

الله اعلم
سبحانه
وآله
وصحبه
الطيبين
الطاهرين
السلامين
الرحمن
الرحيم
الجليل
الجليل
الجليل
الجليل

١٢٩٩٩٤



دانشگاه اصفهان

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

گروه مشاوره

پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره گرایش خانواده

بررسی اثربخشی غنی سازی روابط بر بهبود کیفیت روابط زناشویی زوجین شهر

اصفهان

استاد راهنما:

دکتر سید احمد احمدی

استاد مشاور:

دکتر عدرا اعتمادی

پژوهشگر:

امید عیسی نژاد

بهمن ماه ۱۳۸۷

کتابخانه مرکزی

کتابخانه مرکزی

۱۳۸۸/۱۰/۲۷

۱۲۹۹۹۴

کلیه حقوق مادی مترتب بر نتایج مطالعات، ابتکارات و
نوآوری‌های ناشی از تحقق موضوع این پایان‌نامه متعلق
به دانشگاه اصفهان می‌باشد



دانشگاه اصفهان

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

گروه مشاوره

پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره گرایش خانواده

آقای امید عیسی نژاد تحت عنوان

بررسی اثربخشی غنی سازی روابط بر بهبود کیفیت روابط زناشویی زوجین شهر
اصفهان

در تاریخ ۱۳۸۷/۱۱/۱۹ توسط هیأت داوران زیر بررسی و با درجه عالی به تصویب نهایی رسید.

۱- استاد راهنمای پایان نامه دکتر سید احمد احمدی با مرتبه علمی استاد

امضا

۲- استاد مشاور پایان نامه دکتر عذرا اعتمادی با مرتبه علمی استادیار

امضا

۳- استاد داور داخل گروه دکتر فاطمه بهرامی با مرتبه علمی استادیار

امضا

۴- استاد داور خارج از گروه دکتر مهرداد کلانتری با مرتبه علمی استادیار

امضا

امضای مدیر گروه

تقدیر و تشکر

با تقدیر و تشکر صمیمانه از اساتید گرانقدرم جناب آقای دکتر سید احمد احمدی و سرکار خانم دکتر عذرا اعتمادی که در دوران تحصیل از محضر ایشان استفاده فراوان نمودم و تحت راهنماییهای ایشان این پایان نامه را به اتمام رساندم و با تشکر ویژه از استاد عزیزم خانم دکتر فاطمه بهرامی به پاس مهرورزی‌هایشان.

با تشکر از پدر و مادرم که همیشه حامی من بودند و زحمات بسیار کشیده‌اند و با تشکر از خانم مریم شجاع حیدری.

پیشگاه معلم والا

و استاد فرزانه و سرمد گرانقدر رشاد و ایران

استاد سید احمد احمدی

که از او چگونگی بودن را آموختم

و سلطان مروه کاری

پدر و مادر عزیزم

چکیده

هدف این پژوهش، تعیین تاثیر غنی سازی روابط بر بهبود کیفیت روابط زناشویی زوجین شهر اصفهان بود. روش پژوهش نیمه تجربی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. به منظور اجرای پژوهش ۳۶ زوج در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و گواه (۱۶ نفر) به طور تصادفی جایگزین شدند. متغیر مستقل غنی سازی روابط بود که در ۸ جلسه بر روی گروه آزمایش انجام شد و در گروه گواه هیچ مداخله ای انجام نشد. ابزار پژوهش پرسشنامه سازگاری زناشویی (RDAS؛ باسبی، کران، لارسن و کریستنسن، ۱۹۹۵) بود. روایی پرسشنامه با استفاده از تحلیل عاملی تاییدی و مدل‌یابی معادلات ساختاری بررسی و تایید شد. فرضیه‌های پژوهش عبارت بود از:

۱- غنی سازی روابط بر کیفیت روابط زناشویی موثر است.

۲- غنی سازی روابط بر ابعاد کیفیت روابط زناشویی شامل توافق زناشویی، رضایت زناشویی و انسجام زناشویی موثر است.

