



Presenting an Actor-Partner Interdependence Model in Examining the Role of Self- Compassion on Dyadic Conflict Resolution Styles for Couples

Somayeh Saeeda¹, Fereshteh Mootabi², Mina Pahlavan³,
Hamidreza Hasanabadi^{4*}

1. PhD Candidate in Clinical Psychology, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Science, Shahed University, Tehran, Iran. Email: somayeh.saeeda@yahoo.com
2. Assistant Professor, Department of psychology, Faculty of Psychology and Educational Science, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran. Email: fmootabi@gmail.com
3. MSc Student, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Science, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran. Email: minapahlavan1368@gmail.com
4. Corresponding Author, Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of psychology and Educational Science, Kharazmi University, Tehran, Iran. Email: dr_hassanabadi@khu.ac.ir

ARTICLE INFO

Article type:
Research Article

Article History:
Received: 29 Oct 2021
Revised: 11 Dec 2021
Accepted: 6 Jan 2022
Published Online: 21 Aug 2023

Keywords:
Actor-Partner Interdependence Model, Conflict Resolution Styles, Couple, Self-Compassion.

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the impact of self-compassion on couples' dyadic conflict resolution strategies. This study involved multivariate correlation and an actor-partner interdependence model. In 2020, the statistical population consisted of all Tehran-dwelling couples. The research sample consisted of 167 couples (334 individuals) selected using the available sampling method. Rahim Organizational Conflict Inventory-II (ROCI-II) and Self-Compassion Scale (SCS) were utilized. The collected data were initially analyzed using the SPSS-23 software. Then, in order to study the dyadic effects of couples' characteristics, the actor-partner interdependence model and the R programming language were utilized. The actor effect of the first model demonstrated that a man's self-compassion can directly and significantly predict his constructive conflict resolution manner, whereas this is not the case for women. In addition, due to the actor effect of the second model, self-compassion was unable to predict the couples' manner of avoiding conflict resolution. Self-compassion can significantly predict the dominant conflict resolution style of couples, as demonstrated by the third model's actor effect. By promoting self-compassion skills in even one spouse, it is likely that couples' conflict resolution will be more productive and their relationship will improve, as suggested by these encouraging results.

Cite this article: Saeeda, S., Mootabi, F., Pahlavan, M., & Hasanabadi, H. (2023). Presenting an Actor-Partner Interdependence Model in Examining the Role of Self- Compassion on Dyadic Conflict Resolution Styles for Couples. *Journal of Applied Psychological Research*, 14(2), 299-316. doi: 10.22059/japr.2023.333120.644061.





ارائه مدل وابستگی عامل-شریک در بررسی نقش خودشفقت‌ورزی بر سبک‌های حل تعارض متقابل زوجین

سمیه سعید^۱، فرشته موتابی^۲، مینا پهلوان^۳، حمیدرضا حسن‌آبادی^{۴*}

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران. رایانامه: saeeda@yahoo.com

۲. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران. رایانامه: fmootabi@gmail.com

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد خانواده‌درمانی، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران. رایانامه:

minapahlavan1368@gmail.com

۴. نویسنده مسئول، دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران. رایانامه: dr_hassanabadi@khu.ac.ir

چکیده

اطلاعات مقاله

هدف این پژوهش، بررسی نقش خودشفقت‌ورزی بر سبک‌های حل تعارض متقابل زوجین بود. طرح پژوهش، همبستگی چندمتغیری و از نوع مدلسازی وابستگی متقابل عامل-شریک بود. جامعه آماری تحقیق را کلیه زوجین ساکن شهر تهران در سال ۱۳۹۹ تشکیل دادند. نمونه پژوهش ۱۶۷ زوج (۳۳۴ نفر) بودند که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده، پرسشنامه سبک‌های حل تعارض (ROCI-II) و مقیاس خودشفقت‌ورزی (SCS) بود. تحلیل مقدماتی داده‌ها از طریق نرم‌افزار SPSS-23 انجام گرفت. سپس به منظور مطالعه تأثیرات متقابل ویژگی‌های همسران، از دستورات عمل روش مدلسازی وابستگی متقابل و نرم‌افزار R استفاده شد. اثر عامل در مدل اول نشان داد خودشفقت‌ورزی مردان می‌تواند سبک‌های حل تعارض سازنده را در او به صورت مستقیم و معنادار پیش‌بینی کند. اما در زنان، قابلیت این پیش‌بینی را ندارد. همچنین در اثر عامل مدل دوم، خودشفقت‌ورزی قابلیت پیش‌بینی سبک حل تعارض اجتناب همسران را نداشت. اثر عامل در مدل سوم نیز نشان داد خودشفقت‌ورزی می‌تواند سبک حل تعارض سلطه همسران را به صورت معکوس و معنادار پیش‌بینی کند. این نتایج نویدبخش آن است که با ارتقای مهارت خودشفقت‌ورزی حتی در یکی از همسران، می‌توان انتظار داشت که حل تعارض زوجین سازنده‌تر شود و رابطه آنان بهبود یابد.

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخ‌های مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۸/۰۷

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۰/۰۹/۲۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۰/۱۹

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۵/۳۰

کلیدواژه‌ها:

خودشفقت‌ورزی، زوج، سبک‌های حل تعارض، مدل وابستگی عامل-شریک.

استناد: سعید، س.، موتابی، ف.، پهلوان، م.، و حسن‌آبادی، ح. (۱۴۰۲). ارائه مدل وابستگی عامل-شریک در بررسی نقش خودشفقت‌ورزی بر سبک‌های حل تعارض متقابل زوجین.

فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی، ۱۴(۲)، ۲۹۹-۳۱۶. doi: 10.22059/japr.2023.333120.644061

ناشر: انتشارات دانشگاه تهران

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2023.333120.644061>

© نویسندگان.



۱. مقدمه

تعارض در زندگی زناشویی اجتناب‌ناپذیر است و آنچه زوجین سازگار و ناسازگار را از هم متمایز می‌کند، نحوه برخورد با تعارض و چگونگی حل آن است (دویس^۱، ۲۰۱۵). برخورد و حل تعارض به شیوه‌های مخرب، نه‌تنها کیفیت رابطه زوجی را تضعیف می‌کند، بلکه بر سلامت جسمی و روانی زن و شوهر نیز تأثیرگذار است (تاگارت، بنون و همت^۲، ۲۰۱۹). رحیم^۳ (۱۹۸۳) براساس دو شاخص اهمیت‌دادن به خود و اهمیت‌دادن به دیگران، پنج نوع سبک حل تعارض را بیان می‌کند که عبارت‌اند از: سبک‌های وظیفه^۴، مصالحه^۵، مشارکت^۶، اجتناب^۷ و سلطه^۸. در سبک وظیفه، فرد اهمیت اندکی به خود و اهمیت زیادی به دیگران می‌دهد که می‌تواند نشان‌دهنده نوعی اضطراب باشد. سبک مصالحه در میان سایر سبک‌ها از موضع میانه برخوردار است و افراد در آن، به میزان یکسانی به خواسته خود و دیگران اهمیت می‌دهند. این سبک براساس دادوستد اتخاذ می‌شود و فرد با تأمین شدن برخی از نیازها، نه همه آن‌ها، قادر به تجربه حس رضایت خواهد بود. سبک مشارکت نیز مستلزم اهمیت‌دادن زیاد به خود و دیگران و تشریک‌مساعی بین دو طرف است. این سبک به بررسی تفاوت‌ها، یافتن راه‌حل قابل قبول و مورد پسند برای دو طرف و مبادله اطلاعات، مرسوم است (بن آری و هیشبرگ^۹، ۲۰۰۹). سبک اجتناب با اهمیت اندک به خود و دیگران تعریف می‌شود و معمولاً با کناره‌گیری همراه است. سبک سلطه نیز به وسیله اهمیت‌دادن زیاد به خود و اهمیت‌دادن کم به دیگران مشخص می‌شود که از آن با عنوان سبک رقابتی نیز نام برده می‌شود. می‌توان گفت سبک‌های مشارکت، وظیفه و مصالحه، زوجین را به سمت رضایت زناشویی و ثبات بیشتر می‌برند و سبک‌های سازنده حل تعارض در نظر گرفته می‌شوند. سبک سلطه و اجتناب تأثیر منفی بر رضایت زناشویی دارند و بی‌ثباتی در ازدواج را افزایش می‌دهند (رزم‌گر و اصغری ابراهیم‌آباد، ۱۳۹۹).

با توجه به اهمیت چگونگی حل تعارض در کیفیت رابطه زناشویی، دانستن اینکه چه عواملی سبب می‌شود زوجین به شیوه‌های گوناگون به حل مشکلات خود بپردازند، ضروری به نظر می‌رسد. بنا بر مطالعات یارنل و نف^{۱۰} (۲۰۱۳) و علی اکبری و امیری^{۱۱} (۲۰۱۶)، سبک‌های حل تعارضی که فرد انتخاب می‌کند، هم ریشه در عوامل بیرونی مثل فرهنگ و شرایط موقعیتی (مثل نابرابری قدرت یا میزان حمایت ادراک شده از طرف مقابل) و هم در عوامل روان‌شناختی درونی (صفات فردی) دارد. از جمله عوامل فردی که به نظر می‌رسد بر رفتار تعارضی شخص در رابطه تأثیرگذار است، اهمیت به خواسته خود در برابر اهمیت به خواسته همسر است (فینچام و بیچ^{۱۲}، ۲۰۱۰) که ارتباط زیادی با مفهوم روان‌شناختی خودشفقت‌ورزی^{۱۳} دارد. خودشفقت‌ورزی از مفاهیم نسبتاً جدید روان‌شناختی است که در سال‌های اخیر، سازه‌های مهم در تعدیل واکنش افراد به موقعیت‌های ناراحت‌کننده به‌شمار می‌آید (پیینگ و همکاران^{۱۴}، ۲۰۱۵) و با سه مؤلفه اصلی مهربانی با خود در مقابل قضاوت خود^{۱۵}، احساس مشترک انسانی در مقابل انزوا^{۱۶} و ذهن‌آگاهی در مقابل همانندسازی افراطی^{۱۷} تعریف می‌شود (نف^{۱۸}، ۲۰۰۳ الف). ترکیب این مؤلفه‌ها ویژگی‌های فردی است که به خود شفقت می‌ورزد. به نظر می‌رسد افراد خودشفقت‌ورزتر احتمالاً مهارت‌های بیشتری در حل تعارض دارند؛ زیرا نگاه مهربانانه و نه قضاوت‌گر دارند، توانایی دیدن از نگاه طرف مقابل را در خلال اختلاف‌نظرها دارند و

1. Davis
2. Taggart, Bannon, & Hammett
3. Rahim
4. obligating style
5. compromising style
6. integrating style
7. avoiding style
8. dominating style
9. Ben-Ari & Hishberrg
10. Yarnell & Neff
11. Aliakbari & Amiri
12. Fincham & Beach
13. Self-Compassion (SC)
14. Pepping et al.
15. self-kindness versus self-judgment
16. common humanity versus isolation
17. mindfulness versus over-identification
18. Neff

