



دانشگاه اصفهان

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

گروه مشاوره

پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد رشته‌ی مشاوره گرایش خانواده

بررسی عوامل پیش بینی کننده سر خوردگی زناشویی در زوجین شهر اصفهان

استاد راهنما:

دکتر عذرا اعتمادی

استاد مشاور:

دکتر مریم السادات فاتحی زاده

پژوهشگر:

سمانه کوهی

مهرماه ۱۳۸۸

۱۳۸۸/۱۰/۲۷

۱۲۹۷۰۳

کلیه حقوق مادی مترتب بر نتایج مطالعات، ابتکارات و
نوآوری‌های ناشی از تحقیق موضوع این پایان نامه متعلق
به دانشگاه اصفهان است.



دانشگاه اصفهان

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

گروه مشاوره

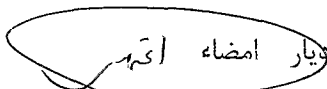
پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد رشته‌ی مشاوره گرایش خانواده

سمانه کوهی تحت عنوان

بررسی عوامل پیش بینی کننده سر خوردگی زناشویی در زوجین شهر اصفهان

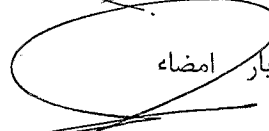
در تاریخ ۸۸/۷/۲۸ توسط هیأت داوران زیر بررسی و با درجه عالی به تصویب نهایی رسید.

استاد راهنمای پایان نامه دکتر عذرا اعتمادی

با مرتبه‌ی علمی استادیار امضاء 

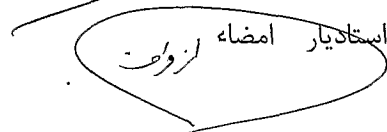
استاد مشاور پایان نامه

دکتر مریم‌السادات فاتحی زاده

با مرتبه‌ی علمی استادیار امضاء 

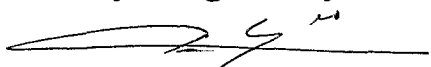
استاد داور داخل گروه

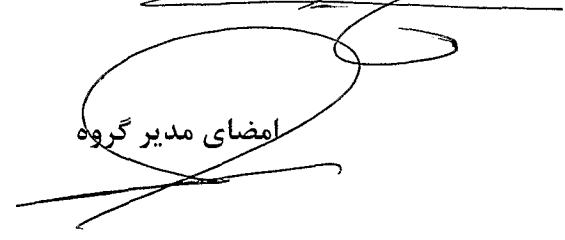
دکتر فاطمه بهرامی

با مرتبه‌ی علمی استادیار امضاء 

استاد داور خارج از گروه

دکتر احمد عابدی

با مرتبه‌ی علمی استادیار امضاء 

امضای مدیر گروه 

سگرو سپاس مهربان مهربانان را که توفیق انجام این پژوهش را به من عطا فرمود

باسپاس بی پایان از استاد راهنمای بزرگوارم

سرکار خانم دکتر اعتمادی که با سه صدر و دقت وافر در تمام مراحل انجام پایان نامه یاریم دادند.

باسپاس فراوان از استاد مشاور گرامیم

سرکار خانم دکتر فاتحی زاده که بار، نمودهای ارزشمند خویش و ارائه نظرات دقیق غنای خاصی بر این پژوهش بخشیدند.

و با نهایت سپاس از جناب آقای دکتر عابدی و سرکار خانم دکتر بهرامی که با وسعت نظر، داوری پژوهش را بر عهده داشتند و با

سگویی نظرات اصلاحی خود در بیان فرمودند.

تقدیم به کنجینه‌های محبت

"پدر عزیزم"

و

"مادر مهربانم"

تقدیم به:

همسرم که همراهی صمیمانه اش بایه دلگرمی و پشتوانه محکمی برای من است، از او سپاسگزارم.