نتایج پژوهش با استفاده از آزمون تحلیل کواریانس نشان داد که غنی سازی روابط بر بهبود نمره کل کیفیت زناشویی زوجین ($P < 0/05$) و ابعاد آن شامل توافق زناشویی ($P < 0/01$)، رضایت زناشویی ($P < 0/01$) و انسجام زناشویی ($P < 0/01$) موثر بوده است. نتایج پیگیری پس از یک ماه نشان داد که بین گروه آزمایش و گواه در میزان کیفیت روابط زناشویی و ابعاد آن تفاوت وجود دارد ($P < 0/001$) و اثر بخشی غنی سازی بعد از یک ماه باقی مانده است.

کلید واژه ها: غنی سازی روابط، کیفیت روابط زناشویی، توافق، انسجام، رضایت

فهرست مطالب

| صفحه | عنوان |
|------------|---|
| ۱ | فصل اول کلیات پژوهش |
| ۱-۱-۱..... | ۱-۱-۱- مقدمه..... |
| ۲..... | ۲-۱- بیان مساله:..... |
| ۳..... | ۳-۱- اهداف تحقیق:..... |
| ۴..... | ۴-۱- اهمیت و ارزش تحقیق:..... |
| ۵..... | ۵-۱- فرضیه های تحقیق:..... |
| ۴..... | ۶-۱- تعریف متغیرهای پژوهش:..... |
| ۴..... | ۱-۶-۱- کیفیت روابط زناشویی:..... |
| ۵..... | ۲-۶-۱- غنیسازی روابط زناشویی:..... |
| ۵..... | ۳-۶-۱- توافق زناشویی:..... |
| ۶..... | ۴-۶-۱- رضایت زناشویی:..... |
| ۶..... | ۵-۶-۱- انسجام زناشویی:..... |
| ۷ | فصل دوم ادبیات پژوهش |
| ۷..... | ۱-۲- مقدمه..... |
| ۷..... | ۲-۲- کیفیت روابط زناشویی:..... |
| ۸..... | ۱-۲-۲- رضایتمندی زناشویی..... |
| ۸..... | ۲-۲-۲- سازگاری زناشویی..... |
| ۹..... | ۳-۲-۲- تعریف کیفیت زناشویی..... |
| ۱۰..... | ۳-۲-۲- نظریه های تبیین کننده کیفیت روابط زناشویی..... |
| ۱۰..... | ۱-۳-۲-۲- نظریه لیوایز و اسپنیر..... |
| ۱۱..... | ۲-۳-۲-۲- نظریه مارکس..... |
| ۱۳..... | ۱-۲-۳-۲-۲- ترکیب رمانتیک..... |
| ۱۳..... | ۲-۲-۳-۲-۲- ترکیب وابستگی-فاصله ای..... |
| ۱۴..... | ۳-۲-۳-۲-۲- ترکیب جدایی..... |
| ۱۴..... | ۴-۲-۳-۲-۲- ترکیب همبستگی متعادل..... |
| ۱۵..... | ۴-۲-۲- رابطه کیفیت روابط زناشویی و موقعیت اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی خانواده:..... |

| | |
|---------|---|
| ۱۷..... | ۳-۲- رویکردها و برنامه های پیشگیری |
| ۲۰..... | ۱-۳-۲- مدل مربوط به انجمن غنی سازی ازدواج (A. C. M. E) |
| ۲۱..... | ۱-۳-۲- ویژگی ها |
| ۲۲..... | ۲-۱-۳-۲- ساختار برنامه |
| ۲۲..... | ۳-۱-۳-۲- اهداف |
| ۲۲..... | ۴-۱-۳-۲- مهارت ها |
| ۲۳..... | ۲-۳-۲- رویکرد ارتباط زوج (C. C) |
| ۲۳..... | ۱-۲-۳-۲- کیفیت برنامه ارتباط زوج |
| ۲۴..... | ۲-۲-۳-۲- اهداف برنامه |
| ۲۷..... | ۳-۳-۲- برنامه کاربردی عملی مهارت های مربوط به رابطه صمیمانه (P. A. I. R. S) |
| ۲۷..... | ۱-۳-۳-۲- اهداف برنامه |
| ۲۹..... | ۲-۳-۳-۲- چهارچوب عملی |
| ۳۰..... | ۴-۳-۲- برنامه پیشگیری و تقویت رابطه (P. R. E. P) |
| ۳۳..... | ۵-۳-۲- مدل رفتاری - ارتباطی |
| ۳۴..... | ۱-۵-۳-۲- جنبه های پیشگیری مدل رفتاری - ارتباطی |
| ۳۶..... | ۴-۲- غنی سازی روابط (مدل به کار گرفته شده در این پژوهش) |
| ۳۶..... | ۱-۴-۲- تاریخچه غنی سازی روابط |
| ۳۷..... | ۲-۴-۲- پایه های نظری |
| ۳۹..... | ۳-۴-۲- شیوه های مداخله |
| ۴۴..... | ۴-۴-۲- ترکیب و چارت زمانی برنامه های R. E |
| ۴۴..... | ۵-۴-۲- قالبهای زمانی جلسات R. E |
| ۴۵..... | ۶-۴-۲- سبک های درمان R. E |
| ۴۶..... | ۷-۴-۲- روش های مداخله |
| ۴۷..... | ۸-۴-۲- توالی موضوع در R.E |
| ۴۷..... | ۹-۴-۲- نقش رهبر در جلسات R. E |
| ۴۸..... | ۱۰-۴-۲- پاسخ یا واکنش های خاص رهبر یا درمانگر |
| ۴۸..... | ۱-۱۰-۴-۲- شدن (تبدیل شدن) |
| ۴۹..... | ۲-۱۰-۴-۲- مشکل گشایی |

