



دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی

پایان نامه

جهت دریافت مدرک کارشناسی ارشد در رشته روان شناسی عمومی

عنوان

تاثیر آموزش مهارت‌های زناشویی بر اساس مدل مک کی بر رضایت و صمیمیت

زناشویی زنان

استاد راهنما

دکتر منصور بیرامی

استاد مشاور

دکتر تورج هاشمی نصرت آباد

پژوهشگر

شیوا حضرتی

تابستان 93

تقدیم به

پدر بزرگوارم که همیشه پشتیبان من است

مادرم که با نگاه‌های مهربانش تحمل این مسیر پر چالش را بر من هموار نمود

و

همه کسانی که دوستشان دارم

## تشکر و قدردانی

از اساتید بزرگوار جناب آقای دکتر منصور بیرامی که همواره از راهگشایی‌ها و رهنمودهای ارزشمندشان بهره مند بوده‌ام، و از راهنمایی‌های بی دریغ جناب آقای دکتر تورج هاشمی نصرت آبادی سپاسگذارم. از جناب آقای دکتر مجید علیلو که داوری این پایان نامه را پذیرفتند قدردانی می‌نمایم.

همچنین از آقای صمدی بخاطر زحمات فراوانی که در اجرای این تحقیق کشیدند صمیمانه قدردانی می‌نمایم.

نام: شیوا	نام خانوادگی: حضرتی
عنوان پایان نامه: تاثیر آموزش مهارت‌های زناشویی بر اساس مدل مک کی بر رضایت و صمیمیت زناشویی زنان	
استاد راهنما: دکتر منصور بیرامی	استاد مشاور: دکتر تورج هاشمی نصرت آبادی
مقطع تحصیلی: کارشناسی ارشد	رشته: روانشناسی
مقطع تحصیلی: کارشناسی ارشد	گرایش: عمومی
دانشگاه: تبریز	تعداد صفحه: 125
کلید واژه‌ها: مهارت‌های زناشویی، مدل مک کی، رضایت زناشویی و صمیمیت زناشویی، زنان	
<p><b>چکیده:</b> پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های زناشویی بر اساس مدل مک کی بر رضایت و صمیمیت زناشویی زنان صورت گرفت. در این برنامه آموزشی، با آموزش مهارت‌های پایه (گوش دادن، مهارت ابراز احساسات و بیان نیازها، تقویت دو جانبه) و مهارت‌های پیشرفته (ارتباط شفاف، مهارت شناسایی و تغییر تعاریفات شناختی، مذاکره و حل مسئله) به افراد گروه آزمایشی کمک شد تا رضایت بیشتری از زندگی زناشویی کسب کنند. جامعه آماری شامل کلیه زنان اردبیلی که به دلیل مشکلات یادگیری فرزندان‌شان به یک مرکز آموزشی در شهر اردبیل مراجعه کرده بودند و 2 تا 8 سال از زندگی زناشویی‌شان گذشته بود. نمونه پژوهش 30 نفر از جامعه ی آماری بود، که به صورت در دسترس انتخاب و بصورت تصادفی 15 نفر در گروه آزمایشی و 15 نفر در گروه کنترل جایگزین شدند. ابزارهای پژوهش، پرسشنامه رضایت زناشویی <b>ENRICH (47)</b> سوالی و پرسشنامه صمیمیت باگاروزی بود. گروه آزمایش 8 جلسه آموزش مهارت‌های زناشویی را دریافت نمودند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، علاوه بر استفاده از روش‌های آمار توصیفی، از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شده است. تحلیل داده‌ها نشان می‌دهد که برنامه‌ی آموزش مهارت‌های زناشویی بر اساس مدل مک کی، به طور معنی داری رضایت زناشویی کلی، و مؤلفه‌های (تعریف آرمانی، رضایت زناشویی، ارتباط، اوقات فراغت و فرزند و فرزندپروری) را بهبود بخشیده است. بر مؤلفه‌های مسایل شخصیتی، حل تعارض، مدیریت مالی، رابطه جنسی، خانواده و دوستان و جهت گیری مذهبی تاثیری نداشته است. همچنین بطور معنی داری صمیمیت زناشویی کلی، و مؤلفه‌های (عاطفی، روانشناختی، زیبا شناختی و اجتماعی _ تفریحی) را بهبود بخشیده است. اما بر مؤلفه‌های عقلانی، جنسی، فیزیکی، معنوی تاثیری نداشته است.</p>	

## فهرست مطالب

### عنوان صفحه

.....

