

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



## (صورتجلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد M.A)

نام و نام خانوادگی دانشجو: سید محمود کرمی تاریخ: ۱۳۸۸/۱۱/۱۵ رشته: مشاوره

از پایان نامه خود با عنوان: **بررسی تأثیر آموزش مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجین**

**فرهنگی شهرستان فیروز آباد سال ۸۹-۸۸**

با درجه بسیار خوب و نمره (۱۷/۴۰) دفاع نموده است.

نام و نام خانوادگی اعضای هیات داوری	سمت	امضاء اعضای هیات داوری
-------------------------------------	-----	------------------------

۱- دکتر افسانه جواد زاده شهشهانی

استاد راهنما

۲- دکتر سهیلا جاهدی

استاد مشاور

۳- دکتر ژاله رفاهی

استاد داور

مراتب فوق مورد تایید است.

مدیر/معاونت پژوهشی

مهر و امضاء



دانشگاه آزاد اسلامی  
دانشگاه آزاد اسلامی

واحد مرودشت

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد (M.A)

رشته: مشاوره

عنوان:

**بررسی تأثیر آموزش مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی**

**زوجین فرهنگی شهرستان فیروزآباد سال ۸۹-۸۸**

استاد راهنما:

دکتر افسانه جواد زاده شهشانی

استاد مشاور:

دکتر سهیلا جاهدی

نگارش:

سید محمود کرمی

آذر ۱۳۸۸

تقدیم به پیشگاه مقدس حضرت حجه ابن الحسن مهدی الموعود (عج).

تقدیم به مادرم کسی که بر وجودم نور عشق ورزید و همیشه دعاهایش بدرقه  
راهم بوده است.

تقدیم به همسرم

که سختی های راه دانش من را به جان خرید و با صبر و فداکاریش مایه آرامش  
خاطر و همواره کننده راهم بود.

تقدیم به فرزندانم گل های همیشه خندان گلستان زندگی ام.

## سپاسگزاری

سپاس خدایی را که مرا بر این مقام راهنمایی کرد و اگر هدایت و لطف الهی نبود، ما به خود در این مقام راه نمی یافتیم.

سپاس بی کران خدای را که گویندگان، از دستیابی به ستایش او باز می ماند و کوشندگان از حق گذرای او ناتوانند و حمد و سپاس خداوندی را سزااست که توفیق گام نهادن در مسیر علم و دانش را به ما عنایت فرمود و درود و صلوات بر محمد و آل محمد که وجود خسته از یاد و نامشان جان می گیرد و توسل به آنان سرمایه روشنی بخش دلهاست.

وظیفه خود می دانم که از استادان عزیز و فرهیخته خود سرکار خانم دکتر جوادزاده شهبهانی که با راهنمایی های سودمند در انجام این تحقیق مرا یاری و حمایت کردند تشکر و قدردانی نمایم.

و همچنین از استاد محترم سرکار خانم دکتر جاهدی که در امر مشاوره این تحقیق همواره سعی در تسهیل انتقال اطلاعات داشته تشکر و قدردانی نمایم.

بعلاوه تقدیر و تشکر می کنم از اساتید آگاه و با درایت رشته مشاوره خصوصاً سرکار خانم دکتر رفاهی که موفقیت خود را مدیون زحمات ایشان می دانم.

در پایان از خانواده ام به ویژه همسر فداکارم که سختی های راه دانشم را به جان خریدند و موجبات آرامش من و فرزندانم را فراهم نمودند صمیمانه سپاسگزارم.

این پژوهش به بررسی تأثیر آموزش مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجین فرهنگی شهرستان فیروزآباد در سال (۸۸-۸۹) می پردازد. طرح این پژوهش، روش نیمه تجربی از نوع (پیش آزمون - پس آزمون) با گروه کنترل می باشد. جامعه ی آماری این پژوهش شامل ۱۶۰ زوج فرهنگی آموزش و پرورش شهرستان فیروزآباد بوده است؛ و جهت نمونه گیری، ابتدا پرسش نامه به وسیله ی تمامی افراد تکمیل گردید و پس از نمره گذاری، ۴۰ زوج که پایین ترین نمره را کسب نموده بودند؛ به روش هدفمند به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند؛ و به روش تصادفی ساده ۲۰ زوج در گروه آزمایش و ۲۰ زوج در گروه کنترل جلیگزین شدند ابزار اندازه گیری در این پژوهش، پرسش نامه ی رضایت زناشویی (انریچ<sup>۱</sup>) و پرسش نامه ی جمعیت شناختی می باشد. تجزیه و تحلیل داده ها در سطح آمار توصیفی و استنباطی نشان داد آموزش های مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجین تأثیر دارد اما تأثیر آموزش مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجین متأثر از خصوصیات جمعیت شناختی گروه نمونه (طول مدت ازدواج و تفاوت سن زوجین) نمی باشد.