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی عوامل پیش‌بینی‌کننده سرخوردگی زناشویی در زوجین شهر اصفهان بود. روش پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه زوجین ساکن شهر اصفهان در سال ۸۸ بودند که حداقل سه سال از ازدواج آن‌ها گذشته باشد. نمونه پژوهش ۲۰۰ نفر (۱۰۰ زن و ۱۰۰ شوهر) از زوجین شهر اصفهان بودند که به روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای تصادفی از نواحی مختلف شهر اصفهان انتخاب شدند و با توجه به هدف و فرضیه‌های مطرح شده مورد آزمون قرار گرفتند. فرضیه پژوهش عبارت بود از: ویژگی‌های شخصیتی، سلامت روانی، سبک‌های مدیریت تعارض، انتظارات زناشویی، مهارت‌های ارتباطی و عوامل زمینه‌ای با سرخوردگی زناشویی زوجین شهر اصفهان رابطه دارد. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش مقیاس سرخوردگی زناشویی، پرسشنامه پنج‌عاملی شخصیت (فرم کوتاه)، پرسشنامه سلامت عمومی، پرسشنامه سبک‌های مدیریت تعارض، پرسشنامه انتظارات زناشویی، پرسشنامه کیفیت ارتباط و پرسشنامه عوامل زمینه‌ای بودند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. یافته‌ها نشان داد که بین سرخوردگی زناشویی و ویژگی‌های شخصیتی در ابعاد برون‌گرایی و توافق‌پذیری رابطه معنادار ($R^2=0/13, R=0/36, P<0/01$) وجود داشت. بین سرخوردگی زناشویی و سلامت روانی در عامل اضطراب رابطه معنادار ($R^2=0/10, R=0/32, P<0/01$) وجود داشت. بین سرخوردگی زناشویی و سبک‌های مدیریت تعارض در ابعاد همکاری، انطباقی، اجتنابی و رقابتی رابطه معنادار ($R^2=0/35, R=0/59, P<0/01$) وجود داشت. بین سرخوردگی زناشویی و مهارت‌های ارتباطی در ابعاد توجه به خود، توجه به همسر و سبک‌های ارتباطی رابطه معنادار ($R^2=0/48, R=0/69, P<0/01$) وجود داشت. بین سرخوردگی زناشویی و عوامل زمینه‌ای در متغیرهای مدت ازدواج و وضعیت اقتصادی رابطه معنادار ($R^2=0/10, R=0/32, P<0/01$) وجود داشت و بین سرخوردگی زناشویی و عامل انتظارات زناشویی هیچ نوع رابطه معناداری ملاحظه نگردید ($P>0/01$). در پایان براساس نتایج تحقیق پیشنهاداتی برای کاهش سرخوردگی زناشویی زوجین ارائه گردید.

واژگان کلیدی: سرخوردگی زناشویی، ویژگی‌های شخصیتی، سلامت روانی، سبک‌های مدیریت تعارض، مهارت‌های ارتباطی، انتظارات زناشویی

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

فصل اول: کلیات پژوهش

۱	مقدمه
۲	۱-۱- بیان مسئله
۶	۲-۱- ضرورت پژوهش
۷	۳-۱- اهداف
۷	۴-۱- فرضیه‌ها
۷	۵-۱- تعریف اصطلاحات
۷	۱-۵-۱- سرخوردگی زناشویی
۸	۲-۵-۱- شخصیت
۸	۳-۵-۱- سلامت روانی
۸	۴-۵-۱- سبک‌های حل تعارض
۹	۵-۵-۱- مهارت‌های ارتباطی
۹	۶-۵-۱- انتظارات زناشویی
۹	۷-۵-۱- عوامل زمینه‌ای

فصل دوم: پیشینه پژوهش

۱۰	مقدمه
۱۰	۱-۲- پیشینه نظری
۱۰	۱-۱-۲- گفتار اول: سرخوردگی زناشویی
۱۰	۱-۱-۱-۲- تعریف سرخوردگی زناشویی
۱۳	۲-۱-۱-۲- فرآیند سرخوردگی زناشویی
۱۶	۱-۲-۱-۱-۲- مرحله شروع (ناامیدی)
۲۰	۲-۲-۱-۱-۲- مرحله میانی (ناامیدی و سرخوردگی)
۲۵	۳-۲-۱-۱-۲- مرحله پایانی (سرخوردگی)
۲۷	۳-۱-۱-۲- علل و عوامل سرخوردگی زناشویی
۲۹	۴-۱-۱-۲- سرخوردگی زناشویی و بهزیستی روانی
۳۲	۵-۱-۱-۲- مراحل درمان سرخوردگی زناشویی

