

عبد الرحمن بن محمد

١٢٩٥ ✓



دانشگاه شهید بهشتی  
دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

### پایان نامه

جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد  
در رشته روانشناسی عمومی

### موضوع:

مقایسه میزانت بخشایش زوجین با توجه به سبک دلبستگی و ازدواج فامیلی و غیر فامیلی

### استاد راهنما:

دکتر شهریار شهیدی

### استاد مشاور:

دکتر محمدعلی مظاهری

### اسماتید داور:

دکتر عصمت دانش

دکتر باقر غباری بناب

دانشجو:

بهناز ذال

خرداد ۸۸

۱۳۸۸/۱۰/۲۷

تأیید استاد راهنما  
شهریار شهیدی

۱۲۹۵۰۷

## چکیده

هدف از مطالعه حاضر، مقایسه میزان بخشایش در زوجین ایمن و نایمن و با توجه به ازدواج فAMILI و غیر فAMILI می‌باشد. روش پژوهشی، مقایسه‌ای پس رویدادی بود. جامعه آماری پژوهش کلیه زوجین شهرستان بیرجند بوده که ۲۰۰ زوج (۴۰۰ نفر) از آنها از طریق روش غیر احتمالی در دسترس به‌عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش عبارتند از: پرسشنامه بخشایش خانواده، پرسشنامه سبک دلبستگی و یک پرسشنامه برای ثبت مشخصات فردی. یافته‌ها نشان داد که سه خرده‌مقیاس میزان درک واقع‌بینانه زوجین، تصدیق و قبول خطا، جبران عمل و احساس بهبودی و سبکبالی زوجین در دو گروه ایمن و نایمن و میزان تصدیق و قبول خطا در ازدواج فAMILI و غیر فAMILI تفاوت معنادار داشت. همچنین زوجین ایمن بطور معناداری، بخشایش بیشتری در خانواده‌های خود گزارش کردند. درک واقع‌بینانه زوجین با تعداد فرزندان رابطه منفی و میزان جبران عمل آنها با تحصیلاتشان رابطه مثبت داشت.

سپاس و قدردانی فراوان خود را به دکتر شهریار شهیدی ابراز  
می‌نمایم چرا که در پرتو راهنمایی‌های ارزنده ایشان، این پژوهش به انجام  
رسید.

همچنین از جناب آقای دکتر محمد علی مظاهری کمال تشکر را  
دارم که از سر اخلاص قبول مشاورت فرموده و در تهیه این پژوهش مرا  
مدیون لطف خود نمودند.

با تشکر و قدردانی از جناب آقای دکتر همایون فرهنگ فر که با

راهنماییهای بی دریغ خود در انجام این پژوهش مرا یاری دادند.

ما یگانه و آشناییم  
ما یکی هستیم، تو و من.  
با هم شادمانیم، با هم رنج می بریم  
اگر هستیم، با هم هستیم،  
و تا جهان و زندگی برپاست،  
مدام یکدیگر را می آفرینیم، مهربان همسرم،  
تقدیم به تو.

## طلب بخشایش

کودکم، دلبندم،

تو همراه همیشگی من بودی،

در بطن من، در آغوش من و در زندگیم

آن هنگام که دغدغه خاطر من دانش بود،

آغوشم برای تو و نگاهم سرشار از نگرانی.

بخاطر همه لحظاتی که تو را در خود نداشت مرا ببخش

که نام تو حکایت از جوانمردی دارد و عطفوت

## حکایت

یکی از سربازان ناپلئون بناپارت مرتکب جنایتی گردید و محکوم به مرگ شد. در هنگامی که حکم اعدام در شرف اجرا بود، مادر آن سرباز نیز برای آنکه پسرش بخشیده شود، نزد ناپلئون رفت و از او تقاضای عفو و بخشایش کرد.

- مادر من پسر شما سزاوار بخشیده شدن نمی باشد.