علی‌رغم توجه ذهن‌آگاهانه به نقص‌های خود، مشکل پیش‌رو را نه بحرانی شخصی، بلکه بخشی از مقتضیات انسان‌بودن می‌بینند (جاکوبسن و همکاران^۱، ۲۰۱۸). یارنل و نف (۲۰۱۳) مطرح کردند که افراد خودشفقت‌ورزتر، حین تعارض آشفتگی کمتری را تجربه می‌کنند، پس با احتمال بیشتری تعارض‌های رابطه با شریک عشقی خود را با راه‌حل‌های سازشی حل می‌کنند؛ به طوری که بین نیازهای خودشان و نیازهای دیگری تعادل برقرار باشد. وقتی فرد با تعارض در رابطه روبه‌رو می‌شود، خودشفقت‌ورزی کمک می‌کند تا شدت احساسات خود را تسکین دهد، امنیت هیجانی و عاطفی مورد نیاز برای تأیید نقش خود در تعارض را احساس کند و بنابراین بعید است رفتارهای انتقادکننده، تحقیرکننده یا حالت دفاعی از خود نشان دهد. همچنین خودشفقت‌ورزی طی بروز معضلات ارتباطی، آرامش مورد نیاز برای صحبت کردن را در اختیار فرد می‌گذارد؛ به این معنی که می‌تواند از ایجاد دیوار سنگی بین دو طرف (اجازه بحث‌ندادن) جلوگیری کند (نف و دهم^۲، ۲۰۱۵). به بیان دیگر، افرادی که خودشفقت‌ورزی بیشتری دارند، در تعارضات زناشویی بهتر عمل می‌کنند و بیشتر قادرند از تکنیک‌های حل تعارض کارآمد استفاده کنند (شلکنز و همکاران^۳، ۲۰۱۷؛ کلیمکی^۴، ۲۰۱۹).

در راستای مطالب فوق، پژوهش‌هایی به بررسی اثر خودشفقت‌ورزی بر روابط بین‌فردی پرداخته‌اند. از جمله برنس و چن^۵ (۲۰۱۲) که مطالعه‌ای در زمینه عملکرد خودشفقت‌ورزی در افزایش انگیزه خودبهبودبخشی انجام دادند و به این نتیجه رسیدند که وقتی تعارض بین افراد خودشفقت‌ورز و همسرانشان حل می‌شود، احساس اعتمادبه‌نفس و بهزیستی روان‌شناختی در این افراد افزایش می‌یابد. پس ناراحتی از رابطه را کمتر احساس می‌کنند، از همسر خود عذرخواهی می‌کنند و جنبه‌های آسیب‌دیده رابطه‌شان را بهبود می‌بخشند. همچنین جاکوبسن و همکاران (۲۰۱۸) تحقیقی روی ۲۶۱ دانشجوی دارای رابطه عاشقانه به صورت آنلاین انجام دادند که نشان داد خودشفقت‌ورزی در کم‌شدن تنش‌های روان‌شناختی و بیشتر شدن عواطف مثبت حین رابطه و در نتیجه کیفیت بهتر رابطه نسبتاً مؤثر است. یارنل و نف (۲۰۱۳) نیز پژوهشی به منظور بررسی اثر شفقت در برقراری تعادل بین نیازهای خود و نیازهای دیگران در موقعیت‌های تعارض با پدر، مادر، دوستان نزدیک و شریک عاطفی روی ۵۰۶ دانشجو انجام دادند. نتایج تحقیق آن‌ها نشان داد خودشفقت‌ورزی بیشتر، احتمال مصالحه و سازش در تعارض را بیشتر و احتمال تبعیت از خود و آشفتگی هیجانی^۶ را کمتر می‌کند و در کل سطح بهزیستی را در رابطه افزایش می‌دهد. همچنین در این تحقیق اشاره شد که در ارتباط با پدران و شرکای عاطفی، ارتباط بین خودشفقت‌ورزی و بهبود رابطه، با تصمیم‌گیری سازشی میانجی‌گری می‌شود. به این معنی که خودشفقت‌ورزی بیشتر به تصمیم‌گیری‌های حین تعارض سازشی‌تر و متعاقباً بهبود کیفیت رابطه بین افراد نزدیک منجر می‌شود.

به‌طور کلی باید گفت در سال‌های اخیر، گسترش مفهوم شفقت تا مرزهای روابط بین‌فردی رسیده است، اما هنوز مطالعات در زمینه بین‌فردی شفقت بسیار اندک است. مرور یافته‌ها نشان می‌دهد جز چند مطالعه معدود که اثرگذاری این سازه در روابط عاشقانه را تأیید می‌کند و در برخی موارد، آن را پیش‌بینی‌کننده رضایت و کیفیت زندگی زناشویی نشان می‌دهد، شواهد بیشتری در حیطه بین‌فردی آن در دست نیست. به‌علاوه همین مطالعات انگشت‌شمار نیز محدودیت‌های مهمی از جمله بررسی تمام روابط نزدیک و نه همسران و عدم بررسی متقابل نقش خودشفقت‌ورزی با نمونه‌گیری از هر دو همسران و... دارند که اهمیت بررسی موضوع تحقیق حاضر را هرچه بیشتر خاطر نشان می‌سازد. علاوه بر خلأهای فوق باید افزود که شواهد تجربی و پژوهشی نشان می‌دهد برخورد زوجین با تعارض، شاخصی کلیدی در روابط زناشویی موفق است و ناکامی در مدیریت آن، موجب تخریب زندگی زناشویی و به‌خطرافتادن سلامت جسمی و روانی زوجین می‌شود (پولاک و سینی^۷، ۲۰۱۹). به این ترتیب فهم عوامل تأثیرگذار بر رفتار سازنده‌تر زن و شوهر در مواجهه با تعارض، علاوه بر غنی‌سازی ادبیات پژوهشی در این حوزه، می‌تواند به پیشگیری و مداخلات بالینی سودمندتر در زمینه زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی کمک کند؛ بنابراین، سؤال اصلی پژوهش حاضر این

1. Jacobson et al.
2. Neff & Dahm
3. Chellekens et al.
4. Klimecki
5. Breines & Chen
6. emotional turmoil
7. Polak & Saini

است که آیا خودشفقت‌ورزی هریک از همسران بر سبک‌های حل تعارض خود و همسرش اثرگذار است. از این رو پژوهش حاضر، با هدف بررسی نقش خودشفقت‌ورزی زوجین در سبک‌های حل تعارض خود و همسر با استفاده از مدلسازی وابستگی متقابل عامل-شریک انجام شد.

۲. روش

۲-۱. جامعه، نمونه و روش اجرا

پژوهش حاضر، توصیفی و همبستگی است. طرح پژوهش از نوع مدلسازی و روش مدلسازی وابستگی متقابل عامل-شریک^۱ است که در واقع یک روش همبستگی چندمتغیری به‌شمار می‌آید. جامعه آماری شامل کلیه زوجین ساکن در شهر تهران در سال ۱۳۹۹ است که با یکدیگر زندگی کنند و هر دو نفر آن‌ها حاضر به شرکت در پژوهش باشند. روش جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش میدانی و با ابزار پرسشنامه است. نمونه‌گیری به روش در دسترس از جامعه آماری انجام گرفت. ملاک‌های ورود عبارت بود از: گذشتن حداقل یک سال از ازدواج، زندگی زیر یک سقف و نداشتن سابقه بیماری‌های سایکوتیک به اظهار خود فرد. ملاک‌های خروج نیز شامل موارد زیر بود: عدم پاسخگویی زن یا شوهر به بیش از ۱۰ درصد سؤالات یا پاسخ‌دهی بی‌دقت و پاسخ غلط به دو مورد از سه پرسش توجه و دقت در فرم‌ها. در خصوص حجم نمونه، با محاسبه به روش سنتی در پژوهش‌های چندمتغیری از جمله پژوهش حاضر، برای ارزیابی هر پارامتر ۲۰ زوج منظور می‌شود (میرز، گامست و گارینو^۲، ۱۳۹۱). پس حداقل نمونه لازم ۱۲۰ زوج تعیین شد. طی نمونه‌گیری، با در نظر گرفتن احتمال ریزش نمونه‌ها و عدم همکاری هردوی زوجین، پرسشنامه‌ها بین ۲۰۰ زوج ساکن تهران توزیع شد که پس از حذف زوجین دارای معیارهای خروج، در نهایت ۱۶۷ زوج (۳۳۴ نفر) به‌عنوان نمونه نهایی وارد تحلیل شدند. این تعداد، از حداقل نمونه مورد نیاز (۴۷ زوج) بیشتر است که توان بیشتر مدل و افزایش کیفیت تحقیق را نشان می‌دهد. در طول پژوهش، به هر زوج یا فرد متأهل که آمادگی خود را برای شرکت در پژوهش اعلام کردند، بسته‌ای شامل دو مجموعه پرسشنامه یکی متعلق به زن و دیگری مربوط به شوهر داده شد، که محتوا و کد یکسانی داشتند و فقط از لحاظ ترتیب قرارگیری پرسشنامه‌ها متفاوت بودند که برای جلوگیری از پاسخ‌های مشابه زوج به سؤالات انجام شد. هر مجموعه شامل دستورالعمل، فرم رضایت برای شرکت در پژوهش، فرم اطلاعات دموگرافیک و دو پرسشنامه پژوهش بود که توسط شرکت‌کنندگان مطالعه و امضا و پر می‌شدند. در بخش دستورالعمل، شرایط شرکت در پژوهش تشریح و تأکید شد که سؤالات باید توسط زن و شوهر به‌صورت جداگانه و بدون مشورت با همسر پاسخ داده شود. ضمناً در هر مجموعه، سه سؤال برای آزمودن توجه و دقت کافی پاسخ‌دهنده گنجانده شد که شامل دو مورد «لطفاً گزینه انتخابی خود را در سؤال ۱۵ مجدداً وارد کنید» و در انتها یک مورد «سؤالات را با توجه کافی خوانده و به آن‌ها پاسخ دقیق داده‌ام» بود.