کلید واژه ها: مهارت های ارتباطی، رضایت زناشویی، زوجین فرهنگی، فیروز آباد.

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول: کلیات پژوهش
۱-۱-۱-۱	مقدمه..... ۱
۲-۱-۲-۱	بیان مساله..... ۳
۳-۱-۳-۱	اهمیت و ضرورت..... ۵
۴-۱-۴-۱	اهداف تحقیق..... ۶
۵-۱-۵-۱	فرضیات تحقیق..... ۷
۶-۱-۶-۱	تعاریف متغیرها..... ۸
	فصل دوم: ادبیات و پیشینه تحقیق
۱-۲-۱-۲	مقدمه..... ۱۰
۲-۲-۲-۲	ارتباط..... ۱۰
۱-۲-۲-۲	اهمیت ارتباط..... ۱۰
۲-۲-۲-۲	تاریخچه ی ارتباط در زوج درمانی..... ۱۳
۳-۲-۲-۲	پایه های ارتباط..... ۱۵
۴-۲-۲-۲	مدل خطی ارتباط..... ۱۷
۳-۲-۳-۲	نظریه ارتباطی ویرجینیا ستیر..... ۲۱
۱-۳-۲-۲	سبک های پیام رسانی از نظر ستیر..... ۲۴
۴-۲-۴-۲	ارتباط و رضایت زناشویی..... ۳۰
۱-۴-۲-۲	مشکلات ارتباطی رایج در بین زوج ها..... ۳۲
۲-۴-۲-۲	مشکلات خاص ناسازگارانه در زوج ها..... ۳۴
۳-۴-۲-۲	ارتباط و تفاوت های جنسیتی..... ۳۶
۵-۲-۵-۲	رضایت مندی زناشویی..... ۳۸
۶-۲-۶-۲	تحقیقات انجام شده در داخل و خارج از کشور..... ۵۴
۱-۶-۲-۲	تحقیقات داخل کشور..... ۵۴
۲-۶-۲-۲	تحقیقات خارج از کشور..... ۵۶
۷-۲-۷-۲	نتیجه گیری از پیشینه تحقیق..... ۶۶

## فصل سوم: روش تحقیق

- ۳-۱- مقدمه ..... ۶۷
- ۳-۲- طرح پژوهش ..... ۶۷
- ۳-۳- جامعه آماری ..... ۶۷
- ۳-۴- حجم نمونه و روش نمونه گیری ..... ۶۸
- ۳-۵- ابزار گردآوری اطلاعات ..... ۶۸
- ۳-۶- روایی و اعتبار پرسش نامه ..... ۷۰
- 3-7- شیوه اجرا..... ۷۱**
- ۳-۸- روش تجزیه و تحلیل اطلاعات ..... ۷۳

### فصل چهار: تجزیه و تحلیل داده ها

- ۴-۱- مقدمه ..... ۷۴
- ۴-۲- آمار توصیفی ..... ۷۴
- ۴-۳- آمار استنباطی ..... ۷۷

### فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

- ۵-۱- مقدمه ..... ۸۰
- ۵-۲- بحث و نتیجه گیری ..... ۸۱
- ۵-۳- محدودیت ها ..... ۸۵
- ۵-۴- پیشنهادات کاربردی ..... ۸۵
- ۵-۵- پیشنهادات پژوهشی ..... ۸۶
- منابع فارسی ..... ۸۷
- منابع انگلیسی ..... ۹۴**

