



بررسی نقش روابط کلامی - غیر کلامی در پیش بینی ترس از صمیمیت زوجین

مریم رحمانی، سید علی کیمیایی*، محمد جواد اصغری ابراهیم آباد

دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران
دانشیار گروه روانشناسی مشاوره و تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران (نویسنده مسئول)
استادیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

چکیده:

هدف: پژوهش حاضر با هدف پیش بینی روابط کلامی - غیرکلامی زوجین بر اساس ترس از صمیمیت انجام گرفت. روش پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش کلیه زوجین شهر مشهد بودند که از میان آن ها ۳۱۰ نفر تعیین و با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. به منظور جمع آوری داده ها از پرسشنامه ارتباط اولیه (PCI) و مقیاس ترس از صمیمیت دسکانتر و ثلن (۱۹۹۱)، استفاده شد. داده ها با استفاده از همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS انجام شد. نتایج تجزیه و تحلیل نشان داد که بین ارتباط اولیه (نمره کل) و خرده مقیاسهای ارتباط کلامی و غیرکلامی با ترس از صمیمیت ارتباط وجود دارد ($p < 0/01$). نتایج رگرسیون نیز نشان داد که ارتباطات کلامی و غیر کلامی، ترس از صمیمیت زوجین را پیش بینی می کنند ($p < 0/001$). با توجه به یافته ها، ارتباط کلامی و غیر کلامی می تواند بر ترس از صمیمیت بودن زوج ها تأثیر بگذارد.

واژگان کلیدی: روابط کلامی، روابط غیر کلامی، ترس از صمیمیت، زوجین



مقدمه

خانواده یکی از رکن‌های اصلی جامعه به شمار می‌رود. دستیابی به جامعه سالم، آشکارا در گرو سلامت خانواده و تحقق خانواده سالم مشروط بر برخورداری افراد آن از سلامت روانی و داشتن رابطه مطلوب با یکدیگر است. از این رو سالم‌سازی اعضای خانواده و رابطه‌هایشان بی‌گمان، اثرهای مثبتی را در جامعه به دنبال خواهد داشت (برنستین و برنستین^۱؛ ۱۳۸۰). نظام خانواده در زمره مهمترین نظام‌های اجتماعی است که بر اساس ازدواج بین دو جنس شکل می‌گیرد (اصلانی و همکاران، ۱۳۹۴)؛ از این رو، نیاز به برقراری و حفظ پیوند و روابط نزدیک با دیگران به عنوان انگیزه اساسی و بنیادی بشر قلمداد می‌شود (بشارت، ۱۳۹۱). افراد ازدواج را به عنوان صمیمانه‌ترین رابطه بزرگسالی محسوب می‌کنند، رابطه‌ای که برای آن‌ها منبع اصلی عاطفه و حمایت است (Montesi et al, 2013). توانایی پروراندن صمیمیت یک عامل بین شخصی است که به خاطر نقش اساسی‌اش در رشد روابط نزدیک و رابطه‌اش با رضایت زناشویی با اهمیت است (Greeff and Malherbe, 2012). به طور ایده‌آل روابط بین فردی نزدیک، به افراد اجازه می‌دهد که نیاز خود به پذیرفته شدن، مورد توجه بودن، ارزشمند تلقی شدن و دوست داشته شدن را برآورده کنند و به آن‌ها فرصت می‌دهد که چنین نگرش‌ها و رفتارهایی را متقابلاً انجام دهند (Fletcher, ۲۰۰۲). افزون بر این، توانایی برقراری و حفظ صمیمیت با دیگران به افراد کمک می‌کند با مشکلات ارتباطی کنار آیند و روابطی رضایت‌بخش داشته باشند (Montesi et al, ۲۰۱۳)؛ درحالی‌که اجتناب از صمیمیت مشخصه افرادی است که روابطشان را کمتر رضایت‌بخش توصیف می‌کنند (Phillips et al, 2013). کسانی که از صمیمیت می‌ترسند یا از صمیمیت اجتناب می‌کنند، احتمالاً نزدیک شدن به دیگران و برقراری روابط گرم و رضایت‌بخش برایشان دشوار است (Szymanski & Hilton, 2013). صمیمیت رویدادی