۲-۲. ابزارهای پژوهش

۲-۲-۱. پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم^۳ (ROCI-II)

این پرسشنامه توسط رحیم (۱۹۸۳) با هدف ارزیابی سبک‌های حل تعارض افراد ساخته شده است. پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم شامل سه فرم مجزای A و B و C است که مشابه یکدیگرند و به ترتیب فقط در اشاره به تعارض با رئیس، وابستگان یا همسالان متفاوت هستند (رحیم، ۱۹۸۳). نسخه اولیه پرسشنامه دارای ۳۵ ماده بود و نسخه‌های اصلاح‌شده دوم دارای ۲۸ ماده و ۵ خرده‌مقیاس‌اند و هر خرده‌مقیاس، یک سبک حل تعارض بین‌فردی را نشان می‌دهد. در این پژوهش، از نسخه B استفاده شد که اشاره به تعارض با وابستگان (همسر) دارد. پنج سبک حل تعارض این پرسشنامه عبارت‌اند از: سبک مشارکت (۷ عبارت)، سبک سلطه (۵ عبارت)، سبک وظیفه (۶ عبارت)، سبک اجتناب (۶ عبارت) و سبک مصالحه (۴ عبارت). رحیم در مطالعه جامع نمونه ۱۲۱۹ نفری به تحلیل اعتبار و پایایی سبک‌های حل تعارض رحیم پرداخت. آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها در دامنه ۰/۷۲ تا ۰/۷۷ به‌دست آمد که همسانی درونی مناسب پرسشنامه را نشان می‌دهد (رحیم، ۱۹۸۳). در ایران،

1. Actor-Partner Interdependence Model (APIM)

2. Meyers, Gamst, & Gaurino

3. Rahim Organizational Conflict Inventory-II (ROCI-II)

این پرسشنامه ابتدا توسط باباپور (۱۳۸۵) اعتباریابی شد. اعتبار درونی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ $0/81$ به دست آمده است (باباپور، ۱۳۸۵). حقیقی، زارعی و قادری (۱۳۹۱) نیز اعتبارسنجی این پرسشنامه را در بین زوجین ایرانی انجام دادند. حقیقی، زارعی و قادری (۱۳۹۱) با تحلیل عاملی نسخه فارسی نشان دادند الگوی پنج‌عاملی حل تعارض رحیم (۱۹۸۳) در میان زوجین ایرانی از برازش مطلوبی برخوردار است. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها در پژوهش حقیقی و همکاران در دامنه $0/71$ تا $0/75$ قرار دارد. همچنین همبستگی خرده‌مقیاس‌های این ابزار با پرسشنامه اشتراوس^۱ (CRQ) در مطالعه حقیقی، زارعی و قادری (۱۳۹۱) نشان‌دهنده روایی مطلوب نسخه فارسی پرسشنامه سبک‌های حل تعارض است. آلفای کرونباخ برای مقیاس حل تعارض در این پژوهش نیز در دامنه $0/69$ تا $0/78$ به دست آمد که همسانی درونی مناسب ابزار را نشان می‌دهد. شایان ذکر است ون دی ویلرت و کابانف^۲ (۱۹۹۰) معتقدند سبک یکپارچگی و مصالحه در مدل دووجهی (اهمیت‌دادن به خود و اهمیت‌دادن به دیگری)، دارای ساختار مشابه هستند و بیشترین ارتباط را با یکدیگر دارند. حقیقی، زارعی و قادری (۱۳۹۱) نیز در اعتبارسنجی نسخه فارسی تأکید می‌کنند که هم سبک یکپارچگی و هم مصالحه، از سبک‌های سازنده حل تعارض محسوب می‌شود و به کارگیری هردو مستلزم تشریک‌مساعی است؛ بنابراین در پژوهش حاضر، سبک مصالحه نیز از سبک‌های سازنده حل تعارض به‌شمار می‌آید و تحلیل داده‌ها با بررسی سه سبک حل تعارض سازنده در مدل اول، سبک اجتناب در مدل دوم و سبک سلطه در مدل سوم انجام می‌گیرد.

۲-۲-۲. مقیاس خودشفقت‌ورزی^۳ (SCS)

مقیاس خودشفقت‌ورزی توسط نف (۲۰۰۳) (الف) منطبق بر فرمول‌بندی او از مفهوم خودشفقت‌ورزی تدوین و اعتباریابی شد. این مقیاس نوعی مقیاس خودگزارش‌دهی با ۲۶ گویه و ۶ زیرمقیاس در قالب سه مؤلفه دوقطبی است که کیفیت رابطه فرد با تجارب خود را می‌سنجد. شش زیرمقیاس خودشفقت‌ورزی شامل مهربانی با خود (۵ گویه)، قضاوت خود (۵ گویه)، انسانیت مشترک (۴ گویه)، انزوا (۴ گویه)، ذهن‌آگاهی (۴ گویه) و همانندسازی افراطی (۴ گویه) است. نمره‌گذاری این مقیاس با استفاده از طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از تقریباً هیچ‌گاه (نمره صفر) تا تقریباً همیشه (نمره ۴) انجام می‌شود. ماده‌های خرده‌مقیاس‌های قضاوت خود، انزوا و همانندسازی افراطی به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. پایایی کلی آن با استفاده از روش آزمون کرونباخ $0/92$ محاسبه شد. همسانی درونی برای هر یک از زیرمقیاس‌ها مناسب و بین $0/75$ تا $0/81$ به دست آمده است. پایایی بازآزمایی به فاصله دو هفته نیز مطلوب و $0/93$ گزارش شد (نف، ۲۰۰۳). در ایران ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس توسط مؤمنی و همکاران (۱۳۹۲) ارزیابی شد. ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس در پژوهش مؤمنی و همکاران، $0/70$ به دست آمد که حاکی از همسانی درونی نسبتاً خوب در مقیاس است. ضریب همبستگی پیرسون میان نمرات آزمون و بازآزمون $0/89$ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی زیاد مقیاس است. آلفای کرونباخ در نسخه فارسی برای هر کدام از خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب برای مهربانی با خود $0/81$ ، قضاوت خود $0/79$ ، انسانیت مشترک $0/84$ ، انزوا $0/85$ ، ذهن‌آگاهی $0/80$ و همانندسازی افراطی $0/85$ است (مؤمنی و همکاران، ۱۳۹۲). آلفای کرونباخ این پژوهش نیز در تمام مدل‌ها در دامنه $0/72$ تا $0/81$ برآورد شد؛ بنابراین نتیجه‌گیری شد که این مقیاس، از پایایی و روایی مناسبی در جمعیت ایرانی برخوردار است و مقیاس مرسوم برای اندازه‌گیری خودشفقت‌ورزی محسوب می‌شود.

۲-۳. روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

بررسی تأثیر رابطه بر فرد و به عبارت دیگر اطلاع‌یافتن از تأثیراتی که ویژگی‌های هر یک از همسران بر همسر دیگر دارد، بدون گردآوری داده‌ها از هردو همسر و بدون روشی که زوج را در تحلیل در نظر گیرد، ممکن نیست. به این ترتیب در کنار تحلیل مقدماتی داده‌ها که با نرم‌افزار SPSS-23 انجام شد، تحلیل زوجی داده‌ها به روش مدل وابستگی متقابل عامل-شریک (کنی و کوک، ۲۰۰۵) و با نرم‌افزار R صورت گرفت. این روش، مدل اصلی برای اندازه‌گیری اثرات متقابل در روابط بین‌فردی است و در

1. Conflict Resolution Questionnaire (CRQ)

2. Van de Vliert & Kabanoff

3. Self-Compassion Scale (SCS)

این پژوهش به منظور مطالعه تأثیرات متقابل ویژگی‌های همسران، داده‌ها با استفاده از این مدل تحلیل شدند. کنی و کوک^۱ (۱۹۹۹) مدل وابستگی متقابل عامل-شریک را با این هدف معرفی کردند که بتوان داده‌های دونفری را با در نظر گرفتن عدم استقلالشان به نحوی دقیق‌تر و قابل اعتمادتر تحلیل کرد. در واقع بی‌توجهی به عدم استقلال داده‌ها موجب سوگیرانه شدن نتایج تحلیل آماری و افزایش خطاهای نوع اول و دوم یا محدود شدن سؤالات پژوهشی می‌شود که می‌توان مطرح کرد (کنی، کاشی و کوک^۲، ۲۰۰۶). با استفاده از مدلسازی وابستگی متقابل، هم تأثیر ویژگی هر فرد بر متغیر پیش‌بین خود (اثر عامل) و هم اثر ویژگی هر فرد بر متغیر پیش‌بین همسرش (اثر شریک) اندازه‌گیری می‌شود. در این مدل، همسران به صورت یک واحد دوتایی در نظر گرفته می‌شوند (داده‌های آن‌ها کاملاً از هم مستقل نیست و به هم وابسته‌اند). بدین ترتیب تأثیر متغیر مستقل بر متغیر وابسته نه تنها در هریک از آن‌ها، بلکه در طرف مقابل هم سنجیده می‌شود. در ایران این مطالعه جزو معدود پژوهش‌هایی است که بر اساس تحلیل آماری زوجی مطابق با روش مدلسازی وابستگی متقابل اجرا شده است. امید است با گسترش استفاده از روش‌های پیشرفته آماری برای تحلیل داده‌های زوجی، دانش موجود در زمینه پدیده‌های رابطه‌ای گسترش یابد.

۳. یافته‌ها

۳-۱. توصیف جمعیت‌شناختی

افراد نمونه در این پژوهش شامل ۱۶۷ زوج (۱۶۷ مرد و ۱۶۷ زن)، با میانگین سنی ۳۹/۸ و انحراف استاندارد ۹/۸۹ بود که از زمان ازدواج این افراد به طور متوسط ۱۲/۸ سال ($SD=9/89$) گذشته بود. ۱۲۸ نفر (۳۸/۳ درصد) دارای تحصیلات دیپلم و پایین‌تر، ۱۱۳ نفر (۳۳/۸ درصد) دارای تحصیلات فوق‌دیپلم و کارشناسی و ۹۳ نفر (۲۷/۹ درصد) دارای تحصیلات کارشناسی ارشد و دکتری بودند. همچنین ۲۱۴ نفر (۶۴/۱ درصد) از شرکت‌کنندگان یک یا دو فرزند، ۳۰ نفر (۹ درصد) از شرکت‌کنندگان سه فرزند و بیشتر، و ۹۰ نفر (۲۶/۹ درصد) از شرکت‌کنندگان بدون فرزند بودند.

