



پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

بررسی اثربخشی آموزش طرح تایم (غنی سازی ازدواج) بر رضایت زناشویی و  
هوش معنوی زنان مراجعه کننده به مرکز مشاوره آرامش ناجا

استاد راهنما:

دکتر حمیدرضا آقامحمدیان شعرباف

استاد مشاور:

دکتر سیدعلی کیمیایی

پژوهشگر:

طیبه روغنگر

زمستان ۱۳۹۲

پایان نامه حاضر تحت عنوان: " بررسی اثر بخشی آموزش طرح تاپم ( غنی سازی ازدواج ) بر رضایت زناشویی و هوش معنوی زنان مراجعه کننده به مرکز مشاوره آرامش نازا " توسط طیبه روغنگر دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد رشته روان شناسی بالینی روان شناسی بالینی تهیه و به هیات داوران ارائه گردیده ، مورد تایید کمیته تحصیلات تکمیلی گروه می باشد.

مدیر گروه دکتر حمیدرضا آقا محمدیان شعریاف امضاء

تاریخ دفاع: ۹/۱۱/۹۳ نمره: ۱۹ درجه ارزشیابی: عالی

| غیر قابل قبول | قابل قبول    | خوب          | بسیار خوب    | عالی      |
|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------|
| کمتر از ۱۳    | ۱۵/۹۹ الی ۱۲ | ۱۶ الی ۱۷/۹۹ | ۱۸ الی ۱۸/۹۹ | ۱۹ الی ۲۰ |

اعضاء هیات داوران:

| ردیف | نام و نام خانوادگی       | هيات داوران                                | مرتبه علمی | امضاء   |
|------|--------------------------|--|------------|---|
| ۱    | دکتر حمیدرضا آقا محمدیان | استاد راهنما                               | استاد      |   |
| ۲    | —                        | استاد راهنما                               |            |   |
| ۳    | دکتر سید علی کمیابی      | استاد مشاور                                | استاد یار  |  |
| ۴    | آقای جعفر طالبیان شریف   | استاد مدعو و نماینده آموزش پردیس بین الملل | استاد یار  |  |
| ۵    | آقای نادر باقری          | استاد مدعو                                 | استاد یار  |  |

## تعهدنامه

تحقیقات در این پایان نامه توسط اینجانب طیبه روغنگر دانشجوی دوره کارشناسی ارشد رشته روانشناسی بالینی، پردیس بین الملل دانشگاه فردوسی مشهد نویسنده پایان نامه، بررسی اثربخشی آموزش طرح تایم (غنی سازی ازدواج) بر رضایت زناشویی و هوش معنوی زنان مراجعه کننده به مرکز مشاوره آرامش ناجا تحت راهنمایی دکتر حمید رضا آقا محمدیان متعهد می شوم:

- توسط اینجانب انجام شده است و از صحت و اصالت برخوردار است.
- در استفاده از نتایج پژوهش های محققان دیگر به مرجع مورد استفاده استناد شده است.
- مطالب مندرج در پایان نامه تا کنون توسط خود یا فرد دیگری برای دریافت هیچ نوع مدرک یا امتیازی در هیچ جا ارائه نشده است.
- کلیه حقوق معنوی این اثر متعلق به دانشگاه فردوسی مشهد می باشد و مقالات مستخرج با نام «دانشگاه فردوسی مشهد- پردیس بین الملل» و یا «Ferdowsi University of Mashhad – International Campus» به چاپ خواهد رسید.
- حقوق معنوی تمام افرادی که در به دست آمدن نتایج اصلی پایان نامه تأثیر گذار بوده اند در مقالات مستخرج از رساله رعایت شده است.
- در کلیه مراحل انجام این پایان نامه، در مواردی که از موجود زنده (یا بافت های آنها) استفاده شده است ضوابط و اصول اخلاقی رعایت شده است.
- در کلیه مراحل انجام این پایان نامه، در مواردی که به حوزه اطلاعات شخصی افراد دسترسی یافته یا استفاده شده است، اصل رازداری، ضوابط و اصول اخلاق انسانی رعایت شده است.

امضاء دانشجو

### مالکیت نتایج و حق نشر

- کلیه حقوق معنوی این اثر و محصولات آن (مقالات مستخرج، کتاب، برنامه های رایانه ای، نرم افزارها و تجهیزات ساخته شده) متعلق به دانشگاه فردوسی مشهد می باشد. این مطلب باید به نحو مقتضی در تولیدات علمی مربوطه ذکر شود.
- استفاده از اطلاعات و نتایج موجود در پایان نامه بدون ذکر مرجع مجاز نمی باشد.
- متن این صفحه نیز باید در ابتدای نسخه های تکثیر شده وجود داشته باشد.

