financial strain and stressful events predict newlyweds' negative communication independent of relationship satisfaction. *J Fam Psychol.* 2013;27(1):65–75. doi: [10.1037/a0031104](https://doi.org/10.1037/a0031104)
9. Traa MJ, De Vries J, Bodenmann G, Den Oudsten BL. Dyadic coping and relationship functioning in couples coping with cancer: a systematic review. *Br J Health Psychol.* 2015;20(1):85–114. doi: [10.1111/bjhp.12094](https://doi.org/10.1111/bjhp.12094)
10. Falconier MK, Jackson JB, Hilpert P, Bodenmann G. Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Clin Psychol Rev.* 2015;42:28–46. doi: [10.1016/j.cpr.2015.07.002](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.07.002)
11. Rogge RD, Cobb RJ, Lawrence E, Johnson MD, Bradbury TN. Is skills training necessary for the primary prevention of marital distress and dissolution? A 3-year experimental study of three interventions. *J Consult Clin Psychol.* 2013;81(6):949–61. doi: [10.1037/a0034209](https://doi.org/10.1037/a0034209)
12. Bodenmann G, Hilpert P, Nussbeck FW, Bradbury TN. Enhancement of couples' communication and dyadic coping by a self-directed approach: a randomized controlled trial. *J Consult Clin Psychol.* 2014;82(4):580–91. doi: [10.1037/a0036356](https://doi.org/10.1037/a0036356)

13. Bakhtiari E, Hosseini S, Arefi M, Afsharina K. Causal model of extramarital affairs based on attachment styles and early maladaptive schemas: mediating role of marital intimacy and love styles. *Iranian Journal of Health Education and Health Promotion*. 2019;7(2):245–58. [Persian] doi: [10.30699/ijhehp.7.2.245](https://doi.org/10.30699/ijhehp.7.2.245)
14. Gasbarrini MF, Snyder DK, Iafate R, Bertoni A, Donato S, Margola D. Investigating the relation between shared stressors and marital satisfaction: The moderating effects of dyadic coping and communication. *Family Science*. 2015;6(1):143–9. doi: [10.1080/19424620.2015.1082044](https://doi.org/10.1080/19424620.2015.1082044)
15. Ruffieux M, Nussbeck FW, Bodenmann G. Long-term prediction of relationship satisfaction and stability by stress, coping, communication, and well-being. *Journal of Divorce & Remarriage*. 2014;55(6):485–501. doi: [10.1080/10502556.2014.931767](https://doi.org/10.1080/10502556.2014.931767)
16. Shokrollahzade M, Madani Y. The role of love and identity styles in the prediction of marital satisfaction. *Family Pathology, Counseling and Enrichment Journal*. 2016;2(1):79–89. [Persian] <http://fpcej.ir/article-1-122-en.pdf>
17. Maxwell SE. Sample size and multiple regression analysis. *Psychol Methods*. 2000;5(4):434–58. doi: [10.1037/1082-989x.5.4.434](https://doi.org/10.1037/1082-989x.5.4.434)
18. Fowers BJ, Olson DH. Enrich Marital Inventory: a discriminant validity and cross-validation assessment. *J Marital Fam Ther*. 1989;15(1):65–79. doi: [10.1111/j.1752-0606.1989.tb00777.x](https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1989.tb00777.x)
19. Rostami A, Ghazinour M, Nygren L, Nojumi M, Richter J. Health-related quality of life, marital satisfaction, and social support in medical staff in Iran. *Applied Research Quality Life*. 2013;8(3):385–402. doi: [10.1007/s11482-012-9190-x](https://doi.org/10.1007/s11482-012-9190-x)
20. Lazarus RS, Folkman S. Coping and adaption. In: Gentry WD. *Handbook of behavioral. Medicine*. New York: Gilford Press; 1985, pp. 253-8
21. Saffari M, Ghofranipour F, Mahmoudi M, Montazeri A. Stress, coping strategies and related factors in a sample of Iranian adolescents. *Iran Red Crescent Med J*. 2011;13(9):641–6. doi: [10.5812/kowsar.20741804.2241](https://doi.org/10.5812/kowsar.20741804.2241)
22. Mahmoodi F, Samadi Z, Fizolahzadeh Z. Psychometric properties of Interpersonal Communication Skills Questionnaire (ISAQ) from the viewpoint of students at Tabriz University and Tabriz University of Medical Sciences. *Journal of Medical Education Development*. 2017;9(24):72–84. [Persian] <https://zums.ac.ir/edujournal/article-1-733-en.pdf>
23. Bagheri M, Niknami S, Rahmati Najarkolaei F. Assessing interpersonal communication skills of aged people and their caregivers. *Health Education and Health Promotion*. 2019;7(2):65–70. doi: [10.29252/HEHP.7.2.65](https://doi.org/10.29252/HEHP.7.2.65)
24. Hendrick C, Hendrick SS. Research on love: Does it measure up? *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989;56(5):784–94. doi: [10.1037/0022-3514.56.5.784](https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.5.784)
25. Taghavi Dinani P, Zarbakhsh M, Samkhaniyan E, Hamidi M, Arkiyan F. Study on the relationship between love attitudes and marital satisfaction among married women. *European Online Journal of Natural and Social Sciences*. 2014;3(3):468–74.
26. Nasirzadeh R, Rasoulzadeh Tabatabaei K. Barrasi rabete bavarhayeh mazhabi ba tahbordhayeh moghabele tanidegi dar daneshjuyan [Investigating the relationship between religious beliefs and students' coping strategies with stress]. *Ofogh-e Danesh*. 2009;15(2):36-46. [Persian]
27. Felton T, Rivenson J, Hunirencsin, S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer; 2017.
28. Koraei A, Dasht Bozorgi Z, Zahery Abdh Vand S. (1397). The Effect of coping strategies on coping with infertility in women: mediator role of marital quality. *Avicenna J Nurs Midwifery Care*. 2018;26(3):191-202. [Persian] doi: [10.30699/sjhnmf.26.3.191](https://doi.org/10.30699/sjhnmf.26.3.191)
29. Neto F, da Conceição Pinto M. Satisfaction with love life across the adult life span. *Applied Research Quality Life*. 2015;10(2):289–304. doi: [10.1007/s11482-014-9314-6](https://doi.org/10.1007/s11482-014-9314-6)
30. Bakhtiari E, Hosseini S, Arefi M, Afsharina K. Causal model of extramarital affairs based on attachment styles and early maladaptive schemas: mediating role of marital intimacy and love styles. *Iranian Journal of Health Education and Health Promotion*. 2019;7(2):245–58. [Persian] doi: [10.30699/ijhehp.7.2.245](https://doi.org/10.30699/ijhehp.7.2.245)
31. Sayehmiri K, Kareem KI, Abdi K, Dalvand S, Gheshlagh RG. The relationship between personality traits and marital satisfaction: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*. 2020;8(1):15. doi: [10.1186/s40359-020-0383-z](https://doi.org/10.1186/s40359-020-0383-z)