**فصل اول : کلیات طرح**

1-1- مقدمه ..... 2

2-1- بیان مسئله ..... 5

3-1- ضرورت و اهمیت مسئله ..... 11

1-4- هدف‌های پژوهش ..... 12

1-4-1- هدف کلی پژوهش ..... 12

2-4-1- هدف‌های جزئی ..... 12

5-1- فرضیه‌های پژوهش ..... 14

6-1- تعاریف مفهومی متغیرها ..... 15

7-1- تعاریف عملیاتی متغیرها ..... 18

**فصل دوم: پیشینه نظری و پژوهشی**

2-1- مقدمه ..... 21

2-2- پایه‌های نظری مهم پیرامون ازدواج ..... 22

2-2-1- اندیشه روان تحلیلی ..... 23

2-2-2- نقطه نظرات رفتاری ..... 24

2-3-2- رویکرد عقلانی - هیجانی ..... 25

2-4-2- رویکرد سیستمی ..... 25

- 27..... 5-2-2- رویکرد تلفیقی
- 28..... 3-2- ابعاد رضایت زناشویی
- 30..... 4-2- گستره نظری رضایت زناشویی
- 32..... 5-2- عوامل موثر بر رضایت زناشویی
- 32..... 1-5-2- تعاملات زوجین
- 33..... 2-5-2- ویژگی‌های فردی هر یک از همسران
- 34..... 3-5-2- رویدادهای زندگی
- 35..... 4-5-2- بافت
- 37..... 6-2- صمیمیت
- 38..... 7-2- گستره نظری صمیمیت زناشویی
- 41..... 8-2- نظریه‌ها و رویکردهای صمیمیت
- 41..... 1-8-2- رویکرد تعاملی باگاروزی
- 44..... 2-8-2- مدل ترکیبی وارینگ
- 45..... 3-8-2- دیدگاه رشدی فارمن
- 47..... 4-8-2- رویکرد تکاملی شارپ
- 48..... 2-9- ابعاد صمیمیت
- 48..... 1-9-2- صمیمیت عاطفی
- 49..... 2-9-2- صمیمیت روانشناختی
- 50..... 3-9-2- صمیمیت عقلانی
- 51..... 4-9-2- صمیمیت جسمی و جنسی
- 52..... 5-9-2- صمیمیت معنوی

53	2-10- صمیمیت و رضایت زناشویی
55	2-11- مهارت‌های زناشویی
60	2-12- مرور ادبیات و سوابق مربوطه
65	2-13- نتیجه‌گیری
68	<b>فصل سوم: روش تحقیق</b>
69	1-3- مقدمه
69	2-3- طرح کلی پژوهش
69	3-3- جامعه آماری
70	4-3- شیوه نمونه‌گیری و حجم نمونه
70	3-5- ابزارهای پژوهش
72	3-6- روش اجرا
73	3-7- روش تجزیه و تحلیل
74	<b>فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده‌ها</b>
75	4-1- مقدمه
75	2-4- داده‌های توصیفی متغیرهای مورد مطالعه
80	4-3- تحلیل داده‌ها
90	<b>فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری</b>
91	1-5- بحث و نتیجه‌گیری فرضیه‌های تحقیق
109	5-2- محدودیت‌ها
109	5-3- پیشنهادات پژوهشی
110	4-5- پیشنهادات کاربردی

111	منابع
112	منابع فارسی
116	منابع انگلیسی
	ضمائم
	1- بسته آموزشی مهارت‌های زناشویی
	2- پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ
	3- پرسشنامه صمیمیت زناشویی باگاروزی



