



دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد (M.A)

رشته راهنمایی و مشاوره

عنوان :

« بررسی اثر بخشی آموزش مهارت همدلی به شیوه گروهی

بر افزایش صمیمیت زوج ها »

استاد راهنما :

دکتر باقر ثنائی ذاکر

استاد مشاور :

دکتر ژاله رفاهی

نگارنده :

محمد صادق سعادت

رسالة محمد

تقدیر و سپاسگزاری :

قالَ اللَّهُ الْحَكِيمُ: (وَعَلَّمَكَ مَا لَمْ تَكُن تَعْلَمُ)

آنچه را نمی دانستی خداوند به تو آموخت (سوره نساء آیه 113)

سپاس و ستایش خداوند را که به من شور و شوق گام نهادن در مسیر فراگیری دانش عطاء فرمود و مرا در تمام مراحل تحصیل یاری نمود و باتشکر از کلیه اساتیدی که از محضرشان بهره های علمی و معنوی فراوان کسب نمودم .

در ابتدا بر خود لازم می دانم از

جناب آقای دکتر باقر ثنائی ، بنیان گذار مشاوره خانواده و ازدواج در ایران

که به عنوان استاد راهنما همواره راهگشای مشکلاتم در انجام این پژوهش و سایر کارها بود ه اند ، صمیمانه تشکر و قدردانی نموده و از درگاه خداوند متعال سعادت ، سلامت و توفیق روز افزون ایشان را در راه خدمت به حوزه علم و فرهنگ مسئلت نمایم.

همچنین از استاد ارجمندم **سرکار خانم دکتر ژاله رفاهی** که به من اندیشیدن را آموخت نه اندیشه را و با دانش و آگاهی و دلسوزی صمیمانه در تهیه این پژوهش به عنوان استاد مشاور راهنمای اینجانب بوده اند کمال تشکر و امتنان را دارم .

از استاد گرامی و بزرگوام **جناب آقای دکتر سیروس سرو قد** که داوری این پژوهش را پذیرفتند، صمیمانه تشکر و سپاسگذاری نموده، از درگاه ایزد منان طول عمر باعزت را برای ایشان مسئلت دارم.

نا گفته پیداست که مراحل پژوهش و نگارش این رساله بجز با کمک و همکاری عده ی زیادی از اساتید ، همکاران و دوستان ره به جایی نمی برد و این مقال را جز تشکر از عده قلیلی از این عزیزان فرصتی بیش نیست . برای یکایک آنان شادی ، سربلندی و موفقیت را از ایزد متعال خواستارم.

تقدیم به ...

پدرم به پاس همراهی ها ، صبوری ها و دعا های نیمه شبش و باوری که از من دارد.

تقدیم به ...

صمیمیت و مهر مادرم و دعای همیشگی اش که بدرقه ی راهم بود.

÷ ∅ ÷ ∅ ÷ ∅ ÷ ∅

تقدیم به ...

خواهر زاده های عزیزم که از صمیم قلب دوستان دارم...

« حلیا و الیانا »

تقدیم به

دو خواهر عزیزم به پاس همراهی ها. دلسوزی ها و سنگ صبور بودنشان

« فاطمه و مرضیه »

پیشکش ...

« علی و محمد »

بهترین برادرانی که دلسوزانه مشوق اصلی من در پیمودن این راه بوده اند

òòòòòò

و در پایان این رساله ی خود را به تنها گوهر زندگی ام

« سمیه » تقدیم می کنم ...

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
1.....	چکیده
	فصل اول :
2.....	کلیات
3.....	مقدمه
4.....	بیان مسئله
7.....	اهمیت و ضرورت تحقیق
11.....	اهداف پژوهش
11.....	فرضیه های پژوهش
11.....	سؤال پژوهش
12.....	تعاریف مفهومی پژوهش
15.....	تعاریف عملیاتی پژوهش
	فصل دوم :
16.....	مروری بر ادبیات تحقیق
17.....	مقدمه
17.....	پیشینه نظری
17.....	مفهوم همدلی
18.....	تعاریف همدلی
21.....	انواع همدلی

