



دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده

موضوع:

اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش اولسون بر انتظار از ازدواج و هوش هیجانی دختران در
آستانه ازدواج شهر رفسنجان در سال ۱۳۹۱

استاد راهنما:

دکتر زهره سپهری شاملو

استاد مشاور:

دکتر زهرا طبیبی

پژوهشگر:

منصوره یزدان پناه احمد آبادی

زمستان ۱۳۹۱

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سطر به سطر صفحات این پایان نامه یاد آور

، امید و زیبایی حضور مادر نازنینم که بهترین است و بهترین‌ها را از او آموختم،

دعای خیر پدر دوست داشتنی‌ام که حضور پر مهرش در دلم، گرمابخش وجودم است،

مهربانی و صفای دل برادر مهربانم که تکیه‌گاهی امن بوده است برایم،

لبخند مهربان،

منش انسانی و

توصیه‌های علمی

استاد فرزانه‌ام سرکار خانم دکتر سپهری شاملو

و

دقت علمی استاد گرانقدر سرکار خانم دکتر طبیبی، می‌باشد

که بی شک حضورشان در زندگی‌ام

مایه امید و دلشادی است.

پیشکش تان باد.

چکیده :

هدف پژوهش حاضر، بررسی اثر بخشی برنامه آماده سازی اولسون بر هوش هیجانی و انتظار از ازدواج دختران در آستانه ازدواج بوده است. روش پژوهش، نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه ی دختران در آستانه ازدواج بودند که به مرکز مشاوره پیش از ازدواج دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان در سال ۱۳۹۱ مراجعه نمودند. از بین داوطلبین شرکت در برنامه آماده سازی ۲۸ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند سپس به صورت گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. هر دو گروه در مرحله پیش آزمون، پرسش نامه هوش هیجانی بار-ان و انتظار از ازدواج (MES) را تکمیل نمودند. ۹ جلسه هفتگی دو ساعته آموزش پیش از ازدواج به روش اولسون بر روی گروه آزمایش انجام و در پایان آموزش، هر دو گروه آزمایش و کنترل پرسشنامه های یاد شده را تکمیل نمودند. داده های جمع آوری شده با تحلیل کوواریانس (ANCOVA) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و نتایج نشان داد که آموزش پیش از ازدواج، هوش هیجانی را در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل بهبود بخشید ($P < 0/05$). همچنین نتایج بیانگر این است که انتظار واقع بینانه از ازدواج گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل به صورت معناداری افزایش یافته ($P < 0/05$) و انتظار ایده آل گرایانه گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل نیز به صورت معناداری کاهش یافته ($P < 0/05$) بعلاوه برنامه آماده سازی اولسون انتظار بدبینانه گروه آزمایش را در مقایسه با گروه کنترل به صورت معناداری ($P < 0/05$) بهبود بخشید.

کلید واژه‌ها: آموزش پیش از ازدواج، انتظار از ازدواج، هوش هیجانی

فصل اول: معرفی پژوهش

- ۱-۱ مقدمه ۱
- ۲-۱ بیان مسأله ۳
- ۳-۱ ضرورت پژوهش ۷
- ۴-۱ اهداف پژوهش ۷
- ۵-۱ فرضیه ها و سؤالات پژوهش ۸
- ۶-۱ تعاریف اصطلاحات ۸
- ۱-۶-۱ تعریف نظری متغیرها ۸
- ۲-۶ تعریف عملیاتی متغیرها ۹
- ۱-۲-۱ پیشینه نظری ۱۱
- ۱-۱-۲ گفتار دوم: هوش هیجانی ۱۱
- ۱-۱-۱-۲ هیجان ۱۱

فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه پژوهش

- ۲-۱-۱-۲ تاریخچه ی هوش هیجانی ۱۳
- ۳-۱-۱-۲ تعاریف و مدل های هوش هیجانی ۱۴
- ۱-۳-۱-۱-۲ مدل هوش هیجانی مایر و سالوی ۱۷
- ۲-۳-۱-۱-۲ مدل هوش هیجانی گلمن ۱۹
- ۳-۳-۱-۱-۲ مدل هوش هیجانی بار-ان ۲۱
- ۴-۱-۱-۲ روش های سنجش و اندازه گیری هوش هیجانی ۲۵
- ۱-۴-۱-۱-۲ مقیاس هوش هیجانی مایر و سالوی ۲۵
- ۲-۴-۱-۱-۲ سنجش مدل هوش هیجانی گلمن ۲۶