فصل اول

کلیات طرح

## 1-1- مقدمه

انسان‌ها موجوداتی اجتماعی هستند و به عقیده روانشناسان سلامت، تعاملات اجتماعی افراد در سلامت و بهزیستی روانی آنها دخیل است. تحقیقات اخیر در روانشناسی نشان می‌دهد که روابط اجتماعی با افراد مهم در زندگی، می‌تواند سبب تقویت سلامتی فرد گردد (مارکی، نارکی، اسچینیدر و برونلی<sup>1</sup>، 2005). در میان گستره روابط اجتماعی، برخی پیوندهای اجتماعی از اهمیت بیشتری برخوردارند. یکی از مهم‌ترین و اصلی‌ترین رابطه اجتماعی آدمی، ازدواج می‌باشد. ازدواج یکی از شیوه‌های اصلی و جهانی سازماندهی زندگی اجتماعی و فردی در همه فرهنگ‌هاست. ازدواج پیمانی قانونی و منحصر به فرد بین دو انسان بوده و یک ازدواج موفق به زندگی فرد معنا و هویت می‌بخشد (الدوس<sup>2</sup>، 1996). در حقیقت ازدواج یک مبادله اجتماعی است که تداوم حیات اجتماعی را بر مبنای «اصل دگر دوستی» تضمین می‌کند. می‌توان گفت ازدواج دارای منشاء زیستی و جسمی است که بر آن حیات فرهنگی نیز افزوده می‌شود تا ساخت‌های خویشاوندی، موجبات دگرگونی حیات طبیعی را فراهم آورد. این فرآیند ناشی از این واقعیت است که انسان هم موجودی برخوردار از نیازهای طبیعی و هم موجودی اجتماعی است. بدین لحاظ ازدواج نیز دارای ابعاد زیستی، اقتصادی، عاطفی-روانی و اجتماعی است. بنابراین همزیستی زن و شوهر درون خانواده، آنان را در گردونه‌ای از تعامل‌های مختلف قرار می‌دهد که بی هیچ شبهه‌ای قابل مقایسه با هیچ یک از الگوهای روابط انسانی دیگر نیست (موسوی، 1386).

<sup>1</sup>. Markey, Narkey, Schneider & Brownlee

<sup>2</sup>. Aldous

یکی از جوانب بسیار مهم یک نظام زناشویی، رضایتی است که همسران در ازدواج تجربه می‌کنند (تانی گوچی، فریمن، تالورو مالکارنی<sup>1</sup>، 2006). کیفیت زندگی زناشویی بر سلامت روانی و جسمانی زوجین تاثیر مثبتی دارد (ژانگ و هیوارد<sup>2</sup>، 2006). نتایج مطالعات نشان می‌دهد که افراد متأهل از لحاظ روانشناختی بهتر از افراد مجرد سازگار می‌شوند (پراگر<sup>3</sup>، 1995). هم چنین افراد در رابطه‌های صمیمانه میزان بیماری‌های روانی کمتری گزارش می‌کنند (موس و اسچوبل<sup>4</sup>، 1995؛ نقل از پراگر، 1995). بنابراین، افراد بدون رابطه صمیمانه گرایش بیشتری به آسیب پذیری نسبت به افسردگی و تنهایی دارند (پراگر، 1995). اگر چه ازدواج و زندگی زناشویی موفق، مزایای زیادی را برای زوجین به دنبال دارد، اما حفظ و تداوم آن، برای بسیاری از زوجین در فرهنگ‌ها و جوامع مختلف، کاری بس دشوار است (وایت من، مک هال و کراتر<sup>5</sup>، 2007؛ نقل از پورمحسنی، 1389).

آمارها حاکی از آن است که در ایالات متحده آمریکا تقریباً یک دوم تا دو سوم ازدواج‌ها به طلاق منجر می‌شوند (هال<sup>6</sup>، 2006). همچنین بررسی آمار ازدواج و طلاق در ایران نشان می‌دهد که آمار طلاق از 9/4% در سال 1380 به 14% در سال 88 رسیده است (مرکز ثبت احوال کشور، 1389؛ نقل از پورمحسنی، 1389).