مادر می گوید: می دانم، اگر سزاوار آن بود دیگر حقیقتاً یک بخشایش نبود. بخشیده شدن در واقع قابلیت رفتن به آن سوء و ماوراء عدالت می باشد.

ناپلئون با شنیدن این کلمات دستور داد تا حکم مرگ آن جوان تبدیل به تبعید گردد.

(کوئیلو، داستانهایی برای پدران، فرزندان و نوه ها)



## فهرست مطالب

فهرست جداول.....	۱
<b>فصل اول: معرفی پژوهشی</b> .....	<b>۳</b>
۱- مقدمه.....	۴
۲- بیان مسئله.....	۶
۳- ضرورت پژوهش.....	۱۱
۴- اهداف پژوهش.....	۱۳
۵- متغیرهای پژوهش.....	۱۴
۶- فرضیه‌های پژوهش.....	۱۵
۷- سوالات پژوهش.....	۱۶
۸- تعریف نظری و عملیاتی متغیرهای پژوهش.....	۱۶
<b>فصل دوم: ادبیات پژوهشی</b> .....	<b>۲۰</b>
۱- تعریف بخشایش.....	۲۱
- چشم انداز روانشناختی.....	۲۱
- چشم انداز الهیاتی.....	۲۵
۲- بخشایش چه چیزی نیست.....	۲۷

۲۸	۳- ابعاد بخشایش.....
۳۱	۴- عوامل موثر بر بخشایش.....
۳۱	- ویژگی فرد رنجیده.....
۳۲	- ویژگی فرد رنجاننده.....
۳۳	- ویژگی رنج.....
۳۴	۵- انواع مختلف بخشایش.....
۳۶	۶- مراحل بخشایش.....
۴۰	۷- بخشایش خود.....
۴۴	۸- نتایج عفو و بخشایش.....
۴۶	۹- بخشایش در رویکردهای مختلف.....
۴۸	۱۰- دیدگاه خانواده درمانی به بخشایش.....
۵۰	۱۱- دل بستگی.....
۵۳	۱۲- اصول نظریه دل بستگی.....
۵۶	۱۳- دل بستگی در رویکردهای مختلف روانشناسی.....
۵۹	۱۴- سبک‌های دل بستگی.....
۶۲	۱۵- دل بستگی بزرگسال.....
۶۴	۱۶- دل بستگی و مذهب.....
۶۵	۱۷- ارتباط دل بستگی و بخشایش.....
۶۷	۱۸- ازدواج فامیلی و غیر فامیلی.....
۷۰	۱۹- پیشینه پژوهش.....
۸۴	۲۰- خلاصه.....

**فصل سوم: روش شناسی پژوهش ..... ۸۵**

- ۱- مقدمه ..... ۸۶
- ۲- روش تحقیق ..... ۸۶
- ۳- جامعه و نمونه آماری ..... ۸۶
- گروه نمونه ..... ۸۶
- ۴- روش نمونه‌برداری ..... ۸۷
- ۵- ابزار جمع‌آوری اطلاعات ..... ۸۸
- مقیاس سنجش بخش‌ایش در خانواده ..... ۸۸
- پرسشنامه سبک‌های دلبستگی ..... ۸۹
- پرسشنامه مشخصات فردی ..... ۹۱
- ۶- روش تجزیه و تحلیل اطلاعات ..... ۹۱

**فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده‌ها ..... ۹۲**

- ۱- مقدمه ..... ۹۳
- ۲- یافته‌های توصیفی ..... ۹۳
- ۳- یافته‌های استنباطی (بررسی فرضیه‌ها و سوالات پژوهش) ..... ۹۷

**فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری ..... ۱۰۹**

- ۱- مقدمه ..... ۱۱۰
- ۲- بحث و نتیجه‌گیری ..... ۱۱۰

۳- محدودیت‌های پژوهش ..... ۱۱۴

۴- پیشنهادات ..... ۱۱۴

منابع ..... ۱۱۶

الف: فارسی ..... ۱۱۷

ب: انگلیسی ..... ۱۲۲

### پیوستها:

- پرسشنامه مقیاس سنجش بخشش در خانواده

- پرسشنامه سبک دلیستگی

- پرسشنامه مشخصات فردی

فهرست جداول

- جدول ۴-۱: بخشایش و خرده مقیاس‌های آن در زنان وشوهران..... ۱۰۵
- جدول ۴-۲: بخشایش آزمودنیها و خرده مقیاس‌های آن و بخشایش در خانواده (نسل اول)  
به تصکیک زنان و شوهران، با توجه به سیک‌های دلستگی..... ۱۰۶
- جدول ۴-۳: بخشایش و خرده مقیاس‌های آن در بین زوجین ازدواج فامیلی و غیرفامیلی ..... ۱۰۷
- جدول ۴-۴: بخشایش زوجین و خرده مقیاس‌های آن بر اساس سنوات تحصیلی زوجین..... ۱۰۸
- جدول ۴-۵: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان بخشایش زوجین ایمن و نایمن..... ۱۰۹
- جدول ۴-۶: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان درک واقع‌بینانه در زوجین ایمن و نایمن..... ۱۱۴
- جدول ۴-۷: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان تصدیق و قبول خطا در زوجین ایمن و نایمن..... ۱۱۵
- جدول ۴-۸: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه جبران عمل در زوجین ایمن و نایمن..... ۱۱۶
- جدول ۴-۹: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان دلجویی کردن در زوجین ایمن و نایمن..... ۱۱۷
- جدول ۴-۱۰: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان احساس بهبودی و سبکبالی در زوجین  
ایمن و نایمن..... ۱۱۸
- جدول ۴-۱۱: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان بخشایش در زوجین با  
ازدواج فامیلی و غیر فامیلی ..... ۱۱۹
- جدول ۴-۱۲: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان درک واقع‌بینانه  
در زوجین ازدواج فامیلی و غیرفامیلی..... ۱۲۰
- جدول ۴-۱۳: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان تصدیق و قبول خطا در زوجین با  
ازدواج فامیلی و غیر فامیلی..... ۱۲۱

- جدول ۴-۱۴: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان جبران عمل در زوجین با ازدواج فامیلی و غیرفامیلی ..... ۱۲۲
- جدول ۴-۱۵: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان دلجویی کردن در زوجین با ازدواج فامیلی و غیر فاصیلی..... ۱۲۳
- جدول ۴-۱۶: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان احساس بهبودی و سبکبالی در زوجین با ازدواج فامیلی و غیر فاصیلی..... ۱۲۴
- جدول ۴-۱۷: نتایج تحلیل واریانس دوره‌هاه میزان بخشایش در خانواده (نسل اول) در زوجین ایمن و نایمن..... ۱۲۵
- جدول ۴-۱۸: همبستگی متغیرهای سن، مدت ازدواج، درآمد، تعداد فرزندان و تحصیلات با بخشایش و ابعاد آن..... ۱۲۶
- جدول ۴-۱۹: میزان ارزیابی رگرسیون متغیر پیش‌بینی کننده تحصیلات بر میزان جبران عمل..... ۱۲۶
- جدول ۴-۲۰: میزان ارزیابی متغیر پیش‌بینی کننده تعداد فرزندان بر درک واقع‌بینانه..... ۱۲۰

## فصل اول

### معرفی پژوهش

## ۱- مقدمه

سلامت اجتماعی از مسایل مهم و عمده تمام جوامع مدرن بشری است. خانواده یکی از عوامل مهمی است که می‌تواند در پیشگیری از مشکلات اجتماعی و اختلالات روانی نقش بسیار عمده داشته باشد. بنا به هر دلیلی، ممکن است خانواده تعادل خود را از دست بدهد که ناسازگاریهای اعضای خانواده حاصل این عدم تعادل خواهد بود. عواملی مثل بیسوادی و فقر فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی، بی‌اعتقادی، در خلاء قرار گرفتن و تهی شدن خانواده را دچار مشکل می‌کند و ارتباط عاطفی اعضا را مورد تهدید قرار می‌دهد. ساختمان خانوادگی کامل، اساسا به رفتار عمیق زن و شوهر باهم مربوط است. لازمه ازدواج سالم، داشتن شناخت زن و مرد از هم در ابعاد مختلف می‌باشد (محمدیان، ۱۳۷۳)