۳-۲. توصیف شاخص‌ها

جدول ۱. شاخص‌های تمایل مرکزی و پراکندگی متغیرهای پژوهش

متغیر	مرد			زن		
	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	میانگین	انحراف استاندارد	کجی
مهربانی-قضاوت خود	۲۷/۵۴۵	۶/۱۸۸	۰/۱۰۵	۲۵/۶۸۹	۷/۰۶۶	-۰/۱۳۰
انسانیت مشترک-انزوا	۲۳/۶۱۷	۴/۴۲۸	۰/۰۶۰	۲۲/۷۱۹	۵/۵۵۴	-۰/۴۲۷
ذهن آگاهی-هماندسازی افراطی	۲۲/۱۹۲	۴/۶۶۵	۰/۲۶۲	۲۰/۱۹۲	۵/۱۴۹	-۰/۱۸۰
خودشفقت‌ورزی کل	۷۳/۳۵۳	۱۲/۳۹۲	۰/۲۴۲	۶۸/۵۹۹	۱۵/۲۷۷	-۰/۲۹۹
راهبردهای سازنده حل تعارض	۶۴/۴۲۵	۹/۳۸۹	۰/۶۷۷	۶۵/۲۸۷	۹/۱۲۲	-۱/۰۶۳
راهبرد حل تعارض اجتناب	۲۰/۰۲۴	۴/۰۹۲	۰/۴۳۰	۱۸/۷۳۱	۴/۴۳۵	-۰/۱۳۳
راهبرد حل تعارض سلطه	۱۳/۲۲۲	۳/۸۹۷	۰/۲۸۰	۱۴/۲۹۳	۴/۲۷۸	۰/۱۸۳

در جدول ۱ شاخص‌های گرایش مرکزی و پراکندگی متغیرهای خودشفقت‌ورزی (مهربانی-قضاوت خود، انسانیت مشترک-انزوا، ذهن آگاهی-هماندسازی افراطی) و راهبردهای حل تعارض (سازنده، سلطه و اجتناب) ارائه شده است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش بین زنان و مردان

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
خودشفقت‌ورزی زنان	۱							
خودشفقت‌ورزی مردان	۰/۱۳۳	۱						
راهبرد حل تعارض سازنده زنان	۰/۳۰	۰/۰۱۶	۱					
راهبرد حل تعارض سازنده مردان	۰/۰۱۶	۰/۱۸۱*	۰/۳۸۷**	۱				
راهبرد حل تعارض اجتناب زنان	۰/۰۰۱	-۰/۰۸۰	۰/۳۲۶**	۰/۰۹۰	۱			

1. Kenny & Cook
2. Kenny, Kashy, & Cook

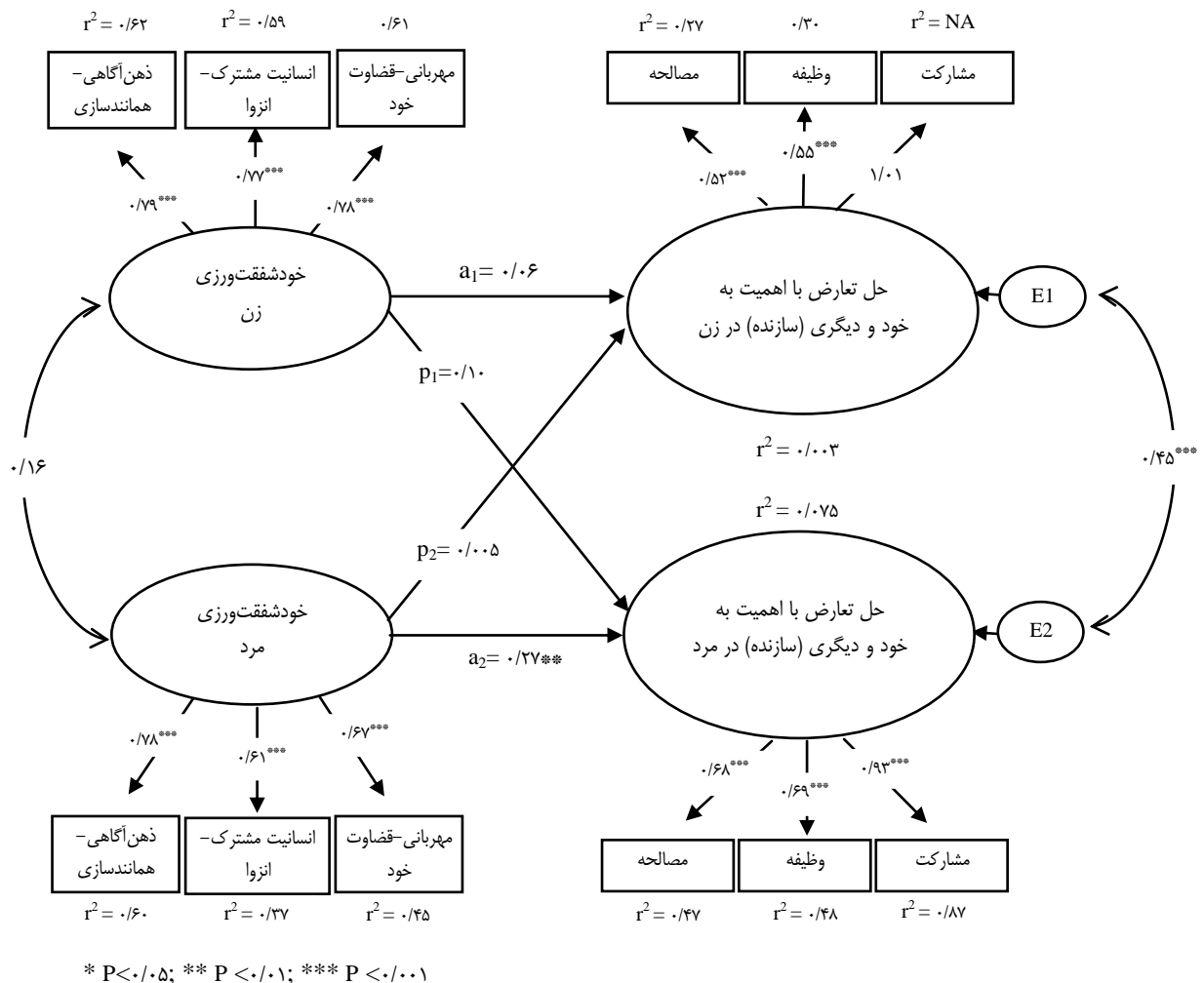
متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
راهبرد حل تعارض اجتناب مردان	۰/۰۵۲	-۰/۰۸۵	۰/۱۰۱	۰/۲۰۴**	۰/۱۴۳	۱		
راهبرد حل تعارض سلطه زنان	-۰/۲۷۳**	-۰/۱۶۶*	-۰/۱۳۸	-۰/۰۷۲	۰/۰۶۴	-۰/۰۳۱	۱	
راهبرد حل تعارض سلطه مردان	۰/۰۱۸	-۰/۱۷۰*	-۰/۰۲۸	-۰/۲۱۹**	۰/۰۸۶	-۰/۰۷۰	۰/۳۸۲**	۱

* $P < ۰/۰۵$; ** $P < ۰/۰۱$

۳-۳. ارزیابی مدل‌ها

پیش از ارزیابی مدل‌ها باید افزود که برای سنجش مفروضه عدم هم خطی از شاخص‌های تحمل و عامل تورم واریانس استفاده شد. نتایج نشان داد مقادیر شاخص تحمل بین ۰/۰۱ و ۱۰ است و هیچ‌یک از مقادیر عامل تورم واریانس بیشتر از ۱۰ نیست. براین اساس می‌توان از مفروضه عدم همخطی نیز اطمینان حاصل کرد.

شکل ۱ مدل روابط ساختاری درخصوص اثر خودشفقت‌ورزی مرد بر سبک‌های حل تعارض سازنده خود و همسرش را نشان می‌دهد که در آن، ضرایب مسیر متغیرهای پنهان با یکدیگر در زن و مرد و متغیرهای مکنون با نشانگرهای خود (P, β) در قالب اثر عامل زن (a_1)، اثر شریک زن (p_1)، اثر عامل مرد (a_2)، اثر شریک مرد (p_2)، ضریب تبیین (r^2) و خطای استاندارد (E) نمایش داده شده است.



شکل ۱. مدل وابستگی متقابل خودشفقت‌ورزی-سبک‌های سازنده حل تعارض به همراه ضرایب مسیر استاندارد

براساس این مدل، ضریب مسیر خودشفقت‌ورزی مرد به سبک‌های سازنده حل تعارض خودش به صورت مستقیم و معنادار ۰/۲۷ برآورد شده است (اثر عامل مرد)، اما مسیر خودشفقت‌ورزی زن روی سبک‌های سازنده حل تعارض خودش (اثر عامل زن)

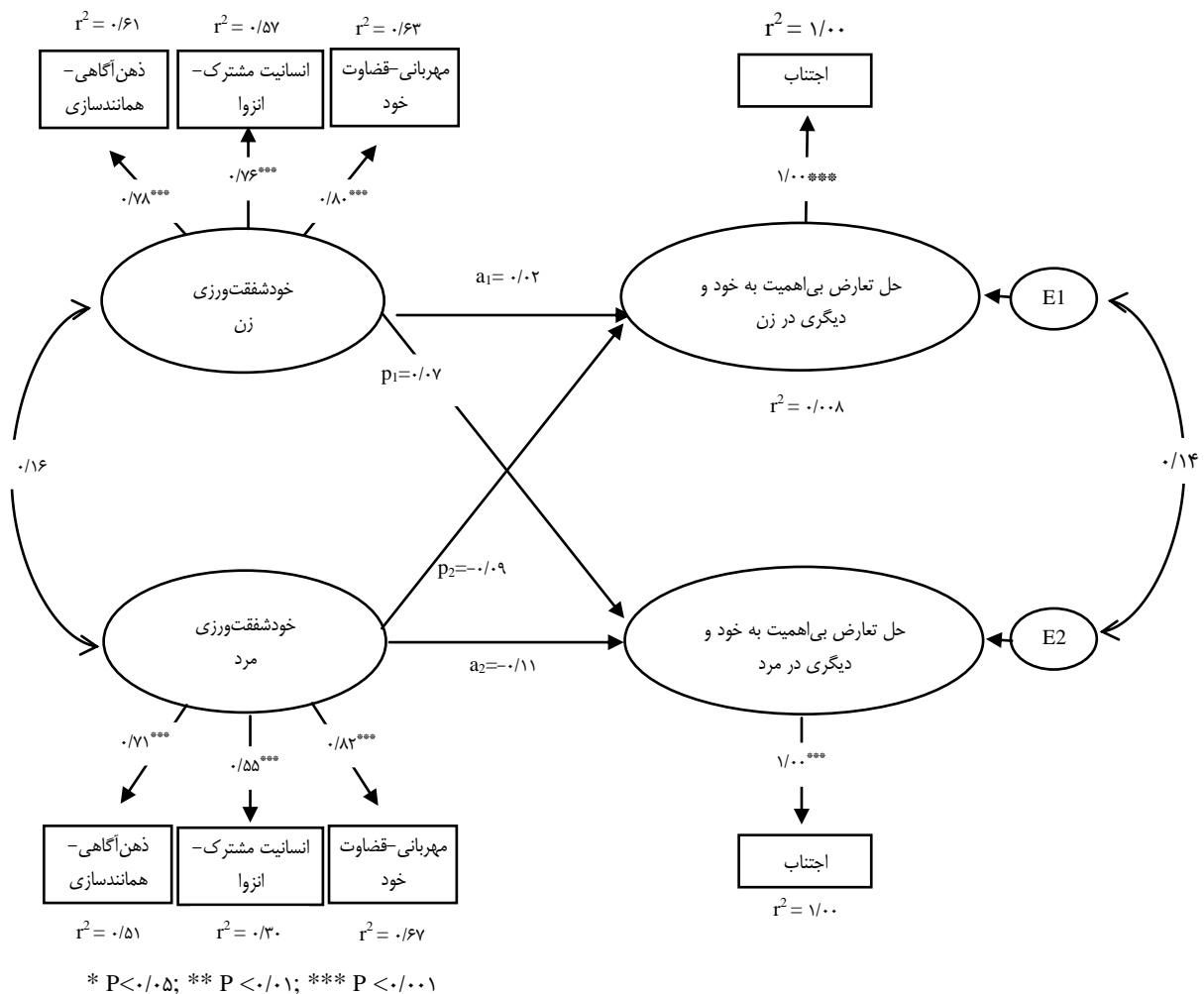
و همچنین اثر خودشفقت‌ورزی زن و مرد روی سبک‌های سازنده حل تعارض همسرانشان (اثر شریک زن و مرد) از لحاظ آماری معنی‌دار نیست. در این مدل، خودشفقت‌ورزی بخش بسیار کمی از واریانس سبک‌های سازنده حل تعارض را تبیین کرده است؛ به طوری که ضریب تبیین در مردان ۷/۵ درصد و در زنان ۰/۳ درصد است. کمترین ضریب مسیر بین خودشفقت‌ورزی مرد و سبک‌های سازنده حل تعارض زن برآورد شده است. در ادامه شاخص‌های برازش اولین مدل ساختاری در جدول ۳ نشان داده شده است.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل متقابل خودشفقت‌ورزی-سبک‌های سازنده حل تعارض