بررسی صدها ارتباط زناشویی نشان داد، افرادی دارای روابط صمیمانه‌ی کارآمد هستند که از مهارت‌های معینی برخوردارند. زوج‌هایی دارای روابط زناشویی پایدار و عمیق هستند که با مهارت‌های بین فردی مثل؛ گوش دادن، ارتباط شفاف، مذاکره کردن، مدیریت مناسب عصبانیت و غیره آشنا هستند و

<sup>1</sup>.Taniguchi, Freeman, Talor & Malacarne

<sup>2</sup>.Zhang & Hayward

<sup>3</sup>.Prager

<sup>4</sup>.Moss & Schwebel

<sup>5</sup>.Whiteman, Mc Hale & Crouter

<sup>6</sup>. Hall

آن‌ها را در روابط خود به کار می‌گیرند (مک کی<sup>1</sup>، 1389). بنابراین با آگاهی از نقش مهارت‌های زناشویی در تأمین سلامت خانواده و با توجه به اهمیت یادگیری این مهارت‌ها و تاثیر آن بر بهبود زندگی زوجین، در این پژوهش بخشی از این مهارت‌ها مطالعه می‌شوند.

---

<sup>1</sup>.Mckey

## 1\_1\_ بیان مسئله

ازدواج به عنوان مهم‌ترین و عالی‌ترین رسم اجتماعی برای دستیابی به نیازهای عاطفی افراد همواره مورد تایید بوده و رابطه انسانی، پیچیده، ظریف و پویاست که از ویژگی‌های خاصی برخوردار است. دلایل اصلی ازدواج عمدتاً عشق و محبت، داشتن شریک و همراه در زندگی، ارضاء انتظارات عاطفی - روانی و افزایش شادی و خشنودی است (برنشتاین و برنشتاین<sup>1</sup>؛ 1382).

در سال‌های اخیر احساس امنیت، آرامش و روابط صمیمانه میان زن و مرد به سستی گراییده و خانواده دستخوش فرآیندهای ناخوشایندی شده است. رضایت زناشویی نقش مهمی در معنی دهی به زندگی، سعادت و رفاه زندگی فردی و خانوادگی، منفعت اجتماعی ناشی از زندگی شاد و پیشگیری از آشفتگی ناشی از هم پاشیدگی و نارضایتی زناشویی می‌شود (چانگ<sup>2</sup>، 2008).

امروزه، حوزه روانشناسی خانواده با چالش‌هایی مواجه شده است. از یکسو بسیاری از زوجین در آستانه طلاق و جدایی قرار دارند و از سوی دیگر برخی دیگر از زوجین، بدون آنکه آمادگی لازم را جهت مواجه با چالش‌های زندگی زناشویی داشته باشند، وارد زندگی مشترک می‌گردند. به عبارت دیگر متخصصان حوزه خانواده در پیشگیری از طلاق و آموزش مهارت‌های زناشویی به زوجین حضور کم‌رنگی داشته‌اند (مارکمن و هالفورد<sup>3</sup>، 2005)، به همین دلیل در بسیاری از کشورها، سیاستگذاران درصددند تا برنامه‌هایی را طراحی و اجرا نمایند که به زوجینی که دچار مشکلات زناشویی می‌باشند، کمک نمایند و رویای دستیابی به زندگی زناشویی موفق و پایا را تحقق بخشند. یکی از مهم‌ترین بخش -

<sup>1</sup>.Bornestein & Bornestein

<sup>2</sup>.Chang

<sup>3</sup>.Markman & halford

های این سیاست جدید حوزه خانواده، طراحی و حمایت از برنامه آموزش یا توانمندسازی ازدواج می- باشد که این سیاست در بسیاری از کشورهای دنیا همچون استرالیا، آلمان، سنگاپور و ایالات متحده آمریکا مورد توجه و حمایت قرار گرفته است (هانگ<sup>1</sup>، 2005؛ نقل از پورحسینی، 1389). هالفورد، مارکمن، استانلی و کلاین<sup>2</sup> (2003) بیان می‌دارند آموزش برنامه‌های توانمندسازی زناشویی مهارت‌های ارتباطی و رضامندی زناشویی زوجین را بهبود می‌بخشد.