22 سطوح همدلی
25 اصول مهارت همدلی
27 پیوستار همدلی، همدردی، بی تفاوتی
28 اجزاء همدلی
30 آموزش گروهی
30 دیدگاه ها در خصوص گروهها
31 مروری بر انواع مختلف گروهها
34 مشاوره گروهی
35 گروه های ساخت دار
36 رویکرد آموزش روانی در گروه
37 صمیمیت
37 مفهوم صمیمیت
39 ابعاد صمیمیت
43 عوامل مؤثر بر صمیمیت
43 الف- عوامل اجتماعی تأثیر گذار برافزایش صمیمیت
45 ب - عوامل روانشناختی مؤثر برافزایش صمیمیت
46 - نیاز به صمیمیت
47 - سبک دلبستگی فرد و ارتباط آن باروابط صمیمانه
48 - تمایز یافتگی
52 - اسطوره هایی درباره عشق و ازدواج

- 54..... عقاید غیر منطقی
- 55..... عزت نفس
- 56..... (ج) عوامل بین فردی مؤثر بر صمیمیت
- 56..... اعتماد سازی در رابطه
- 58..... متعادل کردن نیازها در جهت ایجاد یکپارچگی
- 58..... مدیریت تفاوت ها
- 60..... تحمل و مدارا کردن
- 61..... مهارت های لازم برای ایجاد صمیمیت
- 62..... خود افشایی
- 63..... ارتباط متقابل
- 65..... همدلی
- 66..... فواید انعکاس محتوا
- 66..... پیشینه بررسی ارتباطات زناشویی
- 67..... ویژگی های ارتباط همسران
- 68..... مزایای ارتباط همسران
- 68..... چرا یادگیری مهارت ارتباطی لازم است
- 70..... تحقیقات انجام شده
- 70..... پژوهش های انجام شده در داخل کشور
- 78..... پژوهش های انجام شده در خارج کشور

فصل سوم

88	روش اجرای پژوهش
89	مقدمه
89	طرح پژوهش
89	جامعه و نمونه آماری
89	حجم نمونه و روش نمونه گیری
90	ابزار پژوهش
91	روش نمره گذاری
92	اعتبار و روایی ابزار پژوهش
92	روش اجرای پژوهش
93	محتوا و رئوس مطالب ارائه شده
109	روش تجزیه و تحلیل داده ها

فصل چهارم :

110	تجزیه و تحلیل داده ها
110	مقدمه
111	آمار توصیفی
113	آمار استنباطی

فصل پنجم :

121	بحث و نتیجه گیری
-----	------------------

122.....	خلاصه پژوهش
123.....	فرضیه اول
124.....	فرضیه دوم
125.....	سؤال پژوهش
127.....	نتیجه نهایی یافته ها
129.....	محدودیت های پژوهش
130.....	الف) پیشنهادات کاربردی
130.....	ب) پیشنهادات پژوهشی
131.....	منابع فارسی
136.....	منابع انگلیسی
142.....	پیوست ها
143.....	چکیده انگلیسی

فهرست جداول

صفحه	عنوان
111.....	جدول (4-1): تعداد و درصد افراد از نظر سن
111.....	جدول (2-4): تعداد و درصد افراد از نظر مدرک تحصیلی
112	جدول (3-4): تعداد و درصد افراد از نظر شغل
113.....	جدول (4-4): تعداد و درصد زوج ها از نظر تعداد فرزندان
113.....	جدول (5-4): تعداد و درصد خانواده ها از نظر طول مدت ازدواج
114	جدول (6-4): میانگین و انحراف معیار نمرات صمیمیت زوج ها در مراحل پیش آزمون و پس آزمون
114.....	جدول (7-4): نتایج آزمون لوین در مورد پیش فرض تساوی واریانس ها
115.....	جدول (8-4): خلاصه نتایج تحلیل کواریانس مربوط به نمرات صمیمیت زوج ها در دو گروه آزمایش و کنترل
116.....	جدول (9-4): نتایج تحلیل کواریانس جهت تعیین اثر بخشی آموزش مهارت همدلی بر افزایش صمیمیت با احتساب پیگیری بعد از 3 ماه
117.....	جدول (10-4): میانگین و انحراف معیار نمرات ابعاد ارتباط پیش آزمون و پس آزمون در گروههای آزمایش و کنترل
119.....	جدول (11-4): نتایج آزمون لوین در مورد پیش فرض تساوی واریانس ها
120.....	جدول (12-4): خلاصه نتایج تحلیل کواریانس مربوط به تاثیر آموزش مهارت همدلی به شیوه گروهی بر تغییر ابعاد صمیمیت زوج ها در گروههای آزمایش و کنترل

