

دانشگاه الزهراء(س)

دانشکده روانشناسی

پایان نامه

جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد

رشته روانشناسی عمومی

عنوان :

بررسی و مقایسه میزان بخشودگی در زوجین با رضایت زناشویی بالا و زوجین در معرض طلاق در

شهرستان کرمانشاه

استاد راهنما :

خانم دکتر درویشه

استاد مشاور:

خانم دکتر پیوسته گر

دانشجو :

عادل زهتاب نجفی

اسفند ماه سال 1388

شماره صفحه	فهرست مطالب
1	فصل اول : کلیات پژوهش
2	مقدمه
8	بیان مسأله
12	ضرورت و اهمیت مسأله
14	اهداف پژوهش و ضرورت آن :
14	پرسش های پژوهش :
15	تعاریف مفهومی متغیرها
16	تعاریف عملیاتی متغیرها
17	فصل دوم : مبانی نظری و پیشینه پژوهش
18	تعاریف بخشش
23	الگوی مراحل عفو و گذشت
26	مراحل عفو و گذشت
29	دیدگاه گوردون و باکوم
31	دیدگاه ری و پارگامنت
31	دیدگاه پاوردر مورد گذشت
32	دیدگاه کافمن(1984)
32	دیدگاه تاد (1985)
32	دیدگاه مک کالو در مورد گذشت
33	الگوی سازه شخصیتی اسمیت:
34	رویکرد رشدی نگر
35	پویایی شناختی گذشت در سیستم
37	فرایندهای مؤثر بر گذشت

40	گونه های گذشت
42	ویژگی های شخصیتی افراد بخشنده
42	مثلث گذشت
44	گذشت با توجه به موقعیتهای فرهنگی
48	موانع ذهنی بخشش
50	8 مرحله برای بخشایش
53	تصویر ذهنی در رنجش و عفو و گذشت:
55	پیشینه مطالعاتی درباره بخشش
61	رضامندی زناشویی
69	بررسی نظریه های موجود در رابطه با رضامندی زناشویی
71	عوامل تاثیر گذار بر رضامندی زناشویی
78	تعارض و رضامندی زناشویی
81	فرآیند نارضایتی زناشویی
83	آسیب شناسی ازدواج
84	طلاق به منزله یک آسیب اجتماعی
84	طلاق و عوامل موثر بر آن
91	اثرات طلاق
93	فصل سوم : روش پژوهش
94	روش تحقیق
94	طرح پژوهش
94	جامعه آماری
95	نمونه پژوهش
95	روش نمونه گیری

95	روش و ابزار جمع آوری اطلاعات
104	شیوه اجرای پژوهش
105	فصل چهارم : تجزیه و تحلیل داده های پژوهش
124	فصل پنجم : بحث و نتیجه گیری
137	نتیجه گیری
139	محدودیت های پژوهشی
139	پیشنهادهای پژوهشی
141	فهرست منابع و ماخذ
159	پیوست

