



دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد

رشته مشاوره خانواده

عنوان :

بررسی اثربخشی آموزش غنی سازی ازدواج به روش PAIRS

بر سبک های دلبستگی و هوش هیجانی زوجین

استاد راهنما :

جناب آقای دکتر سید علی کیمیایی

استاد مشاور :

جناب آقای دکتر بهرامعلی قنبری هاشم آبادی

پژوهشگر :

آسیه اسماعیل نیا

بهار 1390

خانواده ، این واحد به ظاهر کوچک اجتماعی از ارکان عمده و از نهادهای اصلی هر جامعه به شمار می رود . در واقع خانواده را باید خشت بنای جامعه و کانون اصلی حفظ سنت ، رسوم ، ارزشهای والا و مورد احترام ، شالوده مستحکم مناسبات پایدار اجتماعی و روابط میان افراد و مهد پرورش فکر ، اندیشه ، اخلاق و تعالی روح انسانی به شمار آورد (سیف، 1368).

خانواده ، اساسا کانون کمک ، تسکین ، التیام و شفا بخشی است ؛ کانونی که باید فشارهای روانی وارد شده بر اعضاء خود را تخفیف دهد و راه رشد و شکوفائی آنها را هموار کند (ثنایی ، 1375). هر خانواده در ابتدا حداقل از دو نفر و تعاملات میان آن دو تشکیل می شود ، زن و مرد در زیر منظومه ی زناشویی آینده خانواده خود را ترسیم می کنند .

مینوچین¹ (1998) خانواده درمانگر آرژانتینی ، هدف کاری این مجموعه را رفع نیازهای اعضایش می داند . وی معتقد است روشی که زوج با هم در تعامل باشند ، وجود هر گونه اختلال یا نارسایی در کل خانواده را پیش بینی می کند. آنچه را که امروز در یک ارتباط زناشویی می توان دید ، نه تنها قویا از ساختار خانواده های اصلی و تجربیات زن و شوهر در گذشته تاثیر می پذیرد ، بلکه بر سعادت نسل های آینده نیز تاثیر می گذارد ، در همین راستا وی می افزاید ، وجود زیرمنظومه ی زناشویی برای رشد کودک حیاتی است و وی از طریق دیدن مراودات والدینش با شیوه های ابراز عواطف و برخورد با مشاجره و غیره آشنا می شود . آنچه کودک می بیند بخشی از ارزشها و توقعات وی در برخورد با دنیای بیرون خواهد شد .

¹.Minochin

مفهوم انتقال چند نسلی ماری بوئن² (1999) نیز اشاره به تاثیر ساز و کار کنونی خانواده بر نسلهای بعد دارد .
کودکان با پرورش یافتن در خانه های که رنگ و بوی صمیمیت دارد از رشد مطلوب برخوردار و نهایتاً عضوی
سالم از جامعه خواهند شد (نیکوئی و سیف ، 1384) . هر گاه روابط صمیمی بین زن و شوهر خدشه دار شود ،
عوارض مخرب و منفی در بهداشت روانی خانواده و بهداشت روانی فرزندان ایجاد می شود .

به همین دلیل افزایش تفاهم زناشویی و مساعد سازی محیط خانوادگی ، به عنوان یکی از اقدامات بهداشت روانی
ملاحظه می گردد . خانواده ی سالم ، افراد سالم تحویل اجتماع می دهد و خانواده ناسالم موجب بروز مسائل
فراوان در سطح جامعه خواهد شد ، و اگر سعی در بهبود و پیشرفت خانواده نشود مشکلات اجتماعی روز به روز
بیشتر خواهد شد (ستیر³ ، 1989 به نقل از عدالتی شاطری، 1388) .

بنابراین آشفتگی در روابط زناشویی پدیده ای است که در همه ی ازدواج ها ، حداقل در برهه ای از زمان وجود
دارد ، لیکن مراجعه به زوج درمانگران حرفه ای غالباً آخرین اقدام زوجهای آشفته است . بونگینو⁴ (1992) معتقد
است مشکلات زوجهای مراجعه کننده به روان درمانگران بطور متوسط از 6 سال قبل شروع شده اند (کانینگام⁵ ، 2003) .
زوج ها طی این زمان فشارهای عاطفی و تنش های بسیاری تجربه می کنند که با مداخلات پیشگیرانه می تواند تا
حد زیادی کاهش یابد (فرانکل⁶ و همکاران ، 1997) .

این احساس نیاز به رویکردهای پیشگیرانه در محققین خانواده از یک سو و گسترش رویکردهای پیشگیرانه در
علوم رفتاری از سوی دیگر به ایجاد روشهای متعددی برای ایمن سازی زوج ها در برابر افت رضایتمندی زناشویی
انجامیده است . محققین بسیاری معتقدند احتمال اینکه یک زوج تازه ازدواج کرده با چند الگوی رفتاری مخرب ،
بتواند با مهارتهایی که در برنامه های پیشگیرانه آموزش داده می شود ، ارتباطشان را حفظ کنند ؛ بیشتر از ازدواجی

² . Bowen

³ . Satir

⁴ . Buongiorno

⁵ . Cunningham

⁶ . Frankel et al

است که سالها در الگوهای منفی ارتباطی پیچیده شده و اکنون می خواهند با کمک زوج درمانی سنتی رابطه شان را ترمیم کنند (گاتمن⁷، 1994 به نقل از کانینگام، 2003). به علاوه اگر شیوه های پیشگیرانه نقشی که انتظار می رود را ایفا کنند، بهای اقتصادی که فرد و اجتماع برای مداخلات درمانی می پردازد، تا حد زیادی کاهش می یابد (برادبری⁸، 1990؛ فرانکل و همکاران 1997 به نقل از عدالتی شاطری، 1388).