چکیده

پژوهش حاضر به بررسی اثرآموزش مهارت همدلی به شیوه گروهی بر افزایش صمیمیت زوج ها صورت گرفته است. جامعه پژوهش شامل آندسته از زوج هایی است که به دلیل مشاجرات و تعارضات زناشویی به مراکز مشاوره شیراز مراجعه نموده اند. نمونه پژوهش شامل 20 زوج است که از بین زوج هایی که حاضر به شرکت در مطالعه شدند به صورت تصادفی انتخاب شده اند و بر اساس جایگزینی تصادفی پس از پاسخگویی به پیش آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. ابزار پژوهش عبارت است از پرسش نامه سنجش صمیمیت که توسط اولیاء (1385) ساخته شده است. گروه آزمایش 10 جلسه آموزش مهارت همدلی را به صورت جلسات هفتگی به مدت 90 دقیقه دریافت نمودند. پس از پایان آموزش هر دو گروه مجدداً مورد پس آزمون قرار گرفتند و سه ماه پس از آموزش نیز جلسه پیگیری برگزار و مجدداً آزمودنی ها مورد ارزیابی با پرسشنامه سنجش صمیمیت قرار گرفتند. برای تجزیه و تحلیل داده ها علاوه بر استفاده از روش های آمار توصیفی از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شده است. تحلیل داده ها نشان می دهد که آموزش مهارت همدلی به شیوه گروهی باعث افزایش صمیمیت کلی زوج ها گردیده اما تنها بر 6 بعد از ابعاد نه گانه صمیمیت موثر بوده است. همچنین بین افزایش صمیمیت زنان و مردان پس از آموزش تفاوت معناداری مشاهده نشد.

کلید واژه ها: مهارت، همدلی، شیوه گروهی، صمیمیت.



"ومن آیاته ان خلق لكم من انفسكم ازواجاً لتسكنوا اليها و جعل بينكم موده ورحمه ان في ذلك

لايات لقوم يتفكرون"

ازدواج مقدس ترين وپيچيده ترين رابطه ميان دو انسان است از دوجنس مخالف که ابعاد وسيع وهدف های متعددی دارد. بی شک هیچ نابهنجاری عاطفی واجتماعی که از تأثیر خانواده فارغ باشد وجود ندارد. افلاطون می گفت: برای آنکه یک جمهوری خوب سازمان یابد، باید قوانین اصلی باشد که روابط زناشویی را سامان بخشد (به پژوه، 1380).

آغاز زندگی زناشویی به رغم وجود جاذبه های عاطفی وجنسی اش، آغاز تدریجی اختلاف در زمینه های مختلف است. ناکامی زوجها در حل اختلاف زناشویی معلول عوامل بی شماری است. ولی تجارب کلینیکی در مشاوره زوج ها، بیانگر این واقعیت است که این ناکامی در موارد بسیار زیادی از ناپختگی یا ضعف مهارت زوج ها در حفظ پرورش عشق وعلاقه اوایل آشنائی نشأت می گیرد. بسیاری از زوجها با عشق به یکدیگر ازدواج می کنند ولی پس از آن عمدتاً بر اساس یادگیری ها وهمانند سازی های مسئله دار گذشته به ایفای نقش همسری در زندگی مشترک می پردازند نه بر اساس شناخت ونیازهای روانی یکدیگر (بارکر، ترجمه دهقانی، 1380).

بی شک هزاره سوم، فرصتی در جهت بازنگری وتحکیم روش های علمی مشاوره وسلامت خانواده است. در این هزاره کلیه ی کشورهای جهان تلاش می کنند تا با تقویت بنیان خانواده زمینه رشد، تعالی واستحکام خانواده را فراهم نمایند (نوابی نژاد، 1384).