- ۲۸-۱-۱-۱-۲ (۳-۴-۱-۱-۱-۲) پرسش نامه بهره هوشی بار-ان (EQ-i).....
- ۲۸-۱-۱-۱-۲ (۵-۱-۱-۱-۲) سایر مقیاس های هوش هیجانی.....
- ۲۹-۱-۱-۱-۲ (۱-۵-۱-۱-۱-۲) مقیاس سطوح آگاهی هیجانی (LEAS).....
- ۳۰-۱-۱-۱-۲ (۲-۵-۱-۱-۱-۲) فرم فارسی مقیاس هوش هیجانی (FEIS-41).....
- ۳۱-۱-۲ (۲-۱-۲) رویکرد های زوج درمانی.....
- ۳۱-۱-۲-۱-۲ (۱-۲-۱-۲) زوج درمانی رفتاری.....
- ۳۱-۱-۲-۱-۲ (۲-۲-۱-۲) زوج درمانی شناختی.....
- ۳۲-۱-۲-۱-۲ (۳-۲-۱-۲) زوج درمانی شناختی - رفتاری.....
- ۳۲-۱-۲-۱-۲ (۴-۲-۱-۲) زوج درمانی کارکردی.....
- ۳۳-۱-۲-۱-۲ (۵-۲-۱-۲) زوج درمانی عاطفه مدار.....
- ۳۴-۱-۲-۱-۲ (۶-۲-۱-۲) زوج درمانی بینش مدار.....
- ۳۴-۱-۲-۱-۲ (۷-۲-۱-۲) زوج درمانی مبتنی بر خود نظم بخشی.....
- ۳۵-۱-۲ (۳-۱-۲) انواع برنامه های غنی سازی ازدواج.....
- ۳۵-۱-۲-۱-۲ (۱-۳-۱-۲) برنامه مواجهه ازدواج.....
- ۳۶-۱-۲-۱-۲ (۲-۳-۱-۲) برنامه زمانی برای ازدواج بهتر.....
- ۳۸-۱-۲-۱-۲ (۳-۳-۱-۲) برنامه انجمن غنی سازی زوجین در ازدواج.....
- ۴۰-۱-۲ (۴-۱-۲) اهداف آموزش قبل از ازدواج.....
- ۴۱-۱-۲ (۵-۱-۲) ویژگی های برنامه آموزشی پیش از ازدواج.....
- ۴۱-۱-۲ (۶-۱-۲) مزایای برنامه آموزش پیش از ازدواج موفق.....
- ۴۲-۱-۲ (۷-۱-۲) محدودیت ها و خطرات احتمالی برنامه پیش از ازدواج.....
- ۴۲-۱-۲ (۸-۱-۲) ویژگی های مهم جهت تشکیل کلاس های آموزش پیش از ازدواج.....

- ۴۳.....انواع آموزش های پیش از ازدواج.....(۹-۱-۲)
- ۴۴..... برنامه ارتباط بین زوجین.....(۱-۹-۱-۲)
- ۴۴..... برنامه ارتقاء ارتباط.....(۲-۹-۱-۲)
- ۴۶..... برنامه تقویت رابطه پیش از ازدواج.....(۳-۹-۱-۲)
- ۴۷..... برنامه آموزش صمیمیت زوجین.....(۴-۹-۱-۲)
- ۴۹..... برنامه آماده سازی/غنی سازی اولسون (PREPARE/ENRICH).....(۵-۹-۱-۲)
- ۴۹..... تاریخچه برنامه آماده سازی/غنی سازی.....(۱-۵-۹-۱-۲)
- ۵۰..... زیر بناهای نظری برنامه آماده سازی/غنی سازی اولسون.....(۲-۵-۹-۱-۲)
- ۵۱..... معرفی برنامه آماده سازی/غنی سازی اولسون.....(۳-۵-۹-۱-۲)
- ۵۱..... اهداف برنامه آماده سازی/غنی سازی اولسون.....(۴-۵-۹-۱-۲)
- ۵۲..... انتظار از ازدواج.....(۱۰-۱-۲)
- ۵۳..... شکل گیری انتظارات زناشویی.....(۱۱-۱-۲)
- ۵۴..... انتظارات غیر واقع بینانه، انتظارات واقع بینانه.....(۱۲-۱-۲)
- ۵۵..... انتظارات مثبت زناشویی و عملکرد روابط.....(۱۳-۱-۲)
- ۵۶..... شواهد تأیید انتظارات.....(۱۴-۱-۲)
- ۵۷..... عوامل مؤثر در انتظارات زناشویی.....(۱۵-۱-۲)
- ۵۸..... توهمات رمانتیک.....(۱-۱۵-۱-۲)
- ۵۸..... انتظارات نقش.....(۲-۱۵-۱-۲)
- ۵۹..... ارتباطات و گفتگو کردن.....(۳-۱۵-۱-۲)
- ۵۹..... تعهدات.....(۴-۱۵-۱-۲)
- ۶۰..... پول و مسائل مالی.....(۵-۱۵-۱-۲)

- ۱۶-۱-۲) مدل اپی ژنتیک (EPMME) از انتظارات زناشویی ۶۰
- ۱-۱۶-۱-۲) انتظارات از ازدواج ۶۰
- ۲-۱۶-۱-۲) انتظارات بر آمده از خانواده اصلی هر فرد ۶۲
- ۳-۱۶-۱-۲) مفهوم همسر ایده آل ۶۲
- ۱۷-۱-۲) پیشنه ها ۶۳
- ۱-۱۷-۱-۲) پیشنه داخلی ۶۳
- ۲-۱۷-۱-۲) پیشنه خارجی ۶۵