پیوست الف

پیوست ب

چکیده انگلیسی



## فهرست جداول

عنوان	صفحه
جدول ۱-۴: توزیع حجم نمونه آماری بر اساس نوع گروه	۷۴
جدول ۲-۴: توزیع حجم نمونه آماری بر اساس مدت ازدواج	۷۵
جدول ۳-۴: توزیع حجم نمونه آماری بر اساس تفاوت سنی	۷۵
جدول ۴-۴: میانگین و انحراف استاندارد رضایت زناشویی در مرحله پیش آزمون به تفکیک گروه	۷۶
های مورد بررسی	۷۶
جدول ۵-۴: میانگین و انحراف استاندارد رضایت زناشویی در مرحله پس آزمون به تفکیک گروه	۷۶
های مورد بررسی	۷۶
جدول ۶-۴: تعیین برابری تفاوت بین میزان رضایت زناشویی گروه آزمایش و کنترل	۷۷
جدول ۷-۴: بررسی تفاوت بین میزان رضایت زناشویی با توجه به طول مدت ازدواج	۷۸
جدول ۸-۴: بررسی تفاوت بین میزان رضایت زناشویی با توجه به تفاوت سنی	۷۹



# فصل اول

## کلیات پژوهش

## ۱-۱- مقدمه

خانواده چیزی بیش از مجموعه افرادی است؛ که در یک فضای فیزیکی و روان شناختی با هم مشارکت دارند. امروزه خانواده در اشکال گوناگون دیده می شود. که هر کدام یک سیستم (اجتماعی- فرهنگی)<sup>۲</sup> تلقی می شوند. در داخل چنین سیستمی، افراد به وسیله حلقه های عاطفی قدرتمند، با دوام و متقابل به یکدیگر گره خورده اند. ورود به این سیستم سازمان دهی شده، از طریق تولد یا ازدواج صورت می گیرد. همانگونه که کی<sup>۳</sup> (۱۹۸۵) عنوان کرده خانواده ها اعضای جدید را به وجود می آورند گر چه نهایتاً آن ها را از دست می دهند. با این حال روابط خانوادگی باقی می ماند. بنا به گفته کارتر و مک گولدریک<sup>۴</sup> (۱۹۸۸) هیچ سیستم دیگری مانند؛ خانواده نیست (نظری و نوابی نژاد، ۱۳۸۴).

خانواده سیستم ارتباطی منحصر به فردی دارد که از روابط دوستی و کاری مجزا است. در جوامع مختلف روابط زوجی ارزش زیادی دارد. به طوری که بیشتر از ۸۰٪ از افراد طلاق گرفته دوباره ازدواج می کنند (پاکدامن، ۱۳۸۰).

---

<sup>۲</sup> - Socio-cultural

<sup>۳</sup> - Kay

<sup>۴</sup> - Carter and Mc Goldrick

ازدواج به عنوان مهم‌ترین و عالی‌ترین رسم اجتماعی برای دستیابی به نیازهای عاطفی افراد همواره مورد تأیید بوده است. این رابطه‌ی انسانی، پیچیده، ظریف و پویا از ویژگی‌های خاصی برخوردار است. دلایل اصلی ازدواج عمدتاً عبارتند از: عشق و محبت، داشتن شریک و همراه در زندگی، ارضاء نیازهای عاطفی\_ روانی و افزایش شادی و خشنودی است (براون<sup>۵</sup> و رینولد<sup>۶</sup>، ۱۹۹۹؛ نوابی نژاد، ۱۳۸۰).

در زندگی زوجین هر دو شاغل انواع تعارض‌هایی وجود دارد که زندگی آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد و به دیگر جنبه‌های زندگی نیز سرایت می‌کند سرایت این تعارضات می‌تواند رضایت زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد (سپاه منصوری و مظاهری، ۱۳۸۵).

افزایش میزان طلاق و عدم رضایت از زندگی زناشویی باعث شده است اکثر محققان به دنبال شناسایی عوامل موثر بر رضایت زناشویی باشند. شناخت این عوامل می‌تواند در کاهش میزان طلاق و همچنین افزایش رضایت زناشویی در زوجین موثر باشد.