خانواده اولین سازمان اجتماعی است که فرد در آن زندگی می کند و اساساً یک کانون کمک، تسکین التیام وشفا بخشی است و کانونی است که باید فشارهای روانی وارد شده بر اعضای خود را تخفیف دهد و راه رشد وشکوفائی آنها را هموار کند (ثنائی، 1386).

از آنجا که دستیابی به جامعه سالم، آشکارا در گرو سلامت خانواده و تحقق خانواده سالم مشروط به برخورداری اعضای آن از سلامت روانی و داشتن رابطه های مطلوب با یکدیگر است، از این رو سالم سازی اعضای خانواده ورابطه هایشان، بی گمان اثرات مثبتی را در جامعه به دنبال خواهد داشت.

یکی از مهارت های مهم و اساسی برای ازدواج و تشکیل خانواده دادن، مهارت همدلی^۱ است. گاهی اوقات افراد به اشتباه فکر می کنند که تفاهم به این معنی است که ما با فرد مقابل کاملاً هم عقیده و همفکر باشیم و هیچ تفاوتی میان ما وجود نداشته باشد. این تصویری کاملاً اشتباه است زیرا هیچ گاه نمی توان دو انسان را یافت که کاملاً شبیه یکدیگر باشند. تفاوت و اختلاف در دیدگاهها، عقاید، علائق و سلیقه های انسان امری بسیار عادی، طبیعی و شایع است. به این ترتیب مهارت همدلی کمک می کند که انسانها همدیگر را بفهمند. در واقع، کلمه تفاهم از ریشه فهم گرفته شده است و لازمه فهمیدن دیگران آن است که بتوانیم خودمان را جای آنها بگذاریم تا بتوانیم آنها را درک کرده و بفهمیم. نه تنها همدلی به رفع اختلافات کمک می کند بلکه باعث بهتر شدن ارتباط انسانها با یکدیگر نیز می شود. در واقع همدلی می تواند ایجاد ارتباط کند و ارتباط را عمیق تر و غنی تر سازد. به عبارت دیگر، بسیاری از مشکلات ارتباطی از جایی شروع می شود که یکی از طرفین یا هر دو طرف در همدلی مشکل یا ضعف داشته باشند. بسیاری از مشکلات ارتباطی زوج ها و والدین و فرزندان از ناتوانی در ابراز همدلی نشأت می گیرد (نوری قاسم آبادی، 1384).

لذا این پژوهش در پی آن است که با آموزش مهارت همدلی اثر بخشی آن را در افزایش صمیمیت^۲ زوج ها بررسی کند.

بیان مسئله

ازدواج یک سنت فطری و الهی است که از دیر باز وجود داشته و تمامی شرایع و قوانین آن را ترغیب کرده اند. ازدواج، قراردادی است که به موجب آن زن و مرد در زندگی با یکدیگر شریک و متحد شده خانواده ای را تشکیل می دهند. اما آنچه از خود ازدواج مهمتر به شمار می رود موفقیت در ازدواج و رضایت در بین زوج ها است (برادباری^۳ و همکاران، 2000).

یکی از مهمترین و زیباترین وقایع زندگی، امر مقدس ازدواج است. ازدواجی که بالغانه و بر اساس خود شناسی، تفکر و ارزیابی صورت می گیرد، علاوه بر آنکه کیفیت زندگی فرد را ارتقاء داده و احساسات و عواطف زیبایی انسانی را بر می انگیزد، می تواند مراحل رشد و شکوفائی انسان رادر پی داشته باشد. مسلم است که ازدواج نیز همانند سایر مراحل رشد نیاز به آموزش و راهنمایی دارد (نوری قاسم آبادی، 1384).

۱. Empathy
۲. Intimacy
۳. Brad bary

ازدواج به عنوان مهمترین و عالی ترین رسم اجتماعی برای دستیابی به نیازهای عاطفی افراد همواره مورد تأیید بوده است. ازدواج رابطه ای انسانی، پیچیده، ظریف و پویا است که از ویژگی های خاصی برخوردار است. دلایل اصلی ازدواج عمدتاً عشق و محبت، داشتن شریک و همراه در زندگی، ارضاء انتظارات عاطفی، روانی و افزایش شادی و خوشنودی است (برنشتاین⁴، 1380؛ براون 1999، نوایی نژاد، 1380، به نقل از اعتمادی (1384).