| عنوان | صفحه |
|--|------|
| ۳-۱۰-۴-۲- شستشو دادن..... | ۴۹ |
| ۵-۲- پیشینه پژوهش..... | ۵۱ |
| ۱-۵-۲- پیشینه پژوهش در ایران..... | ۵۱ |
| ۲-۵-۲- پیشینه پژوهش در خارج از کشور..... | ۵۲ |
| ۶-۲- جمع بندی..... | ۵۶ |
| فصل سوم روش پژوهش | |
| ۱-۳- مقدمه..... | ۵۷ |
| ۲-۳- روش پژوهش..... | ۵۷ |
| ۳-۳- جامعه آماری..... | ۵۸ |
| ۴-۳- نمونه‌ی پژوهش و روش نمونه‌گیری..... | ۵۸ |
| ۵-۳- ابزار پژوهش:..... | ۶۰ |
| ۱-۵-۳- پرسشنامه سازگاری زوجی اصلاح شده (RDAS):..... | ۶۰ |
| ۱-۵-۳- مقیاس شادمانی زناشویی (MHS):..... | ۶۳ |
| ۲-۵-۳- پرسشنامه رضایتمندی زناشویی انریچ (ENRICH):..... | ۶۶ |
| ۶-۳- شیوه‌ی اجرای متغیر مستقل:..... | ۷۱ |
| ۷-۳- شیوه‌های تجزیه و تحلیل اطلاعات:..... | ۷۲ |
| فصل چهارم یافته‌های پژوهش | |
| ۱-۴- مقدمه..... | ۷۳ |
| ۲-۴- آزمون فرضیه‌های پژوهش..... | ۷۳ |
| ۱-۲-۴- فرضیه اول:..... | ۷۳ |
| ۲-۲-۴- فرضیه دوم:..... | ۷۶ |
| ۳-۲-۴- فرضیه سوم:..... | ۷۷ |
| ۴-۲-۴- فرضیه چهارم:..... | ۷۹ |
| فصل پنجم بحث و نتیجه‌گیری | |
| ۱-۵- مروری بر یافته‌های پژوهش..... | ۸۴ |
| ۲-۵- بحث:..... | ۸۴ |
| ۳-۵- اعتبار پژوهش:..... | ۸۷ |

| عنوان | صفحه |
|---|------|
| ۴-۵- محدودیت‌های پژوهش:..... | ۹۰ |
| ۵-۵- پیشنهادات پژوهشی:..... | ۹۰ |
| ۶-۵- پیشنهادهای کاربردی:..... | ۹۰ |
| مقیاس شادمانی زناشویی (MHS)..... | ۹۱ |
| پیوست ۲..... | ۹۲ |
| پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (ENRICH)..... | ۹۲ |
| پیوست ۳..... | ۹۶ |
| فرم تجدید نظر شده مقیاس سازگاری زناشویی (RDAS)..... | ۹۶ |
| پیوست ۴..... | ۹۸ |
| پرسشنامه محقق ساخته ویژگیهای جمعیت شناختی..... | ۹۸ |
| پیوست ۵..... | ۹۹ |
| فرمت جلسات غنی سازی روابط زناشویی..... | ۹۹ |
| کاربرگها..... | ۱۱۲ |
| منابع و مآخذ..... | ۱۱۹ |