قبل از دهه‌ی هفتم قرن بیستم، تحقیقات انجام شده در خصوص خانواده، به طور عمده حول محور طلاق و اثرات روانی- اجتماعی آن بر اعضای خانواده متمرکز بود. ولی از این دهه به بعد توجه محققان به دلایل نارضایتی از زندگی زناشویی و راه‌های افزایش احساس رضایت و شادکامی از زندگی مشترک معطوف شد (حمیدی، ۱۳۸۶).

از جمله عواملی که بر رضایت زناشویی تأثیر گذاشته است، ارتباط زوجین است (راستی، ۱۳۸۵).

---

<sup>5</sup> Brown

<sup>6</sup> Reinhold

یکی از رویکردهایی که برای تبیین ارتباط زناشویی بکار گرفته می‌شود تبیین الگوهای ارتباطی<sup>۷</sup> زوجین می‌باشد، بنابراین مقایسه‌ی الگوهای ارتباطی در دو دسته از ازدواج‌های موفق و ناموفق یکی از اهداف مهم پژوهش‌ها در حوزه مشاوره خانواده و ازدواج است.

## ۲-۱ - بیان مساله

سازمان جهانی بهداشت، خانواده را به عنوان عامل اجتماعی اولیه در افزایش سلامت و بهزیستی معرفی کرده است هنگامی که کانون خانواده در برگیرنده محیط سالم و روابط گرم و تعامل صمیمانه بین فردی باشد موجب رشد و پیشرفت اعضای خانواده می‌شود. اهمیت ارتباط در کار آمدی خانواده در چندین الگوی تعامل خانواده به اثبات رسیده است. الگوی «مک مستر»<sup>۸</sup> شش حوزه مهم را در عملکرد خانواده تعیین کرده است. که دو مورد از آن ارتباط و پاسخگویی عاطفی است (سلیمی و همکاران، ۱۳۸۴).

یک ارتباط سالم عبارت است از «توانایی افراد در توضیح و تصریح نیازها خواسته‌ها و تمایلات و نیز توانایی توجه کردن به دیگران، دعوت کردن از آنان برای روشن سازی مطالب و موقعیت‌ها است.» توجه مناسب و تبادلات کلامی مستقیم و صریح بین اعضای خانواده نشانه‌ای از ارتباط سالم در آن خانواده است ارتباط ناسالم و نا کارآمد موجب کاهش توجه میان اعضای خانواده یا فقدان مفاهیم مشترک و ایجاد تبادلات کلامی غیر مستقیم و مبهم می‌شود (فیض آبادی، ۱۳۸۶).

---

<sup>7</sup> Communication patterns

<sup>8</sup> - Mak master

ارتباط سالم را یک ارتباط باز می دانند که در آن ابراز عقاید و احساسات به شکل جرات ورزانه ولی غیر هجومی صورت می پذیرد ارتباط ناسالم شامل ارسال پیام های نا همخوان، متناقض، غیر حمایتگرانه و انتقادی و نیز مهارتهای ضعیف حل مساله و عدم همدلی، عدم صداقت، عدم اعتماد و اخلاق است (فیض آبادی، ۱۳۸۶)

تحقیقات نشان داده است الگوهای ارتباطی و میزان ارتباط بین همسران پیش بینی کننده رضایتمندی زناشویی، سازگاری زناشویی و آشفتگی زناشویی است (خوشکام، ۱۳۸۶).

نتایج پژوهش های مختلف نشان می دهد که، بین الگوهای ارتباطی و رضایتمندی زناشویی همبستگی وجود دارد. بدین صورت می توان نتیجه گیری کرد که از یک سو با بهبود سبک ارتباطی زوجین، رضایتمندی زناشویی آنها افزایش می یابد و از سوی دیگر زوجینی که احساس رضایتمندی و آرامش بیشتری از زندگی خود دارند، احتمالاً از سبک های ارتباطی سالمتری استفاده می کنند. بنابراین رابطه ی بین دو متغیر رابطه ای دو جانبه بوده است؛ و احتمالاً با افزایش یکی، دیگری نیز افزایش خواهد یافت. و از آنجا که شایع ترین مشکلی که توسط زوج های ناراضی مطرح می شود عدم موفقیت در برقراری ارتباط است بر طبق مطالعات، ناخشنودی های زناشویی که با کمبودها و نقص های ارتباطی همراه است، امروزه بسیاری از رویکردهای زوج درمانی که بر همبستگی مشکلات ارتباطی با ناراضی زندگی زناشویی تاکید کرده اند، یکی از مسایل مهم را آموزش ارتباط دانسته اند (فاطمی زاده، احمدی، ۱۳۸۴).