فصل سوم: روش پژوهش

- ۱-۳) روش و نوع پژوهش ۷۰
- ۲-۳) متغیرها ۷۰
- ۳-۳) جامعه آماری، حجم نمونه و روش نمونه گیری ۷۰
- ۴-۳) ابزار پژوهش و ویژگی های روان سنجی آن ۷۱
- ۱-۴-۳) پرسش نامه انتظار از ازدواج (MES) ۷۱
- ۲-۴-۳) پرسش نامه هوش هیجانی بار-ان (EQ-I) ۷۲
- ۵-۳) روش اجرای پژوهش ۷۳
- ۶-۳) تجزیه و تحلیل داده ها ۷۳

فصل چهارم: تحلیل آماری داده های پژوهش

- ۱-۴) ویژگی های جمعیت شناختی ۷۵
- ۲-۴) تجزیه و تحلیل توصیفی داده ها ۷۷
- ۳-۴) آزمون فرضیه های تحقیق ۷۹
- ۱-۳-۴) فرضیه اول ۷۹

۸۰..... فرضیه دوم (۲-۳-۴)

۸۱..... فرضیه سوم (۳-۳-۴)

۸۲..... فرضیه چهارم (۴-۳-۴)

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۸۴..... (۱-۵) مقدمه

۸۴..... (۲-۵) بررسی و تفسیر نتایج پژوهش

۸۴..... (۱-۲-۵) فرضیه اول

۸۶..... (۲-۲-۵) فرضیه دوم، سوم و چهارم

۹۰..... (۳-۵) محدودیت های تحقیق

۹۱..... (۴-۵) پیشنهادات برای پژوهش های آتی

۹۲..... منابع

۹۳..... منابع فارسی

۹۷..... منابع انگلیسی

۱۰۳..... پیوست ها

فهرست جداول

- جدول ۱-۲: ساختار هوش هیجانی (به نقل از مایر و سالوی) ۱۸
- جدول ۲-۲: مؤلفه های هوش هیجانی مورد سنجش در پرسش نامه EQ-I ۲۲
- جدول ۱-۴: میانگین و انحراف استاندارد سن آزمودنی ها ۷۵
- جدول ۲-۴: فراوانی و درصد آزمودنی ها از نظر تحصیلات ۷۶
- جدول ۳-۴: فراوانی و درصد آزمودنی ها از نظر شغل ۷۶
- جدول ۴-۴: میانگین و انحراف استاندارد متغیر های مورد مطالعه ۷۷
- جدول ۵-۴: تحلیل کوواریانس با کنترل اثر پیش آزمون برای متغیر هوش هیجانی ۷۹
- جدول ۶-۴: تحلیل کوواریانس با کنترل اثر پیش آزمون برای متغیر انتظار واقع بینانه ۸۰
- جدول ۷-۴: تحلیل کوواریانس با کنترل اثر پیش آزمون برای متغیر انتظار ایده آل گرایانه ۸۱
- جدول ۸-۴: تحلیل کوواریانس با کنترل اثر پیش آزمون برای متغیر انتظار بدبینانه ۸۲

فصل اول

معرفی پژوهش

۱-۱) مقدمه:

تمام کسانی که می‌خواهند ازدواج کنند، قبل از شروع زندگی زناشویی، به تحقق زندگی مشترک موفق و پر دوام امیدوارند آن‌ها علاقمندند همسری مناسب انتخاب کرده و تا آخر عمر با وی زندگی کنند. آنها می‌خواهند خانواده‌شان سالم و سعادتمند بوده و فرزند یا فرزندان صالح و لایق داشته باشند. تفاهم و توافق با همسر، رضایتمندی از زندگی و داشتن زندگی مشترک استوار و محکم از دیگر خواسته‌های کسانی است که می‌خواهند ازدواج کنند در یک کلام همه آنان می‌خواهند با هم کامل شوند و لازم و ملزوم و متمم و مکمل همدیگر باشند. اما سؤال این است که به رغم این خواسته‌ها، نیازها و آرزوهای مهم و بزرگ چرا وضعیت کنونی ازدواج شباهت زیادی به این موارد ندارد؟

واقعیت امر این است که زندگی زناشویی همیشه در معرض خطر بروز اختلافات متعددی است که می‌تواند شامل اعتیاد همسر، مشکلات مالی و اقتصادی، بیماری روانی، جسمی یا جنسی یکی از زوجین باشد.

اما آیا نارضایتی زوجین از زندگی زناشویی همیشه به دلیل اختلافات بنیادین ناشی از عوامل ذکر شده است؟ جواب این سؤال منفی است، گاهی اختلافات به گونه‌ای کاملاً متفاوت از آنچه ذکر شده خود را نشان می‌دهند و منجر به عدم رضایت زناشویی و یا در نهایت طلاق زوجین از همدیگر می‌شوند. بیشتر اختلافات زناشویی علی‌رغم وجود مشکل خاص اقتصادی و یا اعتیاد، به دلیل عدم توافق زوجین در حل مسائل زندگی و یا عدم برقراری ارتباط مؤثر با یکدیگر رخ می‌دهد، به نظر می‌رسد این تعارضات نه نتیجه عدم علاقه زوجین و نه به علت وجود اختلافات بنیادین است، بلکه هر دو طرف در عین دوست داشتن و علاقه به همدیگر، در روابط خود به طور ناخواسته و شاید به دلیل ناآگاهی از تفاوت‌های روان‌شناختی بین دو جنس، با راهبردهای ارتباطی متفاوت ارتباط برقرار می‌کنند، نتیجه تفاوت در این روابط را می‌توان در بالا گرفتن اختلافات زناشویی و افت رضایتمندی و حتی طلاق مشاهده کرد (فرقانی، ۱۳۸۲).

