

پیش‌بینی نگرش صمیمانه و شادکامی زناشویی
بر اساس خودشفقت‌ورزی و مهارت‌های ارتباطی
در دانشجویان زن متأهل

**Predicting Intimate Attitudes and Marital Happiness
Based on self-Compassion and
Communication Skills in Married female Students**

Maryam Abedini, Ph.D.*

Payame Noor University

Samereh Asadi Majareh, Ph.D.

Islamic Azad University, Rasht Branch

Solmaz Avarideh, Ph.D.

Payame Noor University

Abbas Mirblouk Bozorgi, M.A.

Payame Noor University

دکتر مریم عابدینی^۱

دانشگاه پیام نور

دکتر سامره اسدی‌مجره^۲

دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رشت

دکتر سولماز آوریده^۳

دانشگاه پیام نور

عباس میربلوک‌بزرگی^۴

دانشگاه پیام نور

چکیده: پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی نگرش صمیمانه و شادکامی زناشویی بر اساس خودشفقت‌ورزی و مهارت‌های ارتباطی در دانشجویان زن متأهل انجام گردید. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان متأهل مقطع کارشناسی دانشگاه پیام‌نور مرکز تالش در نیمسال دوم سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ بود که از میان آنها، نمونه‌ای شامل ۲۱۰ دانشجو به روش در دسترس انتخاب شدند و فرم کوتاه مقیاس خودشفقت‌ورزی (SCS-SF)، پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی (CSTR)، مقیاس نگرش صمیمانه (IAS)، و پرسشنامه شادکامی زناشویی (MHS) را تکمیل کردند. داده‌ها با استفاده از شاخص‌های توصیفی، روش‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون، و تحلیل رگرسیون گام به گام تحلیل شدند. نتایج نشان دادند که پیش‌بینی مهارت‌های گوش‌دادن، ارتباط توأم با قاطعیت، و بینش نسبت به فرایند ارتباط توانستند نگرش صمیمانه را پیش‌بینی کنند و ۳۲٪ از تغییرات این متغیر را تبیین نمایند. همچنین، توانایی دریافت و ارسال پیام، خود شفقت‌ورزی، گوش دادن، کنترل عاطفی، و ارتباط توأم با

قاطعیت، ۶۳٪ از متغیر شادکامی زناشویی را پیش‌بینی کردند. بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که مهارت‌های ارتباطی و خودشفقت‌ورزی با صمیمیت و شادکامی زناشویی دانشجویان متأهل مرتبط‌اند و می‌توانند آنها را پیش‌بینی کنند.

Abstract: The purpose of this study was to pre-dict intimate attitudes and marital happiness based on self- compassion and communication skills in married female students. The research method was descriptive and of correlational type. The statistical population of this study consisted of all married students of Payame Noor Uni-versity of Talesh in the second half of the aca-demic year of 2019- 2020. Among them, a sample of 210 students were selected by available sampling method who completed the Self-Compassion Scale Short Form (SCS-SF), Communication Skills Test-Revised (CSTR), Intimate Attitude Scale (IAS), and Marital Happiness Scale (MHS). Data were analyzed using descriptive indices, statistical methods of Pearson correlation coefficient, and stepwise regression analysis. The results showed that the listening skills, communication with determi-nation, and insight into the communication process were able to predict sincere attitude, and explained 32% of the changes in this variable. Also, ability to receive and send messages, self-compassion, listening, emotional control, and assertiveness, predicted 63% of the marital happiness variable ($P < 0.01$). Based on the research findings, it can be concluded that communication skills and self-compassion are related to the marital intimacy and happiness of married students and are able to predict them.

کلیدواژه‌ها: مهارت‌های ارتباطی؛ خودشفقت‌ورزی؛ صمیمیت زناشویی؛ شادکامی زناشویی

Keywords: communication skills; self-com-compassion; marital intimacy; marital happi-ness

* abedini@pnu.ac.ir

۱. مربی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.
۲. استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران.
۳. استادیار، گروه علوم اجتماعی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.
۴. مربی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

صفحه‌های ۱۱۸ - ۹۵.