چکیده پایان نامه / رساله

|  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| نام و نام خانوادگی دانشجو: طیبه روغنگر   | شماره دانشجویی: ۹۰۶۳۸۱۴۱۹۸          |
| استاد راهنمای اول: دکتر حمیدرضا آقامحمدیان<br>شعرباف   | استاد راهنمای دوم:                  |
| استاد مشاور اول: دکتر سیدعلی کیمیایی   | استاد مشاور دوم:                    |
| گروه آموزش: علوم تربیتی  | رشته تحصیلی: روان شناسی             |
| گرایش: بالینی  | تاریخ دفاع: ۹۲/۱۱/۹                 |
| تعداد صفحات پایان نامه: ۱۳۸  | درجه ارزشیابی رساله/ پایان نامه: ۱۹ |
| عنوان رساله/ پایان نامه: بررسی اثربخشی آموزش طرح تایم (غنی سازی ازدواج) بر رضایت زناشویی و هوش معنوی زنان مراجعه کننده به مرکز مشاوره آرامش ناجا |                                     |
| کلید واژه ها: طرح تایم (غنی سازی ازدواج)، رضایت مندی زناشویی، هوش معنوی  |                                     |

### چکیده:

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی طرح تایم (غنی سازی ازدواج) بر رضایت زناشویی و هوش معنوی روی زنان مراجعه کننده به مرکز مشاوره ناجا انجام شد. پژوهش حاضر یک پژوهش کاربردی و از نوع شبه آزمایشی است که در آن ز پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل استفاده شده است. جامعه آماری در این پژوهش زوجهای مراجعه کننده به مرکز مشاوره نیروی انتظامی شهر مشهد بودند که به شیوه نمونه گیری در دسترس ۳۰ زن انتخاب شدند و بر مبنای جایگزینی تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. داده ها به کمک پرسشنامه های رضایت زناشویی انریچ، و پرسشنامه هوش معنوی که در هر دو گروه آزمایش و کنترل جمع آوری شد. گروه آزمایش بنا به هدف طرح، آموزشهای طرح تایم (غنی سازی) را ۱۰ جلسه ۲ ساعته دریافت کردند، در حالی که در مورد گروه کنترل مداخله ای صورت نپذیرفت. بعد از پایان دوره ی آموزشی، مجدداً پرسشنامه های مذکور در مرحله پس آزمون اجرا شدند. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS و آزمون تحلیل کوواریانس (ANCOVA) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته های پژوهش نشان داد که آموزش طرح تایم (غنی سازی ازدواج) موجب افزایش رضایت زناشویی ( $p < 0.000$ )، هوش معنوی ( $p < 0.002$ ) که کمتر از ۱۰٪ است اعضای گروه آزمایش را به همراه داشته است. با ۹۵ درصد اطمینان می توان گفت که طرح تایم (غنی سازی ازدواج) باعث افزایش رضایت زناشویی، و بهبود هوش معنوی گردیده است.

امضا استاد راهنما

باساس فراوان از:

جناب آقای دکتر حمیدرضا آقا محمدیان و جناب آقای دکتر سید علی

کیمیایی که در این مسیر از هیچ کلمی به بنده دریغ نکرده و یار و همراهم

بوده اند.

## چکیده

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی طرح تایم (غنی سازی ازدواج) بر رضایت زناشویی و هوش معنوی روی زنان مراجعه کننده به مرکز مشاوره ناجا انجام شد. پژوهش حاضر یک پژوهش کاربردی و از نوع شبه آزمایشی است که در آن از پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل استفاده شده است. جامعه آماری در این پژوهش زوجهای مراجعه کننده به مرکز مشاوره نیروی انتظامی شهر مشهد بودند که به شیوه نمونه گیری در دسترس ۳۰ زن انتخاب شدند و بر مبنای جایگزینی تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. داده ها به کمک پرسشنامه های رضایت زناشویی انریچ، و پرسشنامه هوش معنوی که در هر دو گروه آزمایش و کنترل جمع آوری شد. گروه آزمایش بنا به هدف طرح، آموزشهای طرح تایم (غنی سازی) را ۱۰ جلسه ۲ ساعته دریافت کردند، در حالی که در مورد گروه کنترل مداخله ای صورت نپذیرفت. بعد از پایان دوره ی آموزشی، مجدداً پرسشنامه های مذکور در مرحله پس آزمون اجرا شدند. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS و آزمون تحلیل کوواریانس (ANCOVA) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته های پژوهش نشان داد که آموزش طرح تایم (غنی سازی ازدواج) موجب افزایش رضایت زناشویی ( $p < 0/000$ )، هوش معنوی ( $p < 0/002$ ) که کمتر از ۰/۰۵ است اعضای گروه آزمایش را به همراه داشته است. با ۹۵ درصد اطمینان می توان گفت که طرح تایم (غنی سازی ازدواج) باعث افزایش رضایت زناشویی، و بهبود هوش معنوی گردیده است.