افرادی که به هم عشق می‌ورزند و به هم نزدیک هستند گاه و بیگاه ممکن است از هم برنجند. بسیاری از افراد به غلط به این نتیجه رسیده‌اند که در رابطه زناشویی از اظهار احساسات عمیق خودشان احتراز نمایند. آنها تصور می‌کنند باید منطقی و عقلانی رفتار کنند. ترس آنها از اظهار خشم یا مخالفت، ترس از رنجیدن دیگری یا ترس از احساس گناه به خاطر رنجاندن دیگری مانع از بروز احساسات آنها می‌شود (محمدیان، ۱۳۷۳). رنجش بارزترین حالتی است که بعد از آسیب دیدن پیدا می‌کنیم اما جراحات التیام نیافته، رفتارهای نابخشودنی و عدم بروز احساسات نیز به همین شکل به ما آسیب می‌زند (سیمون و سیمون<sup>۱</sup>، ۱۳۷۱).

ملاک کارایی خانواده این نیست که در آن فشار روانی، تعارض و مشکل وجود نداشته باشد بلکه در یک خانواده سالم، اعضا در عین حال که از روابط عاطفی گرمی برخوردارند، هویت فردی خود را حفظ می‌کنند، عشق به صورت بی‌قید و شرط در این خانواده پذیرفته شده و اعضا

<sup>۱</sup> - Simon and Simon



هنگام مشکلات و نیاز بصورت داوطلبانه به یاری هم برمی‌خیزند، برخلاف خانواده‌های مشکل دار که افراد احساس می‌کنند که روابطشان دور از انصاف بوده و مغبون شده‌اند. چنین وضعی ممکن است به مواردی نظیر سوءظن، خشم و خصومت و یا سوءاستفاده عاطفی بیانجامد. دعوت به بخشایش و استفاده از فرایند بخشایش به‌عنوان یک مداخله درمانی کلیدی می‌تواند در چنین مواقعی اعمال گردد (حسینی، الف، ۱۳۸۳)

بخشایش در زندگی روزمره کاربرد فراوانی دارد اما طرز تلقی متفاوتی از آن وجود دارد. ادیان مختلف سرشار از توصیه‌ها و اندرزهایی در باب بخشایش می‌باشند. ضرب‌المثل‌های فراوانی در فرهنگ صل در زمینه بخشایش وجود دارد. گاهی اوقات می‌بینیم که باورهای غلطی از بخشایش وجود دارد و برخی افراد فکر می‌کنند بخشایش یعنی فراموش کردن خطا و اجازه دادن به متخلفین و خطاکار که بدون کیفر خواست به کار خود ادامه دهد در حالیکه بخشایش فراموش کردن و اغماض نیست و با تحمل کردن فرد خطاکار که مسبب رنجش ما شده متفاوت است. بخشایش به معنای تظاهر به رضایت از فرد و نادیده گرفتن رنج و آزرده‌گی و یا فرو بردن احساسات واقعی نیست. بخشایش حق اخلاقی فرد برای اجتناب از آزرده‌گی و ناراحتی ناشی از خطای فرد دیگر است که ناشی از عزت نفس بالا می‌باشد. بخشایش رهایی از احساس منفی نسبت به خاطی، غلبه بر رنجش حاصل از بدی و پرهیز از عصبانیت و اجتناب از تلافی نسبت به خاطی است که در نهایت فرد را به احساس عشق نسبت به خاطی می‌رساند (حسینی، الف، ۱۳۸۳).