شاخص	χ^2	X2/df	GFI	AGFI	RFI	IFI	NFI	TLI	CFI	RMSEA	SRMR
مقادیر قابل پذیرش	-	< ۳	> ۰/۹۰	> ۰/۸۵	> ۰/۹۰	> ۰/۹۰	> ۰/۹۰	> ۰/۹۰	> ۰/۹۰	< ۰/۰۸	< ۰/۰۸
مقادیر مدل	۵۷/۷۵۶	۱/۲۰	۰/۹۷۶	۰/۹۶۱	۰/۹۰۶	۱/۰۳۱	۰/۹۳۲	۱/۰۴۵	۱/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۵۴

همان‌گونه که مندرجات جدول ۳ نشان می‌دهد و براساس منطق پیشنهادی هو و بنتلر^۱ (۱۹۹۹) و همین‌طور دیون^۲ (۲۰۰۸)، مقادیر به‌دست‌آمده برای تمامی شاخص‌های برازندگی مدل ساختاری از جمله χ^2 دو (X2)، نسبت مجذور کای به درجه آزادی (X2/df)، شاخص نیکویی برازش^۳ (GFI)، شاخص نیکویی برازش تعدیل‌شده^۴ (AGFI)، شاخص توکر-لوپیس^۵ (TLI)، شاخص برازندگی تطبیقی^۶ (CFI)، شاخص برازش نسبی^۷ (RFI)، شاخص برازندگی فزاینده^۸ (IFI)، شاخص هنجار شده برازندگی^۹ (NFI)، جذر برآورد خطای تقریب^{۱۰} (RMSEA) و ریشه دوم میانگین مربعات باقیمانده^{۱۱} (SRMR)، برازش عالی مدل با داده‌ها را نشان می‌دهد و ضرورتی برای اصلاح مدل یا حذف هیچ‌یک از روابط نیست. همچنین طبق دستورالعمل‌های چیونگ و رنزولد^{۱۲} (۲۰۰۲) و همین‌طور چن^{۱۳} (۲۰۰۷) زیاد شدن حداقل ۰/۰۱۰ در مقادیر CFI و TLI و کم شدن حداقل ۰/۰۱۵ در مقدار شاخص RMSEA نشان‌دهنده هرچه بهتر شدن مدل است؛ به طوری که مقادیر CFI و TLI بیشتر از مقدار ۰/۹۵ و همین‌طور مقادیر RMSEA کمتر از ۰/۰۵ در هر پژوهش، بیانگر برازش خوب مدل و مقادیر بالاتر از جمله CFI=۱/۰۰ و TLI=۰/۰۰ = RMSEA و همچنین مقادیر زیاد در سایر شاخص‌های برازش مدل اول، مؤید برازش عالی مدل مذکور بین همسران است؛ بنابراین ساختار مدل اول با برازش عالی تأیید می‌شود و بررسی هر یک از مسیرها (پارامترهای آماری) و روابط ساختاری میان متغیرهای موجود مجاز است.

1. Hu & Bentler
2. Dion
3. Goodness of Fit Index (GFI)
4. Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)
5. Tucker-Lewis Index (TLI)
6. Comparative Fit Index (CFI)
7. Relative Fit Index (RFI)
8. Incremental Fit Index (IFI)
9. Norm Fit Index (NFI)
10. Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)
11. Standard Root Mean Square Residual (SRMR)
12. Cheung & Rensvold
13. Chen



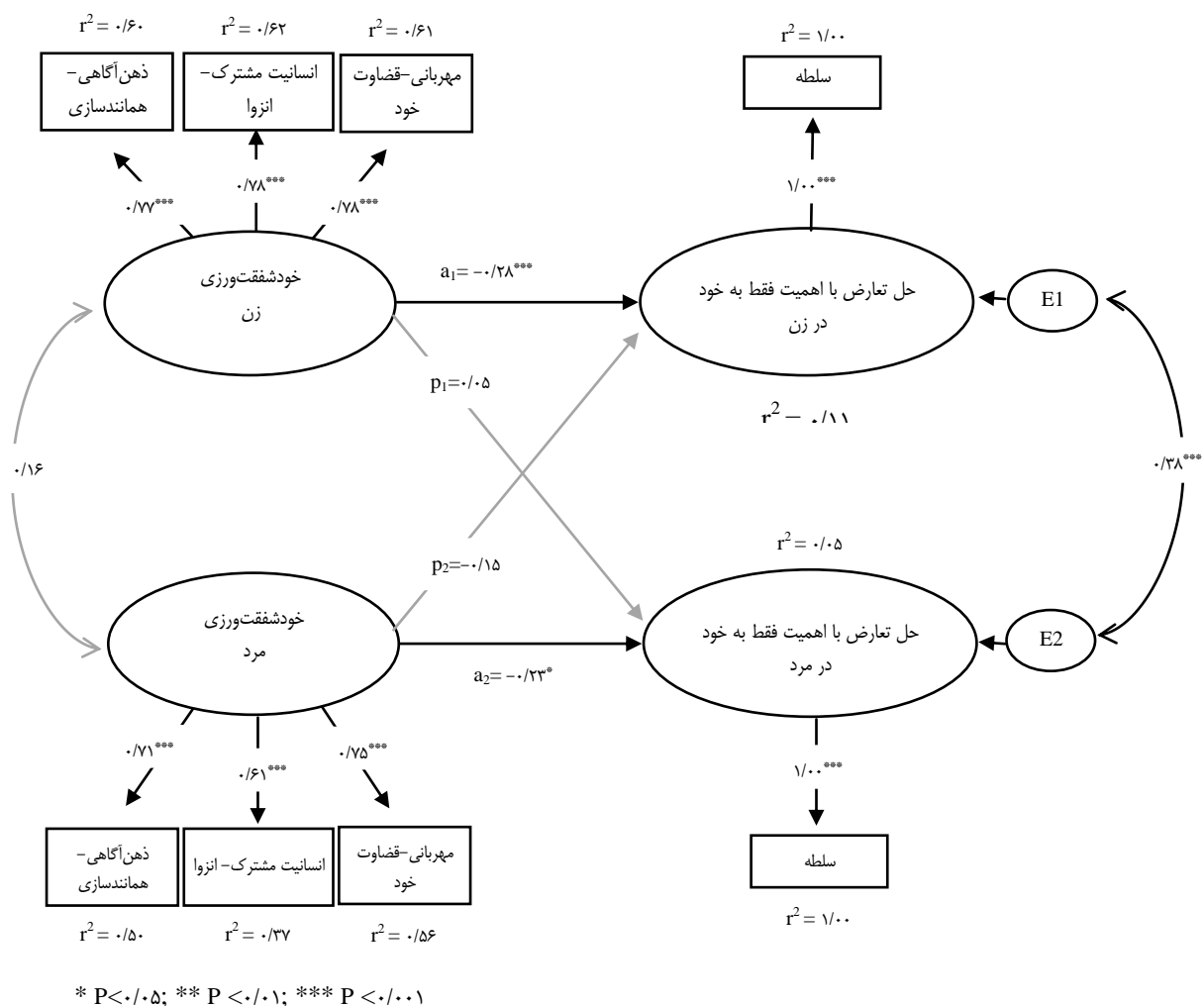
شکل ۲. مدل وابستگی متقابل خودشفت‌ورزی-سبک حل تعارض اجتناب به همراه ضرایب مسیر استاندارد

در مدل دوم، هیچ‌کدام از اثرات عامل و شریک زن و مرد معنادار نیستند و با وجود اینکه مقدار عددی مسیر خودشفت‌ورزی مرد به سبک حل تعارض اجتناب خودش تا حدی فراوان است، همه مسیرها فاقد معناداری آماری هستند. در این مدل، خودشفت‌ورزی بخش بسیار کمی از واریانس سبک حل تعارض اجتناب را تبیین کرده است؛ به طوری که ضریب تبیین در مردان ۲ درصد و در زنان ۰/۸ درصد است. بیشترین ضریب مسیر بین خودشفت‌ورزی زن و مرد با یکدیگر و کمترین ضریب مسیر بین خودشفت‌ورزی زن و سبک حل تعارض اجتناب خودش برآورد شده است. در ادامه شاخص‌های برازش مدل ساختاری دوم در جدول ۴ نشان داده شده است.

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل متقابل خودشفت‌ورزی-سبک حل تعارض اجتناب

شاخص	χ^2	X^2/df	GFI	AGFI	RFI	IFI	NFI	TLI	CFI	RMSEA	SRMR
مقادیر قابل‌پذیرش	-	< 3	> 0.90	> 0.85	> 0.90	> 0.90	> 0.90	> 0.90	> 0.90	< 0.08	< 0.08
مقادیر مدل	11/817	0/74	0/995	0/988	0/963	1/050	0/979	1/092	1/000	0/000	0/030

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، مقادیر تمامی شاخص‌های برازندگی این مدل ساختاری، مؤید برازش عالی مدل مذکور بین همسران است. در واقع برازش عالی این مدل نشان می‌دهد می‌توان به برآوردهای مدل اعتماد کرد و نبود روابط معنادار میان متغیرهای مدل، از لحاظ آماری مورد تأیید است.