شماره صفحه	فهرست جداول
97	جدول (3-1) محتوای عبارات مقیاس بخشش در خانواده
99	جدول (3-2) ضریب تمیز مربوط به خرده مقیاس های بخشش
107	4-1-1 جدول توزیع فراوانی و درصد جنسیت پاسخگویان
108	4-1-2 توزیع فراوانی و درصد میزان رضایت زناشویی پاسخگویان
109	4-1-3 توزیع فراوانی و درصد میزان رضایت زناشویی پاسخگویان
110	4-1-4 جدول توزیع فراوانی و درصد سن پاسخگویان به تفکیک میزان رضایت زناشویی آنها
110	4-1-5 جدول توزیع فراوانی و درصد مدت زمان ازدواج پاسخگویان به تفکیک میزان رضایت زناشویی آنها
112	4-1-6 جدول توزیع فراوانی و درصد تحصیلات پاسخگویان به تفکیک میزان رضایت زناشویی آنها
113	4-1-7 جدول توزیع فراوانی و درصد درآمد پاسخگویان به تفکیک میزان رضایت زناشویی آنها
114	4-2-1 جدول ضریب همبستگی پیرسون
115	4-2-2 جدول ضریب همبستگی پیرسون
116	4-2-3 جدول ضریب همبستگی پیرسون
117	4-2-4 جدول ضریب همبستگی پیرسون
117	4-2-5 جدول ضریب همبستگی پیرسون
118	4-2-6 جدول ضریب همبستگی پیرسون
119	4-2-7 جدول آزمون آماری میزان بخشودگی
120	4-2-8 جدول ضریب همبستگی پیرسون
121	4-2-9 جدول آمار توصیفی مقایسه میزان بخشودگی افراد با درآمدهای مختلف
121	4-2-10 جدول آنالیز واریانس بخشودگی افراد با درآمد های مختلف
121	4-2-11 جدول دانکن میزان بخشودگی افراد با درآمدهای مختلف
122	4-2-12 جدول آمار توصیفی مقایسه میزان بخشودگی افراد با سنین مختلف
122	4-2-13 جدول آنالیز واریانس بخشودگی افراد با سنین مختلف

123

جدول 4-2-14 آمار توصیفی میزان بخشودگی

123

جدول 4-2-15 آزمون آماری میزان بخشودگی

شماره صفحه

نمودارها :

- 107 4-1-1 نمودار دایره ای جنسیت پاسخگویان
- 108 4-1-2 نمودار هیستوگرام میزان رضایت زناشویی پاسخگویان
- 109 4-1-3 نمودار هیستوگرام میزان بخشش پاسخگویان
- 112 4-1-6 نمودار مقایسه تحصیلات پاسخگویان بر حسب میزان رضایت زناشویی آنها
- 113 4-1-7 نمودار مقایسه میزان درآمد پاسخگویان بر حسب میزان رضایت زناشویی آنها

بخندیره در ریاسخ درخولاست فیکوست اما

فیکوتر از آه بخندیره است بیس از درخولاست .

تشکر و قدردانی

در آغاز ، خداوند منان را شکرگزارم که پرتو لطف بی کرانش راهنما و روشنگر راهم بوده و قطره ای از اقیانوس بی انتهای علم خود را به من بخشیده ، باشد که پوینده را ه حق باشیم .

بی شک ، به ثمر رسیدن هر کار تحقیقاتی امکان پذیر نیست مگر با مساعدت و همفکری صاحب نظران بسیار ، این پژوهش ماحصل تلاش و مساعدت عزیزان زیادی است که هر یک به نوعی نگارنده را مدیون لطف خویش نموده اند ، بدیهی است که تمام نقاط قوت و برجسته این نوشته ، لطف اساتید و دوستانی است که وظیفه دارم از تمامی آنها تشکر و قدردانی نمایم . سپاس و قدردانی فراوان خود را بویژه به استاد ارجمند سرکار خانم **دکتر زهرا درویشه** ابراز می نمایم ، چرا که مشعل هدایتشان همواره روشنگر راهم بود و در پرتو راهنمایی های ارزنده ، دقیق و صمیمانه شان این پژوهش به ثمر رسید .

همچنین از تلاش و زحمات استاد بزرگوار ، سرکار خانم **دکتر مهرانگیز پیوسته** گر که از سر اخلاص ، قبول مشاوره فرمودند و در تهیه و تنظیم این مطالب مرا مدیون لطف و عنایت خود فرمودند ، سپاسگزاری می نمایم .

در نهایت از خانم **دکتر خدابخش** و خانم **دکتر بزمی** سپاسگزارم که داوری این پژوهش را قبول زحمت فرمودند.

چکیده

این مطالعه با هدف بررسی مقایسه بخشودگی در زوجین دانشجوی با رضایت زناشویی بالا و زوجین در معرض طلاق در شهرستان کرمانشاه انجام گردید. به این منظور 200 زوج در شهرستان کرمانشاه با روش نمونه در دسترس مورد بررسی قرار گرفتند.