- ۳۴..... ۱-۱-۱-۵-۱- مرحله آغاز (پیشگیری از سرخوردگی زناشویی)
- ۳۵..... ۱-۱-۱-۵-۲- مرحله میانی (احیاء ازدواج)
- ۳۷..... ۱-۱-۱-۵-۳- مرحله پایانی
- ۴۰..... ۲-۱-۲- گفتار دوم: شخصیت
- ۴۰..... ۲-۱-۲-۱- تعریف شخصیت
- ۴۱..... ۲-۱-۲- رویکردها و نظریه‌های شخصیت
- ۵۰..... ۲-۱-۳- گفتار سوم: سلامت روان
- ۵۰..... ۲-۱-۳-۱- سلامت روان
- ۵۱..... ۲-۱-۳- مفهوم سلامت روان از دیدگاه‌های مختلف
- ۵۵..... ۲-۱-۴- گفتار چهارم: تعارض زناشویی
- ۵۵..... ۲-۱-۴- ماهیت تعارض
- ۵۵..... ۲-۱-۴- تعارض در روابط زناشویی
- ۵۶..... ۲-۱-۴-۳- عوامل موثر در بروز تعارض زناشویی
- ۵۷..... ۲-۱-۴-۴- فرآیند تعارض‌های زناشویی
- ۵۸..... ۲-۱-۴-۵- الگوهای تعاملی زوجین متعارض
- ۵۹..... ۲-۱-۴-۶- دیدگاه‌های نظری در مورد تعارض زناشویی
- ۶۱..... ۲-۱-۴-۷- الگوها و سبک‌های مدیریت تعارض در روابط زناشویی
- ۶۴..... ۲-۱-۵- گفتار پنجم: ارتباط
- ۶۴..... ۲-۱-۵-۱- تعریف ارتباط
- ۶۵..... ۲-۱-۵-۲- الگوهای نظری روابط زناشویی
- ۶۷..... ۲-۱-۵-۳- انواع ارتباط
- ۶۸..... ۲-۱-۵-۴- اصول برقراری ارتباط موثر
- ۷۰..... ۲-۱-۵-۵- فرآیندهای موثر در مشکلات ارتباطی
- ۷۱..... ۲-۱-۵-۶- مهارت‌های ارتباطی
- ۷۳..... ۲-۱-۵-۷- تفاوت‌های ارتباطی زوجین درمانده و غیردرمانده
- ۷۳..... ۲-۱-۶- گفتار ششم: انتظارات زناشویی
- ۷۳..... ۲-۱-۶-۱- تعریف انتظارات زناشویی

۲-۱-۶-۲-اهمیت انتظارات در روابط زناشویی.....	۷۳
۲-۱-۶-۳-نظریه‌های مرتبط به انتظارات زناشویی.....	۷۵
۲-۱-۶-۴-شیوه‌های برخورد زوجین در برابر انتظارات یکدیگر.....	۷۵
۲-۱-۶-۵-انتظارات واقع‌بینانه و غیرواقع‌بینانه.....	۷۶
۲-۱-۷-گفتار هفتم: عوامل زمینه‌ای.....	۷۷
۲-۲-پیشینه پژوهشی.....	۷۸
۲-۲-۱-پژوهش‌های صورت گرفته در داخل کشور.....	۷۸
۲-۲-۱-۱-پژوهش‌های مرتبط با سرخوردگی زناشویی در داخل کشور.....	۷۸
۲-۲-۱-۲-پژوهش‌های مرتبط با عوامل سرخوردگی زناشویی در داخل کشور.....	۷۹
۲-۲-۱-۲-۱-پژوهش‌های مرتبط با ویژگی‌های شخصیتی.....	۷۹
۲-۲-۱-۲-۲-پژوهش‌های مرتبط با سلامت روان.....	۸۰
۲-۲-۱-۲-۳-پژوهش‌های مرتبط با تعارض‌های زناشویی.....	۸۰
۲-۲-۱-۲-۴-پژوهش‌های مرتبط با مهارت‌های ارتباطی.....	۸۱
۲-۲-۱-۲-۵-پژوهش‌های مرتبط با انتظارات زناشویی.....	۸۳
۲-۲-۱-۲-۶-پژوهش‌های مرتبط با عوامل زمینه‌ای.....	۸۳
۲-۲-۲-پژوهش‌های صورت گرفته در خارج از کشور.....	۸۵
۲-۲-۱-پژوهش‌های مرتبط با سرخوردگی زناشویی در خارج از کشور.....	۸۵
۲-۲-۲-پژوهش‌های مرتبط با عوامل سرخوردگی زناشویی در خارج از کشور.....	۸۶
۲-۲-۲-۱-پژوهش‌های مرتبط با ویژگی‌های شخصیتی.....	۸۶
۲-۲-۲-۲-پژوهش‌های مرتبط با سلامت روان.....	۸۸
۲-۲-۲-۳-پژوهش‌های مرتبط با تعارض‌های زناشویی.....	۸۹
۲-۲-۲-۴-پژوهش‌های مرتبط با مهارت‌های ارتباطی.....	۹۰
۲-۲-۲-۵-پژوهش‌های مرتبط با انتظارات زناشویی.....	۹۱
۲-۲-۲-۶-پژوهش‌های مرتبط با عوامل زمینه‌ای.....	۹۲
خلاصه.....	۹۳