ارتباطی است که در آن بی‌پرده گویی واقعی با همدلی پاسخ داده می‌شود. این بی‌پرده گویی ممکن است حس آسیب‌پذیری شخص را افزایش دهد، اما افراد برای کسب صمیمیت، لزوماً باید خطر نشان دادن آسیب‌پذیری‌شان به طرف مقابل را بپذیرند (Sobra et al, 2014). کسانی که از آسیب‌پذیری می‌ترسند، به احتمال زیاد از صمیمیت نیز خواهند ترسید، و ممکن است این افراد مشکلات بیشتری را در روابط مهمشان تجربه کنند (Phillips et al, 2013). Sobra and costa (۲۰۱۵) به منظور درک و مفهوم‌سازی روابط صمیمانه، مفهوم ترس از صمیمیت را مطرح کردند، که به قابلیت بازدارنده شده برای تبادل افکار و احساسات مهم شخصی با دیگران در نتیجه اضطراب گفته می‌شود. افرادی که ترس از صمیمیت دارند خواهان ارتباط بین شخصی هستند ولی از طرد می‌ترسند، در نتیجه طی ارتباط کلامی و غیرکلامی با دیگران، اضطراب را تجربه می‌کنند. ترس از صمیمیت مفهومی خصیصه‌ای یا خلقی است؛ زیرا می‌تواند در دامنه وسیعی از موقعیت‌ها و زوج‌ها تجربه شود. گرچه عوامل موقعیتی و طرف مقابل متغیرهای مهمی در تجربه صمیمیت هستند، با این حال محققان به مطالعه ترس از صمیمیت با تمرکز بر فرایندهای روان‌شناختی درون یک فرد پرداخته‌اند و بر قابلیت‌هایی که فرد برای صمیمیت در همه روابط نزدیک دارد تمرکز می‌کنند. صمیمیت، اغلب تعارض‌های حل نشده دوران کودکی را تحریک کرده و چالش‌های ارتباطی جدیدی به وجود می‌آورد (Sobra et al, 2014). زوج‌ها باید راه‌های جدید برقراری ارتباط با یکدیگر را فراگیرند و فرضیات اساسی پیوند دهنده خود و همسرشان را عوض کنند. از مهمترین عواملی که موجب بروز ناسازگاری در زندگی زوج می‌شود، مشکلات ارتباطی و ارتباط نادرست و ناخرسند زوج‌ها می‌باشد که نتیجه‌ی فقدان مهارت‌های مناسب و ضروری برای برقراری ارتباط سالم، صحیح و صمیمانه آنها است (یالسن^۲؛ ۲۰۰۷؛ برنستین، ۱۳۸۲؛ به نقل از

Bornstein

^۲.Yalcin, M.



اورکی و همکاران، ۱۳۹۱). ارتباط فرآیند فرستادن و دریافت کردن پیام است و مستلزم این است که حداقل دو نفر وجود داشته باشند که برهم اثر گذاشته و از هم اثر بپذیرند (کریگ، ۱۹۹۱؛ به نقل از نظری، ۱۳۸۶). ارتباط نقش بسزایی در کمک به زوج ها جهت تداوم یا افزایش روابط شان بازی می کند (Lawson, 2008) به طور کلی می توان گفت، ارتباط محور اصلی زندگی ما است و شامل اشکال مختلف کلامی، غیر کلامی، نمادین، عمدی، غیر عمدی، فعال و یا غیر فعال می باشد (کول، ۱۳۷۶). در ارتباط کلامی، پیام ها در قالب کلمات نوشته شده یا گفته شده، رمزبندی می گردد و افراد با این شیوه با یکدیگر به تبادل احساسات و افکار می پردازند. بنابراین معنی پیام ها از ماهیت ترتیب کلمات روشن می گردد. این نوع زبان، با منطق، برهان و توضیح گره خورده است. این در حالی است که ارتباط غیر کلامی، ژست ها، حرکات بدنی، حالات بدن و اندام ها، بیان چهره ای، لحن و صدا و ردیف آهنگ در واژه ها را در بر می گیرد. در این نوع ارتباط شعر، موسیقی، نقاشی و سایر جنبه های هنری هم دخالت دارند. سایر روش های ارتباط غیر کلامی عبارتند از: نوازش، بوسیدن، در آغوش گرفتن و انواع مختلف تماس. علاوه بر این، طریقه ی لباس پوشیدن افراد، آرایش و ظواهر کلی آن ها متضمن پیام های غیر کلامی ایشان است (موسوی، ۱۳۸۲؛ بارکر، ۱۳۷۵؛ به نقل از عباسی بوردنرق، ۱۳۹۰). ارتباط زناشویی نیز فرایندی که در طی آن زوج ها چه به صورت کلامی و در قالب گفتار و چه به صورت غیر کلامی در قالب گوش دادن، سکوت، حالات چهره و ژست های مختلف با یکدیگر به تبادل احساسات، افکار (ترنهم و جانسن، ۱۹۹۶؛ به نقل از فاتحی زاده و احمدی، ۱۳۸۴)، نگرش ها، حقایق، باورها و ایده ها می پردازند (کیمیایی، منصوری و منصوری، ۱۳۹۳). به طور معمول زوج ها با روابط کلامی و غیر کلامی ضعیف، یک یا هر دوی آنها احساس می کنند که درک نمی شوند، به آنها بی احترامی یا توهین می شود، شنیده نمی شوند یا نادیده گرفته می شوند (Sheras and Koch-Sheras, 2006).