فهرست شکل‌ها

| صفحه | عنوان |
|---------|---|
| ۱۴..... | شکل (۲-۱): ترکیب رمانتیک |
| ۱۴..... | شکل (۲-۲): ترکیب وابستگی |
| ۱۵..... | شکل (۳-۲): ترکیب جدایی |
| ۱۶..... | شکل (۴-۲): ترکیب همبستگی متعادل |
| ۱۸..... | شکل (۵-۲): مدل ارتباطی مشکلات اقتصادی با کیفیت و ثبات زناشویی |
| ۲۲..... | شکل (۶-۲): طیف درمان تا غنی‌سازی |
| ۳۲..... | شکل (۷-۲): چگونه یک ازدواج میمیرد |
| ۴۳..... | شکل (۲-۸): مهارت‌های R. E |
| ۶۳..... | شکل (۱-۳): مدل و ضرایب مسیر استاندارد پرسشنامه سازگاری زناشویی |
| ۶۴..... | شکل (۲-۳): مقادیر T سوئل برای بارهای عاملی پرسشنامه سازگاری زناشویی |
| ۶۶..... | شکل (۳-۳): مدل و ضرایب مسیر استاندارد پرسشنامه شادکامی زناشویی |
| ۶۷..... | شکل (۴-۳): مقادیر T سوئل برای بارهای عاملی پرسشنامه شادکامی زناشویی |
| ۷۰..... | شکل (۵-۳): مدل مفهومی تصحیح شده و ضرایب مسیر استاندارد |
| ۷۰..... | شکل (۶-۳): مقادیر T سوئل برای مسیرهای مدل مفهومی |

فهرست جدول‌ها

| عنوان | صفحه |
|---|------|
| جدول (۱-۳). دیاگرام طرح پژوهش | ۵۸ |
| جدول (۲-۳). روند حضور و افت تعداد افراد نمونه | ۵۹ |
| جدول (۳-۳). تعداد مردان و زنان در گروه آزمایش و گواه | ۵۹ |
| جدول (۴-۳). وضعیت تحصیلات گروه آزمایش و گواه | ۶۰ |
| جدول (۵-۳). تعداد فرزندان نمونه | ۶۰ |
| جدول (۶-۳). میانگین و انحراف استاندارد سن نمونه پژوهش | ۶۰ |
| جدول (۷-۳). میانگین و انحراف استاندارد میزان درآمد نمونه پژوهش | ۶۱ |
| جدول (۸-۳). میانگین و انحراف استاندارد طول مدت ازدواج نمونه پژوهش | ۶۱ |
| جدول (۹-۳). میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی درونی نمرات عاملهای پرسشنامه سازگاری زناشویی | ۶۲ |
| جدول (۱۰-۳). نتایج برازش مدل عاملی تاییدی پرسشنامه سازگاری زناشویی | ۶۳ |
| جدول (۱۱-۳). میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی درونی نمرات پرسشنامه شادمانی زناشویی | ۶۵ |
| جدول (۱۲-۳). نتایج برازش مدل عاملی تاییدی پرسشنامه شادمانی زناشویی | ۶۶ |
| جدول (۱۳-۳). ماتریس همبستگی نمرات رضایتمندی زناشویی، شادمانی زناشویی و سازگاری زناشویی | ۶۸ |
| جدول (۱۴-۳). نتایج برازش مدل مفهومی کامل | ۶۸ |
| جدول (۱۵-۳). نتایج برازش مدل مفهومی تصحیح شده | ۶۹ |
| جدول (۱۶-۳). شرح جلسات | ۷۲ |
| جدول (۱-۴). میانگین و انحراف استاندارد نمرات آزمودنیها را در پرسشنامه سازگاری زناشویی (نمره کل) | ۷۴ |
| جدول (۲-۴). نتایج آزمون لوین | ۷۵ |
| جدول (۳-۴). نتایج تحلیل کوواریانس برای مقایسه نمره کل گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس آزمون | ۷۵ |
| جدول (۴-۴). میانگین و انحراف استاندارد نمرات عامل توافق پرسشنامه سازگاری زناشویی | ۷۶ |
| جدول (۵-۴). نتایج آزمون لوین | ۷۶ |
| جدول (۵-۴). نتایج تحلیل کوواریانس برای مقایسه میزان توافق در مرحله پس آزمون | ۷۷ |
| جدول (۶-۴). میانگین و انحراف استاندارد نمرات رضایت در مرحله پیش آزمون و پس آزمون | ۷۸ |
| جدول (۷-۴). نتایج آزمون لوین | ۷۸ |
| جدول (۸-۴). نتایج تحلیل کوواریانس برای مقایسه میزان رضایت در مرحله پس آزمون | ۷۹ |
| جدول (۹-۴). میانگین و انحراف استاندارد نمرات انسجام در مرحله پیش آزمون و پس آزمون | ۸۰ |
| جدول (۱۰-۴). نتایج آزمون لوین | ۸۰ |