**واژه های کلیدی:** طرح تایم (غنی سازی ازدواج)، رضایت مندی زناشویی، هوش معنوی

## فهرست مطالب

| صفحه | عنوان  |
|------|--|
| ۱    | <b>فصل اول: کلیات پژوهش</b>  |
| ۱-۱  | ۱-۱ مقدمه  |
| ۲    | ۲-۱ بیان مسأله   |
| ۳    | ۳-۱ ضرورت و اهمیت تحقیق  |
| ۹    | ۴-۱ اهداف اصلی   |
| ۱۲   | ۵-۱ فرضیه‌های تحقیق  |
| ۱۲   | ۶-۱ متغیرهای پژوهش   |
| ۱۲   | ۷-۱ تعاریف نظری و عملیاتی متغیرها                                    |
| ۱۴   | <b>فصل دوم: موضع گیری‌های نظری و یافته‌های پژوهشی در زمینه موضوع</b> |
| ۱۵   | ۱-۲ موضع گیری‌های نظری در خصوص هوش معنوی                             |
| ۱۵   | ۱-۲-۱ مفهوم هوش  |
| ۱۶   | ۲-۱-۲ دیدگاه روان‌سنجی   |
| ۱۸   | ۳-۱-۲ دیدگاه پیاژه   |
| ۱۸   | ۴-۱-۲ دیدگاه خبرپردازی   |
| ۲۰   | ۵-۱-۲ رابطه انواع هوش با یکدیگر                                      |
| ۲۱   | ۶-۱-۲ معنویت   |
| ۲۱   | ۱-۶-۱-۲ تعاریف معنویت  |
| ۲۳   | ۲-۶-۱-۲ چالش‌ها در رابطه با هوش معنوی                                |
| ۲۴   | ۷-۱-۲ هوش معنوی  |



- ۲-۱-۷-۱-۱ تاریخچه و مفهوم هوش معنوی ..... ۲۴
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه‌های صاحب نظران درباره هوش معنوی ..... ۲۶
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه آموزن درباره هوش معنوی ..... ۲۶
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه زوهار و مارشال درباره هوش معنوی ..... ۲۷
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه امانس درباره هوش معنوی ..... ۲۷
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه نوبل و وگان و مک مولن درباره هوش معنوی ..... ۲۸
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه فریدمن و مک دونالد درباره هوش معنوی ..... ۲۸
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه سیسک درباره هوش معنوی ..... ۲۹
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه ولمن درباره هوش معنوی ..... ۲۹
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه آرام درباره هوش معنوی ..... ۳۰
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه ناسل درباره هوش معنوی ..... ۳۰
- ۲-۱-۷-۱-۲ دیدگاه کینگ درباره هوش معنوی ..... ۳۱
- ۲-۱-۷-۱-۲ مدل رابرت آمانس: ..... ۳۱
- ۲-۲ موضوع‌گیری‌های نظری در خصوص رضایت‌مندی زناشویی ..... ۳۶
- ۲-۲-۱ منظور از رضایت زناشویی چیست؟ ..... ۳۶
- ۲-۲-۲ بررسی رضایت زناشویی در مراحل مختلف زندگی ..... ۴۰
- ۲-۲-۳ عوامل موثر بر رضایت‌مندی زناشویی ..... ۴۲
- ۲-۲-۴ مهارت‌های ارتباطی ..... ۴۴
- ۲-۲-۴ سن و فاصله سنی ..... ۴۵
- ۲-۲-۴ اعتماد متقابل ..... ۴۵
- ۲-۲-۴ احترام به همسر ..... ۴۵
- ۲-۲-۴ عشق و محبت ..... ۴۶
- ۲-۲-۴ باورها و طرحواره‌های شناختی ..... ۴۶
- ۲-۲-۴ مسائل جنسی ..... ۴۶
- ۲-۲-۴ صمیمیت ..... ۴۷
- ۲-۲-۴ جهت‌گیری دینی یا معنوی ..... ۴۷

- ۴۸ ..... ۹-۴-۲-۲ فرزندان
- ۴۸ ..... ۱۰-۴-۲-۲ مسائل مالی، اقتصادی و اشتغال
- ۴۹ ..... ۱۱-۴-۲-۲ مهارت‌های مسأله‌گشایی
- ۴۹ ..... ۱۲-۴-۲-۲ عوامل فرهنگی
- ۴۹ ..... ۱۳-۴-۲-۲ سبک‌های دلبستگی
- ۵۰ ..... ۵-۲-۲ پژوهش‌های مربوط به سایر عوامل مؤثر در رضامندی زناشویی
- ۵۰ ..... ۶-۲-۲ مهاجرت
- ۵۱ ..... ۷-۲-۲ حوزه‌های بروز تعارضات زناشویی و ابعاد آسیب‌پذیر از تعارض در روابط زناشویی
- ۵۲ ..... ۸-۲-۲ عوامل تأثیرگذار وابسته به زوج
- ۵۴ ..... ۹-۲-۲ تأثیرات بروز تعارض در روابط زناشویی
- ۵۵ ..... ۱۰-۲-۲ جایگاه خانواده در اسلام
- ۵۶ ..... ۱۱-۲-۲ ازدواج و بهداشت روانی
- ۵۸ ..... ۱۲-۲-۲ نظریه‌های رضایت زناشویی
- ۵۸ ..... ۱-۱۲-۲-۲ نظریه روان‌تحلیل‌گری
- ۵۹ ..... ۲-۱۲-۲-۲ نظریه رفتاری
- ۵۹ ..... ۳-۱۲-۲-۲ نظریه بوئن
- ۶۰ ..... ۴-۱۲-۲-۲ نظریه درمان عقلانی هیجانی رفتاری
- ۶۰ ..... ۱۳-۲-۲ عوامل مرتبط با رضایت‌مندی زناشویی
- ۶۰ ..... ۱-۱۳-۲-۲ تعریف صمیمیت و انواع آن
- ۶۳ ..... ۲-۱۳-۲-۲ آسیب‌های کاهش رضایت از رابطه زناشویی
- ۶۴ ..... ۳-۲-۳ موضع‌گیری‌های نظری در خصوص روش‌های غنی‌سازی ازدواج
- ۶۴ ..... ۱-۳-۲ زوج درمانی: رویکرد درمانی به بهبود سازی روابط زناشویی
- ۶۴ ..... ۱-۱-۳-۲ زوج درمانی روان‌تحلیلی
- ۶۴ ..... ۲-۱-۳-۲ زوج درمانی رفتاری/شناختی
- ۶۵ ..... ۳-۱-۳-۲ زوج درمانی عاطفه‌مدار