(Kahn, ۱۹۷۰) در پژوهشی به بررسی رابطه ارتباط غیر کلامی و رضایت زناشویی پرداخت. وی معتقد است که روابط غیر کلامی به تمام روابط کلامی و درواقع کلمات، معنا و کیفیت می بخشد؛ از این رو تاکید وی بر روی ژست های مخصوص، حالات چهره و نحوه ی ادای کلمات است. نتیجه ی یافته های محقق حاکی از آن است که لزوم درمان با محوریت پیشرفت سیستم ارتباطات زناشویی خصوصا ارتباطات غیر کلامی، در ازدواج هایی که نمره ارتباط غیر کلامی آن ها پایین است، ضروری به نظر می رسد. در پژوهش دیگری (Gottman et al, ۱۹۷۷)، در تحقیق خود به بررسی تمایز زوج های درمانده و غیردرمانده پرداختند. نتایج تحقیق آن ها نشان داد که، زوج های درمانده در مقایسه با زوج های غیر درمانده، نسبت توافق به عدم توافق کمتری دارند که این امر خود می تواند ناشی از ارتباط کلامی و غیر کلامی ضعیف آن ها باشد. همچنین، همان طور که آن ها انتظار داشتند، زوج های درمانده به شکل معناداری، رفتارهای غیر کلامی منفی تری را نسبت به زوج های غیر درمانده بروز می دهند. (Toomey, ۱۹۸۳) در پژوهش خود با عنوان "تحلیلی بر الگوهای ارتباط کلامی در گروه هایی با سازگاری بالا و پایین زناشویی"، به این نتیجه دست یافت که روابط زناشویی که سازگاری بالایی را دارند، با الگوهای ارتباط کلامی همنوایی و روابط زناشویی که سازگاری پایینی را تجربه می کنند با الگوهای ارتباط کلامی مواجه، شکایت، تدافعی و تعامل کلامی شکایتی در ارتباط هستند. (Yoo et al, ۲۰۱۴) نیز در پژوهشی نشان دادند که آموزش رفتاری- تلفیقی و اصلاح ارتباطات زوجین در کنترل هیجانات منفی، کاهش تعارضات زناشویی، بهبود الگوهای ارتباطی، رضایت از ارتباط و صمیمیت جنسی و صمیمیت عاطفی زوجین موثر می باشد. (Gordon and Dorana, ۱۹۹۹)

^۳.Creag, D.

^۴.Coal, B.

^۵.Trenholm, S. & Jensen, A.



پژوهشی با عنوان «کاربرد مهارت‌های ارتباطی صمیمانه» نشان دادند که این روش آموزشی - روانی باعث کاهش اضطراب، افزایش سازگاری، افزایش رضایت و صمیمیت زناشویی شده است. (Waring and Kelon ۲۰۰۸) در پژوهشی با عنوان صمیمت زناشویی نشان دادن که خود افشایی یکی از پیش بینی کننده‌ها قوی صمیمت زناشویی است .

در مجموع شناخت عوامل موثر در بهبود روابط زناشویی و مدیریت آن، یکی از روش‌های در خور توجه در حل مشکلات و رسیدن به رضایت از زندگی زناشویی به شمار می‌رود (خجسته‌مهر و همکاران، ۱۳۹۴). شناخت این عوامل نه تنها به زوج درمانگر کمک می‌کند تا مشکل را تشخیص دهد، بلکه به زوجین نیز کمک می‌کند تا با شناختن این عوامل به ایجاد، تقویت و یا اصلاح آن‌ها پرداخته و به رضایتمندی و صمیمیت دست یابند (سودانی و همکاران، ۱۳۹۴). از این رو، نظر به پیامدهای ترس از صمیمت در زندگی زناشویی و بالا رفتن میزان طلاق در جامعه، تاثیر نامطلوب مشکلات ارتباطی در زندگی زوجها و فرزندان، ضرورت شناخت و یافتن راه‌حل‌های موثر در کاهش تعارضات، بهبود ارتباطات نامناسب زوجها و جستجوی زمینه‌های جدید برای تحقیق درباره مشکلات و تعارضات زناشویی جهت استفاده محققان و درمانگران خانواده، از دلایلی هستند که اهمیت و ضرورت این پژوهش را نشان می‌دهد. از این رو در این پژوهش به دنبال پاسخگویی به این سوال هستیم که آیا بین روابط کلامی - غیر کلامی با ترس از صمیمیت در زوجین رابطه وجود دارد یا خیر.

روش تحقیق

این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین ساکن شهر مشهد در سال ۱۳۹۶ بوده است که از میان آن‌ها ۳۱۰ نفر براساس فرمول کوکران و با روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. به منظور رعایت اصول اخلاقی، پیش از تکمیل پرسشنامه‌ها، پژوهشگران به تمام شرکت کنندگان این اطمینان را دادند که نتایج پرسشنامه‌ها محرمانه خواهد بود.