شکل ۳. مدل وابستگی متقابل خودشفقت‌ورزی-سبک حل تعارض سلطه به همراه ضرایب مسیر استاندارد

براساس این مدل، ضریب مسیر خودشفقت‌ورزی زن به سبک حل تعارض سلطه خودش به صورت معکوس و معنادار معادل 0.28 و ضریب مسیر خودشفقت‌ورزی مرد به حل تعارض سلطه خودش به صورت معکوس و معنادار 0.23 برآورد شده است (اثر عامل زن و مرد). اما مسیر خودشفقت‌ورزی زن و مرد روی سبک حل تعارض سلطه همسرانشان (اثر شریک زن و مرد) از لحاظ آماری معنی‌دار نیست. در این مدل، خودشفقت‌ورزی بخش کم اما چشمگیری از واریانس سبک حل تعارض سلطه را تبیین کرده است؛ به طوری که ضریب تبیین در مردان 0.05 درصد و در زنان 0.11 درصد است. کمترین ضریب مسیر بین خودشفقت‌ورزی زن و سبک حل تعارض سلطه مرد برآورد شده است. در ادامه شاخص‌های برازش مدل ساختاری سوم در جدول ۵ نشان داده شده است.

جدول ۵. شاخص‌های برازش مدل متقابل خودشفقت‌ورزی- سبک حل تعارض سلطه

شاخص	χ^2	X^2/df	GFI	AGFI	RFI	IFI	NFI	TLI	CFI	RMSEA	SRMR
مقادیر قابل پذیرش	-	< 3	> 0.90	> 0.85	> 0.90	> 0.90	> 0.90	> 0.90	> 0.90	< 0.08	< 0.08
مقادیر مدل	13/741	0.86	0.994	0.987	0.965	1.036	0.980	1.065	1.000	0.000	0.034

همان‌طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود، مقادیر تمامی شاخص‌های برازندگی این مدل ساختاری، مؤید برازش عالی مدل مذکور بین همسران است؛ بنابراین روابط در این مدل به لحاظ آماری معنادار است.

۴. بحث و نتیجه‌گیری

در مدل‌سازی معادلات ساختاری، هدف، آزمودن مدل خاصی از روابط بین متغیرها است که این روابط ساختاری مبتنی بر نظریه‌ها و یافته‌های تحقیقاتی موجود محتمل‌اند. طی مدل‌سازی وابستگی متقابل، این روابط ساختاری، هم‌زمان در هر دو طرف رابطه آزمون می‌شوند. در پژوهش حاضر، وجود اثرات عامل حاکی از آن است که توانایی فرد برای خودشفقت‌ورزی، بر رفتارهای او برای حل تعارض اثر می‌گذارد. از طرف دیگر اثرات شریک نشان می‌دهد این توانایی یا ناتوانی می‌تواند تأثیر زیادی بر رفتارهای حل تعارض همسر نیز داشته باشد. نتایج در خصوص بررسی تأثیر خودشفقت‌ورزی هریک از همسران روی سبک‌های سازنده حل تعارض خود و همسر نشان داد خودشفقت‌ورزی مردان، بر سبکی که آن‌ها در بیشتر مواقع برای حل تعارض استفاده می‌کنند، تأثیرگذار است. در واقع می‌توان این‌گونه تبیین کرد که خودشفقت‌ورزی بین نیاز خود و نیاز طرف مقابل تعادل برقرار می‌کند. این تعادل که با خودشفقت‌ورزی ایجاد می‌شود، به پاسخ‌های سازنده‌تر حین تعارضات منجر می‌شود (نف و دهم، ۲۰۱۵؛ هاشمی‌نیک و همکاران، ۱۴۰۰). افراد خودشفقت‌ورز، گذشت و بخشش بیشتری نسبت به دیگران نشان می‌دهند (نف و گرم‌ر، ۲۰۱۳)، بهتر قادرند بین نیاز به خودمختاری و نیاز اتصال به دیگری در روابط خود تعادل برقرار کنند و همین موارد از بروز و تشدید تعارضات آن‌ها جلوگیری می‌کند (یارنل و نف، ۲۰۱۳؛ جاکوبسن و همکاران، ۲۰۱۸؛ تاندلر، کروگر و پترسن، ۲۰۲۱).

در خصوص زنان، نبود اثر عامل در زنان نشان می‌دهد خودشفقت‌ورزی، استفاده زنان از سبک‌های سازنده حل تعارض را پیش‌بینی نمی‌کند. در تبیین این یافته باید به دو نکته مهم اشاره کرد: نکته اول، تفاوت در اجتماعی‌شدن و نقش‌های جنسیتی زنان است. شواهد علمی زیادی وجود دارد مبنی بر اینکه زنان کمتر از مردان خودشفقت‌ورزی بروز می‌دهند و اغلب به نقد و قضاوت خود می‌پردازند. در عین حال به دلیل تفاوت در اجتماعی‌شدن و نگرش‌های ذهنی در مورد نقش‌های جنسیتی‌شان، بیش از مردان تمایل دارند نسبت به دیگران مهربان، عاطفی و بخشنده‌تر عمل کنند، بین نیازهای خود و دیگران تعادل برقرار سازند و به عبارت دیگر در حل تعارضات موفق‌تر باشند (یارنل و نف، ۲۰۱۳؛ یارنل و همکاران، ۲۰۱۵؛ نف و مک‌گی، ۲۰۱۰) و احتمالاً به همین دلیل است که خودشفقت‌ورزی زنان نتوانسته است استفاده آنان از حل سازنده تعارض را پیش‌بینی کند. نکته دوم سوگیری در پاسخ‌های زنان است. همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، کشیدگی (تجمع) پاسخ‌ها در سبک‌های حل تعارض سازنده در زنان بسیار زیاد و چولگی (گرایش) به سمت نمرات بالا است. این میزان کشیدگی که صرفاً در مورد سبک‌های حل تعارض زنان دیده می‌شود، به این معنا است که زنان به ارائه گزارش مثبت از خود تمایل دارند و جواب‌هایی در راستای مطلوبیت اجتماعی داده‌اند که این امر سبب کاهش تنوع جواب‌هایشان (واریانس متغیر وابسته) در این حیطه شده است. با توجه به اینکه در تحلیل رگرسیون، هدف پیش‌بینی تغییرات متغیر وابسته (حل تعارض) با توجه به تغییرات متغیر مستقل (خودشفقت‌ورزی) است، زمانی که متغیر وابسته یا همان سبک‌های حل تعارض، تغییرات یا واریانس بسیار کمی نشان دهد (چه به دلیل سوگیری در پاسخ و چه به دلیل ویژگی ذاتی زنان)، ضریب مسیر کوچک می‌شود و معنادار نخواهد شد. به عبارت دیگر، خودشفقت‌ورزی زنان نتوانسته است سبک‌های حل تعارض آنان را پیش‌بینی کند.

موضوع دیگری که باید به آن پرداخته شود این است که ضریب تبیین این مدل کم است و به‌طور کلی، در زنان و مردان بخش اندکی از تغییرات در سبک‌های سازنده حل تعارض را می‌توان توسط سازه خودشفقت‌ورزی پیش‌بینی کرد. در تبیین این موضوع باید اذعان داشت که در تحقیقات همبستگی، میزان همبستگی بین دو متغیر می‌تواند تحت تأثیر همبستگی آن‌ها با متغیر سوم دیگری قرار بگیرد. به عبارت دیگر گویی برای تعیین سهم خودشفقت‌ورزی به‌عنوان سازه‌ای زیربنایی در پیش‌بینی سبک‌های حل تعارض به‌عنوان سازه رفتاری، متغیر واسطه‌ای نیاز است تا این ارتباط را قوی‌تر سازد. یکی از متغیرهایی که بنا بر پژوهش‌ها با سبک‌های حل تعارض و همچنین خودشفقت‌ورزی ارتباط دارد، تنظیم شناختی هیجان است (کوردووا، گی و وارن، ۵).

1. Neff & Germer
2. Tandler, Krüger, & Petersen
3. Yarnell et al.
4. Neff & McGehee
5. Cordova, Gee, & Warren

۲۰۰۵؛ کلین، رنشوا و کربای^۱، ۲۰۱۶)؛ تا جایی که اخیراً تنظیم شناختی هیجان به‌عنوان راهبردی برای حل تعارض شناخته شده است (هالپرین^۲، ۲۰۱۴). در واقع می‌توان گفت خودشفقت‌ورزی شامل آگاهی هشیارانه به افکار و هیجانات منفی است تا فرد با تعادل فکری و بدون نشخوار فکری، فاجعه‌انگاری و سرزنش خود یا دیگران به سراغشان برود. تحقیقات نشان می‌دهد احتمال سرکوب افکار و احساسات ناخواسته نزد افراد خودشفقت‌ورز به‌طور معناداری کمتر از افرادی است که خودشفقت‌ورزی کمتر دارند. آن‌ها رغبت بیشتری برای تجربه احساسات دشوار خود و تصدیق اهمیت و اعتبار هیجانات خود دارند. وقتی فرد، افکار و احساسات منفی را در آگاهی بدون قضاوت نگه دارد، می‌تواند به آن‌ها توجه کند، بی‌آنکه در آن‌ها گیر بیفتد و دچار همانندسازی افراطی شود. در این روش، اجازه داده می‌شود که افکار و احساسات منفی بیابند و بدون مقاومت بگذرند (نف و دهم، ۲۰۱۵). پس این ویژگی که قابلیت فرد در تنظیم هیجان را نشان می‌دهد، به فرد اجازه می‌دهد که با هر آنچه زندگی مشترک بر سر راهش می‌گذارد، با آرامش و متانت بیشتری رویارو شود و از روش‌های سازنده‌تری در برخورد با تعارضات استفاده کند (روسو، بادمن و کایسر^۳، ۲۰۱۹). به بیان دیگر، همسری که از هیجانات خود آگاه نیست و در مقابل آن مقاومت یا دفاع می‌کند (خودشفقت‌ورزی کم)، در پاسخگویی سازگانه به هیجانات خود نیز موفق نخواهد بود. بدین ترتیب، هنگام تعارض نیز بیشتر درگیر تنظیم ناسازگار هیجانی می‌شود و در مدیریت سازنده تعارضات نیز دچار مشکل می‌شود. همان‌گونه که روسو، بادمن و کایسر (۲۰۱۹) در پژوهش خود نشان دادند استفاده از راهکارهای تنظیم هیجانی کارآمد در سطح فردی، مقابله مثبت در سطح زوجی را افزایش می‌دهد که این امر میزان رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد. همسو با این مطالب، شوبی و رندال^۴ (۲۰۱۵) نیز بیان کردند که پویایی‌های هیجانی هر فرد، با خروجی‌هایی در رابطه زوجی از جمله حمایت هیجانی در تعاملات رابطه مستقیم دارد. بنا بر این شواهد، گرچه ضریب مسیر مستقیم خودشفقت‌ورزی به سبک‌های سازنده حل تعارض ضعیف است، به‌نظر می‌رسد مسیر غیرمستقیم آن با میانجی‌گری راهبردهای تنظیم شناختی هیجان داده‌ای معنادار باشد. شایان ذکر است این ایده در مطالعه دیگری توسط پژوهشگر با روش مدل‌سازی معادلات ساختاری آزموده و تأیید شد.