بنابراین اهمیت سلامت خانواده و تفاهم زناشویی، نیروی محرکه ای برای انجام مطالعات روز افزون در حیطه خانواده شده است. روان شناسان، خانواده را محل ارضای نیازهای مختلف جسمانی و عقلانی و عاطفی می دانند. داشتن آگاهی از نیازهای زیستی و روانی و شناخت چگونگی ارضاء و اطفاء آنها و تجهیز شدن به تکنیک های شناخت تمایلات زیستی و روانی مهمتر، مسلح بودن به چگونگی ارضاء درست و سالم آنها ضرورتی انکار ناپذیر می باشد. تحقیقات زیادی در این زمینه مشاهده می شود که دلالت بر تأیید نقش دلبستگی در پیوند های بزرگسالان و نقش هوش هیجانی در روابط زناشویی رضایت مند می باشد. تحقیقاتی که در این زمینه صورت گرفته به طور خاص به بررسی رابطه بین الگوهای دلبستگی و هوش هیجانی و تأثیر آنها بر روابط زناشویی پرداخته اند.

1-2) بیان مساله :

هوش هیجانی یکی از مولفه های مهم در روابط افراد می باشد بطوریکه هیجانها و نیز چگونگی کنار آمدن افراد با آنها بخشی از شخصیت آدمی است و بر سلامت وی و روابطش با دیگران تأثیر می گذارند (پروین⁹، 1996).

مایر¹⁰ و سالووی¹¹ (1990) با طرح مفهوم تازه هوش هیجانی که بر پایه نظریه گاردنر¹² درباره استعداد های فردی شکل گرفته بود، توانایی های قابل آموزش را در پنج زمینه به این شرح گسترش دادند: 1- شناخت عواطف

⁷.Gottman

⁸.Bradbury

⁹. Pervin

شخصی: خود آگاهی یا تشخیص هراس‌ساز به همان صورتی که بروز می‌کند (که سنگ بنای هوش هیجانی است)، 2- به کارگیری مناسب هیجانها، ظرفیت تسکین خود، دور کردن اضطراب‌ها و افسردگی‌ها، 3- خود انگیزی: مدیریت هیجانها برای رسیدن به هدفها، 4- شناخت عواطف دیگران: همدلی و توانایی متکی بر خود آگاهی عاطفی، 5- حفظ ارتباطها: عمل مناسب در ارتباط متقابل مطلوب با دیگران (تیرگری و همکاران 1383). در چند دهه گذشته پژوهش‌های پایه در مطالعه هیجان گسترش بسیاری یافته و یک نگرش پایدار در زمینه هیجان بوجود آمده است (سالووی و همکاران، 2000) و نظریه‌هایی مانند الگوی رابطه‌ای هیجان (لازاروس¹³، 1991)، مدل کارکردگرای هیجان (کامپوز و باررت¹⁴، 1994) و مدل ساخت‌گرایی اجتماعی هیجان (لوپس و میچلسون¹⁵، 1999) ارائه شده است (سالاری، 1386).

اگرچه پژوهشگران متفاوت، از هوش هیجانی و مولفه‌های آن برداشت‌های متفاوتی ارائه نموده‌اند اما به طور کلی افرادی از قبیل سالووی، مایر، بار-اون¹⁶ و گلمن¹⁷ هوش هیجانی را شامل ظرفیت‌هایی از قبیل: ادراک کردن و پاسخ مناسب دادن به خلق‌ها، انگیزه‌ها و مطالبات دیگران و فهم درست از هیجان‌ات خود، بیان کردن آنها و مواجهه مناسب با هیجان‌ات خویش می‌دانند (الیاس¹⁸، 2006، رفتار علی آبادی، 1388).

مفهوم هوش هیجانی این است که افراد در میزان بهره‌گیری از تجربه، شناسایی، درک و فهم، تنظیم کردن و استفاده از هیجان‌ات خود و دیگران متفاوتند و این بستگی به چهار عامل درونی: رفاه (بهروزی)؛ ویژگی‌های مرتبط با وضعیت خلقی - خودکنترلی؛ ویژگی‌های مربوط به تنظیم هیجان‌ات و تکانه‌ها - احساساتی بودن؛ ویژگی‌های مرتبط با درک کردن و تجربه نمودن هیجان‌ات - جامعه‌پذیری؛ ویژگی‌های مربوط به استفاده و مدیریت هیجانها

¹⁰ . Mayer

¹¹ . Salovey

¹² . Gardner

¹³ . Lazarus

¹⁴ . Compos & Barret

¹⁵ . Lewis & Michalson

¹⁶ . Bar-on

¹⁷ . Golman

¹⁸ . Ellyas

در رابطه با دیگران ، دارد (میکولاجزک¹⁹ ، 2010) . اخیراً مفهوم سازی نقش هیجان در زمینه سازگاری زناشویی در قالب اصطلاح نو ظهور هوش هیجانی عمومیت گسترده ای یافته است (گلمن ، 1995؛ به نقل از فیتنس²⁰ ، 2001) .