این پژوهش یک مطالعه توصیفی از نوع پس رویدادی است و ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (1989) و مقیاس سنجش بخشش FFS (1998) در خانواده می باشد. به منظور بررسی فرضیه های پژوهش از آزمون های آماری ضریب همبستگی پیرسون، آزمون تحلیل واریانس و آزمون تی استفاده گردید.

یافته های تحقیق حاکی از وجود رابطه معناداری بین بخشش و خرده مقیاس های آن (درک واقع بینانه، تصدیق و قبول خطا، جبران عمل، دلجویی کردن و احساس بهبودی) با رضامندی زناشویی می باشد.

از دیگر یافته های این پژوهش وجود رابطه معنادار بین میزان بخشش و مدت زمان ازدواج (یک تا پنج سال) و شرایط اقتصادی است و همچنین بخشش در افراد مذکر و مؤنث متفاوت است.

با توجه به یافته های تحقیق می توان بیان نمود که شناسایی، فعالسازی و پرورش توانمندی هایی از قبیل بخشش می تواند در حفظ سلامت خانواده نقش مؤثری داشته باشد.

کلید واژه : بخشودگی ، رضایت زناشویی

فصل اول

کلیات پژوهشی

مقدمه

انسان موجودی اجتماعی است که برای تأمین نیازهای خود تشکیل گروه می‌دهد. یکی از طبیعی‌ترین گروه‌هایی که می‌تواند نیازهای وی را مرتفع کند، خانواده است. خانواده به عنوان واحد اجتماعی و عاطفی، کانون رشد و التیام، تغییر و تحول، آسیب و عوارض و بستر شکوفایی یا فروپاشی روابط میان اعضایش است (گلدنبرگ و گلدنبرگ^۱، 2002).

در واقع هر خانواده را باید خشت بنای جامعه و کانون اصلی سنت، رسوم و ارزش‌های والا و مورد احترام و شالوده مستحکم مناسبات پایدار اجتماعی و روابط خویشاوندی، مبدأ بروز و ظهور عواطف انسانی و کانون صمیمانه‌ترین روابط میان افراد و مهد پرورش فکر، اندیشه، اخلاق و تعالی روح انسانی به حساب آورد (ترکمنی، 1383).

افراد هوشیار خود را از طریق خانواده احراز می‌کنند لذا با توجه به تعامل‌های مستمری که ارگانیکسم خانواده از یک سو با اعضاء خود و از سوی دیگر با اجتماع دارد، به نظر می‌رسد کانون اصلی سلامت یا پاتولوژی اعضای خود باشد (مینوچین؛ ثنایی، 1381).

یک نیاز یا تمایل قدرتمند و جهانی در میان انسان‌ها برای تعامل با دیگران وجود دارد. افراد نیاز به شروع، رشد و بقاء رابطه با دیگران مخصوصاً با افراد نزدیک دارند. ما همه از تعامل و عمق بخشیدن به درگیری در ارتباطات لذت می‌بریم و اگر قادر به تعامل با معنا با دیگران نباشیم، نتیجه آن تنهایی، افسردگی و عدم خوشحالی است (ویلیامز و زادیرو^۲، 2001).

خانواده در هر عصری و هر نسلی به عنوان یک سیستم باز در حال تعامل کارایی خاص خود را دارند و کارایی خانوادگی معمولاً در الگوهای تعاملی‌شان تجلی می‌کند. کارایی خانوادگی دارای دو

¹ . Goldenberg & Goldenberg

² . Williams & Zadiro

بعد درون خانوادگی و برون خانوادگی است، لذا هم تابع شرایط اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و ... جامعه و هم تابع آرایش اعضا و ساخت خانواده است. ملاک کارایی خانواده این نیست که در آن فشار روانی، تعارض و مشکل وجود نداشته باشد بلکه این است که خانواده تا چه اندازه در تحقق وظایف و کارکردهایش تواناست که به نوبه خود به ساخت و توانایی سازگاری خانواده بستگی دارد (لاسمل و تولسول¹، 1997).