در خصوص مدل دوم، نتایج نشان داد خودشفقت‌ورزی، استفاده زوجین از سبک حل تعارض اجتناب در خلال رابطه را پیش‌بینی نمی‌کند. اگرچه به دلیل نوپابودن مطالعات پژوهشی در زمینه ارتباط بین این دو متغیر، نتایج مرتبط با آن در مطالعه حاضر اندکی مبهم به‌نظر می‌رسد، شاید بتوان در تبیین به پژوهش ون دی ویلرت و کابانف (۱۹۹۰) اشاره کرد که معتقدند در بین سبک‌های حل تعارض رحیم، فقط سبک سلطه است که در مقابل چهار سبک دیگر قرار دارد و غیرسازنده تلقی می‌شود؛ زیرا بر تهدید و راه‌حل‌های استبدادی و نامناسب استوار است. براساس ارزش‌های اجتماعی کشورمان نیز مؤلفه دوری کردن از تعارض و درگیرنشدن در مشاجرات مانند گویه‌های «تلاش می‌کنم از تبادلات کلامی ناخوشایند با همسرم جلوگیری کنم» و «معمولاً از بحث‌های آشکار و علنی درباره تفاوت‌هایم با همسرم دوری می‌کنم» که در پرسشنامه رحیم وجود دارد، خصوصاً برای زنان بار ارزشی و اجتماعی دارد و بنابراین ممکن است راهبردی مثبت برای حل تعارض تلقی شود. وجود اثر عامل تقریباً قابل‌ملاحظه و معکوس در مردان حاکی از آن است که خودشفقت‌ورزی مردان، کمتر تحت تأثیر این بار ارزشی اجتماعی قرار گرفته است؛ بنابراین مطابق انتظار، تا حدودی بر استفاده آن‌ها از سبک حل تعارض اجتناب، اثر معکوس دارد. همچنین شاید بتوان در تبیین این داده به پژوهش‌های نف و برتواس^۵ (۲۰۱۳) و ماتتی و رادولف^۶ (۲۰۱۴) اشاره کرد. این پژوهش‌ها نشان دادند افراد اجتنابی خود را از افکار و احساسات آزاردهنده دور نگه می‌دارند که سبب می‌شود به‌خوبی قادر به شناسایی، نام‌گذاری و بیان عواطف و احساسات خود نباشند. بنا بر این یافته، محتمل است که در این پژوهش نیز افرادی که از سبک حل تعارض اجتناب استفاده می‌کنند، به دلیل رویکرد اجتنابی‌شان، گزارش درستی از عواطف و احساسات خود در زمینه خودشفقت‌ورزی ارائه نکرده باشند و این سوگیری در پاسخ، بر پیش‌بینی نکردن خودشفقت‌ورزی از سبک‌های حل تعارض تأثیرگذار بوده باشد.

1. Klein, Renshaw, & Curby
2. Halperin
3. Rusu, Bodenmann, & Kayser
4. Schoebi & Randall
5. Neff & Beretvas
6. Monti & Rudolph

براساس یافته‌های این پژوهش، اثرات عامل در زنان و مردان نشان داد خودشفتت‌ورزی هریک از همسران به‌طور معکوس و معنادار، استفاده آن‌ها از سبک حل تعارض سلطه در خلال رابطه را پیش‌بینی می‌کند. در تبیین این یافته می‌توان گفت اساس اغلب تقسیم‌بندی‌ها در سبک‌های حل تعارض، درجه اهمیت به خود و درجه اهمیت است که فرد برای دیگران در هنگام حل تعارض قائل است که نگرانی دوجانبه گفته می‌شود (رحیم، ۲۰۰۲). در سبک حل تعارض سلطه براساس مدل رحیم، فرد صرفاً توجه معطوف به خود دارد. در عوض خودشفتت‌ورزی، احساسات مهربانانه و اهمیت‌دادن به خود و به دیگران را پیش‌بینی می‌کند (نف و دهم، ۲۰۱۵) و فرد خودشفتت‌ورز به‌طور مساوی با خود و دیگران مهربان است (نف، ۲۰۰۳ الف)؛ بنابراین این دو متغیر خلاف جهت یکدیگر قرار می‌گیرند. بدین ترتیب، مطالعات حاکی از آن است که افراد خودشفتت‌ورز بیشتر از افرادی که از خود انتقاد می‌کنند، قادر به ایجاد دوستی‌های نزدیک، واقعی و متقابل هستند. وقتی آن‌ها نیازهای خود به عشق و پذیرش را برآورده می‌کنند، از همسرشان توقع کمتری دارند و برخلاف سلطه، به او اجازه می‌دهند مطابق میل خودش عمل کند. پس مردان و زنان خودشفتت‌ورز به طرف مقابل خود آزادی و استقلال بیشتری در روابط می‌دهند، آن‌ها همسر خود را تشویق می‌کنند که تصمیم‌ها و علایق خود را دنبال کند. از طرف دیگر افراد فاقد خودشفتت‌ورزی، کم‌عاطفه و نسبت به همسر خود متعصب هستند. این افراد بیشتر رفتاری کنترل‌گر از خود نشان می‌دهند و در تلاش‌اند تا به همسرشان امرونی‌کنند. آن‌ها همچنین بر خود متمرکزند و بدون انعطاف، فقط به دنبال خواسته‌های خود هستند. همچنین تحقیقات نشان می‌دهد افراد خودشفتت‌ورز، در زمان تأمل در مورد ضعف‌ها و شکست‌های سایر افراد، تمایل زیادی به در نظر گرفتن دیدگاه دیگران دارند که روش مؤثری در حل تعارضات بین‌فردی است (نف و دهم، ۲۰۱۵؛ بادزن و ون ولیت^۱، ۲۰۲۱). این امر برخلاف استفاده از سبک سلطه و اولویت قائل‌شدن فقط برای خواسته خود است. همسو با موارد فوق می‌توان به پژوهش نف و برتواس (۲۰۱۳) نیز اشاره کرد که اظهار کردند بین خودشفتت‌ورزی و اعمال کنترل در رابطه مسیر معنادار و معکوسی وجود دارد.

در مجموع می‌توان گفت پرورش خودشفتت‌ورزی یکی از بهترین راه‌ها برای ارتباط با خود و دیگران است (نف و گرمر، ۲۰۱۳). از سوی دیگر، تحقیقات نشان می‌دهد بعد از دوران کودکی، شریک عاطفی می‌تواند در تغییر نگرش‌های ناکارآمد طرف مقابل مؤثر باشد و کمک کند تا خودشفتت‌ورزی را در رابطه یاد بگیرد. روابط عاشقانه سالم، فرصت تقویت مهارت‌های خودشفتت‌ورزی را فراهم می‌کند (تیرچ، شاندورف و سیلبرستین^۲، ۱۳۹۶). نتایج پژوهش حاضر همسو با این مطالعات، اهمیت خودشفتت‌ورزی را در یکی از مهم‌ترین روابط بین‌فردی یعنی روابط همسران نشان می‌دهد (لاترن و همکاران^۳، ۲۰۲۱). همبستگی فراوان بین میزان خودشفتت‌ورزی زوجین با یکدیگر تأیید می‌کند که خودشفتت‌ورزی فرد علاوه بر پیامدهای مثبت روان‌شناختی برای او، حتی می‌تواند تا حدودی روی خودشفتت‌ورزی همسر نیز تأثیر بگذارد.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به روش نمونه‌گیری در دسترس، تصادفی نبودن انتخاب اعضای نمونه و عدم کنترل متغیرهایی مثل وضعیت اجتماعی-اقتصادی، سن افراد و طول مدت ازدواج اشاره کرد که لزوم احتیاط در تعمیم داده‌ها را بیشتر می‌کند. همچنین جمع‌آوری داده‌ها در این تحقیق مانند بیشتر پژوهش‌های روان‌شناختی براساس پرسشنامه‌های خودگزارش‌دهی صورت گرفت که در آن، احتمال پاسخ‌دهی سوگیرانه در راستای مطلوبیت اجتماعی وجود دارد؛ به‌خصوص اینکه متغیر وابسته در این پژوهش، یعنی سبک‌های حل تعارض، از مفاهیمی هستند که میزان گزارش آن‌ها تحت تأثیر فرهنگ و انتظارات فرهنگی جوامع قرار می‌گیرد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، از روش‌های تصادفی با نمونه‌های وسیع‌تر که معرف کل جمعیت کشور باشند، استفاده شود و نقش سن، جنسیت، قومیت و طول مدت ازدواج در بررسی کیفیت روابط عاشقانه کنترل شود. همچنین به منظور برطرف کردن نقایص پرسشنامه‌های خودگزارش‌دهی و حفظ مزیت‌های آن پیشنهاد می‌شود در تحقیقات بعدی از روش‌های چندگانه و ترکیب روش‌های مشاهده رفتاری و روش‌های واقع‌گرایانه‌تر فیزیولوژیک، در کنار روش‌های خودگزارش‌دهی در جهت ارزیابی متغیرها استفاده شود.

1. Budzan & Van Vliet
2. Tirdch, Shandorf, & Silbrastin
3. Lathren

۵. ملاحظات اخلاقی

مراحل فوق با رعایت تمام ملاحظات اخلاقی و دریافت شناسه اخلاق IR.SBU.REC.1400.082 از دانشگاه شهید بهشتی انجام گرفت.

منابع

- باباپورخیرالدین، ج. (۱۳۸۵). بررسی رابطه بین شیوه‌های حل تعارض ارتباطی و سلامت روان‌شناختی دانشجویان. *پژوهش‌های نوین روان‌شناختی (روان‌شناسی دانشگاه تبریز)*. (۴)۱، ۲۷-۴۶.
- تیرچ، د، شاندرورف، ب، و سیلبرلستین، ل. (۱۳۹۶). درمان متمرکز بر شفقت برای درمانگران کت: روش‌های تقویت انعطاف‌پذیری شناختی. ترجمه سعیده دانشمندی، راضیه ایزدی و محمدرضا عابدی. اصفهان: کاوشیار.
- حقیقی، ح، زارعی، الف، و قادری، ف. (۱۳۹۱). بررسی ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم (ROCI-II) در بین زوجین ایرانی. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*. (۴)۱، ۵۳۴-۵۶۱.
<https://dorl.net/dor/20.1001.1.22516654.1391.2.1.7.2>
- رزم‌گر، م، و اصغری ابراهیم‌آباد، م. ج. (۱۳۹۹). نقش سبک‌های حل تعارض در پیش‌بینی رضایت از زندگی زنان متأهل با میانجی‌گری شادکامی. *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*. (۱)۱۱۸، ۱۶۹-۲۰۰.
<https://doi.org/10.22051/jwsps.2020.29143.2120>
- مؤمنی، ف، شهیدی، ش، موتابی، ف، و حیدری، م. (۱۳۹۲). ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی مقیاس خودشفقت‌ورزی. *روان‌شناسی معاصر*. (۲)۸، ۲۷-۴۰.
<http://bjcp.ir/article-1-386-fa.html>
- میرز، ل، گامست، گ، و گارینو، ا. ج. (۱۳۹۱). پژوهش چندمتغیری کاربردی (طرح و تفسیر). ترجمه مجتبی حبیبی، ولی‌الله فرزاد، حمیدرضا حسن‌آبادی، حسن پاشاشریفی، سیمین‌دخت رضاخانی و بلال ایزانلو. تهران: رشد.
- هاشمی‌نیک، الف، حیدری، ح، داودی، ح، و جعفری، الف. (۱۴۰۰). الگوی پیش‌بینی سبک‌های حل تعارض براساس ابعاد تمایز یافتگی و انعطاف‌پذیری شناختی با نقش میانجی شفقت‌ورزی به خود زوجین. *مجله تحقیقات علوم رفتاری*. (۱)۱۹، ۱۳-۲۳.