به عنوان مثال پژوهش های کلارک ، فیتنس و بریست (2001) نشان داده است که EI²¹ یا حداقل برخی از جنبه های آن ظرفیت غنی سازی یک ازدواج توام با رضایت و سازگاری مطلوب و با ثبات را داشته و افراد دارای EI بالاتر در مقایسه با افراد با EI پایین ، رضامندی بیشتری تجربه می کنند ، در نتیجه یافتن نشانه های بی کفایتی عاطفی ، خطوط فکری یا رفتار اشتباهی که می تواند یک زوج را بسوی جدائی بکشاند ، نقش حیاتی EI را در بقای ازدواج به اثبات می رساند (گلمن ، 1995) . در زندگی زناشویی زوجین بایستی قادر باشند از EI خود برای شناسایی صحیح آسیب پذیری و ناامنی همسرشان استفاده کنند و این موضوع را در جهت اهداف شخصی خود به آنها بازگو نمایند (فیتنس ، 2001) . در صورتی که یکی از زوجین یا هر دوی آنها کاستی های خاصی از نظر EI داشته باشند ، احتمال عمیق تر شدن شکاف های عاطفی بین آنها افزایش خواهد یافت و در نهایت موجب آسیب پذیری و گسستن پیوند آنها می گردد (گلمن ، 1995) ، اما اگر زوجین از روابط عاطفی و هیجانی خود راضی باشند ، به احتمال زیادی (به میزان 90%) در سایر زمینه ها نیز احساس رضامندی خواهند نمود (فریدمن ، 1978 به نقل از مهدویان ، 1376) . طبق تحقیقات انجام شده بین هوش هیجانی و دلبستگی نیز رابطه وجود دارد، میزان نسبتاً بالای هوش هیجانی یکی از خصایص افرادی است که رابطه دلبستگی ایمن داشته اند و به تعبیر دیگر برقراری رابطه دلبستگی ایمن شرط لازم هوش هیجانی است (ذراتی وهمکاران، 1385) .

دلبستگی مفهومی است که جان بالبی در نظریه دلبستگی خود به منظور توصیف کیفیت و چگونگی ارتباط کودک با والدین یا مراقبین اولیه اش که عمدتاً مادر است از آن یاد می کند . دلبستگی از دیدگاه بالبی نیازی

¹⁹ .Mikolajczak

²⁰ .Fitness

²¹ .Emotional Intelligence

است نخستین و عبارت است از تمایل موجود انسانی برای برقراری پیوند عاطفی قوی با افراد خاص، افرادی که در هنگام فشار روانی در دسترس باشند (بشارت، 1385؛ پلتز و دیگران، 2002). بالبی و انیس ورث معتقدند تقابل احساسی ایمنی ناشی از اطمینان و اعتماد به ارضای نیازها با اضطراب ناشی از نگرانی در مورد عدم ارضای آنها تعیین کننده نوع سبک دلبستگی کودک است (دیویس، 2004؛ پلتز، 2002). آنها دو نوع سبک دلبستگی ایمن و نا ایمن را در کودک شناسایی کردند که دلبستگی نا ایمن شامل دو نوع دوسوگرا و اجتنابی می باشد (دیویس، 2004). تحقیقات متعددی تداوم سبکهای دلبستگی تا بزرگسالی را تایید کرده اند. این سبک ها عمدتاً به توصیف کیفیت ارتباطی فرد با شرکای ارتباطی خود می پردازد، به عبارتی پیوند عاطفی که در بزرگسالی بین دو نفر شکل می گیرد نمودی از سبک دلبستگی هر یک با والد خود است (بشارت، 1385). با این وجود بارتالوميو و هورویتر (1991) مدل جدیدی از دلبستگی را بر اساس دو بعد اضطراب و اجتناب مربوط به دلبستگی ارائه دادند؛ بعد اول شامل تصویر ذهنی یا الگوی درون کاری فرد از خودش است (مدل خود) که بعد اضطراب نیز نامیده می شود، بعد دوم شامل تصویر ذهنی فرد از دیگران است (مدل دیگران) که بعد اجتناب نیز نامیده می شود. این بعد شامل انتظار فرد در مورد این است که رفتارهای دلبستگی مانند رفتارهای مجاورت جویانه در موقعیتهای پرفشار تا چه حدی می تواند منجر به کسب آرامش مجدد شوند (راهلز، 2004؛ پلتز و دیگران، 2002). دلبستگی فرد می تواند به طور فراگیری بر روابط افراد تاثیر داشته باشد. افرادی که با سوگیریهای دلبستگی مختلف می توانند روابط عاشقانه متفاوتی را تجربه نمایند (اسکاکنر²² و همکاران، 2008).

نظریه دلبستگی بالبی 1973 چهارچوبی بیولوژیکی - روانشناختی - اجتماعی برای بررسی چگونگی شکل گیری روابط نزدیک عاطفی و دلبستگی های بین فردی فراهم می کند (بالبی، 1977؛ به نقل از بری و دیگران، 2007؛ بالبی، 1976؛ به نقل از وولز و سمپسون، 2004). این نظریه مدلی مناسب برای شناخت و بررسی راهکارهایی که افراد به اتکاء آنها با چالش های مختلف دوران رشدی خود مواجه می شوند (بشارت، 1385). از این رو این

²². Scakcher et al.

نظریه می تواند ارائه دهنده الگویی موفق در زمینه شناخت فرایندهای تنظیم هیجانها ، پردازش داده ها و بنیان های اجتماعی و هیجانی رفتار باشد (شیور، 2003؛ به نقل از بشارت، 1384).

یافته ها نشان می دهد که الگوی دلبستگی بر مبنای تجسمات ذهنی متفاوت به دو دسته ایمن و نایمن یا اضطرابی تقسیم می شود که الگوی نایمن خود به دو دسته اجتنابی و دو سوگرا تقسیم می گردد. ویژگی روابط زوجینی که سبک ایمن دارند ، اعتماد و اطمینان میان فردی است در حالیکه ویژگی روابط میان فردی زوجینی که سبک نایمن دارند با مشکلات زیادی همراه است (بشارت، 1385). زوج های ایمن سطوح بالاتر صمیمیت و تعهد را در روابط خود دارند و افراد اجتنابی سطوح پائین تر این ویژگی ها را گزارش کرده اند (کیرک و دیوس²³، 1994؛ به نقل از سهرابی و رسولی، 1387).