در سالهای اخیر احساس امنیت، آرامش و روابط صمیمانه میان مرد و زن به سستی گراییده و خانواده به گونه‌ی فزاینده‌ای با نیروهای ویرانگر رو به رو شده است. میزان طلاق در غرب به ویژه آمریکا رو به فزونی است، به گونه‌ای که در این کشور ۰/۵۲ ازدواج‌ها به طلاق ختم می‌شود (فاورز^۱، مونتل^۲ و اولسون^۳، ۱۹۹۶). بعد از طلاق حدود ۶۶/۵ درصد زنان و ۷۰٪ مردان مجدداً ازدواج می‌کنند و حدود ۵۰٪ افرادی که برای بار دوم ازدواج کرده‌اند دوباره طلاق می‌گیرند. طبق آمار ثبت احوال کشور (۱۳۹۱) در سال ۱۳۸۹ تعداد ۱۳۷۲۰۰ واقعه طلاق در کشور به ثبت رسیده است که نسبت به مدت مشابه سال قبل ۹/۱ درصد افزایش داشته است. طبق این آمار نسبت ازدواج به طلاق در سال ۹۰ در کشور ۶ به ۱ بوده است. طلاق و جدایی نتایج منفی عمیقی، چه از نظر روانی و چه از نظر جسمانی در هر دو زوج به جای می‌گذارد. این اثرات منفی به طور خلاصه شامل افزایش خطر بیماری‌های روانی، افزایش تصادفات منجر به مرگ و میر ناشی از بیماری‌ها و ... است، همچنین اثرات منفی زیادی بر فرزندان به جای می‌گذارد که به طور خلاصه می‌توان به افسردگی، گوشه‌گیری، ضعف کفایت اجتماعی، مشکلات بهداشتی، مشکل در زمینه پیشرفت تحصیلی و غیره اشاره کرد.

تحقیقات نشان داده است در زوج‌هایی که بیشترین اختلافات را قبل از ازدواج با یکدیگر دارند، میزان طلاق بیشتر است (گاتمن^۴ به نقل از خمسه، ۱۳۸۲). در این میان انتظارات فرد نسبت به ازدواج نقش کلیدی را بازی می‌کند. افراد انتظاراتشان را از آنچه می‌بینند، می‌شنوند و در طول زمان تجربه می‌کنند رشد می‌دهند. در تمام روابط بین فردی چه روابط بین چندین نفر چه رابطه دو نفر با هم به منظور ازدواج افراد با انتظارات متفاوتی از هم وارد رابطه می‌شوند که بر رفتار آنها به شیوه‌ای مثبت یا منفی اثر می‌گذارد (مولر^۵ و کولین^۶، ۱۹۹۸؛ به نقل از امیدوار، ۱۳۸۸). در حقیقت در زندگی زناشویی در صورتی که انتظارات همسران متناسب با واقعیت نباشد کاهش می‌یابد و پیش‌بینی‌کننده نتایج مخربی خواهد بود (مک ناتلی^۷، ۲۰۰۷). همچنین تحقیقات نشان داده‌اند که مهارت‌های هیجانی نیز در روابط زوجین اثر دارند. برای مثال پژوهش‌های کلارک^۸ و فیتنس^۹ (۲۰۰۱؛ به نقل از فیتنس، ۱۳۸۳) نشان داده است که هوش هیجانی یا حداقل برخی از جنبه‌های آن ظرفیت غنی‌سازی یک ازدواج توأم با رضایت و سازگاری مطلوب و با ثبات را دارد و افراد دارای

¹ Fowers

² Montel

³ Olson

⁴ Gottman

⁵ Muller

⁶ Coughlin

⁷ Mc Nutly

⁸ Clark

⁹ Fitness

هوش هیجانی بالاتر در مقایسه با افراد با هوش هیجانی پایین رضامندی زناشویی بیشتری را تجربه می کنند. با توجه به پیامد های ویرانگر ازدواج ناموفق و بهداشت جسمی و روانی زوجین و فرزندان و جامعه لزوم بررسی انتظار از ازدواج و هوش هیجانی و به تبع آن کاسته شدن از میزان طلاق رسمی و روانی با وضوح هر چه تمامتر آشکار می شود.