| عنوان | صفحه |
|---|------|
| جدول (۴-۱۱). نتایج تحلیل کوواریانس برای مقایسه انسجام گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس آزمون.. | ۸۱ |
| جدول (۴-۱۲). میانگین و انحراف استاندارد نمرات آزمودنیها در مرحله پیگیری..... | ۸۲ |
| جدول (۴-۱۳). نتایج آزمون لوین..... | ۸۲ |
| جدول (۴-۱۴). نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره (آزمون لامبدای ویلکس)..... | ۸۳ |
| جدول (۴-۱۵). تاثیر غنی سازی بر کیفیت روابط در مرحله پیگیری..... | ۸۴ |

فصل اول

کلیات پژوهش

۱-۱- مقدمه

خانواده اولین، مهم‌ترین و والاترین نهاد اجتماعی در تاریخ بشری است که زمینه تکوین، رشد و شکوفایی عاطفی و اجتماعی اعضای خود را فراهم می‌کند و ازدواج حساس‌ترین تعهد عاطفی است که انسان برای برخورداری از آرامش روانی و روابط گرم و صمیمی آن را می‌پذیرد. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که مسائل و مشکلات خانوادگی روز به روز در کشورمان در حال افزایش یافتن است و کیفیت روابط زناشویی افت پیدا می‌کند. افزایش طلاق و کشمکش‌های خانوادگی نه تنها اساس خانواده‌ها را تهدید می‌کند، بلکه تهدیدی جدی برای جامعه و نظام‌های اجتماعی می‌باشد. چرا که تربیت نسلی سالم و برخوردار از سلامت روان که بتواند آینده جامعه را بر دوش بکشد، در محیطی که آرامش و امنیت در آن کم باشد، میسر نمی‌شود. در کشور ما زوجها مشکلات شدید و فراگیری را در حین برقراری رابطه و حفظ آن تجربه می‌کنند. در واقع مشکل درماندگی زناشویی بیش از هر مقوله دیگری سبب مراجعه برای دریافت خدمات مشاوره‌ای و بهداشت روانی می‌گردد (فقیرپور، ۱۳۸۳). این عوامل نشانگر کیفیت روابط زناشویی پایین و ضعف در مهارت‌های زناشویی است.

بسیاری از این‌گونه مشکلات زناشویی به صورتی پنهان در بستر خانواده ادامه می‌یابند و موجودیت خانواده را مورد حمله قرار می‌دهند. در چنین خانواده‌هایی زوجها از رضایتمندی برخوردار نیستند و به دلیل قبح طلاق از نظر شرعی و اجتماعی خود را مجبور به زندگی در شرایط عدم رضایت می‌دانند و تدریجاً آندوه و

درماندگی بر زندگی آنها مستولی می‌شود و در برخی موارد طلاق پنهان یا طلاق عاطفی رخ می‌دهد. پیامد این گونه زندگی کردن ممکن است به صورت مشکلات روانی-فیزیولوژیکی، اختلالات عاطفی، اختلالات اضطرابی و غیره بروز کند. طبیعتاً آسیب‌های اجتماعی همچون اعتیاد، بزهکاری و روسپیگری نیز مستقیم یا غیرمستقیم با این مسائل ارتباط پیدا می‌کنند. کیفیت روابط زناشویی پایین و عدم رضایتمندی زناشویی و درماندگی ناشی از فشارهای زندگی زناشویی ضمن اینکه زن و شوهر را در معرض این گونه آسیب‌ها قرار می‌دهد، باعث ایجاد محیط ناامنی می‌شود که در آن زمینه لازم برای رشد مناسب فرزندان فراهم نیست.