از آنجایی که شرط لازم هوش هیجانی برقراری رابطه دلبستگی ایمن است ، پژوهش ها نشان می دهد که افراد ایمن در بزرگسالی از روابط سالمتر و پایدارتر برخوردارند که به واسطه آن رضایت زناشویی بیشتری را تجربه می کنند (فینی²⁴، 1996). در مقابل افراد نایمن در روابط بزرگسالی خود سطح پائین تری از رضایت ، تعهد و اطمینان را نشان می دهند (سیمپسون²⁵، 1990، زمانی و همکاران؛ 1386).

به نظر می رسد سبکهای دلبستگی زوجین در ارتباطات زناشویی نقش بسیاری موثر دارد که در سالهای اولیه دوران کودکی شکل می گیرد و در تمام مراحل زندگی فرد بر روابط او با دیگران تأثیر گذار می باشد. لذا با شناخت صحیح این سبکها می توان به غنی سازی زندگی زناشویی زوجین کمک کرد.

پژوهش های متعددی اثربخشی برنامه های مختلف غنی سازی را بر افزایش رضایتمندی و صمیمیت زوج ها بررسی کرده اند ، از جمله فاورز و السون²⁶ (1986) 190 همسری را بررسی کردند که در برنامه غنی سازی زوج ها

²³.Kirk & Devis

²⁴.Feeney

²⁵.Simpson

²⁶.Favers & Aleson

در اکتبر 1986 شرکت کرده بودند، نتایج تحقیق نشان داد که این برنامه می تواند به زوج ها در بهبود ارتباطات کمک کرده و حتی به تصمیم طلاق آنها به جای ادامه زندگی کمک کند. موری²⁷ و همکاران، اثربخشی غنی سازی روابط را بر بهبود عزت نفس و ابعاد ارتباط زوجین بررسی نموده اند، یافته ها نشان داد که غنی سازی روابط، عزت نفس زوجین را افزایش داده است، همچنین صمیمیت، تعهد و سازگاری زوجین افزایش یافته است (عیسی نژاد و همکاران، 1389).

جنبش غنی سازی ازدواج سهم بزرگی را در رشد و بالندگی میلیونها زوج به خود اختصاص داده است. بطور کلی برنامه غنی سازی زندگی زناشویی در زمینه آموزش ارتباطات به زوج ها، حل تعارضات در میان آنها، مدیریت مالی، رضایتمندی زناشویی، فعالیت زوج ها در هنگام فراغت، عقاید مذهبی هر یک از طرفین، رابطه بچه ها و والدین، رابطه خانواده و دوستان، انتظارات واقعی هر یک از زوج ها از همدیگر، انتظارات جنسی و نقش خویشاوندان در زندگی زناشویی فعالیت می کند و در این زمینه ها به زوج ها آموزش می دهد، این آموزش ها عمدتاً آموزش مهارتهای ارتباطی، ایجاد رضایتمندی از ارتباط، گوش دادن فعال، مهارتهای کنترل تعارض و کشمکش، مهارتهای حل مساله، یادگیری رفتار جرات ورزانه، کنترل عواطف و هیجانات، افزایش آگاهی و شناخت زوج ها از خویشتن، دیگری و زندگی مشترک و تحکیم روابط و مناسبات عاطفی میان آنها را شامل می شود. در بسیاری از برنامه های غنی سازی ازدواج بر اهمیت تمرین های ارتباطی، روشن ساختن محیطهای بدون توافق، افزایش رضایتمندی در میان زوج ها، مفهوم انتظارات زوج ها از زندگی و تاثیر این انتظارات بر روابط میان آنها تاکید می شود (اولیاء، 1385).

تحقیقات مختلفی در زمینه اثربخشی برنامه های آموزشی و غنی سازی ازدواج انجام شده است همچون؛ برنامه آماده سازی / غنی سازی، نسخه (2000)²⁸، برنامه آمادگی زوج ها برای ازدواج²⁹ (لس پاروت)³⁰، برنامه مواجه

²⁷.Morrey et al

²⁸.Prepare / Enrich program (version 2000)

²⁹.Preparing couples for marriage

سازی یا رویارویی زوج ها با یکدیگر (برگر و هانا³¹، 1999)، برنامه آموزش غنی سازی سبک های مقابله ای زوج ها³² (لدرمن و بودنمن و سینا³³، 2007) که یکی از این روشها مدل کاربرد عملی مهارتهای ارتباط صمیمانه PAIRS³⁴ می باشد به نام برنامه آموزش صمیمیت زوج ها: هدف این برنامه افزایش خودآگاهی و نیز رشد توانائی و تقویت و حفظ روابط صمیمی و شاد و لذت بخش در بین زن و شوهر است. همچنین این برنامه فنون و مهارت هایی را آموزش می دهد که باعث می شود شرکت کنندگان در این برنامه در جهت خوداکتشافی عمیق گام بردارند. مدل یکپارچه برنامه آموزش صمیمیت زوج ها در جستجوی این است که تعاملات روابط مخرب و آسیب رسان را در میان افراد تغییر دهد که این کار از طریق مداخله در ساختارهای زیر بنائی و پویایی های روابط بین فردی در حوزه های رفتاری، شناختی و عاطفی انجام می شود، ضمن اینکه فهم و درک عمیقی از پویایی های روابط بین زن و شوهر ارائه می دهد (برگر و هانا³⁵، 1999). برنامه PAIRS مبتنی بر یک رویکرد روانی-آموزشی است که ارتباط، حل تعارض، خود آگاهی و سبکهای ارتباطی را مورد توجه قرار می دهد (گوردون³⁶، 1995). این برنامه برای اولین بار توسط لوری گوردون در 1975 طراحی شد و در سال 1977 به منظور آموزش به زوج ها مورد بازنگری قرار گرفت. این برنامه به منظور فراهم آوردن دانش، ایجاد فرصتهایی برای ارزیابی مجدد نگرشها، ایجاد مهارتها و تخلیه هیجانی تدوین شده است. تدوین و تکامل بیشتر PAIRS تحت تاثیر دیدگاههای روابط شیء، نظریه دلبستگی، راهبردهای رفتاری و نظریه سیستمها بوده است (دی ماریا³⁷، 1998 به نقل از ابراهیمی، 1387).