ابزارهای پژوهش:

۱- **مقیاس ارتباط اولیه (PCI):** یک پرسشنامه خودگزارشی ۲۵ سوالی و از نوع لیکرت ۵ درجه‌ای (۱=هرگز، ۵=همیشه) است که توسط (Navran, 1967) تدوین و برای ارزیابی ارتباط زناشویی و فراوانی وقوع رفتارهای ارتباطی کلامی و غیر کلامی استفاده شده است و دارای سه خرده مقیاس کلامی و غیر کلامی و ادراک فرد از توانایی‌ها خود می‌باشد. در جمعیت ایرانی این پرسشنامه توسط کیمیایی و همکاران (۱۳۹۴) هنجاریابی شده است. کیمیایی و همکاران (۱۳۹۴) به منظور محاسبه پایایی، پرسشنامه مذکور را روی ۳۲ زوج بالینی و ۵۰ زوج غیر بالینی که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شده بودند اجرا کرد. همسانی درونی (ضریب آلفای کرونباخ) کل پرسشنامه و خرده مقیاس‌ها کلامی، غیر کلامی، ادراک فرد از توانایی‌ها ارتباطی خود و ادراک همسر از توانایی‌ها ارتباطی فرد در بین زوج بغیر بالینی به ترتیب ۰/۶۶، ۰/۶۴، ۰/۲۱، ۰/۵۴، ۰/۵۷ و در بین زوج‌های بالینی برابر ۰/۷۵، ۰/۷۸، ۰/۷۴/۰/۴۹، ۰/۰ بود. همبستگی متقابل پرسشنامه ارتباط اولیه با مقیاس کارکردهای روانشناختی خانواده ایرانی و بعد ارتباط آن در بین زوج‌ها غیر بالینی به ترتیب ۰/۴۸ و ۰/۵۰ و در بین زوج‌ها بالینی به ترتیب برابر ۰/۳۴ و ۰/۲۹ بود. تحلیل عاملی اکتشافی



نیز ساختار دو عاملی بیچ آریاس^۱ (ادراک خویشتن - ادراک همسر) را تایید کرد. بعلاوه پرسشنامه ارتباط اولیه ابزاری معتبر و روایی برای سنجش ارتباط زوج‌ها بالینی و غیر بالینی و ادراک فرد از توانایی ارتباطی خود و ادراک همسر از توانایی ارتباطی اوست.

۲- مقیاس ترس از صمیمیت^۲ (FIS): مقیاس ترس از صمیمیت (FIS) دسکاتر و تلن، (۱۹۹۱)، یک مقیاس ۳۵ آیتمی خودگزارشی است. دسکاتر و تلن (۱۹۹۱) این مقیاس را به منظور سنجش اضطراب‌های مربوط به روابط نزدیک تهیه کردند؛ خواه افراد در یک رابطه عاشقانه درگیر باشند یا خیر. همچنین این مقیاس ترس افراد را در دامنه وسیعی از موقعیت‌ها و روابط بین شخصی آشکار می‌سازد (شرمن و تلن، ۱۹۹۶). از آزمودنی‌ها خواسته می‌شود در حالی که تصور می‌کنند در یک رابطه نزدیک قرار دارند، به تکمیل پرسشنامه بپردازند و هر یک از ۳۵ آیتم را بر روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای از ۱ (به هیچ وجه توصیف کننده من نیست) تا ۵ (کاملاً توصیف کننده من است) درجه بندی کنند (فلاح زاده و همکاران، ۱۳۹۱). دسکاتر و تلن (۱۹۹۱) برای تعیین پایایی و روایی مقیاس ترس از صمیمیت از دانشجویان استفاده کردند. برای تعیین روایی سازه و روایی افتراقی (واگرا)، آزمودنی‌ها نسخه‌های اصلاح شده پرسشنامه خود افشایی جورارد (JSDQ)، مقیاس صمیمیت اجتماعی میلر (MSIS)، مقیاس تجدید نظر شده تنهایی یوکلا (RULS)، مقیاس جذابیت اجتماعی مارلو-کرون (M-CSPS)، فرم کوتاه نیاز به شناخت (NCS) و آیتم خودسنجی دوستی و صمیمیت را تکمیل کردند. نتایج مطالعه اولیه نشان داد که FIS از همسانی درونی بالا (آلفای کرونباخ، ۰/۹۳) و پایایی باز آزمایی بالایی ($r=0/89$) برخوردار است. به علاوه تحلیل عاملی این آزمون نشان داد که تنها یک عامل که ۳۳/۴٪ واریانس را برآورد می‌کند در مقیاس غالب است، که حاکی از روایی سازه این مقیاس به عنوان آزمونی است که ماهیتاً تک بعدی است. این مقیاس در جامعه ایرانی، توسط فلاح زاده، فرزاد و فلاح زاده (۱۳۹۰) هنجار شده و روایی و پایایی آن بررسی شده است که همسانی درونی کل مقیاس ۰/۸۳، عامل ۱، ۰/۸۱ و عامل ۲، ۰/۷۹ و ضریب اعتبار بازآزمایی کل مقیاس ۰/۹۲ و برای عامل‌های فرعی ۱ و ۲ به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۵ به دست آمد.