رضایت زناشویی یک ارزیابی کلی از وضعیت رابطه زناشویی یا رابطه عاشقانه فرد است. رضایت زناشویی می‌تواند انعکاسی از میزان شادی افراد از روابط زناشویی و یا ترکیبی از خشنود بودن بواسطه بسیاری از عوامل مختص رابطه زناشویی باشد. می‌توان رضایت زناشویی را به عنوان یک موقعیت روان شناختی در نظر گرفت که خود به خود به وجود نمی‌آید بلکه مستلزم تلاش هر دو زوج است. به ویژه در سال‌های اولیه، رضایت زناشویی بسیار بی ثبات است و روابط در معرض بیشترین خطر قرار دارند (احمدی، نبی پور، کیمیایی و افضلی، 2010). هاوکینز و وینچ<sup>3</sup> (1974) بیان می‌کنند که رضایت زناشویی، یعنی احساسات عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن یا شوهر، موقعی که همه جنبه‌های ازدواجشان را در نظر می‌گیرند. رضایت زناشویی از انطباق بین وضعیتی که مورد انتظار است و وضعیت موجود فرد در روابط زناشویی حاصل می‌شود، در واقع نگرش مثبت و لذت بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی خود دارند (نقل از پورغفاری، 1389).

---

<sup>1</sup>.Huang

<sup>2</sup>.Stanley & Kline

<sup>3</sup>.Hawkinz & Winch

بیش از یک صد تحقیق منتشر شده وجود دارد که عوامل موثر بر تداوم رضایت و استحکام روابط زناشویی را ارزیابی کرده است (کارنی و برادبری<sup>1</sup>، 1995). برادبری و فینچام<sup>2</sup> (2000) عوامل موثر بر رضایت زناشویی را به دو دسته تقسیم کرده اند: فرآیندهای بین فردی<sup>3</sup> که در درون ازدواج رخ می‌دهند و بافتار اجتماعی - فرهنگی<sup>4</sup> که ازدواج در آن رخ می‌دهد.

باورها<sup>5</sup>، انتظارات و اسنادها<sup>6</sup> (برادبری و فینچام، 2000)، رابطه‌ی جنسی (لیسر<sup>7</sup> و همکاران، 2007)، مهارت‌های ارتباطی، حل تعارض و پرخاشگری (بابکاک، کاستا، ایکهاردت و گرین<sup>8</sup>، 2004)، صمیمیت و حمایت متقابل (هیگمن، پروتینسکی و سینگ<sup>9</sup>، 1997) از جمله فرآیندهای بین فردی هستند که در رضایت زناشویی نقش به‌سزایی دارند.

ویژگی‌های فردی از جمله پیشینه‌ی خانوادگی و عوامل شخصی و تجربی که هر یک از زوجین با خود به رابطه می‌آورد (ساندرز، هالفورد و بهرنز<sup>10</sup>، 2000)، اختلال روانی (ویشمن، 2007)، سبک دلبستگی زوجین (بالبی<sup>11</sup>، 1973؛ نقل از دیتسکی<sup>12</sup>، 2007) و رویدادهای زندگی از جمله عوامل اجتماعی - فرهنگی موثر بر استحکام روابط زناشویی است.

یکی از فرآیندهای مهمی که رضایت زناشویی را تحت تاثیر قرار می‌دهد، صمیمیت می‌باشد (ثنایی، فراست و نوابی نژاد، 1383). صمیمیت یکی از نیازهای زندگی زن و شوهری بوده و در عین حال از ویژگی‌های بارز یک زوج موفق و شادمان است. عمق صمیمیتی که افراد در رابطه خود ایجاد می‌کنند