همچنین در پژوهشی که ابراهیمی در مورد بررسی اثربخشی برنامه کاربرد مهارتهای روابط صمیمانه PAIRS انجام داده نتایج نشان داد که این برنامه به طور معناداری باعث افزایش میزان رضایتمندی زناشویی با ارزش معنی

³⁰.Les parrot

³¹.Berger & Hanna

³².Couples Coping Enhancement Training (CCET)

³³.Lederman & Boderman & cina

³⁴.Practical Application of Intimate Relationship Skills

³⁵. Berger & Hannah

³⁶.Gordon

³⁷.Dmaria

داری ($P < 0.001$) و تعدیل ابعاد دل‌بستگی (با ارزش معنی داری $P < 0.01$ در بعد اضطراب و با ارزش $P < 0.002$ در بعد اجتناب) می‌شود. با توجه به این که این برنامه مبتنی بر چارچوب‌های نظری گسترده‌ای است و از روش‌های متعددی به منظور رفع تعارضات بین فردی سود می‌برد می‌توان انتظار داشت چنین برنامه‌ای برای غنی‌سازی ازدواج مفید باشد. از این رو پژوهش حاضر به دنبال پاسخ‌گویی به این سوال است که آیا آموزش غنی‌سازی مبتنی بر مدل PAIRS می‌تواند در اصلاح و تعدیل سبک‌های دل‌بستگی و مولفه‌های آن و هوش هیجانی و مولفه‌های آن اثر گذار باشد یا اصولاً باید به دنبال مدل‌های دیگری باشیم؟

1-3) اهمیت و ضرورت پژوهش :

ازدواج به عنوان مهمترین و عالیترین رسم اجتماعی، برای دستیابی به نیازهای عاطفی و امنیتی افراد بزرگسال همواره در جوامع مختلف مورد تأیید بوده است. این پیوند، رابطه‌ی انسانی، پیچیده، ظریف و پویاست که ویژگی‌های خاصی دارد. در تعریف ازدواج دیدگاه‌های مختلفی مطرح شده است، از جمله کارسون³⁸ بر کنش متقابل بین دو فرد (مرد و زن) تحت شرایط قانونی، لوی اشتراوس³⁹؛ بر برخورد دراماتیک بین فرهنگ و طبیعت، یا میان قواعد اجتماعی و کنش جنسی تأکید داشته‌اند (ساروخانی، 1370). جسی برنارد⁴⁰ نیز ازدواج را مترادف با نظام فرهنگی از آرا و عقاید تربیتی، نهادی از نقش‌ها و هنجارها و تجربیات تعاملی پیچیده‌ای برای مردان و زنان تعریف می‌کند (ریترز⁴¹، 1374). تعاریف بسیار دیگری نیز برای ازدواج وجود دارد که در میان آنها دو عنصر اصلی و مورد توافق وجود دارد (طالب، 1379):

- در این ارتباط امکان برقراری روابط جنسی بین زوجین وجود دارد.

³⁸.Carson

³⁹.Shterovs

⁴⁰.Bernard

⁴¹.Ritser

- ازدواج مستلزم پذیرش قانونی از سوی جامعه است .

این پیوند اهداف بسیاری را دنبال می کند ، محافظت از کانون خانواده ، پرورش محیطی سالم و سازنده و روابط گرم و تعاملات میان فردی صمیمی ای که می تواند موجب رشد و پیشرفت افراد گردند ، از جمله اهداف و نیازهای ازدواج محسوب می شوند. درصد بسیاری از افراد در مرحله ای از زندگی با ازدواج وارد روابط صمیمانه دو نفره ای می شوند که این رابطه را منبع اولیه حمایت و عاطفه می دانند (هالفورد⁴² ، 1384) . برقراری رابطه عاطفی و صمیمانه با همسر بستری در جهت کسب آرامش روانی ، ارضای نیازهای عاطفی ، جسمانی ، معنوی و رسیدن به رشد و شکوفائی فردی ، اجتماعی و انسانی است که می تواند زمینه ساز رسیدن به اهداف والای انسانی باشد .

با تغییر ساختارهای اجتماعی ، همانگونه که ارتباطات خانواده گسترده و اجتماعات مکمل آن در حال حذف شدن است ، روابط زوجی بیش از گذشته نقطه تمرکز انتظارات زوج و از سوی دیگر عامل دلسردی برای آنها شده است (کرو و ریدلی⁴³ ، 1384) . بنا به گزارش جامعه شناسان و روان شناسان ، در سالهای اخیر احساس امنیت ، آرامش و روابط صمیمانه میان زن و مرد به سستی گراییده و خانواده به گونه ای فزاینده ای با نیروهای ویرانگر روبرو شده است (ستوده ، 1379)

به اعتقاد کرو و ریدلی (1384) ، ازدواج به عنوان منبع رفاه و شادی فردی ، مفهومی مدرن است . در گذشته ازدواج های سنتی بین ثروتمندان به دلایل اقتصادی و سیاسی ، و بین افراد غیر مرفه به دلایل امنیت اقتصادی و فرزند دارشدن از طریق رابطه ی مشروع انجام می گرفت ، اما همراه با رشد اقتصادی -اجتماعی زنان ، آزادی جنسی و فاصله گرفتن جوامع از کلیساها ، فشار معیارهای اجتماعی و مذهبی کاهش یافته و همین تحولات به ترسیم چهره ای جدید از ازدواج در جوامع منجر گردیده است .