تغییر اساسی و اهداف ازدواج مستلزم تغییر انتظارات، وظایف، نقش ها و افزایش مهارت همسران برای تحقق این اهداف و نیازهاست. مطالعات و تجارب بالینی نشان می دهد که در جامعه معاصر زوج ها مشکلات شدید و فراگیری را در هنگام برقراری و حفظ روابط صمیمانه و ارضاء نیازهای عاطفی و روانی بایکدیگر دارند. در واقع ازدواج یک مهارت و هنر است که علاوه بر سلامت روانی و تجارب سالم نیازمند داشتن نگرش های منطقی و کسب مهارت ها و انجام وظایف خاصی است (برنشتاین 1989، ترجمه سهرابی (1382).

دوره حیات خانواده مبنای مناسبی برای درک چگونگی به وجود آمدن روابط مثبت است. خانواده یک نظام یا سامانه اجتماعی منحصر به فرد است زیرا عضویت در آن مبتنی بر ترکیبی از پیوندهای بیولوژیکی، حقوقی، عاطفی، جغرافیایی و تاریخی است. بر خلاف سایر سامانه های اجتماعی، ورود به سامانه خانواده از راه تولد، فرزندخواندگی، قیومت یا ازدواج میسر است و اعضاء فقط با مرگ می توانند از آن خارج شوند (کار⁵ 2004 ترجمه شریفی و همکاران، 1385).

با توجه به اهمیت نظام خانواده بعنوان اولین ساختار جامعه که پایه و اساس تربیت و تعلیم فرزندان و روابط رسمی و قانونی زن و مرد به شکل یک استاندارد مشروع و مقبول در آن بنیاد نهاده می شود. اهمیت و حفظ چنین ساختاری با در نظر گرفتن نقش روانی، روحی، عاطفی، اجتماعی و رفتاری آن والگو برداری فرزندان، کاملاً مشهود است. پیشرفت و رشد سریع تمدن، تکنولوژی و زندگی ماشینی اغلب اثرات منفی بر نظام خانواده گذاشته و عوارض آن میزان بالای افسردگی، اضطراب، خودکشی و دیگر بیماریهای روحی و روانی و همچنین طلاق می باشد که آمار آن روز به روز رو به افزایش می باشد. پژوهشهای مختلف به این امر اشاره دارد که ازدواج موفق موجب می شود افراد شاد تر، با نشاط تر و سالم تر زندگی می کنند (وایت⁶ (1994).

۴. Bereneshtain

۵. Carr

۶. Wait

ازدواج موفق ازدواجی است که دو طرف با ملاک‌ها و معیارهای خود از روی میل و اشتیاق به یکدیگر علاقه مند و متعهد می‌گردند، انتخاب میکنند و تصمیم می‌گیرند تا در هر شرایطی در کنار هم باشند و با یکدیگر همکاری نموده و از همدیگر حمایت کنند. زندگی زناشویی باید به منزله‌ی رابطه‌ی رضایت بخشی برای زوج‌ها باشد تا بتوانند نیازهای جسمانی، عاطفی، روانی و اجتماعی خود را در یک فضای صمیمانه و توأم با آرامش برآورده می‌سازند. (نورانی پوروهمکاران، 1386).

صمیمیت در ازدواج با ارزش است، زیرا تعهد زوج‌ها نسبت به ثبات ارتباط را محکم می‌کند و به طور مثبتی با سازگاری و رضایت زناشویی همراه است. افزایش طلاق و نارضایتی زناشویی از یک سو و تقاضای همسران برای پربار سازی و بهبود در روابط زناشویی از سوی دیگر نشان دهنده نیاز همسران به مداخلات و آموزش‌های تخصصی در این زمینه است (اعتمادی و همکاران، 1385).