^۱. Aryas Bich

^۲Fear of Intimacy Scale



یافته‌ها

در این مطالعه، نقش روابط کلامی و غیرکلامی در پیش بینی ترس از صمیمیت در زوجین مورد بررسی قرار گرفت. جدول ۱ مشخصات جمعیت شناختی شرکت کنندگان پژوهش را نشان می دهد.

جدول ۱. داده های جمعیت شناختی شرکت کنندگان در پژوهش

متغیرها	فراوانی	درصد فراوانی
جنسیت	مرد	۱۵۵
	زن	۱۵۵
تحصیلات	زیردیپلم	۲۶
	دیپلم	۱۰۳
	فوق دیپلم	۴۴
	لیسانس	۱۰۷
	فوق لیسانس و بالاتر	۳۰
سن (سال)	میانگین	۳۶/۹۶
	انحراف معیار	۸/۹۴
مدت ازدواج (سال)	میانگین	۱۱/۸۹
	انحراف معیار	۸/۰۱

همانطور که جدول ۱ نشان می دهد، از ۳۱۰ نفر شرکت کننده در پژوهش، ۱۵۵ نفر مرد و ۱۵۵ نفر زن بوده اند. میانگین و انحراف معیار سن شرکت کنندگان به ترتیب ۳۶/۹۶ و ۸/۹۴ بوده است. همچنین، میانگین و انحراف معیار در مدت ازدواج شرکت کنندگان ۱۱/۸۹ و ۸/۰۱ بوده است. اکثریت زوجین شرکت کننده در پژوهش، دارای تحصیلات لیسانس (۳۴/۵ درصد) و بعد از آن دارای تحصیلات دیپلم ۳۳/۲ بوده اند. ۸/۴ درصد از زوجین دارای تحصیلات زیردیپلم بودند.

جدول ۲. میانگین، انحراف معیار و ماتریس ضریب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. ارتباط اولیه (نمره کل)	۱					
۲. ارتباط کلامی	۰/۹۵**	۱				
۳. ارتباط غیرکلامی	۰/۶۶**	۰/۴۴**	۱			
۴. ترس از صمیمیت	۰/۵۱**	۰/۵۳**	۰/۳۲**	۱		

**P < ۰/۰۱

همانطور که جدول ۲ نشان می دهد، بین ارتباط کلامی و ترس از صمیمیت همبستگی ۰/۵۳- بدست آمده که معنادار می باشد (P < ۰/۰۱). همچنین بین ارتباط غیرکلامی با ترس از صمیمیت همبستگی ۰/۳۲- بدست آمد که معنادار بود (P > ۰/۰۱). همچنین بین ارتباط اولیه زوجین (نمره کلی) با ترس از صمیمیت رابطه معناداری مشاهده شد (P = ۰/۰۱؛ r = -۰/۵۱).



جدول شماره ۳ و ۴ خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون را نشان می دهد. در تحلیل رگرسیون، ارتباط کلامی و غیر کلامی به عنوان متغیر پیش بین و ترس از صمیمیت به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شدند.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش بینی ترس از صمیمیت از طریق ارتباط کلامی و غیر کلامی

متغیر ملاک	R	^۲ R	تعدیل شده ^۲ R	F	p
ترس از صمیمیت	۰/۵۴	۰/۲۹	۰/۲۹	۶۴/۷۴	۰/۰۰۱

همانطور که جدول ۳ نشان می دهد، مقدار ضریب همبستگی چندگانه بین ارتباط کلامی و غیر کلامی با ترس از صمیمیت ۰/۵۴ و میزان R^2 برابر ۰/۲۹ می باشد. یعنی ۲۹ درصد واریانس نمرات ترس از صمیمیت از طریق ارتباط کلامی و غیر کلامی قابل تبیین است. به منظور بررسی معناداری ضریب همبستگی بدست آمده، از آزمون تحلیل واریانس استفاده شد که نتایج آن نشان می دهد که میزان F بدست آمده معنادار است ($p < ۰/۰۰۱$ ، $F(۲ و ۳۰۹) = ۶۴/۷۴$).