خانواده سالم (کارساز) سیستمی باز است که اعضا آن در عین حالی که از روابط عاطفی گرمی با هم برخوردارند، هویت فردی خود را حفظ می کنند. عشق به صورت نامشروط است و اعضا پذیرای یکدیگرند. آستانه تحمل اعضا در مقابل استرس و کشمکش بالاست و به هنگام نیاز، داوطلبانه درصدد یاری همدیگر هستند. همین طور بین والدین ائتلاف قوی و روشنی وجود دارد و قدرت بین آنها توزیع و تقسیم شده است، با هم روابط صمیمی دارند و در عین حال حریم شخصی را حفظ و حرمت یکدیگر را نگه می دارند.

از طرفی خانواده ناکارساز(مختل) قادر به تأمین نیازهای تکاملی، حل مشکلات و تعارض های خود نیست، کارکردهایش مختل و معمولاً ساختار قدرت هرج و مرج گونه است. به طوری که یکی از والدین تمام قدرت را در اختیار دارد یا به دلیل کناره گیری یکی از والدین، فرزندان کنترل اوضاع را به دست می گیرند. اعضا استقلال رأی و عمل ندارند و ابراز آزادانه احساسات تشویق نمی شود. لذا خانواده مختل در حل مشکلات با دشواری مواجهه می باشد. ارتباطات بین اعضا نامشخص است و رضایتبخش نیست. سیستم خانوادگی بسته عمل می کند و اعضای آن روابط عاطفی سرد و گسسته ای با هم دارند. حریم شخصی اعضا رعایت نمی شود و آستانه تحمل اعضا در برابر

¹ . Lassmell & Toloswell

کشمکش پایین است، به نظر می رسد که نشانه های مرضی از خانواده به سایر اعضاء سرایت می کند(لاسل و تولسول، 1997).

وقتی شخصی وارد رابطه ای می شود که حس تعادل بین الزام(دادن) و استحقاق(گرفتن) از طریق آن ارضا می شود حس اعتماد به شخص مقابل، که مبتنی بر تجربه اطمینان به اوست، در وی شکل می گیرد. در عین حال، موقعی که شخص احساس می کند بین (دادن و ستادن) رابطه ای وجود ندارد و حس می کند در معرض الزام هایی است که دور از انصاف در رابطه است، آن وقت حس درونی قضاوت و انصاف مورد هجوم قرار می گیرد. بنابراین چنین می پندارد که مغبون شده است و سلب اعتماد می کند. چنین وضعی ممکن است به استحقاق سازنده و مفید یا طرق دیگری از قضاوت راجع به امنیت استحقاق نظیر سوء ظن، خصومت، خشم، انزوای عاطفی، سوء استفاده عاطفی یا کتک کاری بیانجامد. فراخوانی یا دعوت به بخشش یک مداخله درمانی کلیدی در حل چنین وضعی تلقی می شود(نقل از مرادی، 1379).

روان شناسی مثبت نگر، تبلور یک تغییر در روان شناسی از صرف پرداختن به ترمیم آسیب ها به سمت بهینه سازی کیفیت زندگی است (اسنایدرولوپز¹، 2002). بهزیستی روان شناختی با تعدادی از اجزای اولیه یک زندگی خوب از جمله ارتباطات مثبت با دیگران، داشتن هدف مناسب در زندگی، فرصت های رشد شخصی و احساس خودمختاری و پذیرش خود، مشخص می شود (دسی و رین² 2000) وزیر طبقاتی مانند رضایت از زندگی³، رضایت زناشویی⁴، رضایت شغلی،

¹. Snyder & Lopez

². Deci & Ryan

³. Life Satisfaction

⁴. Marital satisfaction

شادمانی^۱ و ... را در بر می گیرد و توانمندی های شخصیتی نیز زیر مقولاتی مانند شکر گذاری^۲، بخشایش^۳، امید و غیره را شامل می شود (کاشدن و همکاران^۴، 2006).