فصل سوم: روش پژوهش

مقدمه.....	۹۵
------------	----

۹۵	۱-۳- روش پژوهش.....
۹۵	۲-۳- جامعه آماری.....
۹۵	۳-۳- نمونه آماری و شیوه نمونه گیری.....
۹۷	۴-۳- ابزارهای جمع آوری اطلاعات.....
۹۷	۱-۴-۳- مقیاس سرخوردگی زناشویی (MDS).....
۹۸	۲-۴-۳- پرسشنامه پنج عاملی بزرگ (NEO).....
۹۹	۳-۴-۳- پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ).....
۱۰۰	۴-۴-۳- پرسشنامه سبک‌های مدیریت تعارض.....
۱۰۱	۵-۴-۳- پرسشنامه انتظارات زناشویی.....
۱۰۱	۶-۴-۳- پرسشنامه کیفیت ارتباط.....
۱۰۲	۷-۴-۳- پرسشنامه عوامل زمینه‌ای.....
۱۰۲	۵-۳- روش اجرا.....
۱۰۲	۶-۳- روش تجزیه و تحلیل داده ها.....
فصل چهارم: نتایج پژوهش	
۱۰۳	مقدمه.....
۱۰۴	۱-۴- داده‌های توصیفی و استنباطی.....
فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری	
۱۱۸	مقدمه.....
۱۱۸	۱-۵- خلاصه طرح و نتایج پژوهش.....
۱۱۹	۲-۵- بحث و نتیجه گیری.....
۱۳۰	۳-۵- محدودیت‌های پژوهش.....
۱۳۱	۴-۵- پیشنهادات کاربردی.....
۱۳۱	۵-۵- پیشنهادات پژوهشی.....
۱۳۲	پیوست شماره ۱.....
۱۳۳	پیوست شماره ۲.....
۱۳۴	پیوست شماره ۳.....
۱۳۷	پیوست شماره ۴.....

عنوان

صفحه

پیوست شماره ۵.....	۱۳۹
پیوست شماره ۶.....	۱۴۰
پیوست شماره ۷.....	۱۴۱
منابع و مأخذ.....	۱۴۲

فهرست شکل‌ها

صفحه	عنوان
۳۳	شکل ۱-۲: مدل درمانی سرخوردگی زناشویی
۶۹	شکل ۲-۲: عوامل موثر بر ارتباط زوجین
۹۴	شکل ۳-۲: عوامل موثر بر سرخوردگی زناشویی
۱۰۴	شکل ۱-۴: مقایسه میانگین ابعاد آزمون پنج عاملی در زنان و مردان
۱۰۶	شکل ۲-۴: مقایسه میانگین ابعاد آزمون سلامت عمومی در زنان و مردان
۱۰۸	شکل ۳-۴: مقایسه میانگین ابعاد آزمون سبک‌های مدیریت تعارض در زنان و مردان
۱۱۰	شکل ۴-۴: مقایسه میانگین ابعاد پرسشنامه انتظارات زناشویی در زنان و مردان
۱۱۱	شکل ۵-۴: مقایسه میانگین ابعاد پرسشنامه کیفیت ارتباط در زنان و مردان
۱۱۳	شکل ۶-۴: مقایسه میانگین عوامل زمینه‌ای در زنان و مردان
۱۱۴	شکل ۷-۴: مقایسه میانگین عوامل زمینه‌ای در زنان و مردان
۱۱۵	شکل ۸-۴: مقایسه میانگین عوامل زمینه‌ای در زنان و مردان
۱۳۰	شکل ۱-۵: عوامل موثر بر سرخوردگی زناشویی

فهرست جدول‌ها

صفحه	عنوان
۱۴.....	جدول ۱-۲: الگوی نظری فرآیند سرخوردگی زناشویی.....
۱۶.....	جدول ۲-۲: فرآیند سرخوردگی زناشویی بر اساس مدل کایز.....
۱۷.....	جدول ۳-۲: رویدادهای مهم در فرآیند سرخوردگی.....
۲۶.....	جدول ۴-۲: مهارت‌های مقابله‌ای در فرآیند سرخوردگی.....
۲۷.....	جدول ۵-۲: عوامل موثر بر سرخوردگی زناشویی.....
۳۳.....	جدول ۶-۲: مراحل درمان سرخوردگی زناشویی.....
۷۲.....	جدول ۷-۲: استانداردهای ارتباطی ناکارآمد.....
۳۵.....	جدول ۸-۲: مهارت‌های ارتباطی.....
۹۶.....	جدول ۳-۱: ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه.....
۹۸.....	جدول شماره ۲-۳: ابعاد پرسشنامه سرخوردگی زناشویی.....
۹۹.....	جدول شماره ۳-۳: ابعاد آزمون پنج عاملی.....
۱۰۰.....	جدول شماره ۴-۳: ابعاد پرسشنامه سبک‌های مدیریت تعارض.....
۱۰۱.....	جدول شماره ۵-۳: عوامل پرسشنامه انتظارات زناشویی.....
۱۰۲.....	جدول شماره ۶-۳: عوامل پرسشنامه کیفیت ارتباط.....
۱۰۴.....	جدول ۱-۴: داده‌های توصیفی آزمودنی‌ها در آزمون پنج عاملی (NEO-FF1).....
۱۰۵.....	جدول ۲-۴: خلاصه مدل رگرسیون رابطه سرخوردگی زناشویی و ویژگی‌های شخصیتی.....
۱۰۵.....	جدول ۳-۴: تحلیل رگرسیون گام به گام سرخوردگی زناشویی و ویژگی‌های شخصیتی.....
۱۰۵.....	جدول ۴-۴: جدول متغیرهای خارج از مدل.....
۱۰۶.....	جدول ۵-۴: داده‌های توصیفی آزمودنی‌ها در آزمون (GHQ).....
۱۰۷.....	جدول ۶-۴: خلاصه مدل رگرسیون رابطه سرخوردگی زناشویی و سلامت روان.....
۱۰۷.....	جدول ۷-۴: تحلیل رگرسیون گام به گام سرخوردگی زناشویی و سلامت روان.....
۱۰۷.....	جدول ۸-۴: جدول متغیرهای خارج از مدل.....
۱۰۸.....	جدول ۹-۴: داده‌های توصیفی آزمودنی‌ها در آزمون سبک‌های مدیریت تعارض.....
۱۰۹.....	جدول ۱۰-۴: خلاصه مدل رگرسیون رابطه سرخوردگی زناشویی و سبک‌های مدیریت تعارض.....
۱۰۹.....	جدول ۱۱-۴: تحلیل رگرسیون گام به گام سرخوردگی زناشویی و سبک‌های مدیریت تعارض.....