صمیمیت یک نیاز واقعی انسان است که ریشه دار بوده و در چارچوب نیاز بقاء برای دلبستگی رشد می‌کند. نیاز به صمیمیت به عنوان رشد، پختگی، بلوغ، تمایز یافتگی و تظاهر پیشرفته نیاز به ارتباط و تماس مفهوم سازی می‌شود. برای افزایش و درمان مشکلات مربوط به صمیمیت زوج‌ها رویکردهای متعددی نظیر روان تحلیلی، شناختی - رفتاری، ارتباط درمانی متمرکز بر عواطف و روانی - آموزشی وجود دارد. هر رویکردی بر اساس تبیین‌های خاص خود از روابط صمیمانه همسران روش‌های درمانی و آموزشی ویژه‌ای برای افزایش صمیمیت و حل مشکلات مربوط به صمیمیت ارائه می‌دهند (اعتمادی و همکاران، 1385).

در جوامع مدرن شهری، برقراری ارتباط واقعی با همه کسانی که ملاقات می‌کنیم، کاری غیر ممکن است و قدری بی تفاوتی انتخابی، برای ادامه حیات روانی ضروری است، زیرا در غیر این صورت ممکن است مدار بین فردی ما، متحمل بار اضافی شده و با سوزاندن فیوز برای مدتی از نظر بین فردی خاموش شود و در نتیجه انرژی بین فردی ما تحلیل رفته و در تمامی روابط خود از درخشش کمتری برخوردار باشیم. با وجود آنکه بی تفاوتی انتخابی امری ضروری بنظر می‌رسد، بسیاری از افراد در روابط خود به شکل نامناسبی بی تفاوت هستند. عده‌ای، مردم گریزند و تقریباً از برخورد با همه افراد کناره می‌گیرند و عده‌ای دیگر صرفاً وظیفه خود را در نظر دارند و تنها زمانی به تعامل با افراد می‌پردازند که این امر به پیشبرد یکی از اهداف آنان کمک کند. دیگران وقت زیادی را با مردم می‌گذرانند، اما از تعامل در سطح احساسی اجتناب می‌کنند و با جدائی بیش از اندازه از افراد دیگر و احساسات خود، هستی محدود و رشد نیافته‌ای را برای خود رقم می‌زنند (بولتون، ترجمه سهرابی، 1384).

یکی از مهارت‌هایی که برای ازدواج و تشکیل یک زندگی مشترک ضروری و اساسی است، آموزش مهارت‌های همدلی است. بروز اختلاف و تفاوت میان انسانها امری عادی و طبیعی است. مهم آنست که هنگامی که افراد با یکدیگر به اختلاف رسیدند بتوانند اختلافات موجود را به گونه‌ای مناسب حل نمایند به صورتی که رضایت هر دو طرف جلب شود. با آموزش مهارت‌های همدلی کمک خواهیم کرد این نوع اختلافات و تعارضات زناشویی به گونه‌ای سالم و منصفانه حل شده تا در آینده‌ای نه چندان دور شاهد روابط صمیمانه زوج‌ها در ازدواج، داشتن زندگی‌های بدون استرس و فشار، عدم داشتن مشکلات حاد زناشویی، تقلیل منازعات خانوادگی و همچنین برخورداری از کاهش روز افزون آمار طلاق در جامعه‌ی ایرانی باشیم.

اهمیت و ضرورت مسئله

ازدواج مقدمه تشکیل خانواده است، خانواده با پیوند زناشویی شکل می‌گیرد و تداوم و بقای آن نیز بستگی به تداوم و بقای پیوند زناشویی دارد. ازدواج به عنوان مهمترین و عالی‌ترین رسم اجتماعی، برای دستیابی به نیازهای عاطفی و امنیتی افراد بزرگسال همواره مورد تأیید بوده است. علیرغم اینکه ازدواج رضایت بخش یکی از عوامل مهم بهداشت روانی جامعه محسوب می‌شود ولی چنانچه ازدواج و زندگی خانوادگی شرایط نامساعدی برای ارضاء نیازهای روانی زوج‌ها ایجاد کند، به طوری که اختلالات عصبی، افسردگی و خودکشی از پیامدهای اختلافات خانوادگی می‌باشد. پویائی و تغییر پذیری مستمر زندگی ایجاب می‌کند که انسان همواره در صدد یادگیری روش‌های جدید برای حل مسائل و مشکلاتش باشد. روش‌های کهنه برای حل مشکلاتی که بر اثر رشد نامناسب جامعه صنعتی پدید می‌آیند کارآمد نیستند. ازدواج موفق که سرآغاز خانواده سالم است به داشتن مهارت‌های خاص از جانب والدین و زوج‌ها نیاز دارد. سازگاری و کنار آمدن والدین با یکدیگر در زندگی مشترک، تربیت صحیح فرزندان و چگونگی تعامل با آشنایان و نزدیکان از جمله مواردی هستند که فقدان دانش و اطلاعات کافی در این زمینه‌ها مشکلات شدید و صدمات جبران ناپذیری را برای زوج‌ها به وجود می‌آورد (شفیعی، 1386).