جدول ۴. شاخص های تحلیل رگرسیون چندمتغیره با روش ورود همزمان

متغیر پیش بین	B	SE	β	t	P
ارتباط کلامی	-۱/۱۳	۰/۱۲	-۰/۴۸	-۹/۱۷	۰/۰۰۱
ارتباط غیر کلامی	-۰/۵۱	۰/۲۵	-۰/۱۰	-۱/۹۸	۰/۰۴

جدول ۴ خلاصه تحلیل رگرسیون پیش بینی ترس از صمیمیت از روی ارتباط کلامی و غیر کلامی را نشان می دهد. ارتباط کلامی ۴۸ درصد ($\beta = -۰/۴۸$) و ارتباط غیر کلامی ۱۰ درصد ($\beta = -۰/۱۰$) از ترس از صمیمیت را پیش بینی می کنند. با توجه به آماره های t، متغیر ارتباط کلامی می تواند با ۹۹ درصد اطمینان، تغییرات مرتبط با ترس از صمیمیت را در افراد گروه نمونه پیش بینی کنند. بدین ترتیب متغیر ارتباط کلامی و غیر کلامی توان پیش بینی ترس از صمیمیت را دارند.

بحث و نتیجه گیری

هدف اصلی این پژوهش، بررسی رابطه ارتباط کلامی و غیرکلامی با ترس از صمیمیت در زوجین بود. نتایج تحقیق نشان داد که ارتباط کلامی و غیرکلامی با ترس از صمیمیت زوجین رابطه معناداری دارد و ارتباط اولیه زوجین توان پیش بینی ترس از صمیمیت را دارند. این یافته همسو با نتایج پژوهش های کاهن (۱۹۹۰)، گوردون و دورانا (۱۹۹۹)، یو و همکاران (۲۰۱۴)، تومی (۱۹۸۳)، وارینگ و کلون (۲۰۰۸)، خجسته مهر و همکاران (۱۳۹۴) و سودانی و همکاران (۱۳۹۴) است که نتایج آن ها نشان می دهد که بین ارتباط کلامی و غیرکلامی و ترس از صمیمیت زوجین رابطه وجود دارد.

در تبیین این یافته می توان گفت که روابط بین زوجین بر روی رضایت و سازگاری زناشویی آنها تأثیر می گذارد و همان طور که نتایج تحقیق نیز نشان داد که کیفیت رابطه توان پیش بینی قوی برای رضایتمندی زناشویی است. ارتباط و نحوه تعامل زوجین با یکدیگر در پیشبینی رابطه زوجین نقش موثری ایفا می کند. هرچقدر زوجین بتوانند مشکلات، مسائل و خواسته های خود را با یکدیگر درمیان بگذارند و بتوانند احساسات مثبت و منفی نسبت به یکدیگر را ابراز کنند، ارتباط میان آن ها قوی تر و محکم تر خواهد شد و این مسئله روی صمیمیت زناشویی آن ها تأثیر مثبت می گذارد. علاوه براین، نشانه های غیرکلامی مانند حالت چهره، ژست ها، گوش دادن و زبان بدن طرف مقابل نیز در تداوم یک ارتباط نقش موثری دارد. زوجینی که نتوانند ارتباط مثبت چه کلامی و چه غیرکلامی با هم داشته باشند، ازدواج آن ها به پریشانی کشیده می شود و درگیر هیجان هایی مانند ترس و استرس می شوند و این ترس از صمیمیت زوجین را منجر می شود. زمانی که زوجین بتوانند با یکدیگر اطلاعاتی درمیان بگذارند و طرف مقابل نیز تأیید و حمایت کلامی و غیرکلامی ابراز کند، این امر روابط را صمیمانه تر می کند و زوجین از برقراری رابطه صمیمانه با یکدیگر ترسی نخواهند داشت. افرادی که ترس از صمیمیت دارند، خودافشایی پایینی دارند و از برقراری رابطه نزدیک با همسرشان اجتناب می کنند که این اجتناب از رابطه صمیمانه بر سازگاری زناشویی تأثیرات مخربی می گذارد. زوجینی که ترس از صمیمیت بالایی دارند، در مورد افکار و احساسات شخصی خود با همسرشان صحبت نمی کنند و همواره می ترسند که احساسات و افکار عمیق خود را با دیگران درمیان بگذارند. همواره این ترس و وحشت را دارند که در نتیجه یک ارتباط صمیمانه آسیب جدی ببینند و بنابراین از دیده شدن همواره هراسان هستند. احساس عمیق تنهایی، و انزوا و از خودبیگانگی را تجربه می کنند و نمی توانند به دیگران اعتماد کنند و ارتباط نزدیکی با دیگران برقرار نمی کنند و ترس از ایجاد صمیمیت و نزدیکی سبب می شود تا فرد ارتباط کارآمدی با دیگران برقرار نکند. عدم ابراز صمیمیت به دلیل ترس از ابراز آن بر رابطه زناشویی تأثیر منفی می گذارد و زوجین به تدریج از یکدیگر فاصله می گیرند و روابط بین آن ها سرد می شود. همان طور که نتایج تحقیق نیز نشان داد، روابط کلامی و غیرکلامی زوجین در بروز ترس از صمیمیت نقش دارد.