- جدول ۴-۱۲- جدول متغیرهای خارج از مدل ۱۰۹
- جدول ۴-۱۳- داده های توصیفی مربوط به ابعاد انتظارات زناشویی ۱۱۰
- جدول ۴-۱۴- داده های توصیفی آزمودنی ها در پرسشنامه کیفیت ارتباط ۱۱۱
- جدول ۴-۱۵- خلاصه مدل رگرسیون رابطه سرخوردگی زناشویی و کیفیت ارتباط ۱۱۲
- جدول ۴-۱۶- تحلیل رگرسیون گام به گام سرخوردگی زناشویی و کیفیت ارتباط ۱۱۲
- جدول ۴-۱۷- جدول متغیرهای خارج از مدل ۱۱۲
- جدول ۴-۱۸- داده های توصیفی آزمودنی ها در عوامل زمینه ای (سن، مدت ازدواج، سن ازدواج، تعداد فرزندان) ۱۱۳
- جدول ۴-۱۹: داده های توصیفی آزمودنی ها در عوامل زمینه ای (وضعیت اشتغال، وضعیت اقتصادی، میزان تحصیلات) ۱۱۴
- جدول ۴-۲۰: داده های توصیفی آزمودنی ها در عوامل زمینه ای (نسبت و نوع ازدواج) ۱۱۵
- جدول ۴-۲۱: خلاصه مدل رگرسیون رابطه سرخوردگی زناشویی و عوامل زمینه ای ۱۱۶
- جدول ۴-۲۲: تحلیل رگرسیون گام به گام سرخوردگی زناشویی و عوامل زمینه ای ۱۱۶
- جدول ۴-۲۳: جدول متغیرهای خارج از مدل ۱۱۶

فصل اول

کلیات پژوهش

مقدمه

ازدواج تعهدی مقدس است و مهم‌ترین وجه تمایز آن روابط میان سایر انسان‌هاست. فواید و آثار زندگی مشترک، از لحاظ فردی، تربیتی، اجتماعی و زیستی قابل بررسی است (قاضی، ۱۳۸۵). زندگی انسان‌ها در تمامی ابعاد دستخوش تغییرات شگرفی بوده است. بازتاب ماهیت پیچیده این تغییرات و تحولات در زندگی فردی و اجتماعی افراد کاملاً محسوس و ملموس است. زن و مرد به دلایل متعدد از جمله شناخت ناکافی از یکدیگر، انتظارات و توقعات غیر واقعی از ازدواج و همسر، مشکلات اقتصادی و اجتماعی و اخلاقی، لاجرم می‌بایست مسائل و مشکلات بسیاری را در ایجاد، حفظ و بقای زندگی زناشویی و روابط نزدیک و صمیمانه با یکدیگر تجربه کنند (نوابی نژاد، ۱۳۸۰). اغلب زوج‌ها در آغاز زندگی اعتقاد دارند که روابط آن‌ها با دیگران متفاوت است و پشتوانه زندگی مشترک خود را عشق و علاقه متقابل می‌دانند و آن را ضمانتی برای خوشبختی می‌پندارند. آن‌ها آینده‌ای زیبا را برای خود مجسم می‌کنند و تنها جنبه‌های مثبت رابطه را می‌بینند، خصوصیات منفی را نادیده می‌گیرند و اگر بر آن واقف شوند بسیار کمرنگ به نظرشان می‌آید. این شیفتگی و عشق در اشخاص مختلف با توجه به نیازهای روانی، سلیقه‌ها و انتظارات آن‌ها متفاوت است. شاید بتوان گفت که یکی از دلایل شکست زندگی بر پایه این گونه عشق و عاشقی، غیر واقعی نگریستن وقایع گوناگون زندگی است. می‌توان گفت هر چه زوجین رویایی‌تر و عاشقانه‌تر با مسائل برخورد کنند به همان نسبت نیز دچار مشکل می‌شوند. اگر وجود