واژه بخشش در زندگی روزمره کاربرد فراوان دارد، اما برداشت یکسانی از مفهوم آن وجود ندارد. سخنان حکما، اندیشمندان و عالمان دین مملو از پندها و اندرزهایی است که دعوت به بخشش می کنند. فرهنگ ملل مختلف نیز سرشار از ضرب المثل ها، حکایت ها و توصیه به گذشت و بخشش است. هر کس در طول عمر خود بارها از والدین و بزرگترها شنیده که «گذشته ها، گذشته است»، «بخشش از بزرگان است»، «در عفو لذتی است که در انتقام نیست» و ... با وجود اینکه بخشش عملی مثبت و پسندیده تلقی می شود، اما درک و اجماع نظر درباره آن وجود ندارد. در اختلافات زناشویی به ویژه از زبان زن و شوهری که قصد طلاق دارند بارها شنیده و می شنویم که جان به لبم رسیده است، «هر کاری که می توانستم کرده ام که زندگیم حفظ شود»، «هر طور که او خواست رفتار کردم، از اشتباهاتش گذشت کردم اما نشد.» چنین جمله هایی حاکی از طرز تلقی متفاوت از مفهوم بخشش است.

عده ای بخشش را عبارت از فراموش کردن، مبدأ دانستن اشخاص از تقصیر، اغماض کردن، اجازه دادن به شخص خطاکار که وقتی عمل غلطی را مرتکب شد بدون اینکه کیفر خواست شود، به کار خود ادامه دهد. چنین باورهایی درباره بخشش موجب شده است که اسطوره های غلطی در ذهن اشخاص نقش ببندد. بنابراین باید گفت که بخشش به فراموشی سپردن نیست، اغماض نیست، آمرزش گناه نیست، نوعی از خودگذشتگی نیست. بخشش با تحمل کردن کسانی که اسباب رنجش ما شده اند فرق دارد. تبسم و مهربان به نظر رسیدن بخشش نیست. فرو بردن احساسات واقعی

1 . Happiness

2 . Gratitude

3 . Forgiveness

4 . Kashdan

نیست، بدین معنا نیست که تظاهر کنیم اوضاع بر وفق مراد است و به معنی آن نیست که تألم و آزرده‌گی را نادیده بگیریم و اظهار شادی و نشاط کنیم. آنان بخشش را ثمره فرعی فرآیند التیام می‌دانند و عقیده دارند که بخشش فرآیندی درونی است که نشان دهنده عزت نفس مثبت می‌باشد. همچنین بخشش را یک حق اخلاقی تلقی می‌کنند، حق فرد برای فاصله گرفتن از تألم، درد و جلوگیری از زخم‌های عاطفی که ناشی از حوادث غیرمنصفانه است (سیف و بهادری، 1380).

از نظر مک کالو^۱، فینچام^۲ و تی سانگ^۳ (2003) بخشایش میلی درونی است که افراد را به سوی بازداری از پاسخ‌های ناخوشایند ارتباطی و رفتاری، متمایل می‌سازد. به عبارت بهتر، در بخشایش تمایل به حفظ بی‌زاری از خطا کار کاهش، میل به آشتی و حسن نیت نسبت به وی - به رغم اعمال مخربش - افزایش می‌یابد (مک کالو و فینچام، 2003).

جهت روشن شدن مطلب لازم است به تعریف ان رایب^۴ و همکاران (2000) اشاره ای داشته باشیم: آنان بیان می‌دارند که بخشش، گذشتن از خطا و محو عوارض آن که در فرد با انگیزه آرامش درونی خویش، بهبود روابط با خاطی و یا به منظور انجام رفتاری ارزشی صورت می‌گیرد و دارای پیامدهای زیر است:

الف- رهایی از احساس منفی نسبت به خاطی

ب- غلبه بر رنجش حاصل از بدی

ج- پرهیز از عصبانیت، دوری، جدایی و تلافی نسبت به خاطی

1. Mccullough

2. Fincham

3. Tsang

⁴. Enright

با توجه به مطالب مطرح شده مشخص می گردد که بخشش با صبر، فراموشی، نادیده گرفتن، تحمل کردن و فرو خوردن خشم یکی نیست.