|    |   |
|----|---|
| ۶۵ | .....۴-۱-۳-۲ زوج درمانی عقلانی هیجانی   |
| ۶۵ | .....۵-۱-۳-۲ زوج درمانی سیستمی  |
| ۶۵ | .....۶-۱-۳-۲ رویکردهای تلفیقی به زوج درمانی   |
| ۶۶ | .....۲-۳-۲ غنی‌سازی ازدواج  |
| ۶۸ | .....۳-۳-۲ انجمن زوجها برای بهبود بخشی روابط زناشویی  |
| ۶۹ | .....۱-۳-۳-۲ برنامه مواجه سازی (رویارویی زوج با یکدیگر)                                     |
| ۶۹ | .....۲-۳-۳-۲ برنامه آموزش صمیمیت به زوجها   |
| ۶۹ | .....۳-۳-۳-۲ برنامه تجهیز/بهبود: رشد از طریق کارگاه آموزشی                                  |
| ۷۰ | .....۴-۳-۳-۲ الگوی تایم: آموزش در بهبود روابط زناشویی                                       |
| ۷۱ | .....۴-۲-۴ یافته‌های پژوهشی در خصوص تأثیر روش‌های غنی‌سازی بر رضایتمندی زناشویی و هوش معنوی |
| ۷۱ | .....۴-۲-۱ مطالعات خارجی  |
| ۷۲ | .....۴-۲-۲ مطالعات داخلی  |
| ۷۶ | ..... <b>فصل سوم: روش پژوهش</b>   |
| ۷۷ | .....۱-۳ مقدمه  |
| ۷۸ | .....۲-۳ طرح پژوهش  |
| ۷۸ | .....۳-۳ جامعه آماری پژوهش و حجم نمونه و روش نمونه‌گیری                                     |
| ۷۸ | .....۴-۳ ابزارهای اندازه‌گیری و روش گردآوری داده، اعتبار و روایی ابزار پژوهش:               |
| ۷۸ | .....۴-۳-۱ انریچ پر بار سازی و تقویت رابطه - ارتباط و خشنودی                                |
| ۸۱ | .....۴-۳-۲ بررسی روایی و اعتبار پرسشنامه انریچ:   |
| ۸۲ | .....۴-۳-۳ پرسشنامه هوش معنوی جامع (ISIS)   |
| ۸۳ | .....۵-۳ روش گردآوری داده‌ها  |
| ۸۳ | .....۶-۳ روش اجرای پژوهش  |
| ۸۴ | .....۶-۳-۱ روش مداخله   |
| ۸۴ | .....۷-۳ طرح اجرای پژوهش و روش آماری  |

۸-۳ روش‌های آماری تجزیه و تحلیل اطلاعات ..... ۸۴

**فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده‌ها** ..... ۸۵

۱-۴ توصیف داده‌ها ..... ۸۵

۲-۴ آزمون فرضیه‌های تحقیق ..... ۸۵

۱-۴ توصیف داده‌ها ..... ۸۶

۲-۴ آزمون فرضیه‌های تحقیق ..... ۹۶

**فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری** ..... ۱۰۲

۱-۵ بحث ..... ۱۰۳

فرضیه اول پژوهش ..... ۱۰۳

فرضیه دوم پژوهش ..... ۱۰۶

۲-۵ نتیجه‌گیری نهایی ..... ۱۰۹

- پیشنهادات ..... ۱۱۱

- محدودیت‌ها ..... ۱۱۲

**منابع** ..... ۱۱۴

منابع فارسی ..... ۱۱۵

منابع انگلیسی ..... ۱۱۹

**پیوست‌ها** ..... ۱۰۱

پروتکل آموزش غنی‌سازی ازدواج (تایم) ..... ۱۰۲

## فهرست جدول‌ها

| عنوان   | صفحه |
|---|------|
| جدول ۱-۴: توزیع فراوانی وضعیت تحصیلی گروه آزمایش                          | ۸۶   |
| جدول ۲-۴: توزیع فراوانی وضعیت شغلی گروه آزمایش                            | ۸۷   |
| جدول ۳-۴: توزیع فراوانی وضعیت تعداد فرزندان گروه آزمایش                   | ۸۸   |
| جدول ۴-۴: توزیع فراوانی وضعیت سن گروه آزمایش                              | ۸۹   |
| جدول ۵-۴: توزیع فراوانی وضعیت تحصیل گروه کنترل                            | ۹۰   |
| جدول ۶-۴: توزیع فراوانی وضعیت شغلی گروه کنترل                             | ۹۱   |
| جدول ۷-۴: توزیع فراوانی وضعیت تعداد فرزندان گروه کنترل                    | ۹۲   |
| جدول ۸-۴: توزیع فراوانی وضعیت سنی گروه کنترل                              | ۹۳   |
| جدول ۹-۴: شاخص‌های توصیفی گروه‌های آزمایش و کنترل در پیش‌آزمون و پس‌آزمون | ۹۴   |
| جدول ۱۰-۴: آزمون بین گروه‌ها  | ۹۷   |
| جدول ۱۱-۴: آزمون M باکس برای یکسانی واریانس‌ها                            | ۹۷   |
| جدول ۱۲-۴: آزمون کرویت بارتلت   | ۹۸   |
| جدول ۱۳-۴: آزمون اثرات بین گروه‌ها در متغیر هوش معنوی                     | ۹۸   |
| جدول ۱۴-۴: آزمون اثرات بین گروه‌ها در متغیر رضایت زناشویی                 | ۹۹   |
| جدول ۱۵-۴: آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره                                | ۹۹   |