<sup>1</sup>. Karney & Bradbury

<sup>2</sup>. Fincham

<sup>3</sup>. Interpersonal Processes

<sup>4</sup>. Socioculture Contexts

<sup>5</sup>. Beliefs

<sup>6</sup>. Expectations & Attributions

<sup>7</sup>. Lieser

<sup>8</sup>. Babcock, Costa, Eckhardt & Green

<sup>9</sup>. Hickman, Protinsky, Sing

<sup>10</sup>. Sanders, Halford & Behrens

<sup>11</sup>. Bowlby

<sup>12</sup>. Ditesky

به میزان زیادی بستگی به توانایی آن‌ها برای ارتباط دقیق، موثر و روشن با افکار، احساسات، نیازها، خواسته‌ها و تمایلاتشان دارد. بنابراین یادگیری چگونگی ارتباط کارآمد نخستین گام در فرآیند ایجاد یا افزایش صمیمیت در هر رابطه‌ای به شمار می‌رود (باگاروزی<sup>1</sup>، 2001). مطالعات و تجارب بالینی نشان می‌دهند که در جامعه معاصر، زوج‌ها مشکلات شدید و فراگیری را هنگام برقراری و حفظ روابط صمیمانه و ارضاء انتظارات و نیازهای یک دیگر تجربه می‌کنند. ایجاد و حفظ روابط صمیمانه و ارضاء نیازهای عاطفی و روانی در جریان ازدواج یک مهارت و هنر است که علاوه بر سلامت روانی و تجارب سالم اولیه نیازمند داشتن نگرش‌های منطقی و کسب مهارت‌ها و انجام وظایف خاصی است (باگاروزی، 2001). به طوری که در مطالعه‌ای از 1160 درمانگر خواستند مشکل‌ترین حوزه‌های اختلافات زوجین را درجه بندی کنند که آن‌ها به ترتیب ارتباطات، انتظارات غیر واقعی از ازدواج و همسر، فقدان صمیمیت و نشان ندادن علاقه را مهم‌ترین جنبه‌های مشکلات زناشویی معرفی کردند (مظلومی، 1386).

صمیمیت در ازدواج با ارزش است، زیرا که تعهد زوج‌ها نسبت به ثبات ارتباط را محکم می‌کند و به طور مثبتی با سازگاری و رضایت زناشویی مرتبط است (هلر و وود<sup>2</sup>، 1998). صمیمیت را شامل ابعاد عاطفی<sup>3</sup>، روانشناختی<sup>4</sup>، عقلانی<sup>5</sup>، جنسی<sup>6</sup>، جسمانی<sup>7</sup>، معنوی<sup>8</sup>، زیبایی شناختی<sup>9</sup>، اجتماعی - تفریحی<sup>10</sup> تفریحی<sup>10</sup> می‌دانند و ذکر می‌شود صمیمیت، نزدیکی، تشابه و یک رابطه‌ی شخصی عاشقانه یا هیجانی