بخشایش یکی از عوامل موفقیت در ازدواج است که در کنار دیگر عوامل از جمله تفاهم، همکاری، ویژگی‌های شخصیتی، سبک‌های دلبستگی، تعهد و مسئولیت‌پذیری و... تضمین‌کننده رضایت از زندگی زناشویی و ارتقاء کیفیت زندگی می‌باشد (حسینی، الف، ۱۳۸۳).

## ۲- بیان مسئله

بخشایش، گذشتن از خطا و محو عوارض آن که در فرد با انگیزه آرامش درونی خویش، بهبود روابط با خطاکار یا به منظور انجام رفتاری ارزشی صورت می‌گیرد و موجب رهایی از احساس منفی نسبت به خاطی، غلبه بر رنجش حاصل از بدی و پرهیز از عصبانیت، دوری، جدایی و تلافی نسبت به خاطی می‌شود (حسینی، الف، ۱۳۸۳).

توانایی ایجاد و حفظ روابط صمیمانه، پایدار و ارضاننده رشد یافته یکی از مهمترین تکالیف در رشد شخصیت بزرگسالان است (لالرووی<sup>۱</sup>، یانگر<sup>۲</sup>، پیفری<sup>۳</sup> و جونز<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶). پیشرفت یک زندگی مشترک معنادار و ارضا کننده نیاز به رشد تعدادی صفات شامل ظرفیتی برای اعتماد و هماهنگی دارد (لالرووی و همکاران، ۲۰۰۶). علاوه بر این صفات مثبت، همسران باید برای یک رابطه صمیمانه توانایی تحمل، مقابله و برخورد با اشتباهات و کمبودهای طرف مقابلشان را داشته باشند. بخشایش یکی از پاسخهایی است که اجازه میدهد علی‌رغم اشتباهات یا شکست در مواجهه با انتظارات، رابطه ادامه پیدا کند بنابراین عامل مهمی در حفظ روابط طولانی مدت و زنجیره‌ای است (لالرووی و همکاران، ۲۰۰۶).

عوامل مختلفی توانایی بخشایش را بعد از آزرده‌گی بین فردی بازدارنده یا تسهیل می‌کند. عوامل شخصیتی مثل مولفه‌های توافق‌گرایی<sup>۵</sup>، ثبات هیجانی<sup>۶</sup> و برون‌گرایی<sup>۷</sup> از پنج عامل بزرگ، ارتباط مثبت با بخشایش دارد (والکر و گورساش<sup>۸</sup>، ۲۰۰۲). همدلی ارتباط قوی با بخشایش دارد و

<sup>۱</sup> - Lawler-Row

<sup>۲</sup> - Younger

<sup>۳</sup> - Piferi

<sup>۴</sup> - Jones

<sup>۵</sup> - Agreeableness

<sup>۶</sup> - Emotional stability

<sup>۷</sup> - Extroversion

<sup>۸</sup> - Walker and Gorsush

عموما در مداخلات درصانی مطرح شده برای بخشایش وارد می‌شود. دیگر عوامل موثر بر تمایل به بخشایش بیشتر خاص رابطه یا موقعیت واقعه هستند مثل اهمیت رابطه، دریافت پوزش و عذرخواهی از طرف مقابیل یا انتقام (لالرروی و همکاران، ۲۰۰۶).

یکی از عوامل بالقوه مهم که عمدتاً بررسی نشده است سبک دلبستگی است. تاریخچه روابط فرد و امنیت این روابط بر انعطاف روابط کنونی خصوصاً در مواجهه با تعارض و رنجش تاثیر دارد (لالرروی و همکاران، ۲۰۰۶). نظریه بالبی<sup>۱</sup> درمورد دلبستگی نشان می‌دهد که بازنمایی‌های روانی<sup>۲</sup> افراد، احساس امنیت در آنها را هدایت می‌کند. بالبی در سال ۱۹۸۰ نوشت: هر موقعیتی که ما در زندگی با آن مواجه می‌شویم برحسب این مدلها انتخاب می‌شوند، این بازنمایی‌های روانی مربوط به باورها<sup>۳</sup>، نگرشها<sup>۴</sup> و انتظارات<sup>۵</sup> فرد در مورد خود و دیگران است. پژوهشها نشان داده‌اند که دلبستگی و بخشایش، هردو، رویکرد الگوهای کاری<sup>۶</sup> را به خدمت می‌گیرند (بورنت<sup>۷</sup>، تیلور<sup>۸</sup>، ورتینگتون<sup>۹</sup> و فورسیت<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۷).