## فهرست نمودارها

| صفحه | عنوان   |
|------|---|
| ۸۶   | نمودار ۱-۴: وضعیت تحصیلی گروه آزمایش                                  |
| ۸۷   | نمودار ۲-۴: وضعیت شغلی گروه آزمایش                                    |
| ۸۸   | نمودار ۳-۴: وضعیت تعداد فرزندان گروه آزمایش                           |
| ۸۹   | نمودار ۴-۴: وضعیت سنی گروه آزمایش                                     |
| ۹۰   | نمودار ۵-۴: توزیع فراوانی وضعیت تحصیل گروه کنترل                      |
| ۹۱   | نمودار ۶-۴: توزیع فراوانی وضعیت شغلی گروه کنترل                       |
| ۹۲   | نمودار ۷-۴: توزیع فراوانی وضعیت تعداد فرزندان گروه کنترل              |
| ۹۳   | نمودار ۸-۴: توزیع فراوانی وضعیت سنی گروه کنترل                        |
| ۹۵   | نمودار ۹-۴: هیستوگرام هوش معنوی گروه آزمایش و کنترل در پیش آزمون      |
| ۹۵   | نمودار ۱۰-۴: هیستوگرام هوش معنوی گروه آزمایش و کنترل در پس آزمون      |
| ۹۶   | نمودار ۱۱-۴: هیستوگرام رضایت زناشویی گروه آزمایش و کنترل در پیش آزمون |
| ۹۶   | نمودار ۱۲-۴: هیستوگرام رضایت زناشویی گروه آزمایش و کنترل در پس آزمون  |

## فهرست شکل‌ها

| صفحه | عنوان   |
|------|---|
| ۲۰   | شکل ۱-۲: هرم هوش‌های چندگانه (مؤسسه آگاهی‌سنجی پرودیو، ۲۰۰۵؛ نقل از فرامرزی، ۱۳۸۸)              |
| ۲۱   | شکل ۲-۲: هرم رابطه هوش معنوی و هوش هیجانی (مؤسسه آگاهی‌سنجی پرودیو، ۲۰۰۵؛ نقل از فرامرزی، ۱۳۸۸) |

فصل اول

# کلیات پژوهش

۱-۱ مقدمه

۲-۱ بیان مسأله

۳-۱ ضرورت و اهمیت تحقیق

۴-۱ اهداف اصلی

۵-۱ فرضیه‌های تحقیق

۶-۱ متغیرهای پژوهش

۷-۱ تعاریف نظری و عملیاتی متغیرها

## ۱-۱ مقدمه

یک نیاز با تمایل، قدرتمند و جهانی در میان انسان‌ها برای تعامل با دیگران وجود دارد (هرس<sup>۱</sup> و دیکسون<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴) 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 (کابل<sup>۳</sup> و شین<sup>۴</sup>، ۲۰۰۰) و اگر قادر به تعامل با معنا با دیگران نباشیم. نتیجه آن تنهایی، افسردگی و عدم خوشحالی است (ویلیام مزورا دیرو<sup>۵</sup>، ۲۰۰۱). ازدواج و تشکیل زندگی از جمله ارزش‌های انسانی است که در طول تاریخ نزد ملل و فرهنگ‌های مختلف از اهمیت فراوانی برخوردار بوده است.

خانواده پایه‌ترین شکل اجتماعی و اصلی‌ترین جزء اجتماع است و بدون شک مهم‌ترین نیازی است که بستر ساز رشد و رفاه جسمی، روانی و اجتماعی کودک و عامل رسیدن وی به تعامل (فیزیکی، روانی و اجتماعی) است سلامت این کانون بسیار حائز اهمیت بوده و خانواده‌های برخوردار از کارکرد سالم، سوای بقای خود در قالب یک نظام، موجب شکوفایی توان بالقوه‌ی یکایک اعضای خود می‌گردند. از آنجائی که زیر بنای این نظام روابط زناشویی است. چنانچه این روابط رابطه‌ای سست باشد، پایه‌های لازم برای موفقیت‌آمیز بودن و مطلوب بودن عملکرد واحد خانواده لرزان و یا حداقل ضعیف خواهد بود تعارض محصول الزامی زندگی مشترک است. با وجود این موضوع مهمتر آن است که زوجها باید راه‌های مقبول حل تعارض و برخورد با اختلافات نظرها را بیابند. که نتیجه آن ایجاد رضایتمندی زناشویی است.