---

<sup>1</sup>.Bagarozzi

<sup>2</sup>.Heller & wood

<sup>3</sup>.Emotional intimacy

<sup>4</sup>.Psychological intimacy

<sup>5</sup>.Intellectual intimacy

<sup>6</sup>.Sextual intimacy

<sup>7</sup>.Physica intimacy

<sup>8</sup>.Spritual intimacy

<sup>9</sup>.Aesthetic intimacy

<sup>10</sup>.Social & Cretional



با شخص دیگر است که مستلزم شناخت و درک عمیق از فرد دیگر به منظور بیان افکار و احساساتی است که به عنوان منشاء تشابه و نزدیکی به کار می‌رود (باگاروزی، 2001). روابط صمیمانه بین زوجها اساسی‌ای است که بر اساس آن می‌توان رضایتمندی زناشویی را درک نمود (کلی و برگن، 1991<sup>1</sup>؛ رابینسون و بلانتون<sup>2</sup>، 1993؛ نقل از اسدپور، نظری، ذاکر و شقاقی، 1391). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که کیفیت روابط صمیمانه در بین زوجها پیش‌بینی‌کننده‌های نیرومندتری برای سلامت روانشناختی و جسمانی زوجها به شمار می‌رود (ستیل<sup>3</sup>، 1997). همچنین پژوهش‌ها بیانگر این واقعیت می‌باشند که برخورداری از صمیمیت در بین زوج‌های متاهل، از عوامل مهم ایجاد ازدواج پایدار است (کرافورد و رودا<sup>4</sup>، 2004؛ نقل از اسدپور و همکاران، 1391) و اجتناب از برقراری روابط صمیمانه از عواملی است که موجب شکست در زندگی خانوادگی خواهد شد (بلوم<sup>5</sup>، 2006؛ نقل از اسدپور و همکاران، 1391). کاهش صمیمیت و عدم رضایت از زناشویی یکی از مشکلات شایع جامعه امروزی است که موجب طلاق و جدایی شده است. به همین دلیل مشاوران و روانشناسان همواره درصدد نظریه پردازی و ارائه راهکارهایی برای پیشگیری و درمان آن بوده‌اند، به طوری که حاصل آن پیدایش نظریه‌ها و الگوهای مداخله درمانی است. یکی از مشکلات شایع که مورد توجه درمانگران واقع شده، روابط زناشویی است که موجب تعارض بین آن‌هاست. این مشکل ممکن است به اشکال گوناگون و به صورت افسردگی یکی یا هر دو زوج، اعتیاد، رفتار اختلال‌آمیز بین فرزندان، سوء رفتار با همسر و درگیری لفظی بین هر دو بروز نماید و منجر به طلاق گردد (سایرز و کوهن<sup>6</sup>، 2007؛ نقل از پورمحسنی، 1389). بطوریکه ناسازگاری‌های زناشویی آرامش عاطفی کودکان را برهم می‌زند و سلامت جسمانی و روانی آن‌ها را به

<sup>1</sup>.Kelley & Burgoon

<sup>2</sup>.Rabinson & Blanton

<sup>3</sup>.Steil

<sup>4</sup>.Crawford &

<sup>5</sup>.Blume

<sup>6</sup>.Sayers & Kohn

مخاطره می‌اندازد. شواهد نشان می‌دهد که کودکان طلاق، بیشتر دچار مشکلات عاطفی همچون اضطراب و افسردگی می‌شوند، سوء مصرف مواد، رفتارهای بزهکارانه و مشکلات تحصیلی از دیگر مشکلاتی است که در کودکان طلاق به مراتب بیشتر از کودکان عادی دیده می‌شود (مو<sup>1</sup>، 2007). مهارت‌های زناشویی توانمندی‌های زوجین در مدیریت همه ابعاد موجود در زندگی زناشویی است، بدیهی است مهم‌ترین و بلند مدت‌ترین ارتباط زوجین بدون مهارت‌های خاص امکان‌ناپذیر است (میلر و همکاران، 1385).

آموزش مهارت‌های زناشویی بر اساس مدل مک کی که شامل مهارت‌های پایه، پیشرفته، عصبانیت و تعارض و شناسایی و تغییر روندهای اشتباه می‌باشد هدف آن ارائه مهارت‌هایی برای شاداب نگه داشتن عشق می‌باشد (مک کی، 1389). تحقیقات مختلفی در زمینه اثربخشی برنامه‌های آموزشی و توانمندسازی ازدواج صورت گرفته است ولی تحقیقاتی در زمینه اثربخشی مهارت‌های زناشویی بر اساس مدل مک کی پیدا نشد که به تحقیقات مشابه در این زمینه اشاره می‌شود. بنابراین هدف اصلی این پژوهش بررسی اثربخشی مهارت‌های زناشویی بر رضایت و صمیمیت زناشویی زنان بر اساس مدل مک کی است.