⁴² .Halford

⁴³ .Crowe & Ridley

داشتن روابط صمیمانه در بزرگسالی به روابط عاطفی فرد در دوران کودکی اش بر می گردد بطوریکه به خاطر داشتن این نکته حائز اهمیت است که سبک‌های دلبستگی شکل گرفته در دوران کودکی لزوماً با آنچه در دلبستگی‌های عاطفی دوران بزرگسالی نشان داده می‌شود یکسان نیستند. زمان زیادی بین دوران کودکی و بزرگسالی سپری شده و تجربیات به دست آمده در این فاصله زمانی نیز نقش عمده‌ای در سبک‌های دلبستگی دوران بزرگسالی ایفاء می‌کنند. آنچه به عنوان دلبستگی دوسوگرا یا اجتنابی در دوران کودکی توصیف می‌شود می‌تواند دلبستگی مطمئنی برای بزرگسالان شود و بالعکس، همچنین خلق و خوی فرد هم در دلبستگی نقش دارد. اما پژوهش‌هایی که در این زمینه به عمل آمده مشخص ساخته است که الگوهای شکل گرفته در دوران کودکی نقش مهمی بر روابط بعدی دارد.

هازن و شیور (1987) عقاید مختلفی در باره روابط انسانی با سبک‌های دلبستگی متفاوت را در بین بزرگسالان کشف کردند. بزرگسالانی که دلبستگی مطمئن داشتند تمایل به این عقیده داشتند که عشق عاطفی، پایدار و بادوام است. اما آن‌هایی که دلبستگی دوسوگرا داشتند بارها به دام عشق گرفتار شده بودند و کسانی که دلبستگی اجتنابی داشتند، عشق را موقت و نایاب توصیف می‌کردند.

یک ازدواج ناخوشایند می‌تواند تقریباً تا 35 درصد سلامتی را به خطر اندازد یا حتی به طور میانگین 4 سال از عمر افراد بکاهد. از سوی دیگر افرادی که زندگی زناشویی مطلوبی دارند نسبت به افرادی که طلاق گرفتند یا زندگی زناشویی آنها ناخوشایند است، عمر طولانی‌تری داشته و سالم‌ترند (وبرگ و هاوس⁴⁴؛ به نقل از گاتمن، 1385). همچنین پژوهش‌ها نشان می‌دهد که درماندگی زناشویی می‌تواند سلامتی بزرگسالان و کودکان را به طور جدی تهدید کند و به مخاطره اندازد (هیكس⁴⁵ و همکاران، 2004) و نیز مطالعات انجام شده دیگری نشان

⁴⁴. Weberg & haovs

⁴⁵. Hieks

داده اند که بین درماندگی زناشوئی و انحلال زناشوئی و تعداد چشمگیری از مشکلات جسمانی و روانی رابطه معنادار و مستقیمی وجود دارد .

تقاضاهای فراینده زوجین برای حل مشکلات ارتباطی و زناشوئی ، موجب شکل گیری الگوهای درمانی متعدد شده است . انتخاب مدل درمانی کار آمد و مطلوب در چنین شرایطی اهمیت مضاعف دارد (حسینی غفاری ، 1385) . این امر مستلزم بررسی اثر بخشی مدلهایی است که بطور مکرر از سوی صاحب نظران ارائه شوند . بررسی اثر بخشی این مدلها در جوامع آماری مختلف می تواند برای متخصصانی که جامعه هدفشان را زوج ها و خانواده ها تشکیل می دهند شرایطی فراهم آورد تا بر اساس نیازهای خود مدلهای کاربردی و اثر بخش تری را انتخاب نمایند ، از این رو پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش غنی سازی ازدواج به روش PAIRS بر اصلاح و تعدیل سبکهای دلبستگی و بهبود هوش هیجانی به زوجین برنامه کاربردی و آموزشی ارائه می دهد .

1-4) فرضیه های پژوهش :

فرضیه های اصلی :

1- برنامه کاربرد عملی مهارتهای روابط صمیمانه PAIRS در مقایسه با گروه مداخله نمای مهارتهای زندگی تاثیر معناداری بر سبک دلبستگی زوجین دارد .

2 - برنامه کاربرد عملی مهارتهای روابط صمیمانه PAIRS در مقایسه با گروه مداخله نمای مهارتهای زندگی تاثیر معناداری بر هوش هیجانی زوجین دارد .

فرضیه های فرعی :

1- برنامه کاربرد عملی مهارت‌های روابط صمیمانه PAIRS در مقایسه با گروه مداخله نمای مهارت‌های زندگی تاثیر معناداری بر مولفه های دلبستگی دارد .

2 - برنامه کاربرد عملی مهارت‌های روابط صمیمانه PAIRS در مقایسه با گروه مداخله نمای مهارت‌های زندگی تاثیر معناداری بر مولفه های هوش هیجانی دارد .

1-5) هدف پژوهش

هدف کلی این تحقیق بررسی اثر بخشی آموزش غنی سازی ازدواج به روش PAIRS در مقایسه با طرح مداخله نمای آموزش مهارت‌های زندگی و تاثیر آن بر سبک دلبستگی و هوش هیجانی زوجین شهر مشهد است . و هدف جزئی تر آن بررسی اثر بخشی آموزش غنی سازی ازدواج به روش PAIRS در مقایسه با طرح مداخله نمای آموزش مهارت‌های زندگی و تاثیر آن بر مولفه های دلبستگی و مولفه های هوش هیجانی در زوجین می باشد .