آموزش های قبل از ازدواج از اولویت های اساسی در برنامه های پیشگیرانه از نابهنجاری های فردی و خانوادگی، کاهش میزان طلاق و افزایش میزان رضایتمندی از زندگی زناشویی است و افراد می توانند از طریق نهادهای اجتماعی، مراکز مطالعات خانواده و مراکز مشاوره برای مشارکت فعال در برنامه های قبل از ازدواج ترغیب شوند. به طور کلی هدف از آموزش قبل از ازدواج آن است که زوج ها وارد فرایند آموزش مهارت ها و شکل گیری اندیشه ها و نگرش هایی شوند تا روابط بهنجار بعدی آن ها را بهبود بخشد. این آموزش می تواند از طریق ارائه متون مختلف، سمینار ها، سخنرانی ها، کلاس های درس و جلسات آموزش فردی یا گروهی و یا کارگاه های آموزشی با حضور زوجین و متخصصان روان شناسی و مشاوره ارائه شود (خمسه، ۱۳۸۲). برنامه آماده سازی اولسون نیز یکی از برنامه های قبل از ازدواج است.

۲-۱) بیان مسأله

خانواده یکی از ارکان مهم جامعه در کل تاریخ بشر و در همه ممالک بوده و هست تا جایی که می توان گفت، خانواده در بقاء و پیشبرد جامعه، نقشی اساسی بازی می کند. این در حالی است که عامل شکل گیری خانواده و سنگ زیر بنای آن ازدواج است (نجارپوریان، ۱۳۸۷). ازدواج یک رابطه پیچیده و ظریف بین دو انسان است که در دستیابی زن و مرد بر نیازهای عاطفی- روانی و جسمی آنها نقش اساسی دارد (برنشتاین و برنشتاین، ۱۹۸۶). بدیهی است که ازدواج اولین تعهد عاطفی و حقوقی است که در بزرگسالی منعقد می شود و انتخاب همسر و انعقاد پیمان زناشویی نقطه عطفی در رشد و پیشرفت شخص تلقی می گردد. به نظر می رسد سه دلیل اصلی ازدواج در جوامع امروزی عشق، همنشینی و تحقق انتظارات است (امیدوار، ۱۳۸۶). با تکامل فرهنگ ها ازدواج به صورت رسم و آیینی مقدس و دینی درآمده و این در حالی است که شکست این ارتباط و پیمان یک برچسب اجتماعی را به طرفین می زند (لارالکار^۱، ۲۰۱۰). تحقیقات نشان داده اند در زوج هایی که بیشترین اختلاف ها را قبل از ازدواج با یکدیگر دارند، میزان طلاق بیشتر است (گاتمن، ۱۹۹۸؛ به نقل از خمسه، ۱۳۸۲). کینس و والری^۲ (۱۹۸۵) در یک مطالعه از ۱۱۶۵ درمانگر خواستند مشکل ترین حوزه های اختلاف زوج ها را

^۱ Laralekar

^۲ Kins and Valery

درجه بندی کنند. آن ها به ترتیب ارتباطات، انتظارات غیرواقعی از ازدواج و همسر، فقدان صمیمیت و نداشتن علاقه را به عنوان مهمترین جنبه های مشکلات زناشویی معرفی کردند (نظری، ۱۳۸۵). از سوی دیگر تحقیقات متعدد عوامل مختلفی را که در ظرفیت ایجاد روابط صمیمانه نقش دارند را بررسی کردند. یکی از این متغیرها انتظار فرد از ازدواج است. منظور از انتظار از ازدواج میزان خشنودی/ ناخشنودی، رضایت/ نارضایتی و احتمال طلاق است که افراد برای خود پیش بینی می کنند (اشتنبگ^۱، دوپلا^۲ و فینچام^۳، ۲۰۰۶).

انتظارات یکی از پنج پدیده شناختی است (پنج پدیده شناختی عبارتند از انتظارات، ادراکات، اسنادها، استاندارد ها و فرضیات) که با تحریف در آن (نادرست و افراطی شدن)، در آشفتگی زناشویی سهمیم می شود (باکوم و اپستین^۴، ۱۹۹۰؛ به نقل از امیدوار، ۱۳۸۸). انتظار از ازدواج از آن جهت واجد اهمیت است که پیامد ها و رضایت از رابطه زناشویی در آینده را شکل می دهد (دو اینی^۵ و همکاران، ۱۹۹۸). به عنوان یک اصل افراد بر اساس انتظاراتشان از یکدیگر عمل می کنند (شولمن، روزنهیم و کافکو^۶، ۱۹۹۹). به عبارت دیگر انتظارات افراد بر آنچه که به طور واقعی در روابط آنها پیش می آید، تأثیر گذار است. به عنوان مثال شواهد گویای آن است که زنانی که انتظار دارند از طرف همسرشان طرد شوند به گونه ای در روابط عاشقانه عمل می کنند که منجر به فراخوانی پاسخ های طرد کننده از سوی همسر می شود زیرا انتظار آنان بر نحوه تفکر، احساس و رفتار آنها در این گونه روابط تأثیر می گذارد (دو اینی و همکاران، ۱۹۹۸). در واقع انتظارات نقش های همسران را مشخص می کند. همچنین الگوهای اصلی تعاملات زناشویی مانند میزان صمیمیت، فاصله، تقسیم کار و نیز ماهیت رابطه با خانواده اصلی را معین می نماید. تحقیقات مختلف نیز نشان داده اند که انتظار ازدواج، در مرحله پیش از ازدواج با ثبات و رضایت زناشویی رابطه دارد (هولمن^۷، ۲۰۰۱). آموزش های پیش از ازدواج یکی از راه های پایین آوردن انتظارات غیرواقعی بینانه می باشد (شارپ و گانگ، ۲۰۰۴).