در سال های دهه 1990 بررسی های به عمل آمده درباره بخشش به عنوان یک فرآیند، یک ابزار و نوعی درمان عمدتاً حول سه محور زیر صورت گرفت:

1- اعتباریابی نظریه های مفهومی با توجه به فرآیند و مراحل بخشش

2- تعیین رابطه بخشش با سایر مولفه ها نظیر جهت گیری مذهبی ، اقرار به خطا ، سن .

3- کاربرد بخشش در تحقیقات فرایندی و بازده (خدایاری فرد و همکاران ، 1381).

بنابراین نظم و قوام هر خانواده وابسته به عواملی از جمله میزان رضایتمندی زناشویی در زوجین است که خود تحت تأثیر عوامل گوناگونی مانند سن، طول مدت ازدواج، تحصیلات، تعداد فرزندان، سطح فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی خانواده و ... می باشد، که در این میان توجه به ارزشهای انسانی چون عفو و گذشت حائز اهمیت بسیار است.

در واقع بخشش که در این نوشتار بدان پرداخته می شود. در حوزه مشاوره زناشویی، خانواده درمانی و امید درمانی تا اندازه قابل توجهی نو ظهور هستند. لذا این پژوهش با عنوان بررسی مقایسه میزان بخشودگی بین زوجین با رضایت زناشویی بالا و زوجین در معرض طلاق در پی آن است که با شناخت و آگاهی یافتن از توانمندی های افراد مقدمات بهسازی یا تغییر محیط زندگی آنان را فراهم آورد.

بیان مسأله

وجود یک جامعه سالم وابسته به تشکیل خانواده های پایدار، پویا و با نشاط است. یکی از شرایط محیط ایمنی بخش وجود یک خانواده مستحکم و صمیمی است به گونه ای که راحتی و آسایش همسران و اعضای خانواده را در پی داشته باشد. براین اساس محققین درصدد کشف توانمندی هایی(که به صورت بالقوه در اعضای خانواده وجود دارد) هستند تا بتوانند موجبات رضایت و آسایش افراد آن را فراهم سازند(ترکمنی، 1383). در واقع زندگی زناشویی یکی از جهانی ترین نهادهای بشری است که از دو نفر با توانایی ها و استعدادهای متفاوت و با نیازهای و علایق مختلف و در یک کلام با شخصیت های گوناگون تشکیل شده است (گلدنبرگ و گلدنبرگ، 2002). یک رابطه زناشویی مستلزم آن است که زوجین یاد بگیرند با هم ارتباط برقرار کنند. در دیدگاه بوم سازگان^۱، سازگاری زناشویی می تواند تحت تاثیر ادراک از کیفیت روابط با دیگر اعضای خانواده (نشانگرهای وجود رضامندی یا مشکلات خانواده) و ادراک هایی در مورد منابع شایستگی و خواسته ها (سلامت جسمانی، هیجانی و تنیدگی) یا شرایط و تجارب خاص زیستی تقویمی (جنس، سن ازدواج و وضعیت اقتصادی) باشد (به نقل از ملازاده ، 1381).

تئوری های شادمانی بر این تاکید دارند که وقتی که تنش کاهش یابد (حذف درد و رنج و ایجاد رضامندی از نیازهای زیستی و روانی) شادمانی و بهزیستی رخ می دهد. می توان این گونه نتیجه گرفت که سازگاری بیشتر و وجود آرامش روانی در خانواده به شادمانی و رفاه بیشتر خواهد انجامید (دینر^۲، 2000).

¹ . Eco system

² . Diener

داشتن روابط زناشویی رضایت بخش می تواند منجر به پیشرفت های حیرت آور فردی و خانوادگی شود و فقدان چنین رابطه ای می تواند زخم ها و صدمه هایی را ایجاد کند که شاید سال ها التیام نیابد . رابطه زناشویی رابطه ای طولانی است که دارای اثرهای ژرف و بلند بر هر یک از همسران و دیگر اعضای خانواده است زیرا که همسران حتی در مقایسه با دوران کودکی و نوجوانی مدت طولانی تری را در کنار هم می گذارند .