1-6) تعاریف نظری و عملیاتی مفاهیم و واژه ها :

تعریف نظری غنی سازی ازدواج : غنی سازی ازدواج رویکردی است آموزشی برای بهبود روابط زوجین و هدف آن کمک به زوجها برای آگاهی از خودشان و همسرشان ، کاوش احساسات و افکار همسرشان ، گسترش همدلی و صمیمیت و رشد ارتباط موثر و مهارت‌های حل مساله است (بولینگ⁴⁶ و همکاران ، 2005).

تعریف عملیاتی غنی سازی ازدواج : منظور از غنی سازی در این پژوهش مدل PAIRS (رویکردی روانی - آموزشی است که ارتباط ، حل تعارض ، خود آگاهی و سبکهای ارتباطی را مورد توجه قرار می دهد) است که طی ده جلسه دو ساعته به زوجین آموزش داده می شود (گوردون⁴⁷ ، 1995).

تعریف نظری دلبستگی : الگوهای ذهنی هستند که دیدگاه مثبت یا منفی فرد در مورد خودش یا دیگران را شامل می شود (بارتولومئو و هورویتز ، 1991).

تعریف عملیاتی دلبستگی : منظور از دلبستگی در پژوهش حاضر نمره ای است که آزمودنی در آزمون سبکهای دلبستگی کولینز و رید بدست می آورد .

تعریف نظری هوش هیجانی : توانایی شناخت ، درک و تنظیم و نظارت بر احساسات و هیجانات خود و دیگران و استفاده از آنها در جهت هدایت افکار ، اعمال و ارتباط خود و دیگران است (مایر و سالووی ، 1990).

تعریف عملیاتی هوش هیجانی : در این پژوهش ، هوش هیجانی نمره ای است که آزمودنی ها در آزمون شات و همکاران (1998) بر اساس دیدگاه مایر و سالووی (1990) بدست می آورند .

تعریف نظری مهارتهای زندگی : مجموعه ای از توانایی ها که زمینه سازگاری و رفتار مثبت و مفید را فراهم می آورد. این توانایی ها، فرد را قادر می سازد مسوولیت های نقش اجتماعی خود را بپذیرد و بدون لطمه زدن به خود و دیگران با خواسته ها، انتظارات و مشکلات روزانه بویژه در روابط بین فردی به شکل موثری روبرو شود .

تعریف عملیاتی مهارتهای زندگی : منظور از مهارتهای زندگی در این پژوهش آموزش مهارت کنترل خشم است که طی شش جلسه 2 ساعته به زوجین آموزش داده می شود .

در این فصل ابتدا به مفهوم هوش هیجانی پرداخته می شود ، سپس به مفهوم سبکهای دلبستگی و در پایان برنامه آموزشی PAIRS مورد بررسی قرار می گیرد .

2-1) موضع گیری های نظری در خصوص هوش هیجانی :

2-1-1) تعریف هوش

کوششهایی که برای تدوین دقیق از هوش به عمل آمده است همواره با مشکل و مناقشه مواجه شده است (واینبرگ⁴⁸ 1989) ، این امر عمدتاً بدان سبب است که هوش یک مفهوم انتزاعی است و در واقع هیچگونه پایه محسوس ، عینی و فیزیکی ندارد . هوش یک برچسب کلی برای گروهی از فرایندهاست که از رفتارها و پاسخهای آشکار افراد استنباط می شود . به عنوان مثال می توان فنون حل مسئله را مشاهده و نتایج حاصل از بکار بستن این فنون را به طور عینی اندازه گیری کرد ، اما هوش که فرض می شود این فنون را بوجود می آورد بطور مستقیم قابل مشاهده یا اندازه گیری نیست بدین سان مفهوم هوش تا اندازه ای شبیه اصطلاح نیرو در فیزیک است . نیرو را می توان از طریق حضور آن استنباط کرد (مارنات⁴⁹ ، 1375) .

عامه مردم هوش را توانایی یادگیری ، درک موقعیتهای جدید و برخورد صحیح با موقعیتهای می دانند . در بیان روزمره شخص با هوش با صفتهایی مانند دقیق ، زیرک ، تیزبین ، برجسته و مانند اینها توصیف می شود . برعکس شخص کم هوش با صفتهایی مانند کند ، دیر آموز و غیره مشخص می گردد. در واقع هیچ نقطه ای در مغز انسان وجود ندارد که بتوان آن را جایگاه هوش دانست . اصطلاح هوش نامی است که به فرایندهای ذهنی فرضی یا مجموعه رفتارهای هوشمندانه اطلاق می شود و نظریه های هوش در عمل نظریه های مربوط به رفتار هوشمندانه

⁴⁸ .Wainberg

⁴⁹ .Marnat

است (ایکن⁵⁰، 1985). چنین رفتارهایی شامل تواناییهای مختلف و دیگر متغیرهای شخصیتی است که از فردی به فرد دیگر تفاوت می کند (مشتاقی شریف، 1384).

برخی روانشناسان هوش را قابلیت عمومی درک و استدلال می دانند که به شکلهای گوناگون جلوه گر می شود. به نظر ما هوش یک قوه ذهنی بنیادی است که تغییر یا فقدان آن بیشترین اهمیت را در زندگی عملی آدمی دارد (هیلگارد⁵¹، 1381).