نابسامانی ازدواج و عدم رضایت در زندگی زناشویی به طور معناداری با شیوع اختلالات عاطفی، در جمعیت عمومی رابطه دارد. در صورتی که ازدواج‌های رضایت بخش باعث ارتقاء سلامت همسران و مانع رویدادهای منفی زندگی و مشکلات روان شناختی در آنها می‌شود - شناختها در جریان رابطه زناشویی تأثیرگذار هستند و این موضوع از مدت‌ها پیش مورد توجه قرار گرفته است (بوس<sup>۶</sup>، کارور<sup>۷</sup> و گرانچر<sup>۸</sup>، ۲۰۰۰).

هوش معنوی مجموعه‌ای از فعالیت‌هاست که علاوه بر لطافت و انعطاف‌پذیری در رفتار، سبب خودآگاهی و بینش عمیق فرد نسبت به زندگی و هدفدار نمودن آن می‌شود؛ به گونه‌ای که اهداف، فراتر از دنیای مادی ترسیم می‌گردد و همین فرآیند موجب سازگاری فرد با محیط به خاطر خشنودی و رضایت دیگران شده است، زیرا وی با این سازگاری درصدد جلب رضایت خداوند متعال است؛ بنابراین، ارتباط مستقیمی بین رضایت زناشویی و هوش معنوی وجود دارد. و از آنجایی که در کشور ما در این رابطه پژوهش‌های معدودی انجام شده، خصوصاً در مقوله هوش معنوی پژوهشی انجام نگرفته است این پژوهش می‌تواند راهکارهای جدیدی پیش روی درمانگران قرار دهد.

<sup>۱</sup> . Hirsch

<sup>۲</sup> . Dixon

<sup>۳</sup> . Kabl

<sup>۴</sup> . Shin

<sup>۵</sup> . Dirow

<sup>۶</sup> . Boss

<sup>۷</sup> . Carver

<sup>۸</sup> . Grancher



## ۲-۱ بیان مسأله

وانكحو الايامی منكم والصالحين من عبادكم و امائكم ان يكونو فقراء يغنهم الله من فضله و الله واسع علیم (سوره نور آیه ۳۲). بی همسران خود و غلامان و کنیزان درستکاران را همسر دهید اگر تنگ دست‌اند، خداوند آنان را از فضل خویش بی نیاز خواهد کرد و خدا گشایشگر است.

ازدواج وحدتی اجتماعی یا قراردادی قانونی بین مردم است که باعث بوجود آمدن خویشاوندی می‌شود. این عمل در روابط میان اشخاص یک سنت- معمولاً صمیمی و جنسی- که به شیوه‌های مختلف این مسئله تصدیق شده است که وابسته به فرهنگ یا شاخه‌های فرهنگ در هر زمینه‌ای که درک بشود، می‌باشد. همچون یک اتحاد، غالباً توسط مراسم عروسی رسمی می‌شود، که شاید به آن زناشویی هم گفته شود. ایجاد و حفظ یک رابطه خوب نیازمند وقت گذاشتن است. برای آن که رابطه زناشویی موفق داشته باشید باید مهارت‌های ضروری برای زندگی زناشویی که آموختنی هستند را بیاموزیم. وقتی فهمیدید زندگی زناشویی چگونه است و زندگی زناشویی رضایت بخش چه مهارت‌های می‌خواهد می‌تواند مهارت‌های ایجاد رابطه مثبت و دلنشین را در خود ایجاد کرد. تغییر معمولاً زمان می‌برد و با شما شروع می‌شود اولین مرحله ایجاد یک زندگی زناشویی رضایت بخش این است که خود را به تغییر کردن متعهد سازید. ابتدا باید بفهمید در زندگی مشترک خود چه نقشی داشته و چه کار می‌توانید انجام دهید تا زندگی زناشویی متفاوتی داشته باشد (پسندیده، ۱۳۹۰).

در این پژوهش، مولفه‌هایی از رضایتمندی زناشویی<sup>۱</sup> مورد نظر است که توسط آزمون‌های انریچ (پربارسازی، تقویت رابطه، ارتباط و خشنودی) و مقیاس سازگاری زن و شوهری اندازه‌گیری می‌شود. مهارت‌های تقویتی زوج - والدین و خانواده به صورت بالقوه کیفیت زندگی و سلامت فرزندان را در نسل آینده هم بهبود می‌بخشد (هالوگ<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰) و همچنین می‌توان به این اشاره کرد که: رضایت زناشویی یکی از مهمترین عوامل اثرگذار بر عملکرد خانواده می‌باشد همه زوج‌ها به دنبال آن هستند که از زندگی زناشویی خود لذت ببرند و احساس رضایت داشته باشند. در سال‌های اخیر احساس امنیت، آرامش و روابط صمیمانه میان زن و مرد به سستی گرایده و کانون خانواده دستخوش فرایندهای ناخوشایندی شده است. رضایت زناشویی تأثیر به‌سزایی بر سلامت خانواده و جسمی و روانی اعضای آن می‌گذارد. به اعتقاد ما (رکمن<sup>۳</sup> و فروید<sup>۴</sup>، ۲۰۰۲) اغلب افرادی که ازدواج می‌کنند در آغاز زندگی دارای سطح بالایی از رضایت زناشویی هستند اما علاوه بر افت تدریجی که با گذشت زمان در رضایتمندی زناشویی رخ می‌دهد و در همان هفته‌ها و ماه‌های اول ازدواج نیز مشکلات جدی رخ می‌دهد که اگر حل نشود می‌تواند رضایت و ثبات رابطه زناشویی را تهدید کند (حسین‌پور و همکاران، ۱۳۸۹).