عشق در زندگی زناشویی لازم به نظر می‌رسد، حفظ و تداوم آن از اهمیت به‌سزایی برخوردار است (نجاتی، ۱۳۸۳). ازدواج به تنهایی باعث بی‌علاقه شدن افراد نسبت به یکدیگر نمی‌شود، در حقیقت به نظر می‌رسد که عاشق شدن آسان‌تر از ماندن در عشق باشد (کایزر و رائو^۱، ۲۰۰۶). سوال این است که چه اتفاقی در بعضی از ازدواج‌ها می‌افتد که شادی و لذتی که در ابتدا بسیار قدرتمند احساس می‌شود، اکنون وجود ندارد؟ و چگونه احساس عشق و علاقه سریع به سردی و بی‌تفاوتی می‌گراید؟ اگرچه بی‌علاقگی و سردی در هر ازدواجی رخ نمی‌دهد، اما خطر آن به اندازه‌ای زیاد است که باعث ایجاد مشکلات و نارضایتی‌هایی در ازدواج می‌شود. آشکار است که افراد انتظارات زیادی از ازدواج دارند و هنگامی که این انتظارات برآورده نشود، سرخوردگی^۲ و ناامیدی انباشته می‌شود. افرادی که با انتظارات بالا ازدواج می‌کنند، هنگامی که در همسرشان عیوب و نقاط ضعفی می‌بینند راحت‌تر و سریع‌تر از دیگران سرخورده می‌شوند و به دلیل فقدان پیوندهای ارتباطی نزدیک با خانواده و یا جامعه برای ایجاد حمایت عاطفی به همسرانشان وابسته می‌شوند. کاهش تدریجی علاقه و از دست دادن دلبستگی عاطفی به سرخوردگی زناشویی اشاره می‌کند. هنگامی که یک زوج سرخوردگی زناشویی را تجربه می‌کند، جنبه‌هایی از ارتباط که به‌زیستی، توجه، دلبستگی و میزان صمیمیت فرد را افزایش می‌دهد، دچار اختلال می‌شود (کایزر، ۱۹۹۳). در این پژوهش سعی بر آن است تا جهت شناخت برخی عوامل موثر بر سرخوردگی در ازدواج و زندگی زناشویی گامی برداشته شود، چه بسا با شناخت این عوامل بتوان راهکارهای سودمندتری در جهت پیشگیری و کاهش سرخوردگی و افزایش رضایتمندی در زندگی زناشویی ارائه کرد.

۱-۱- بیان مسئله

هنگامی که یک ازدواج هنوز در مراحل اولیه است، پیش‌بینی "شکست در عشق" به نظر غیر ممکن می‌رسد. جدایی پیوند عاطفی معمولاً ناگهانی اتفاق نمی‌افتد، اما اغلب ماه‌ها یا سال‌ها، نارضایتی در ارتباط وجود دارد. بیشتر افراد انتظار دارند که ازدواجی عشق محور داشته باشند. آن‌ها علاقمندند، همسری انتخاب کرده و تا آخر عمر با وی زندگی کنند. تفاهم و توافق با همسر، رضایتمندی از زندگی و دانستن زندگی مشترک، استوار و محکم از دیگر خواسته‌های کسانی است که می‌خواهند ازدواج کنند، اما هنگامی که زندگی زناشویی آن‌گونه که افراد توقع دارند پیش نمی‌رود اکثر زوج‌ها به حالتی از ناباوری می‌رسند. پس میان شروع یک ازدواج پر از عشق، امید و توجه و جایی که از خود بیگانگی و اختلاف شروع می‌شود، چه چیزی اتفاق می‌افتد؟ (کوهی و

1- Rao & Kayser

2- Disaffection

همکاران، ۱۳۸۸). سرخوردگی زناشویی، کاهش تدریجی دلبستگی عاطفی است که شامل کاهش توجه نسبت به همسر، بیگانگی عاطفی و افزایش یک نوع احساس بی‌علاقگی و بی‌تفاوتی نسبت به همسر است. تجربه سرخوردگی تاثیر یکسانی بر زوجین ندارد، در بعضی از زوجین منجر به طلاق خواهد شد، عده‌ای باقی ماندن در ازدواج را انتخاب می‌کنند، حتی اگر علاقه زیادی نسبت به همسرشان نداشته باشند و عده‌ای هم در جهت بهبود ارتباط و کاهش سرخوردگی اقدام می‌کنند (کایزر، ۱۹۹۳). کرستن^۱ و کایزر (۱۹۸۸) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که در میان عوامل موثر بر سرخوردگی چهار عامل بیشترین تاثیر را بر سرخوردگی دارند که شامل: ۱- شیوه‌های نامناسب حل تعارض ۲- وجود یک همسر کنترل‌گر ۳- اسنادهای مکرر همسر برای مشکلات زناشویی و ۴- فقدان صمیمیت عاطفی، است. بسیاری از ازدواج‌ها با کیفیت پایین، سالم باقی می‌مانند، هر چند سرخوردگی زناشویی معمولاً بی‌ثباتی زناشویی^۲ را ایجاد می‌کند که متمایل به انحلال ازدواج است، با این حال، انحلال ممکن است نتیجه نهایی نباشد.