مسائل فوق‌الذکر اهمیت آموزش و پیشگیری را روشن می‌کند. جامعه‌ی ما از نداشتن یک برنامه منظم و الگوی کارآمد برای آموزش زوجها رنج می‌برد. هرچند طی سالهای متمادی آموزش خانواده به صورت‌های مختلف انجام گرفته، اما این آموزشها بیشتر به انتقال اطلاعات و دانش پرداخته و در سطح نگرش و رفتار کمتر مداخله نموده است. در این پژوهش ضمن معرفی رویکردی نوین در زمینه آموزش مهارت‌های زناشویی، میزان اثربخشی این رویکرد در ارتقای سطح نگرش و رفتار زوجها و در ارتقای کیفیت روابط زناشویی مورد بررسی قرار می‌گیرد.

۱-۲- بیان مسأله:

مطالعه‌ی روابط زوجین به روشن شدن چهارچوبهای ساختاری که روابط زوجین در آن شکل می‌گیرد کمک می‌کند. در اکثر جوامع بررسی کیفیت روابط^۱ زناشویی نقش اساسی در ارزیابی کیفیت کلی ارتباطات خانوادگی دارد. کیفیت روابط زناشویی مفهومی چند بعدی است و شامل ابعاد گوناگون ارتباط زوجین مانند سازگاری، رضایت، شادمانی، انسجام و تعهد می‌شود (لیوایز واسپنیر^۲، ۱۹۷۹، به نقل از پالیری، ریگالیا و فینچام^۳، ۲۰۰۵).

سه رویکرد عمده برای مفهوم سازی کیفیت روابط زناشویی وجود دارد. رویکرد اول مربوط به لیوایز و اسپنیر (۱۹۷۹؛ به نقل از ویتنبورن^۴، ۲۰۰۷) است که کیفیت زناشویی را ترکیبی از سازگاری و شادمانی زناشویی می‌داند. رویکرد دوم مربوط به فینچام، بیچ و کیمپ-فینچام^۵ (۱۹۹۷) است. بر اساس این رویکرد کیفیت زناشویی منعکس کننده ارزیابی کلی فرد از رابطه زناشویی است. رویکرد سوم نظریه مارکس^۶ (۱۹۸۹) است. او چهارچوب

1 - marital quality

2 - Lewise & Spanier

3 - Paleari, F. G., Camillo Regalia, C., & Fincham, F

4 - Wittenborn, A. K

5- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Kemp-Fincham, S. I.

6 -Marks, S. R

نظریه خود را چنین توضیح می دهد: یک فرد متاهل دارای سه زاویه شامل «زاویه درونی، زاویه همسری و زاویه فرد ذی نفوذ» است. بر این اساس مارکس کیفیت زناشویی را این چنین تعریف می کند: «کیفیت زناشویی نتیجه شیوه‌هایی است که افراد متاهل به طور نظاممند خود را در این مثلث (سه زاویه) سازماندهی می کنند» (مارکس، ۱۹۸۹).

از جمله روشهایی که برای ارتقای روابط زناشویی قابل استفاده است، شیوه‌های غنی سازی است. غنی سازی حرکت برای رشد رابطه‌ی زناشویی است و به تقویت رابطه از طریق ایجاد اهداف و جهت‌هایی برای ازدواج می‌انجامد (برگر و هانا^۱، ۱۹۹۹). غنی سازی به سبک‌ها و شیوه‌های مختلفی صورت می‌گیرد و هر کدام از این شیوه‌ها میزان تأثیر گذاری متفاوتی دارند. ولی بر اساس تحقیقات صورت گرفته (گیبلین^۲، ۱۹۸۶؛ به نقل از برگر و هانا، ۱۹۹۹) شیوه‌ی ارتقاء روابط^۳ بیشترین میزان اثر گذاری و مطلوبیت را داشته و نتایج پژوهشها در مرحله‌ی پیگیری نیز پایایی و اثر گذاری این شیوه را بیشتر از سایر روشها نشان داده است. در این رویکرد مهارتهایی آموزش داده می‌شوند که به ارضای نیازهای اساسی خانواده مانند عشق، مهربانی، تعلق، اعتماد، وفاداری، امنیت و لذت کمک می‌کند (سوکا^۴، ۲۰۰۵).