<sup>۱</sup> . marital satisfaction

<sup>۲</sup> . Halog

<sup>۳</sup> . Rekman

<sup>۴</sup> . Freud

ارتباط زناشویی رابطه‌ای است چند بعدی که بایستی طیف وسیعی از نیازهای روانی، عاطفی و جنسی زوج را برآورده نماید. به همین دلیل از بسیاری جهات متفاوت از دیگر ارتباطات بین فردی است. این رابطه ویژگی‌هایی دارد، که روابط فAMILIARY و دوستی فاقد آنهاست. بابنرز<sup>۱</sup> و وست<sup>۲</sup> (۱۹۹۸)، شش ویژگی زیر را به عنوان مشخصه‌های رابطه زوجی عنوان کرده‌اند (به نقل از نیک‌خواه، ۱۳۸۲):

- رابطه زوجی داوطلبانه است و به این معناست که برخی از زوجها تلاش خواهند کرد این رابطه را حفظ کنند در حالی که می‌دانند گسستن این رابطه کار آسانی است.
  - رابطه زوجی مستلزم ایجاد تعادل بین پویایی و ثبات است. برای اینکه رابطه زوج سالم بماند، باید درجاتی از ثبات، قابلیت پیش بینی و همچنین تا حدی تازگی و انعطاف‌پذیری را در خود داشته باشد.
  - رابطه زوج گذشته، حال و آینده ای دارد. زوجها مسائل گذشته و برنامه‌های آینده خود را به هم مرتبط می‌کنند و تلاش می‌کنند رابطه‌ی خود را در زمان حال، تازه و شاداب نگه دارند.
  - ازدواج کردن مستلزم ترکیب دو آینده و دو گذشته است: که شامل ارزشها و جهان بینی‌های متفاوتی است. در ترکیب این عوامل، وضعیت جدیدی ایجاد می‌گردد، که انطباق با آن برای هر دو نفر اهمیتی اساسی دارد، و شکل جدیدی از روابط بوجود می‌آید، که آگاهی کامل از آنها می‌تواند در سازگاری زوج موثر واقع شود.
  - قرار گرفتن در رابطه‌ی زوجی، مستلزم حمایت کردن و حمایت شدن است. هریک از دو عضو زوج، باید بتواند نیازهای همسر را مانند نیازهای خود ادراک کنند، و از خود محوری خود بکاهند.
  - رابطه‌ی زوج مستلزم این است که هر عضو فردیت و هویت منحصر به فرد خود را حفظ کرده و در عین حال توانایی این را داشته باشد که در لحظاتی این فردیت را فدای رابطه کند.
  - ارتباط بین زوج و رضایتمندی آنها از این رابطه، زیر بنای سازوکار خانواده است، و کیفیت آن بر کارکرد خانواده، عملکرد اعضا و حتی سلامت آنها تأثیر بسزایی دارد.
- حال با توجه به سنت دیرینه گاهی ممکن است در زندگی زناشویی تعارضاتی رخ دهد و از آنجایی که اغلب تعارضات زناشویی برآمده از تفاوت در الگوهای رفتاری و شناختی زوجین و ضعف آنان در به کار بردن مهارت‌های رفتاری مفید در راستای مقابله با دشواری‌های زندگی زناشویی است روش‌های غنی‌سازی، تمرکز خود را بر آموزش مهارت‌های همدلی کردن، بازشناسی و حل مشکلات، مدیریت تعارض، گفتگو و مذاکره پایه گذاری صداقت و صمیمیت و احترام مهارت‌های ارتباط گشوده و ابراز کردن، مهارت‌های گوش دادن، مهارت‌های مدیریت شرم، مهارت‌های ارتباط جنسی، مهارت‌های اثبات‌گرایی، مهارت‌های مدیریت خشم، مهارت‌های مدیریت اقتصادی و یادگیری تغییر و تقویت مهارت‌های همسر، گذاشته است. غنی‌سازی ازدواج فرایندی است که تحت عنوان پر بار سازی زناشویی به

<sup>۱</sup>. Babners

<sup>۲</sup>. Vest

صورت استفاده از یک محیط گروهی و حمایتی برای کمک به بهبود ارتقاء و غنی‌سازی روابط زوجین از طریق کسب مهارت‌ها و عادت‌های که موجب رشد، ارتقاء و رضایت زناشویی می‌گردد.

فرض غنی‌سازی زناشویی این است که در پر بارسازی زناشویی باید یک تجربه میان فردی «عمیقاً» خوشنودکننده باشد. غنی‌سازی ازدواج رویکردی آموزشی است با هدف ارتقاء زوج‌هایی که تلاش می‌کنند آگاهی‌های فردی و مهارت‌های ارتباط کارآمد و حل مسئله را گسترش می‌دهد و صمیمیت را تقویت نمایند هدف آن کمک به زوج‌ها برای آگاهی در خصوص کسب اطلاعات بیشتر در زمینه ازدواج، کاوش احساسات و افکار همسرشان، گسترش همدلی و صمیمیت و رشد ارتباط موثر و مهارت‌های حل مسئله است (هاف<sup>۱</sup> و میسر<sup>۲</sup>، ۱۹۸۱).