با توجه به گستردگی اثرات سوء آشفتنگی زناشویی بر ابعاد مختلف زندگی فردی و اجتماعی و افزایش آمار طلاق در سال‌های اخیر، توجه به روابط زوج‌ها و بهبود آن امری ضروری به نظر می‌رسد.

در دوران معاصر، روابط زوج های ایرانی در معرض تغییرات ساختاری قرار گرفته و دگرگونی و پراکندگی بسیار در آن مشاهده می شود که این امر به نوبه خود می تواند مشکلاتی را در منظومه خانواده ایجاد نموده و حتی آن را به سمت فروپاشی سوق دهد (مهبادی راد، 1371).

اگرچه تعارض و اختلاف در زندگی زناشویی طبیعی و گاهی مفید می باشد، در عین حال در صورت تشدید شدن می تواند اثر بسیار بدی بر سلامت روانی اعضای خانواده داشته باشد (هلفورد^۱ و همکاران، 1999). (باری^۲، هترینگتوم^۳، 1997) و (ورباگ^۴، 1979) گزارش می کنند که طلاق و جدائی موجب ناتوانی، مشکلات پزشکی جدی و مزمن در افراد بزرگسال می گردد. طلاق خطر خودکشی در مردان را افزایش می دهد. کودکان خانواده هایی که در معرض تعارض یا طلاق می باشند در معرض خطر انواع مشکلات رفتاری و عاطفی هستند و علائمی همچون رفتار عنادورزی، پرخاشگری و علائم افسردگی از خود نشان می دهد (باری و هترینگتوم، 1997- ژوریلز^۵ و همکاران، 1991).

یکی از مشکلات شایع موجود در جامعه امروزی که مورد توجه درمانگران خانواده واقع شده، تعارض زناشویی است. این مشکل ممکن است اشکال گوناگون داشته باشد و نهایتاً منجر به طلاق گردد (سایرز^{۱۲}، کوهن^{۱۳}، فرسکو^{۱۴}، 2001) آمار بالای طلاق در کشورهای غربی به شیوع بیش از 50 درصد می رسد (رایس^{۱۵}، 1996، گلدنبرگ و گلدنبرگ^{۱۶}، 1996، 1998، ویکس و تریست^{۱۷}، 2001، دای^{۱۸}، 2003، کریچلر^{۱۹} و همکاران، 2001، به نقل از فرحبخش، 1385). یعنی از هر زوجی که برای اولین بار ازدواج می کنند، یک زوج آنها طلاق می گیرند که از مهمترین عوامل آن ناتوانی دو زوج در حل تعارضات زناشویی است. در کشور ما بر اساس آمارهای موجود میزان طلاق در سالهای مختلف بین 11 تا 16 درصد در حال نوسان بوده است که

-
1. Hal ford
 2. Barry
 3. Hetrington
 4. Verbugge
 5. Jouriles
 6. Sayers
 7. Kohn
 8. Fresco
 9. Rice
 10. Goldenberg and Golenberg
 11. Weeks and Treet
 12. Day
 13. Krichler