هدف از آموزش ارتباط آموزش مهارتها و اصولی به زوجین است، که به روابط رضایتمند، حمایتگر و پایدار بینجامد. آموزش ارتباط در جستجوی کاهش خطر آشفتگی در زندگی زناشویی در آینده و پیشگیری از توسعه مشکلات است (مارک من و هالفورد<sup>۹</sup>، ۲۰۰۵).

با توجه به نتایج تحقیقات انجام شده، در داخل و خارج از کشور محقق با این مساله روبروست، که آیا آموزش مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجین فرهنگی شهرستان فیروزآباد مؤثر است؟

### ۳-۱ - اهمیت و ضرورت

ازدواج یک رابطه منحصر به فرد است. در رابطه زوجی، هر دو نفر می توانند عمیق ترین صمیمیت را در زندگی تجربه کنند. این تجربه عمیق می تواند صمیمی ترین و راحت ترین و یا بالعکس، شدید ترین صدمه ممکن و احساس خیانت باشد. ازدواج کردن به معنی در هم آمیختن دو چشم انداز و دو تاریخچه است که شامل ارزش ها و جهان بینی های متفاوت است. رابطه ی زوج رابطه ای است که در آن همه چیز می تواند ترکیب شود. رابطه ی زوج مستلزم این است که هر شخص در هویت و فردیت شخصی منحصر به فرد خود جدا باقی بماند و در عین حال توانایی این را داشته باشد که این هویت را در لحظاتی برای سلامت و بهبودی رابطه کنار نگاه بگذارد. همچنین یکی از عواملی که زوج ها را کنار یکدیگر نگاه می دارد احترامی است که هر فرد برای هویت جدای دیگری قائل است (نظری و نوابی نژاد، ۱۳۸۴).

ازدواج کردن، یکی از مشکلترین و پیچیده ترین وظایف بزرگسالی است. این رویداد مهم در عین حال به عنوان ساده ترین و عاشقانه ترین مرحله چرخه زندگی توصیف شده است. به

---

<sup>9</sup> - Mark men& Halfourd

جای اینکه به ازدواج به عنوان راه حل مشکلات خانوادگی یا مشکل نهایی فرد نگریسته شود، باید آن را به عنوان انتقال، به مرحله ای جدید از زندگی تلقی کنیم که مستلزم شکل دادن اهداف، قواعد و ساختارهای خانوادگی متفاوت است (حمیدی، ۱۳۸۶).

خانواده سیستم ارتباطی منحصر به فردی دارد که از روابط دوستی و کاری مجزا است. در جوامع مختلف روابط زوجی ارزش زیادی دارند به طوری که بیشتر از ۸۰٪ افراد طلاق گرفته، دوباره ازدواج می کنند (عبداله زاده، ۱۳۸۲).

اولین و مهم ترین زیر منظومه ی خانواده زیر منظومه ی زن و شوهری است مطالعات بسیاری نشان داده است؛ که کیفیت رابطه زن و شوهر، قوی ترین پیش بینی کننده ی رضایت زناشویی است (اصلائی، ۱۳۸۳).

با توجه به این که ارتباط و مهارت های ارتباطی در زندگی انسان ها، به خصوص در زندگی زناشویی، اهمیت فراوان دارد و در جوامع مختلف به اثبات رسیده است، و همچنین ارتباط محقق در سال های اخیر با مراجعین فرهنگی و غیر فرهنگی نیاز به آموزش مهارت های ارتباطی در زوج ها را احساس می کند. و به علاوه امید است محقق بتواند نتایج این تحقیق را در اختیار پژوهشگران و متخصصان حوزه تعلیم و تربیت قرار دهد تا شاید در سال های آینده مباحث ارتباط و مهارت های زندگی را در محتوای کتب آموزش قراد دهند.



## ۴-۱ - اهداف تحقیق

### ۱-۴-۱ - هدف کلی

- بررسی تأثیر آموزش مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجین فرهنگی شهرستان فیروزآباد سال ۸۸-۸۹.