بنابراین، عدم برقراری روابط کلامی و غیرکلامی موثر زوجین بر روی ترس از صمیمیت آن ها تأثیر مثبت می گذارد و پیش بینی کننده ترس از صمیمیت زوجین است. نبود صمیمیت بین زوجین و ترس از ابراز آن در طولانی مدت به آشفتگی زناشویی منجر می شود که این مسئله نقش و اهمیت ارتباطات بین زوجین در سازگاری و صمیمیت زناشویی را نشان می دهد. با توجه به اهمیت ترس از صمیمیت در زوجین، پیشنهاد می شود تا در تحقیقات آتی سایر متغیرهای مرتبط با ترس از صمیمیت مانند ویژگی های شخصیتی، سبک های دلبستگی و... نیز در نظر گرفته شود. این پژوهش با محدودیت هایی از جمله: روش نمونه گیری در دسترس، مشکلات مربوط به انگیزه و دقت زوجین در تکمیل پرسشنامه ها و استفاده از ابزارهای خودگزارش دهی روبرو بوده است.

منابع

- اصلانی، خالد، جامعی، معصومه، و رجبی، غلامرضا ۱۳۹۴، اثربخشی آموزش تصویرسازی ارتباطی بر کیفیت روابط زناشویی زوج‌ها. فصلنامه روانشناسی کاربردی. ۹ (۴ پیاپی ۳۶)؛ ۵۳-۳۷.
- اورکی، محمد، جمالی، چمن، فرج‌الهی، مهران، کریمی فیروزجایی، علی، ۱۳۹۱، اثر بخشی آموزش برنامه غنی سازی ارتباط بر میزان سازگاری زناشویی دانشجویان متأهل. دوفصلنامه علمی - پژوهشی شناخت اجتماعی، ۱۰ (۲)، ۶۱-۵۱.
- برنستین، اف. و برنستین، ام، ۱۹۹۶، زناشویی درمانی از دیدگاه رفتاری ارتباطی، ترجمه پور عابدی نایینی و منشی. (۱۳۸۰)، تهران: انتشارات رشد.
- بشارت، محمد علی، ۱۳۹۱، رابطه ترس از صمیمیت و رضایت زناشویی در نمونه‌ای از زوجین ایرانی: نقش تعدیل کننده سبک‌های دلبستگی. دوفصلنامه مشاوره کاربردی، ۱ (۲)؛ ۱-۱۸.
- خجسته‌مهر، رضا، احمدی قوزلجه، احمد، سودانی، منصور و شرالی‌نیا، خدیجه ۱۳۹۴، اثربخشی درمان بافت‌نگر انصاف محور بر صمیمیت عاطفی و کیفیت زناشویی زوجین. فصلنامه روانشناسی کاربردی. ۹ (۲ پیاپی ۳۴)؛ ۹۶-۷۹.
- سودانی، منصور، داستان، نصیر، خجسته‌مهر، رضا، و رجبی، غلامرضا، ۱۳۹۴، مقایسه اثربخشی زوج درمانی روایتی و زوج درمانی رفتاری تلفیقی بر تاکتیک‌های حل تعارض زنان قربانی خشونت همسر. فصلنامه علمی پژوهشی زن و جامعه، ۶ (۳)؛ ۱۲-۱.
- عباسی بوردن‌دق، سکینه، ۱۳۹۰، بررسی و مقایسه اثربخشی زوج درمانی رفتاری-تلفیقی و رفتاری - شناختی بر الگوها و باورهای ارتباطی زوج‌های متقاضی طلاق. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.
- فاتحی زاده، مریم السادات، احمدی، سیداحمد ۱۳۸۴، بررسی رابطه الگوهای ارتباطی ازدواج و میزان رضایتمندی زناشویی زوجین شاغل در دانشگاه اصفهان. خانواده پژوهش، ۱۰ (۲)؛ ۴۳-۳۵.
- فلاح‌زاده، هاجر، ثنائی، باقر، و فرزاد، ولی اله، ۱۳۹۱، بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان محور و زوج درمانی سیستمی تلفیقی بر کاهش اضطراب صمیمیت زوجین. فصلنامه خانواده پژوهی، ۸ (۲)؛ ۴۸۴-۴۶۶.
- کول، کریس ۱۳۷۶، فهمیدن، فهماندن، ارتباط موثر. (پروانه کارکیا، مترجم). تهران: دانشگاه الزهرا.
- کیمیایی، سید علی، منصوری، احمد، منصوری، نسیم، ۱۳۹۳، ویژگی‌های روانسنجی و اعتبار یابی پرسشنامه ارتباط اولیه زناشویی: روابط کلامی - غیر کلامی (زیر چاپ در مجله روانشناسی کاربردی دانشگاه تهران)
- نظری، علی، محمد، ۱۳۸۶، مبانی زوج درمانی و خانواده درمانی. تهران: نشر علم.