پژوهش‌های فراوان نشان داده‌اند که انسان‌ها گرایش به انتخاب همسری شبیه به خود را دارند و ویژگی‌های شخصیتی هر فرد وی را به سمت انتخاب فرد خاصی سوق می‌دهد (مید^۳، ۲۰۰۵). شخصیت در زیر بنای روان شناختی "روابط پایدار سهیم است و بنابراین پیش‌بینی کننده‌ای کلیدی برای روابط موفق یا ناکارآمد است (هوستون و هاوتس^۴، ۱۹۹۸). گاتمن^۵ (۱۹۹۳)، کارنی و برادبوری^۶ (۱۹۹۷) معتقدند برخی ویژگی‌های شخصیتی مانند روان رنجوری، آسیب‌پذیری‌های پایداری را در روابط زناشویی به وجود می‌آورند و احتمال بروز طلاق را افزایش می‌دهند. پژوهش واتسون و همکاران^۷ (۲۰۰۰) نشان داد که توافق‌پذیری و وظیفه‌شناسی با رضایتمندی زناشویی همبستگی مثبت دارد. در پژوهش عبدالله زاده (۱۳۸۲) بین ویژگی‌های برون‌گرایی، تجربه‌گرایی و وظیفه‌شناسی با رضایتمندی زناشویی رابطه مثبت و بین روان رنجوری و رضایتمندی زناشویی رابطه منفی وجود داشته است. دونلان و همکاران^۸ (۲۰۰۴) در پژوهش خود دریافتند که روان رنجوری همبستگی مثبت با تعاملات منفی دارد و توافق‌پذیری و تجربه‌گرایی همبستگی منفی با تعاملات منفی دارند.

-
- 1- Kersten
 - 2- Marital instability
 - 3- Mead
 - 4- Huston & Houts
 - 5- Gottman
 - 6- Karney & Bradbury
 - 7- Watson & et al
 - 8- Donnellan & et al

علاوه بر ویژگی‌های شخصیتی، سلامت روانی نیز یکی دیگر از مواردی است که باعث بروز مشکلاتی در زندگی زناشویی می‌شود. لاندبلاد و همکاران^۱ (۲۰۰۵) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که سلامت روانی و سلامت جسمانی هر دو با وضعیت زندگی زناشویی ارتباط دارند. ویسمن و همکاران^۲ (۲۰۰۷) در پژوهشی نشان داد که برخی از اختلالات روانی با مشکلات زناشویی ارتباط دارند. یافته‌های کایزر (۱۹۹۳) نشان داد که در مقایسه زوجین سرخورده و غیر سرخورده، زوجین سرخورده احتمالاً درجه پائین‌تری از بهزیستی روانی را دارند. شواهد بسیار روشنی مبنی بر این که در جامعه معاصر امروزی زن و شوهر همچنان در مشکلاتی جدی و فراگیر در ایجاد و ابقای روابط صمیمی توأم با مهر و محبت گرفتار هستند، وجود دارد. در تعامل‌های بسیار طبیعی زن و شوهر، مواقعی هست که اختلاف‌هایی به وجود می‌آید و یا نیازها برآورده نمی‌شود، در نتیجه هر دو شریک نسبت به هم احساس خشم، ناکامی و نارضایتی می‌کنند (بورنستین^۳ و بورنستین، ترجمه تونزنده جانی، ۱۳۸۰). یکی از مهم‌ترین دلایل شکست ازدواج‌ها این است که زوجین نمی‌دانند چگونه با تعارضات برخورد کنند (اسکنفلد^۴، ۱۹۹۶؛ به نقل از رکن آبادی، ۱۳۸۷). آمار نشان می‌دهد که زوجین متعارض کمترین میزان رضایتمندی و بیشترین احتمال طلاق را دارند (السون و فاورز^۵، ۱۹۹۲؛ به نقل از سعیدی، ۱۳۸۵). تحقیقات فراتحلیلی بر زندگی زناشویی نشان داده‌اند که رفتارهای مثبت زوجین در حل مشکلات پیش‌بینی‌کننده رضایتمندی و ثبات بیشتر زندگی زناشویی است، بنابراین اگر زوجین فاقد مهارت‌های لازم برای حل مشکلاتشان باشند، مشکلات افزایش یافته و یا مزمن می‌شوند و در نتیجه رضایتمندی زناشویی کاهش می‌یابد (کوهان و کلینام^۶، ۲۰۰۲). شفییعی نیا (۱۳۸۱؛ به نقل از صمدی، ۱۳۸۶) در پژوهشی نشان داد که آموزش مهارت‌های حل تعارض زناشویی بر بهبود روابط متقابل زوجین معنی‌دار بوده است. کایزر (۱۹۹۳) در پژوهش خود نشان داد که عشق در یک ازدواج هنگامی تخریب می‌شود که شیوه‌های حل تعارض نامناسب و ناکافی باشد.