بنابراین با توجه به آنچه در مورد اهمیت کیفیت زناشویی ذکر شد و با توجه به کارآیی و تأثیر گذاری بسیار مناسب شیوه‌ی ارتقای روابط، پژوهش حاضر در نظر دارد تا اثر بخشی شیوه‌ی ارتقای روابط را بر بهبود کیفیت روابط زناشویی بررسی کند.

۱-۳- اهداف تحقیق:

- تعیین میزان تأثیر غنی سازی روابط زناشویی بر بهبود کیفیت روابط زناشویی

- تعیین تأثیر غنی سازی روابط زناشویی بر بهبود ابعاد کیفیت روابط زناشویی (توافق، انسجام و

رضایتمندی)

۱-۴- اهمیت و ارزش تحقیق:

انجام این پژوهش باعث گسترش حیطه‌های دانش می‌شود. با توجه به این که یافته‌های پژوهش‌های

قبلی نشان داده است که ارتقاء روابط شیوه‌ای موثر برای بهبود و ارتقای ابعاد مختلف زندگی زناشویی است،

1 - Berger, R., Hannah, M. T

2 - Giblin

3 - Relationship Enhancement (RE)®

4 - Scuka, R. F

انتظار می رود نتایج این پژوهش کارایی این شیوه را برای ارتقاء کیفیت روابط زناشویی در فرهنگ ایرانی نشان دهد. همچنین با توجه به این که تاکنون تعریف مناسبی از کیفیت روابط زناشویی ارائه نشده است و ابعاد آن نیز به درستی شناخته نشده است، نتایج این پژوهش به شناخت ابعاد کیفیت روابط زناشویی و نیل به تعریفی جامع در مورد این سازه کمک خواهد کرد.

۱-۵- فرضیه‌های تحقیق:

- غنی‌سازی به شیوه ارتقای روابط بر بهبود کیفیت روابط زناشویی موثر است.

- غنی‌سازی به شیوه ارتقای روابط بر بهبود توافق زناشویی موثر است.

- غنی‌سازی به شیوه ارتقای روابط بر بهبود رضایت زناشویی موثر است.

- غنی‌سازی به شیوه ارتقای روابط بر بهبود انسجام زناشویی موثر است.

۱-۶- تعریف متغیرهای پژوهش:

۱-۶-۱- کیفیت روابط زناشویی:

الف) تعریف نظری: کیفیت روابط زناشویی، هم‌سازگاری زناشویی^۱ و هم‌شادمانی زناشویی^۲ را در بر می‌گیرد. سطح بالای کیفیت نشان‌دهنده وجود ویژگی‌های عینی رابطه (بین همسران) همچون همراهی، ارتباط خوب و عدم تضاد است، که مشخصه رابطه سازگارانه‌اند. همچنین میزان رضایتمندی از رابطه و همسر را نیز در بر می‌گیرد. سازه کیفیت زناشویی این‌سازگاری و رضایتمندی را در یک مفهوم وسیع‌تر و جامع‌تر ترکیب می‌کند (لوی و کتز^۳، ۲۰۰۲). بدین ترتیب کیفیت زناشویی مفهومی چند بعدی است که نه تنها شامل ویژگی‌های دورن فردی، بلکه شامل ویژگی‌های بین‌فردی همسران نیز هست. بر این اساس گونگ^۴ (۲۰۰۷) توافق نسبی زن و شوهر درباره موضوع‌های مهم، شریک شدن در کارها و فعالیت‌های مشترک و ابراز محبت به یکدیگر را کیفیت زناشویی می‌داند.

ب) تعریف عملیاتی: منظور از کیفیت روابط زناشویی در این پژوهش نمره‌ای است که فرد در فرم تجدید نظر شده پرسشنامه سازگاری زناشویی^۵ (RDAS؛ باسبی، کران، لارسن و کریستنسن^۱، ۱۹۹۵) بدست می‌آورد.