### ۲-۴-۲ - اهداف جزئی

- الف- شناسایی میزان رضایت زناشویی زوجین فرهنگی شهرستان فیروزآباد.
- ب- شناسایی تاثیر طول مدت ازدواج بر رضایت زناشویی زوجین فرهنگی شهرستان فیروزآباد.
- ج- شناسایی تاثیر تفاوت سن بر رضایت زناشویی زوجین فرهنگی شهرستان فیروزآباد.

## ۵-۱ - فرضیات تحقیق

### ۱-۵-۱ - فرضیه اصلی

- آموزش مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجین فرهنگی شهرستان فیروزآباد تأثیر دارد.

### ۲-۵-۱ - فرضیه های فرعی

- تأثیر آموزش مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجین متأثر از طول مدت ازدواج است.
- تأثیر آموزش مهارت های ارتباطی بر رضایت زناشویی زوجین متأثر از تفاوت سن زوجین است.

## ۱-۶- تعاریف متغیرها

### ۱-۶-۱- تعاریف نظری

واژه ارتباط<sup>۱۰</sup> در فرهنگ لغت " وبستر<sup>۱۱</sup> " به معنای رابطه برقرار کردن تعریف شده است و از معادل هایی نظیر: رساندن - بخشیدن - انتقال دادن و آگاه ساختن به عنوان مترادف نیز استفاده شده است.

«ارتباط» مصدر باب افتعال از ریشه «ربط» است، و ربط دادن دو جزء منفک از هم، به معنای پیوند دادن آن دو جز باهم به گونه ای که خواص اولیه خود را از دست ندهند، می باشد (خوشکام، احمدی و عابدی، ۱۳۸۶).

مهارت های ارتباطی:

«توانایی هایی هستند که فرد به آنها نیاز دارد تا بتواند هنگامی که پیام هایی را به گونه ای نمادین به شخص دیگر می‌رساند با کفایت عمل کند» (برنشتاین<sup>۱۲</sup>، ترجمه نایینی و منشی، ۱۳۸۰).

### رضایت زناشویی<sup>۱۳</sup>:

روش های گوناگونی برای تعریف رضایت زناشویی وجود دارد از آن جمله می توان چنین بیان داشت:

- رضایت یک متغیر نگرشی است بنابراین یک خصوصیت فردی زن وشوهر محسوب می -

شود(الیس<sup>۱۴</sup>، ۱۹۸۹، به نقل از سلیمانان، ۱۳۷۳)

---

10- Cmmunication

2- Vebester

12 - Berneshtain

13- Marital Satisfaction

14 - Elis

• « رضایت زناشویی انطباق بین وضعیتی که وجود دارد و وضعیتی که مورد انتظار است، می‌باشد» (سلیمانیان، ۱۳۷۳)

• « احساسات عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن یا مرد، موقعی که، تمام جنبه‌های ازدواجشان را در نظر می‌گیرند» (سلیمانیان، ۱۳۷۳)

#### ۱-۶-۲ - تعاریف عملیاتی

##### رضایت زناشویی :

منظور از رضایت زناشویی، نمره ای است که فرد از پرسش نامه رضایت زناشویی (انریچ) ۴۷ سوالی بدست می‌آورد. پاسخ به سوالات این پرسشنامه ۵ گزینه ای ( از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) است. حداقل نمره فرد (۴۷) و حداکثر نمره (۲۳۵) می‌باشد. و هر چه نمره فرد بیشتر باشد؛ از رضایت بیشتری برخوردار است (سلیمانیان، ۱۳۷۳).

##### مهارت های ارتباطی:

برنامه آموزشی مهارت‌های ارتباطی بر اساس متون نظری و پژوهشی موجود بدین شکل طراحی گردید که در قالب ده جلسه کارگاهی ۱۲۰ دقیقه ای و در هر هفته دو جلسه اصول ارتباط صحیح و مؤثر، مولفه‌های ارتباط، الگوهای ارتباطی از نظیر ویرجینیا ستیر و فنون صحبت کردن صریح همراه با گوش دادن مؤثر آموزش داده می‌شود.

## فصل دوم

### ادبیات و پیشینه پژوهش