یکی از قدیمی ترین تعریف های هوش توسط بینه و سیمون⁵² (1916) به صورت زیر مطرح شده است: قضاوت و به عبارتی دیگر عقل سلیم، شعور عملی، ابتکار، استعداد، انطباق خود با موقعیتهای مختلف، به خوبی قضاوت کردن و به خوبی استدلال کردن، اینها فعالیتهای اساسی هوش به شمار می روند. یکی دیگر از تعاریف، تعریفی است که وکسلر⁵³ در 1958 پیشنهاد کرده است؛ او هوش را به عنوان یک استعداد کلی شخص برای درک جهان خود و برآورده ساختن انتظارات آن تعریف کرد، علاوه بر این او تاکید می کرد که هوش کلی را نمی توان با توانایی رفتار هوشمندانه – هر اندازه که به مفهومی گسترده تعریف شود معادل دانست – بلکه باید آن را به عنوان جلوه های آشکار شخصیت به طور کلی تلقی کرد. بنابراین از نظر وکسلر هوش می تواند اجتماعی، عملی و یا انتزاعی باشد و نمی توان آن را از ویژگیهایی مانند پشتکار، علایق و نیاز به پیشرفت مستقل دانست.

عناصری از هوش وجود دارند که مورد توافق اغلب پژوهشگران است (گیج و برلایندر⁵⁴، 1992) و این عناصر در

سه دسته قرار دارند:

- 1- توانایی پرداختن به امور انتزاعی
- 2- توانایی حل کردن مسائل
- 3- توانایی یادگیری

⁵⁰.Eicken

⁵¹.Healgard

⁵².Bine & Simon

⁵³.Wechsler

⁵⁴.Gige & Berlinre

2-1-2) هوش و انواع آن :

هوش از جمله مواردی است که بسیار مورد توجه روان شناسان بوده و در طول تاریخچه روانشناسی تلاش بر این بوده که ماهیت هوش، انواع آن، تغییر پذیری آن و ... مورد بررسی قرار گیرد. وقتی درباره هوش صحبت می‌شود، ویژگی چون یادگیری سریع زیاد، محاسبات دقیق و فوری و راه‌های جدید به ذهن خطور می‌کند. بطور کلی تعاریف متعددی از هوش صورت گرفته است و بر این اساس طبقات مختلفی از انواع هوش نیز مطرح شده است. ثرندایک⁵⁵، اسپیرمن⁵⁶، ترستون⁵⁷، اشترن برگ⁵⁸، گاردنر⁵⁹ افرادی هستند که انواعی از هوش را براساس تعاریفی که از آن ارائه کرده ساخته‌اند (علوی، 1386).

• **انواع هوش از دیدگاه ثرندایک⁶⁰** : ثرندایک رفتار هوشمندانه را متشکل از توانیهای خاص گوناگون می‌داند. او از سه نوع هوش صحبت می‌کند که افراد مختلف در هر یک از این انواع می‌توانند متفاوت باشند .

▪ **هوش انتزاعی** : این نوع از هوش با اندیشه و نهادها سروکار دارد. درک روابط اجزا و پدیده‌ها با این نوع از هوش ارتباط دارد، توان درک نظریه‌ها، ریاضیات و ... به این نوع هوش مرتبط است .

▪ **هوش مکانیکی** : به ویژگیهایی ارتباط دارد که به بهره‌گیری موثر از ابزارها و انجام اعمال و فعالیتها مربوط می‌شود. افرادی که از نظر انجام فعالیتها و مهارتهای عملی بازده خوبی دارند، از هوش مکانیکی بالایی برخوردارند .

▪ **هوش اجتماعی** : به توانیهای فرد که ایجاد روابط اجتماعی مناسب را میسر می‌سازد اطلاق می‌شود .

⁵⁵ . Srondic

⁵⁶ .Spirman

⁵⁷ .Terston

⁵⁸ .Eshternbeg

⁵⁹ .Gardner

⁶⁰ .Srondic

• انواع هوش از دیدگاه اسپیرمن⁶¹: اسپیرمن معتقد است که در همه کارکردهای روانی یک عامل کلی هوشی (g) و شماری از عوامل اختصاصی هوشی (s) وجود دارد. به عبارتی او هوش را به یک نوع هوش کلی و تعدادی هوش اختصاصی تقسیم می‌کند .

• انواع هوش از دیدگاه ترستون⁶²: ترستون برخلاف اسپیرمن معتقد است که نوعی از هوش به نام هوش کلی وجود ندارد، بلکه هوش از انواعی از استعدادهای نخستین روانی تشکیل یافته است، که شامل هوش کلامی، استعداد عددی، درک روابط فضایی، درک معنای کلامی، حافظه، استدلال و ادراک را شامل می‌شود. هوش کلامی روابط واژگان ارتباط کلامی و استعداد عددی سرعت و دقت در عملیات حساب را شامل می‌شود. درک روابط فضایی به استعداد پی بردن به بازشناسی و همگونی شکلها به یاری بینایی اطلاق می‌شود و منظور از درک معنای کلامی عبارت از به خاطر سپردن واژه‌های منحصر به فرد است . منظور از حافظه، حفظ کردن هر گونه طرح و نقشه، شعر و قطعه یا اعداد و ارقامی، به صورت طولی وار است و استدلال به استنتاج قاعده و اصول، از موارد مختلف و همچنین توانایی در حل مسائل اطلاق می‌شود. ادراک عبارت است از تمیز دادن اختلافهای اندازه، شکل، طول و عرض یا جای خالی واژه‌ها و اندامها در شکلها(علوی، 1386) .

• انواع هوش از دیدگاه اشترن برگ⁶³: اشترن برگ که نظریه خود را در دهه 80 میلادی مطرح کرده به اجزای عالیه عملیاتی و اجزا کسب معلومات درهوش اشاره می‌کند و براین اساس وی نیزهوش را به انواع هوش کلامی، هوش کاربردی و هوش اجتماعی تقسیم می‌کند .

▪ هوش کلامی: در این نوع هوش فرد مطالب را به سرعت می‌خواند و می‌فهمد و در سخن گویی، واژگان بیشتر و دقیقتی بکار می‌برد .

⁶¹.Spirman

⁶².Terston

⁶³.Eshternbeg