از طرف دیگر، روند جاری در امر ازدواج و طلاق بیانگر اهمیت هوش هیجانی است (گلمن، ۱۳۸۰). سازه ای که در عرصه روان شناسی چه در گستره عمومی و چه در گستره تخصصی غوغا بر انگیزته است (محسنی، ۱۳۸۳). عموماً زوج هایی که مهارت های ارتباطی مناسبی دارند از رضایت زناشویی بالاتری نیز

¹ Steinberg

² Davila

³ Fincham

⁴ Baucom & Epstein

⁵ Downey

⁶ Shulman S, Rosenhime E & Knafo D

⁷ Holman

برخوردارند. نکته جالب توجه در مورد این مهارت ها این است که بدانیم این ها شباهت زیادی به اجزا یا ابعاد تشکیل دهنده ی هوش هیجانی دارند (فیتنس، ۱۳۸۳).

از نظر بار- ان (۲۰۰۰؛ به نقل از استیز و براون، ۲۰۰۴) مؤلفه و خرده مؤلفه های هوش هیجانی عبارتند از: مؤلفه های درون فردی شامل خرده مؤلفه های خودآگاهی هیجانی، ابراز وجود، احترام به خود و استقلال؛ مؤلفه های بین فردی: شامل خرده مؤلفه های همدلی، روابط بین فردی و مسئولیت اجتماعی؛ مؤلفه ی سازش پذیری: شامل خرده مؤلفه های حل مسأله، آزمون واقعیت و انعطاف پذیری؛ مؤلفه ی مدیریت استرس: شامل خرده مؤلفه های تحمل فشار روانی و کنترل تکانه؛ مؤلفه ی خلق عمومی: شامل خرده مؤلفه های شادکامی و خوش بینی.

پر واضح است که تجانس آشکاری بین انواع توانایی هایی که هوش هیجانی را می سازند و توانایی هایی که لازمه ی گفتگوها و تعاملات موفقیت آمیز زناشویی هستند، وجود دارد این امر ما را به این نکته رهنمون می سازد که هوش هیجانی در ازدواج موفق و زندگی زناشویی نقش غیر قابل انکار دارد. همانطور که ذکر شد روابط صمیمانه همسران به مهارت های ارتباطی، از قبیل توجه افراد به مسائل از دید همسر، توانایی درک همدلانه ی آنچه همسر تجربه کرده است، حساس و آگاه بودن از نیاز های او بستگی دارد (گاتمن و همکاران، ۱۹۹۴ به نقل از استیو بر^۱، ۲۰۰۵). از نقطه نظر کاربردی، نظریه پردازان بر این باورند که توانایی های سازنده هوش هیجانی مانند درک هیجان ها، تنظیم حالات عاطفی و به کار گیری آگاهی هیجانی با سازگاری روان شناختی، موفقیت و پیش بینی آن و رضامندی کلی از زندگی مرتبط می باشد (پلتیری^۲، ۲۰۰۲). در واقع ازدواج به عنوان یک رویداد گذار در چرخه زندگی محسوب می شود، و همسر شدن یکی از پیچیده ترین و مشکل ترین گذارهای چرخه ی زندگی است (باگاروزی^۳، ۲۰۰۱، به نقل از استیوبر، ۲۰۰۵). هر چند ازدواج از جانب زوجین با کمترین پیچیدگی و بیشترین لذت درک می شود اما این رویداد همچنان از ظرفیت فشار زا بودن برخوردار است (باس^۴، ۱۹۹۸؛ مک گلدریک^۵، ۱۹۸۹؛ به نقل از موریس^۶ و کارتر^۷، ۲۰۰۰). از سوی دیگر یک ازدواج رضامندانه، محل تلاقی و تبادل احساس و عواطف مثبت بین زوجین است؛ ازدواج فی نفسه یک زمینه غنی از هیجان است و شادکامی زناشویی با توانایی فهم و ادراک صحیح هیجان ها در خود و دیگران مرتبط است. در واقع به نظر می

¹ Steuber

² Pelliteri

³ Bagarozzi

⁴ Boss

⁵ Mc Goldrick

⁶ Morris

⁷ Carter

رسد که می‌توان با کارکردن بر روی فاکتورهای دخیل در هوش هیجانی که همگی در کمک به برقراری یک ارتباط موفق و تعامل مثبت مؤثرند، رضامندی زناشویی را افزایش داد و از بروز بسیاری از طلاق‌ها جلوگیری کرد.