دلبستگی یا سطح ایمنی، ممکن است عامل مهمی در مدیریت تعارض و تنظیم هیجانی باشد. هردو عامل حیاتی در حفظ رابطه طولانی مدت هستند. افراد دلبسته ایمن، استراتژی‌های سازگارانه‌تری برای سازماندهی و تنظیم تجربیات هیجانی‌شان دارند. بخشش یک پاسخ رفتاری

---

<sup>۱</sup> - Bowlby  
<sup>۲</sup> - Mental representation  
<sup>۳</sup> - Beliefs  
<sup>۴</sup> - Attitudes  
<sup>۵</sup> - Expectation  
<sup>۶</sup> - Working models approach  
<sup>۷</sup> - Burnette  
<sup>۸</sup> - Taylor  
<sup>۹</sup> - Worthington  
<sup>۱۰</sup> - Forsyth

به تعارض و رنجش بین فردی<sup>۱</sup> است که ممکن است یکی از استراتژی‌های مورد استفاده توسط افراد دلبسته ایمن برای هیجاناتشان باشد (لالرروی و همکاران، ۲۰۰۶).

همانندی‌های مهمی بین نظریه دلبستگی و بخشایش وجود دارد. هردو شامل ساختارهایی مثل اعتماد، ارتباط، همدلی و تنظیم هیجانی می‌شوند و هر دو درگیر مجموعه‌ای از تغییرات روانشناختی متمرکز بر خود و دیگران (رنجاننده<sup>۲</sup>) می‌شوند. برای مثال برای رسیدن به بخشایش، افراد اغلب نیاز به پاسخ همراه با همدلی و غلبه بر احساس تردید، گناه و خشم دارند. در موقعیتهای تهدید-برانگیز، این فرایندها در افراد دلبسته ناایمن دچار ممانعت می‌شوند، بازداری شده و یا کنار گذاشته می‌شوند. در مقابل، احساس فرد دلبسته ایمن، نیاز وی به محافظت از خود<sup>۳</sup> را کاهش می‌دهد و به فرد اجازه می‌دهد تا منابع روانی شامل در نظر گرفتن چشم‌انداز دیگران و تنظیم خشم که مکانیسمی کلیدی برای رنجش است را جابجا کند (بورنت و همکاران، ۲۰۰۷).

بالبی معتقد بود که نظریه دلبستگی، نظریه تحول در گستره حیات است. رفتار دلبستگی در اوایل زندگی بیشتر از هر زمانی قابل مشاهده است اما در بزرگسالی و در چرخه حیات بویژه در فوریتها می‌توان آن را مشاهده کرد (مظاهری، ۱۳۷۹).

دلبستگی بزرگسالان رابطه دلبسته‌دویی است که همجواری با شخص ویژه موجب احساس ایمنی می‌شود (مظاهری، ۱۳۷۹). ویس<sup>۴</sup> دلبستگی بزرگسالان را نوعی پیوند تلقی می‌کند که تنها در روابطی ظاهر می‌شود که اهمیت هیجانی بسیار زیاد و محوری دارند. هزن و شیور روابط عاشقانه را به‌عنوان یک فرایند دلبستگی می‌دانند. این روابط، پیوندهای عاطفی مداومی هستند

<sup>۱</sup> - Interpersonal offence

<sup>۲</sup> - Offender

<sup>۳</sup> - Self protection

<sup>۴</sup> - Weiss