با وجود پیامدهای مثبت همسرگزینی متاسفانه امروزه بسیاری از همسران در برقراری و حفظ روابط دوستانه و صمیمی با هم دچار مشکل شده‌اند. شکست در برقراری ارتباط یکی از رایج‌ترین مشکلاتی است که از سوی همسران ناراضی ابراز می‌شود. بنابراین نارضایتی از زندگی زناشویی با کاستی‌های ارتباطی همراه است، به ویژه هنگامی که زوج‌ها درباره اختلاف‌هایشان به رفتار متقابل با یکدیگر می‌پردازند این کاستی‌ها آشکارتر می‌شود

-
- 1- Lundblad & et al
 - 2- Whisman & et al
 - 3- Bornstein
 - 4- Schoenfeld
 - 5- Olson & Powers
 - 6- Cohan & Klienbaum

(برنشتاین^۱، ترجمه پور عابدی نائینی و منشی، ۱۳۸۴). تحقیقات نشان داده است که ارتباط به میزان زیادی با رضایت زناشویی همبستگی دارد و نیز پیش بینی کننده رضایت از زندگی یا طلاق است (فاورز، ۲۰۰۱). مرادی (۱۳۷۹) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که آموزش مهارت‌های ارتباطی، رضایتمندی زناشویی را افزایش می‌دهد. در پژوهش رحمت‌اللهی (۱۳۸۵) مشکلات ارتباطی با همسر در جمعیت کلی ۲۰/۸٪، در ازدواج‌های در معرض آسیب، ۶۶/۷٪ و در ازدواج‌های آسیب دیده ۹۱٪ بوده است. در هر سه گروه، مشکلات ارتباطی با همسر از اختلافات زناشویی بسیار مهم بوده است. ریچ وهمکاران^۲ (۱۹۹۳؛ به نقل از خوشکام، ۱۳۸۵) دریافتند که آموزش مهارت‌های ارتباطی منجر به افزایش رضایتمندی، افزایش ارتباط باز و بهبود مهارت‌های حل مسئله می‌شود.

در تمام روابط بین فردی چه روابط بین چندین نفر و چه رابطه دو نفر با هم به منظور ازدواج، افراد با انتظارات معینی وارد رابطه می‌شوند که بر رفتار آن‌ها به شیوه‌ای مثبت یا منفی موثر است. در یک رابطه زناشویی موفق این انتظارات به طور مشخص تعریف شده و مبتنی بر واقعیت می‌باشد (مولر و کاکلین^۳، ۱۹۹۸). در واقع رضایتمندی زناشویی در صورتی که انتظارات همسران با واقعیت متناسب نباشد، کاهش می‌یابد و پیش بینی کننده نتایج مخربی در زندگی زناشویی خواهد بود (ناتلی^۴، ۲۰۰۷). پژوهش‌ها حاکی از آن است که انتظارات غیرواقع بینانه در زندگی زناشویی منجر به کاهش رضایت بین فردی در روابط صمیمی می‌گردد (شارپ و گاننگ^۵، ۲۰۰۰). کایزر (۱۹۹۳) انتظارات زناشویی متفاوت و غیر منطقی و انتظارات برآورده نشده در رابطه را یکی از عوامل سرخوردگی زناشویی می‌داند. ناتلی و کارنی^۶ (۲۰۰۴) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که انتظارات مثبت در سال‌های اولیه ازدواج تاثیر زیادی بر رضایت از رابطه زناشویی دارد.

عوامل زمینه‌ای نیز در بروز مشکلاتی در زندگی زناشویی تاثیرگذار هستند. بهرامی (۱۳۸۰) عوامل موثر بر ناسازگاری زناشویی را شامل عدم تناسب سنی، ازدواج در سنین پایین، ناباروری، ناتوانی جنسی و فقر اقتصادی می‌داند. هنری و میلر^۷ (۲۰۰۴) نیز در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که مسائل مربوط به فرزندان با فراوانی ۲۳/۶ درصد از رایج‌ترین مشکلات زوجین است.

-
- 1- Bernshtein
 - 2- Riesch & et al
 - 3- Muller & Coughlin
 - 4- Nutly
 - 5- Sharp & Ganeng
 - 6- Karney
 - 7- Henry & Miller