1 - marital adjustment

2 - marital happiness

3 - Lavee, Y., & Katz, R

4 - Gong, M

5 - Revised Dyadic Adjustment Scale

۱-۶-۲- غنی‌سازی روابط زناشویی:

الف) تعریف نظری: غنی‌سازی روابط زناشویی مجموعه مهارت‌هایی هستند که برای ارضای نیازهای اساسی خانواده مانند عشق، مهربانی، تعلق، اعتماد، وفاداری، امنیت و لذت آموزش داده می‌شوند. حساسیت دلسوزانه می‌تواند مهمترین عامل در ارتقای امنیت و اعتبار بخشیدن به رابطه زوجها و ایجاد صمیمیت سازنده و جو سالم برای رشد فردی باشد. بطور اختصاصی‌تر، عواملی که این رویکرد برای حفظ روابط سالم و طولانی آنها را لازم می‌داند عبارتند از توانایی حل مشکلاتی که برای هر دو همسر بعنوان عامل فشارزا به حساب می‌آید، توانایی ایجاد جو حمایتی در هنگام گفتگو برای حل مسئله، توانایی درک دیدگاه دیگری و ارتباط با همسر، توانایی دیدن خود و دیگری به طور روشن و بدون تحریف، توانایی مدیریت تبادل ارتباط منفی و کنترل خشم، توانایی تغییر الگوهای رفتاری که شخص خواهان آن است و توانایی کمک به همسر تا الگوهای ارتباطی خود را به طور مطلوب تغییر دهد. در این راستا نه مهارت به هم پیوسته به زوجها آموزش داده می‌شود که عبارتند از: ۱- مهارت ابرازگری ۲- مهارت همدلی ۳- مهارت‌های بحث و مذاکره ۴- مهارت حل مسئله و حل تعارض ۵- مهارت آسان‌سازی و تساهل ۶- مهارت تغییر خود ۷- مهارت کمک به تغییر همسر ۸- مهارت انتقال و تعمیم ۹- مهارت نگهداری و تداوم (سوکا، ۲۰۰۵).

ب) تعریف عملیاتی: در این پژوهش متغیر مستقل غنی‌سازی روابط زناشویی است که در ۸ جلسه و در مدت ۱ ماه (هر هفته ۲ جلسه) به زوجها آموزش داده شد. در ۸ جلسه، ۹ مهارت ذکر شده در قالب جلسات روانی آموزشی، به صورت گروهی به زوجها آموزش داده می‌شود.

۱-۶-۳- توافق زناشویی:

الف) تعریف نظری: توافق زناشویی برداشت افراد را از توافق آنها در مورد حیطه‌های مختلف روابط زناشویی (مانند مذهب، روابط جنسی، سبک فرزندپروری و ...) نشان می‌دهد. به لحاظ نظری این سازه بعد عینی کیفیت رابطه زناشویی را نشان می‌دهد (نیلسون^۲، ۲۰۰۵).

ب) تعریف عملیاتی: منظور از توافق زناشویی، نمره‌ای است که فرد در عامل توافق پرسشنامه سازگاری زناشویی بدست می‌آورد.

1 - Busby, Crane, Larson, & Christensen

2- Nielson, J. D

۱-۶-۴- رضایت زناشویی:

الف) تعریف نظری: رضایت زناشویی عبارتست از احساسات عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن یا شوهر زمانی که همه جنبه‌های ازدواجشان را در نظر می‌گیرند. این سازه یک متغیر نگرشی است. بنابراین خصوصیت فردی زن و شوهر محسوب می‌شود. طبق این تعریف، رضایتمندی زناشویی در واقع نگرش مثبت و لذت‌بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی دارند (هولیس و میلر، ۲۰۰۵).

ب) تعریف عملیاتی: منظور از رضایت زناشویی، نمره‌ای است که فرد در عامل رضایت پرسشنامه سازگاری زناشویی بدست می‌آورد.

۱-۶-۵- انسجام زناشویی:

الف) تعریف نظری: نزدیکی و هم‌خوانی عملکرد زوج را در مورد فعالیتها و امور روزمره زندگی و یا حیطه‌های عملی مشترک زن و شوهر (مانند نحوه برخورد با نمره پایین فرزند) نشان می‌دهد (هولیس و میلر، ۲۰۰۵؛ نیلسون، ۲۰۰۵).

ب) تعریف عملیاتی: منظور از توافق انسجام، نمره‌ای است که فرد در عامل انسجام پرسشنامه سازگاری زناشویی بدست می‌آورد.