اما ایجاد و حفظ یک رابطه صمیمانه و ارضای نیازهای عاطفی و روانی در جریان ازدواج یک مهارت و هنر است که علاوه بر سلامت روانی و تجارب سالم نیازمند داشتن نگرش‌های منطقی کسب مهارت‌ها و انجام وظایف خاص است (باگاروزی، ۲۰۰۱). آماده شدن برای ازدواج رویکرد نسبتاً تازه‌ای برای پیشگیری از نارضایتی و شکست در زندگی زناشویی است و مبتنی بر این دیدگاه است که زوجها می‌توانند یاد بگیرند که چگونه ازدواج‌های موفق و پایداری داشته باشند (عطاری، خالقی‌نژاد، عباس‌پور، راسخ، ۱۳۸۷). در حال حاضر متخصصان علم خانواده از جمله شارپ^۱ و گانگ^۲ (۲۰۰۴)، کارول^۳ و دوهرتی^۴ (۲۰۰۳) استنلی^۵ و همکاران (۲۰۰۶) به مؤثر و کارآمد بودن آموزش‌های قبل از ازدواج اطمینان داشته و بر آن تأکید دارند. حتی زوج‌هایی که در این برنامه‌ها شرکت می‌کنند، نگرش مثبتی نسبت به آموزش پیش از ازدواج و اثرات آن بر افزایش کیفیت زندگی زناشویی دارند و آن را امری ارزشمند می‌دانند (خمسه، ۱۳۸۲). برنامه‌های پیش از ازدواج طیف وسیعی دارند و با عناوین مختلف مشخص می‌شوند مانند آماده‌سازی پیش از ازدواج و آموزش پیش از ازدواج. اگر چه قالب اجرای این برنامه‌ها متفاوت است طوری که از یک سو بیشتر بر نقش هدایتگری و انتقال مفاهیم و بالا بردن آگاهی و از سوی دیگر، به تعاملاتی که اتفاق می‌افتد، تأکید شده است اما در همه این برنامه‌ها دو عنصر مشترک: مهارت و آموزش وجود دارد که به موفقیت زندگی زوج‌ها کمک می‌کند (سرن، ۱۳۹۱). یکی از برنامه‌های پیش از ازدواج برنامه آماده‌سازی اولسون است. این برنامه یکی از طرفدارترین برنامه‌ها با زیربنای علمی است که برای توانمندسازی ارتباطی زوج‌ها طراحی شده است. بیش از یک میلیون زوج در ایالات متحده در ۱۰ سال اخیر در این برنامه شرکت جسته‌اند. این برنامه توسط اولسون، فورنیه و داکمن در دانشگاه مینه‌سوتا طراحی گردید. بیش از ۴۵۰۰۰ مشاور و روحانی از تمامی فرقه‌ها برنامه را در تمامی پنجاه ایالت آمریکا ارائه داده‌اند و بیش از ده کشور دنیا (استرالیا، کانادا، انگلیس، آلمان، هنگ‌کنگ، ژاپن، آفریقای جنوبی، سوئد و تایوان) آن را عرضه کرده‌اند. هدف کلی برنامه آماده‌سازی/ غنی‌سازی کمک به افراد برای ساختن توانایی‌هایشان به عنوان یک زوج است. این کار به طور عمده با ایجاد بینش مناسب نسبت به ازدواج و آموزش مهارت‌های ارتباطی انجام

¹ Sharp

² Ganvng

³ Carroll

⁴ Doherty

⁵ Stanley

می شود. با این هدف که آنها بتوانند با استفاده از آنها به رشد و شکوفایی رابطه خود کمک کنند (اولسون، ۱۳۸۳).

حال با توجه به نرخ روز افزون طلاق در جامعه با توجه به اهمیت انتظارات در موفقیت رابطه زوجی و با توجه به اینکه آموزش پیش از ازدواج به عنوان راهی مؤثر در بهبود انتظارات و نیز آموزش مهارت‌ها شناخته شده است بر آن شدیم تا برای اولین بار به مطالعه اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش اولسون بر انتظار از ازدواج و هوش هیجانی دختران در آستانه ازدواج بپردازیم تا بر اهمیت آموزش پیش از ازدواج و نیز دستیابی به کلید های ازدواج های موفق و با ثبات دست یابیم.

۱-۳) ضرورت پژوهش:

بنیان و اساس اجتماع بر تشکیل خانواده نهاده شده است. تأسیس یک خانواده نیز بدون ازدواج امری ناشدنی است. اما ازدواج یک مسئله ی پیچیده و چالش برانگیز بوده و به مانند دو لبه یک تیغ عمل می کند که در یک سوی آن یک زندگی پر از تعارض است. عوامل بسیار زیادی در یک ازدواج موفق دخالت دارند که از آن ها می توان به مسائل بین فردی، درون فردی، مهارت های ارتباطی، مهارت های حل مسئله، سطوح مختلف هیجانی و نوع نگاه آدمی به مقوله ی ازدواج و ملاک های وی برای انتخاب همسر و نیز انتظاری که فرد از ازدواج و همسر و آینده خود دارد اشاره نمود.