کیفیت رابطه زناشویی نه تنها تاثیر بسزایی بر خوشبختی و سعادت فرد و خانواده دارد ، بلکه فواید بی شماری نیز برای جامعه دارد، زیرا اگر همسرانی که در یک جامعه زندگی می کنند از رابطه زناشویی گرم و صمیمی برخوردار باشند ، نه تنها فرزندان آنها روابط صحیح را می آموزند و در فضایی آکنده از مهر و محبت زندگی می کنند ، بلکه جامعه نیز سلامت و سعادت خود را بدست خواهد آورد .

نوع این رابطه می تواند همسران را به ادامه زندگی با شور و اشتیاق بیشتر امیدوار کند و یا آنها را به این وا دارد که هر آنچه دارند بگذارند و آن را رها کنند (وان پلاس وان ¹ ، 2004).

از آنجا که خانواده نخستین گروه طبیعی و شالوده اصلی جامعه است لذا کارایی خانواده در تحقق وظایفش ، شاخص مناسبی برای سنجش کارایی افراد در جامعه است. اکثر خانواده درمانگران معتقدند که برای ارزیابی از خانواده ها، سنجش تعاملات زیر منظومه ها واجد اهمیت است. این تعامل ها در بافتی از رابطه تحقق می یابند و به مرور عملکرد خانواده را شکل می دهند. چنانچه کارایی خانواده سالم باشد، بقا می یابد، در غیر این صورت فرو می پاشد (فراست، 1381).

لذا برای پیشگیری از فروپاشی خانواده ها شناسایی عوامل مؤثر بر عملکرد خانواده و سهم هر یک از این عوامل در آموزش و پیشگیری از وقوع طلاق ضروری است.

1. One Plus one

تلقى سیستمی از مراوده های انسانی که در بافتی از روابط صورت می گیرد نقش بسزایی در فرآیند سنجش، تشخیص، درمان و پیشگیری از پاتولوژی رابط زوجین دارد، علاوه بر آن استفاده از پتانسیل های نیرومندی که افراد در طول زندگی به دست می آورند از جمله تدابیری است که حرفه مشاوره و روان درمانی خانواده از آن بهره مند می باشد. بخشش به عنوان یک عامل مثبت پسندیده از جمله این پتانسیل هاست که به کارگیری آن موجب التیام زخم عاطفی فرد رنجیده خاطر و جبران عمل ناصواب از طرف فرد خاطی می شود و ثمره آن حفظ سلامت روحی و فکری هر دو است.

با شناخت دقیق اثرات ارزشهای انسانی چون محبت، رضایت، بخشش و آگاهی یافتن از عوامل درون فردی که بر رفتارهای بین فردی تأثیر می گذارد می توان جهت بالا بردن رضایت زناشویی زوجین گام های مؤثری برداشت. یکی از این عوامل درون فردی مسائل مربوط به شناخت می باشد، از جمله موارد شناختی که اخیراً در روانشناسی توجه زیادی را به خود جلب کرده موضوع بخشش است (سیف و بهاری، 1380).

بخشش همچون رفتارهای دیگر آموختنی است و محصول یادگیری و تربیت است، تلقی والدین از آن بر نگرش فرزندان تأثیر می گذارد. از آنجایی که منظومه خانواده کانون تلقی درست یا غلط از مفهوم بخشش است و فرامنظومه های دیگر نیز در تثبیت یا تشدید این طرز تلقی ها مؤثرند، لذا بررسی علمی آن می تواند مشاوران را در درک نگرش سیستم خانواده کمک کند (سیف و بهاری ، 1380)

به همین منظور می توان با شناخت و آگاهی یافتن از توانمندی های افراد مقدمات بهسازی یا تغییر محیط زندگی آنان را فراهم آورد.