- Descutner, Carol. and Thelen, Mark. (1991). Development and validation of a fear of intimacy scale. *Psychological Assessment*, 3(2), 218-225.
- Fletcher, Garth. (2002). The new science of intimate relationships. Oxford: Blackwell Publishers Ltd
- Gordon ,Loei. And Dorana,Malkolm.(۱۹۹۹).Assesment asan option In J.C. Hansen(Ed.),Divorce Meditation.66-67.
- Gottman, John. and Notarius, Cliff. and Markman's, Howard. (1977) .The Topography of marital Conflict : A Sequential analysis of verbal behavior. *Journal of Marriage and the Family* 39,461 -477.
- Greeff, Abraham. And malherbe, Hildegare. (2001). Intimacy and marital satisfaction in spouses. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 27, 247-257.
- Kahn, Malcolm. (1970). Non-Verbal Communication and Marital Satisfaction. *Fam Proc*, 9, 449-456.
- Lawson, Wendy (2008). Improving couple communication through the imago getting the love you want workshop for couples. Master of Science dissertation. University of Stellenbosch
- Montesi, Jennifer. And Conner, Bradley. and Gordon, Elizabeth. and Fauber, Robert. and Kim, Kevin. and Heimberg, Richard. (2013). On the Relationship Among Social Anxiety, Intimacy, Sexual Communication, and Sexual Satisfaction in Young Couples. *Archives of Sexual Behavior*. 42(1) ; 81–91.
- Navran, Leslie. (1967). Communication and adjustment in marriage. *Family Process*, 6(2), 173-184.
- Phillips Tommy. and Wilmoth Joe. and Wall Sterling. and Peterson David.and Buckley Richrd.and Phillips Leon. (2013). Recollected Parental Care and Fear of Intimacy in Emerging Adults. *The Family Journal* July 2013 vol. 21 no. 3 335-341
- Sheras, Peter. and Koch-Sheras, Phyllis. (2006). Couple power therapy: building commitment, cooperation, communication, and community in relationships. Washington, DC: American Psychological Association.
- Sobral Mari. and Matos Paula. and Costa Maria. (2014). Fear of intimacy among couples: dyadic and mediating effects of parental inhibition of exploration and individuality and partner attachment. *Journal Family sience*.6(1);380-388.
- Sobral Maria. and Costa Maria. (2015). Development of the Fear of Intimacy Components Questionnaire (FICQ) Embracing a Dependence Component. *European Journal of Psychological Assessment*, Vol 31(4), 2015, 302-309.
- Szymanski Dawn, and Hilton Angela. (2013). Fear of Intimacy as a Mediator of the Internalized Heterosexism-Relationship Quality Link Among Men in Same-Sex Relationships. *Contemp Fam Ther* (2013) 35: 760.
- Toomey, Stella. (1983). An analysis of verbal communication patterns in high and low marital
- Vangelisti, Anita. and Beck, Gary. (2007). *Intimacy and fear of intimacy*. In L. L. Abate, D. D. Embry, & M. S. Baggett (Eds.), *Handbook of low-cost interventions to promote physical and mental health: Theory, research, and practice* (pp. 395-414). Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Waring, Edward. and Holden, Ronald. and Wesly, Stephen. (1998). Development of the marital selfdisclosure questionnaire. *Journal of Clinical Psychology*, 54(6), 817-824.
- Yoo, Hana. and Bartle-Haring, Suzanne. and Day, Randal. and Gangamma, Rashmi. (2014). Couple communication, emotional and sexual intimacy, and relationship satisfaction. *J Sex Marital Ther*. 40(4):275-93.



The role of verbal and nonverbal communications in predicting fear of intimacy among couples

Rahmani Maryam¹

Master student in Family counseling, Faculty of education and psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran

Kimiaee Seyed Ali^{2*}

education, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran (Corresponding author)

Asghari Ebrahimabad MJ³

Abstract

Introduction: The aim of this study was to investigate the role of verbal-nonverbal communications in predicting fear of intimacy among couples. **Methods:** This research was a descriptive and correlational. Statistical population was all married couples living in city of Mashhad. Participants were 310 couples selected through convenience sampling in Mashhad. Research tools included Primary Communication Inventory (PCI) and Fear of Intimacy scale (Descutner and Thelen). The data was analyzed by Pearson's correlation and liner regression using SPSS. **Results:** Results showed that there was relationship between primary communication and verbal and nonverbal communications subscales with fear of intimacy ($p < 0/01$). Results of regression also revealed that verbal and nonverbal communications predicted fear of intimacy among couples ($p < 0/001$). **Conclusion:** According to finding, verbal and nonverbal communications can influence on fear of intimacy among couples.

Keywords: verbal communication, nonverbal communication, fear of intimacy, couples