آموزش و مشاوره قبل از ازدواج یکی از ضروریات زندگی مجرد و از مهمترین آن‌ها است. بدون آموزش ازدواج کردن مانند یک شغل یا پروژه بدون آمادگی است. برای رسیدن به اهداف مطروحه باید آمادگی لازم فراهم گردد. در این برنامه باید زوج ها یاد بگیرند چگونه ازدواج موفق داشته باشند و از رفتار هایی که منجر به نارضایتی و طلاق می شود پرهیز کنند. در این آموزش ها ایجاد رابطه مطلوب، کنترل تعارضات و تعدیل انتظارات نهایت اهمیت را دارد. آموزش های قبل از ازدواج خطر طلاق را کاهش می دهد و منجر به ازدواجی می شود که حاصل آن ایجاد فضایی گرم و صمیمی است و استرس های قبل از عقد را نیز از بین می برد. آموزش پیش از ازدواج یک برنامه کلی است که برای همه ی زوج ها ضرورت دارد و تأکید آن بر ایجاد مهارت هایی است که نتیجه اش صمیمیت، گرمی فضای خانواده ، پایداری ازدواج و جلوگیری از طلاق است (حسینی، ۱۳۹۰). این مطالعه با هدف بررسی اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش اولسون بر انتظار از ازدواج و هوش هیجانی دختران ۱۹ تا ۳۰ ساله پایه گذاری گردید.

۱-۴) اهداف پژوهش:

تعیین تأثیر آموزش پیش از ازدواج بر انتظار از ازدواج در گروه آزمایش

تعیین تأثیر آموزش پیش از ازدواج بر هوش هیجانی در گروه آزمایش

۱-۵) فرضیه ها و سؤالات پژوهش:

میزان هوش هیجانی بعد از آموزش در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل افزایش می یابد.

میزان انتظار واقع بینانه از ازدواج بعد از آموزش در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل افزایش می یابد.

میزان انتظار بدبینانه از ازدواج بعد از آموزش در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل کاهش می یابد.

میزان انتظار ایده آل گرایانه از ازدواج بعد از آموزش در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل کاهش می یابد.

سؤال پژوهش حاضر این است که آیا آموزش پیش از ازدواج بر افزایش هوش هیجانی و انتظارات واقع بینانه از ازدواج مؤثر است؟

۱-۶) تعاریف اصطلاحات

۱-۶-۱) تعریف نظری متغیرها

آموزش به روش اولسون: ساختار آموزش در برنامه غنی سازی / آماده سازی در هر جلسه آموزش (اولسون و همکاران، ۲۰۱۰) شامل: مهارت های ارتباطی، حل تعارض زوج، مدیریت مالی، رابطه جنسی، عقاید معنوی، رابطه نقش ها، نقشه های خانواده و زوج، اهداف کوتاه مدت و بلند مدت (اولسون و لارسون^۱، ۲۰۱۰).

انتظار از ازدواج: منظور از انتظار از ازدواج میزان خشنودی/ ناخشنودی، رضایت/ نارضایتی و احتمال طلاق است که افراد برای ازدواج خود پیش بینی می کنند (اشتنبرگ، دوپلا و فینچام، ۲۰۰۶).

هوش هیجانی از نظر بار-آن^۲ (۲۰۰۰ به نقل از استیس و برون، ۲۰۰۴) دارای مولفه های ذیل است:

مولفه درون فردی: شامل خرده مولفه های خود آگاهی هیجانی، ابراز وجود، احترام به خود، خود شکوفایی و

استقلال.

¹ Olson & Larson

² Bar-on

مؤلفه های بین فردی: شامل خرده مؤلفه های همدلی، روابط بین فردی و مسئولیت اجتماعی.

مؤلفه سازش پذیری: شامل خرده مؤلفه های حل مساله ، آزمون واقعیت و انعطاف پذیری.

مؤلفه مدیریت استرس: شامل خرده مؤلفه های تحلیل فشار روانی و کنترل تکانه.

مؤلفه خلق عمومی: شامل خرده مؤلفه های شادکامی و خوش بینی.

هوش هیجانی شامل درک، فهم، استدلال و مدیریت هیجان در خود و دیگران (سالوی و همکاران، ۲۰۰۰) و مجموعه‌ای از توانایی‌ها، کفایت‌ها و مهارت‌های غیرشناختی است که توانایی فرد را برای کسب موفقیت در مقابله با اقتضائات و فشارهای محیطی تحت تاثیر قرار می‌دهد (بار-ان ۲۰۰۰ به نقل از اسدپور، ۱۳۸۷).

۱-۶-۲) تعریف عملیاتی متغیرها

آموزش پیش از ازدواج به روش اولسون: منظور ارائه آموزش مورد نظر به گروه آزمایش می باشد.

انتظار از ازدواج: در این پژوهش، مؤلفه هایی از انتظار از ازدواج مورد نظر است که بوسیله پرسشنامه ۴۰ سوالی انتظار از ازدواج اندازه گیری می شود.

هوش هیجانی: در این پژوهش، مؤلفه های هوش هیجانی است که بوسیله پرسشنامه ۹۰ سوالی هوش هیجانی اجتماعی بار-ان سنجیده می شود.