References

- Aliakbari, M. & Amiri, M. (2016). Personality, face concern, and interpersonal conflict resolution styles: A case of Iranian college students. *Personality and Individual Differences*, 97, 266-271. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.068>
- Babapour Kheireddin, J. (2007). Study of Relationship between communicational conflict resolution styles and psychological well-being among university students. *Journal of Modern Psychological Researches*, 1(4), 27-46. (In Persian)
- Ben-Ari, R., & Hishberg, I. (2009). Attachment styles, conflict perception, and adolescents, strategies of coping with interpersonal conflict. *Negotiation Journal*, 25(1), 59-82. <https://doi.org/10.1111/j.1571-9979.2008.00208.x>
- Breines, J. G. & Chen, S. (2012). Self-compassion increases self-improvement motivation. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 38(9), 1133-1143. <https://doi.org/10.1177/0146167212445599>
- Budzan, B. N., & Van Vliet, K. J. (2021). The Influence of a Self-Compassion Training Program on Romantic Relationship Conflict: An Exploratory Multiple-Case Study. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 55(3), 315-333. <https://doi.org/10.47634/cjcp.v55i3.71052>
- Chen, F. F. (2007). Sensitivity of goodness of fit indexes to lack of measurement invariance. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 14(3), 464-504. <https://doi.org/10.1080/10705510701301834>
- Cheung, G. W., & Rensvold, R. B. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 9(2), 233-255. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0902_5
- Cordova, J. V., Gee, C. B. & Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness in marriage: Intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(2), 218-235. <https://doi.org/10.1521/jscp.24.2.218.62270>
- Davis, C. A. K. (2015). *An evaluation of the impact of a couple's enrichment program*

- on relationship satisfaction, communication, conflict resolution, and forgiveness. Unpublished, Doctoral Dissertation, Major: Psychological Studies in Education. Faculty of the Graduate College, University of Nebraska – Lincoln.
<https://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1238&context=cehdsdiss>
- Dion, P. A. (2008). Interpreting Structural equation modeling result: A reply to Martin and Cullen. *Journal of Business Ethics*, 83(3), 365-368. <https://doi.org/10.1007/s10551-007-9634-7>
- Fincham, F.D. & Beach, S. (2010). Marriage in the New Millenium: A Decade in Review. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 630-649. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00722.x>
- Haghighi, H., Zareeie, E., & Ghaderi, F. (2012). Factor structure and psychometric characteristic conflict resolution styles questionnaire Rahim (ROCI-II) in Iranian couples. *Journal of Family Counselling and Psychotherapy*, 1(4), 534-561.
<https://dorl.net/dor/20.1001.1.22516654.1391.2.1.7.2> (In Persian)
- Halperin, E. (2014). Emotion, emotion regulation, and conflict resolution. *Emotion Review*, 6(1), 68–76. <https://doi.org/10.1177/1754073913491844>
- Hashemi Nik, A., Heidari, H., Davoodi, H., & Jafari A. (2021). Predicting model of conflict resolution styles based on differentiated dimensions and cognitive flexibility with the mediating role of self-compassion of couples. *Journal of Research in Behavioral Science*, 19(1), 13-23.
<http://rbs.mui.ac.ir/article-1-965-fa.html> (In Persian)
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Jacobson, E. H. K., Wilson, K. G., Kurz, A. S., & Kellum, K. K. (2018). Examining self-compassion in romantic relationships. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 8, 69-73.
<https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2018.04.003>
- Kenny, D. A., & Cook, W. L. (1999). Partner effects in relationship research: Conceptual issues, analytic difficulties, and illustrations. *Personal Relationships*, 6(4), 433-448.
<http://dx.doi.org/10.1111/j.1475-6811.1999.tb00202.x>
- Kenny, D. A., & Cook, W. L. (2005). The actor–partner interdependence model: A model of bidirectional effects in developmental studies. *International Journal of Behavioral Developmen*, 29(2), 101–109. <https://doi.org/10.1080/01650250444000405>
- Kenny, D. A., Kashy, D. A., & Cook, W. L. (2006). *Dyadic data analysis*. New York: The Guilford Press.
- Klein, S. R., Renshaw, K. D. & Curby, T. W. (2016). Emotion Regulation and perceptions of hostile and constructive criticism in romantic relationships. *Behavior Therapy*, 47(2), 143-154.
<https://doi.org/10.1016/j.beth.2015.10.007>
- Klimecki, O. M. (2019). The role of empathy and compassion in conflict resolution. *Emotion Review*, 11(4), 310-325. <https://doi.org/10.1177/1754073919838609>
- Lathren, C. R., Rao, S. S., Park, J., & Bluth, K. (2021). Self-compassion and current close interpersonal relationships: A scoping literature review. *Mindfulness*, 12(5), 1078-1093.
<https://doi.org/10.1007/s12671-020-01566-5>
- Meyers, L. S., Gamst, G. C., & Guarino, J. A. (2012). Applied multivariate research design and interpretation. Translated by: M. Habibi, V. Farzad, H. R. Hassanabadi, H. Pasha Sharifi, S. Rezakhani & B. IZANLOU. Tehran: Roshd.
- Momeni, F., Shahidi, Sh., Mootabi, F., & Heydari, M. (2014). Psychometric properties of Farsi version of the self-compassion scale (SCS). *Contemporary Psychology*, 8(2), 27-40.
<http://bjcp.ir/article-1-386-fa.html> (In Persian)
- Monti, J. D., & Rudolph, K. D. (2014). Emotional awareness as a pathway linking adult attachment to subsequent depression. *Journal of Counseling Psychology*, 61(3), 374-382.
<https://doi.org/10.1037/cou0000016>
- Neff, K. D., & Germer, C. K. (2013). A pilot study and randomized controlled trial of the mindful self-compassion program. *Journal of Clinical Psychology*, 69(1), 28–44.
<https://doi.org/10.1002/jclp.21923>
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225-240. <https://doi.org/10.1080/15298860902979307>

- Neff, K. D. & Dahm, K.A. (2015). *Self-compassion: What it is, what it does and how it relates to mindfulness*. In Handbook of mindfulness and self-regulation (121-137). Springer, New York.
- Neff, K. D. (2003a). Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude towards oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Neff, K. D., & Beretvas, S. N. (2013). The Role of Self-compassion in Romantic Relationships. *Self and Identity*, 12(1), 78-98. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.639548>
- Pepping, C. A., Davis, P. J. O., Donovan, A., & Pal, J. (2015). Individual differences in self-compassion: The role of attachment and experiences of parenting in childhood. *Self and Identity*, 14(1), 104-117. <https://doi.org/10.1080/15298868.2014.955050>
- Polak, S., & Saini, M. (2019). The complexity of families involved in high-conflict disputes: A postseparation ecological transactional framework. *Journal of Divorce & Remarriage*, 60(2), 117-140. <https://doi.org/10.1080/10502556.2018.1488114>
- Rahim, M. A. (1983). A measure of styles of handling interpersonal conflict. *Academy of Management Journal*, 26(2), 368- 376. <https://doi.org/10.2307/255985>
- Rahim, M. A. (2002). Toward a theory of managing organizational conflict. *Intraactional Journal of Conflict Management*, 13(3), 206-235. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.437684>
- Razmgar, M., & Asghari Ebrahim Abad, M. (2020). Studying the role of conflict management styles in prediction of life Satisfaction with mediation of happiness in married women. *Women's Studies Sociological and Psychological*, 18(1), 169-200. <https://doi.org/10.22051/jwsp.2020.29143.2120> (In Persian)
- Rusu, P. P., Bodenmann, G., & Kayser, K. (2019). Cognitive emotion regulation and positive dyadic outcomes in married couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(1), 359-376. <https://doi.org/10.1177/0265407517751664>
- Schellekens, M. P., Karremans, J. C., van der Drift, M. A., Molema, J., van den Hurk, D. G., Prins, J. B., & Speckens, A. E. (2017). Are mindfulness and self-compassion related to psychological distress and communication in couples facing lung cancer? A dyadic approach. *Mindfulness*, 8(2), 325-336. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0602-0>
- Schoebi, D., & Randall, A. K. (2015). Emotional dynamics in intimate relationships. *Emotion Review*, 7(4), 342-348. <https://doi.org/10.1177/1754073915590620>
- Taggart, T. C., Bannon, S. M., & Hammett, J. F. (2019). Personality traits moderate the association between conflict resolution and subsequent relationship satisfaction in dating couples. *Personality and Individual Differences*, 139, 281-289. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.036>
- Tandler, N., Krüger, M., & Petersen, L. E. (2021). Better battles by a self-compassionate partner? The mediating role of personal conflict resolution styles in the association between self-compassion and satisfaction in romantic relationships. *Journal of Individual Differences*, 42(2), 91-98. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000333>
- Tirdch, T., Shandorf, B., & Silbrastin, L. R. (2017). Compassion focused therapy for coat therapist: methods to enhanced psychological resilience. Translated by: S. Daneshmandi, R. Izadi, & M. R. Abedi. Tehran: Kavoshyar.
- Van de Vliert, E., & Kabanoff, B. (1990). Toward theory-based measures of conflict management. *Academy of Management Journal*, 33(1), 199-209. <https://doi.org/10.2307/256359>
- Yarnell, L. M., Stafford, R. E., Neff, K. D., Reilly, E. D., Knox, M. C., & Mullarkey, M. (2015). Meta-analysis of gender differences in self-compassion. *Self and Identity*, 14(5), 499-520. <https://doi.org/10.1080/15298868.2015.1029966>
- Yarnell, L. M. & Neff, K. D. (2013). Self-compassion, Interpersonal Conflict Resolutions, and Well-being. *Self and Identity*, 12(2), 146-159. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.649545>