در کل حاکی از افزایش آن می باشد (سالنامه آماری جمهوری اسلامی ایران، 1380). همان گونه که ملاحظه می شود توجه به ازدواج و خانواده سالم در تمام جهان مورد توجه است و اگر به وضعیت کنونی خانواده در جامعه امروز ایران توجه کنیم، متوجه می شویم که اینک در سال بیش از 600000 هزار ازدواج در ایران به ثبت می رسد یا به عبارت دیگر بیش از 1200000 هزار نفر در سال تصمیم به ازدواج می گیرند. نرخ طلاق در سال 1375، معادل 7/9 درصد بوده است یعنی در سال 1375 از هر 1000 ازدواج 79 مورد طلاق می گرفتند. همچنین نرخ طلاق در سال 1382 به عدد 10/6 درصد رسیده است یا به عبارت دیگر از هر 1000 ازدواج 106 مورد به طلاق منجر می شود. شایان ذکر است بر اساس آمار منتشره از سوی اداره ثبت احوال در سال گذشته (1387) نرخ طلاق در کشور 110510 رویداد ثبت شده است که حاکی از افزایش نرخ طلاق به 12/5 درصد می باشد و همچنین در این گزارش عنوان شده است که بیشترین طلاق رخ داده در بین مردان با سن 25 تا 29 سال و در بین زنان 20 تا 24 سال بوده است. همچنین درباره میزان وقایع ازدواج در سال 87 این عدد به 881592 واقعه ازدواج در سال گذشته به ثبت رسیده است که بیشترین ازدواج در مردان در سنین 20 تا 24 سالگی یعنی حدود (42/6) درصد را تشکیل داده و 36 درصد خانمهای ازدواج کرده بین 20 تا 24 سال بوده است (رحیمی، 1387).

امروزه، افرادی که گام در زندگی زناشوئی می گذارند، توقع دارند از لذت رابطه ای صمیمانه، عاشقانه و ایمن بخش با همسر خود برخوردار شوند، توقعاتی که در قالب موارد برآورده نمی شود برآستی چرا؟ واقعیت این است که در جهان امروز قالب افرادی که وارد زندگی زناشوئی می شوند به جز خودشان کوله باری از اختلالات عاطفی و توقعات غیر عقلانی نسبت به ازدواج را نیز به همراه خود می آورند. چیزهایی که آنها در بیشتر موارد نسبت به وجودشان در خود یا شریک زندگی شان آگاهی ندارند. در نهایت هنگامی که عوارض این اختلالات و توقعات را در زندگی خود مشاهده می کنند، انگشت اتهام را به سوی مقابل خود گرفته و برای خودشان به دلسوزی می پردازند و بدین ترتیب اختلالات عاطفی خود

و همسرشان را شدت بیشتری می بخشند، در نتیجه پهنه ی ازدواج را به محیطی مطلوب برای پرورش انواع اختلالات عاطفی مبدل می سازند (شفیعی، 1386).

احساس نیاز به زندگی بهتر و کاملتر انگیزه اصلی اقدام به ازدواج و تشکیل خانواده است که در نقاط مختلف تحت تأثیر شرایط فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و آموزشی خاص آن منطقه قرار می گیرد و آنچه مسلم است همه افرادی که اقدام به این امر مهم می نمایند، هدفی جز خوشبختی و کامروائی و نهایتاً دست یابی به موفقیت بیشتر ندارند. اما همه ما از طریق روزنامه ها، مجلات و یا رسانه های سمعی و بصری با مسائلی همچون مشکلات خانوادگی، تعارضات زناشویی، زوجهای در حال جدائی و با آمار فزاینده ای از طلاق و از این قبیل مسائل آشنائی داریم.

علت این مشکلات چه می تواند باشد؟ یا اینکه چنین مشکلاتی چرا تا این حد مورد توجه قرار گرفته اند؟ و یا چرا به ساختار خانواده تا این اهمیت داده می شود؟؟

با توجه به آنچه گفته شد اهمیت توجه به روابط زوج ها و سلامت خانواده آشکار می شود. ازدواج خشت بنای خانواده است و اگر بخواهیم در خانواده با مشکلات کمتر و آسیب های کمتری روبرو باشیم نیاز است به روابط زوج ها توجه بیشتری کنیم و موانع ارتباطی آنان را بهبود بخشیده و یا حفظ نماییم. لذا ضروری به نظر می رسد که با آموزش مهارت های مورد نیاز به همسران در راه بهبود روابط و افزایش صمیمیت آنها گام برداشت، در این پژوهش نیز در صدد آنیم که با آموزش مهارت همدلی، زوج ها را در دستیابی به صمیمیت بیشتری یاری دهیم.

اهداف پژوهش :

هدف کلی