---

<sup>1</sup>.Mo

## 1\_2\_ ضرورت و اهمیت پژوهش

درصد بسیاری از افراد در مراحل اولیه از زندگی‌شان وارد روابط زناشویی صمیمانه‌ای می‌شوند. در کشورهای غربی بیش از 90 درصد تا 50 سالگی ازدواج می‌کنند (گیلبرت، لانوتین و مونیر<sup>1</sup>، 1992؛ مک دونالد<sup>2</sup>، 1995؛ نقل از هالفورد، 1384). در فرهنگ‌های غربی اکثریت جوانان روابط زناشویی‌شان را منبع اولیه حمایت و عاطفه می‌دانند (لاوینگر و هاستون<sup>3</sup>، 1990؛ نقل از هالفورد، 1384). بسیاری از جوانان مجرد در هر لحظه از زندگی‌شان انتظار ازدواج دائم دارند و نیز انتظار دارند که همسرشان رابطه‌ی جنسی انحصاری، صداقت، اظهار عاطفه، صمیمیت و حمایت را از خود نشان دهد (مؤسسه مطالعات خانواده استرالیا، 1997؛ نقل از هالفورد، 1384).

در ارتباط با اهمیت روابط زناشویی همین بس که در مواقعی که روابط صمیمی بین زن و شوهر خدشه دار می‌شود و تفاهم زناشویی کاهش می‌یابد، عوارض مخرب و منفی در بهداشت روانی خانواده و فرزندان ایجاد می‌شود. از این رو افزایش تفاهم زناشویی و مساعدسازی محیط خانوادگی به عنوان یکی از اقدامات بهداشت روانی اولیه ملاحظه می‌گردد که در زمینه‌های تربیتی از اهمیت چشمگیری برخوردار است و اگر خانواده، محیط سالم و سازنده‌ای برای اعضای خود باشد و نیازهای جسمانی و روانی آن‌ها را برآورده کند، کمتر ممکن است به نهادهای درمانی خارج از خانواده احتیاج شود (میلانی فر، 1370؛ نقل از نیکوی و سیف، 1382). مطالعه تعاملات زناشویی نشان می‌دهد که روابط زناشویی بر عملکرد سیستم ایمنی، غدد درونریز و سیستم قلبی-عروقی تاثیر می‌گذارد (کیکالت-گلاسر و

<sup>1</sup>.Guilbert,Lanotine & Moniner

<sup>2</sup>.Mc Donald

<sup>3</sup>.Lavinger & Huston

نیوتن<sup>1</sup>، 2001؛ نقل از پورمحسنی، 1389)، همچنین افراد متاهل در مقایسه با افراد مجرد سو مصرف مواد، افسردگی، اختلالات عصب شناختی و اختلالات قلبی-عروقی کمتری را گزارش می‌کنند (آماتو<sup>2</sup>، 2000؛ نقل از پورمحسنی، 1389).

در بسیاری از کشورهای توسعه یافته همچون آمریکا، ژاپن، استرالیا و نروژ دولت و نهادهای اجتماعی تلاش می‌کنند تا با استفاده از برنامه‌های پربرسازی ازدواج، تاثیرات منفی طلاق و تعارضات زناشویی را بر سلامت روانی و جسمانی فرد، جامعه و اقتصاد کشورشان کاهش دهند (هالفورد و همکاران، 2003). همچنین بسیاری از کشورها هر ساله زیان‌های ناشی از گسستگی روابط زناشویی را گزارش کرده و راههای عملی جهت پیشگیری از این عواقب را نیز مورد مطالعه قرار می‌دهند (هالفورد، 1387؛ نقل از پورمحسنی، 1389).

### 1\_3\_ هدف‌های پژوهش:

#### 1\_3\_1\_ هدف کلی پژوهش:

تعیین تاثیر آموزش مهارت‌های زناشویی بر اساس مدل مک کی بر رضایت و صمیمیت زناشویی زنان.

#### 1\_3\_2\_ هدف‌های جزئی:

1- تعیین تاثیر آموزش مهارت‌های زناشویی بر رضایت کلی زناشویی

2- تعیین تاثیر آموزش مهارت‌های زناشویی بر مؤلفه‌ی تحریف آرمانی رضایت زناشویی

3- تعیین تاثیر آموزش مهارت‌های زناشویی بر مؤلفه‌ی رضایت زناشویی ویژه‌ی رضایت زناشویی

4- تعیین تاثیر آموزش مهارت‌های زناشویی بر مؤلفه‌ی مسایل شخصیتی رضایت زناشویی

<sup>1</sup>.Kiecolt,Glaser,Newton

<sup>2</sup>.Amato