طبق گفته گلدریک<sup>۳</sup> (۱۹۸۹) تصمیم به ازدواج داشتن یکی از پیچیده‌ترین و سخت‌ترین دوره‌های زندگی خانوادگی است هرچند اغلب به عنوان امری با کمترین پیچیدگی و بیشترین شادی بخشی تصور می‌شود. اما این دیدگاه خیالبافانه از انتقال به ازدواج ممکن است به نبود آمادگی مناسب یک زوج و مشکلات بعدی و پریشانی در طول این انتقال بیانجامد.

نتایج حاصل از کاربرد این روشها سودمندی آنها را تأیید کرده است (به عنوان مثال باولینگ<sup>۴</sup>، هیل<sup>۵</sup> و جنسون<sup>۶</sup>، ۲۰۰۵؛ گبیلین<sup>۷</sup> و همکاران، ۱۹۸۵؛ نووال<sup>۸</sup> و همکاران، ۱۹۹۶؛ به نقل از ریچارد<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۰۳؛ هالون<sup>۱۰</sup> و اولسون<sup>۱۱</sup>، ۱۹۹۵؛ مارکمن<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۱۹۸۸) در حالی که جمع بندی چندین مطالعه بر تحقیقاتی که نتایج زوج درمانی‌های سنتی را بررسی نموده‌اند. نشان می‌دهد حدود ۶۷ درصد زوج‌ها پس از دوره‌های درمانی معتقدند روابطشان مانند قبل از شروع درمان است و حدود ۲۸ درصد زوجها نتایج درمانی را پس از گذشت ۶ ماه از دست می‌دهند (جاکوبسن<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۱۹۸۴) (شادیش<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۱۹۹۳؛ جاکوبسن به نقل از و آدیس، ۱۹۹۳). این نیاز روزافزون به رویکردهای پیشگیری و نتایج مثبت حاصل از کاربرد شیوه‌های غنی‌سازی باعث شده که امروزه برنامه‌های مختلف غنی‌سازی در فرهنگها و کشورهای مختلف مورد مطالعه قرار گرفته‌اند این در حالیست که سیاست‌گذاران، محققین و روان‌درمانگران کشور ما تاکنون توجه ویژه‌ای به شیوه‌های غنی‌سازی ازدواج نداشته‌اند و روشهای زوج درمانی و غنی‌سازی رابطه‌ای زوج نیاز به بررسی علمی بیشتری دارد (احمدی و همکاران، ۱۳۸۵) آیا

<sup>۱</sup>. Hof- Haff-Holf-Hough

<sup>۲</sup>. Miser

<sup>۳</sup>. Goldrick

<sup>۴</sup>. Bowling

<sup>۵</sup>. Hill

<sup>۶</sup>. Johanson

<sup>۷</sup>. Gebilin

<sup>۸</sup>. Nodal

<sup>۹</sup>. Richard

<sup>۱۰</sup>. Halon

<sup>۱۱</sup>. Olson, D.H.

<sup>۱۲</sup>. Markman, H. J.

<sup>۱۳</sup>. Jakobsen

<sup>۱۴</sup>. Shadish

می‌توان انتظار داشت زوج‌هایی که در بافتی سنتی و مذهبی، با تابوهای بسیاری در خصوص ارتباطات خانوادگی و بیان مسائل زناشویی در حضور افراد بیگانه پرورش یافته‌اند و نیز بتوانند با حضور در جلسات آموزشی پیرامون ارتباط زناشویی، پایه‌های زندگی مشترک خود را محکم نمایند و ضعف آگاهی خود را جبران نمایند (ماس<sup>۱</sup>، ۱۹۸۷). بر اهمیت سازگاری، پذیرش و ارتباطات برای رسیدن به یک ازدواج همراه و خشنود کننده تاکید می‌کند. در غنی‌سازی زناشویی، سازگاری یک هدف است و نه نقطه شروع، اینکه ازدواج به نتیجه بهتر یا بدتری می‌رسد. کاملاً به این بستگی دارد که زوجین چگونه موارد خاصی که برای یکدیگر فراهم می‌کنند. به عبارت دیگر، ازدواج یک کار در حال پیشرفت است که با پروسه‌های متقابل از رشد شخصیتی و تغییر رفتاری که در آن تفاوتها به اندازه شباهت‌ها مهم است و کسب مهارت‌های مناسب برای کنش خلاقانه فاکتور مهمی است، به سر منزل مقصود می‌رسد. بنابراین ساخت یک ازدواج کاری بسیار شبیه ساخت یک خانه یا زراعت یک باغ است (ماس، ۱۹۸۳؛ به نقل از ابراهیمی، ۱۳۸۷).

غنی‌سازی زناشویی در پی ارتقاء ارتباطات یگانه بین همسران و نائل شدن به انجام همراهی و یاری در ازدواج است (ماس، ۱۹۸۷) اینگونه توصیف می‌کند که یک ازدواج همیارانه شامل ۳ جزء است.

الف: رشد از طریق سیستم ارتباطی موثر

ب: استفاده خلاقانه از خشم و تضادها

ج) غنی‌سازی ازدواج یک رویکرد پیشگیرانه در بهبود روابط زناشویی.

عنوان برنامه پیشگیری برای زوجها اشاره به هر گونه مداخله (ماس ۱۹۹۷؛ به نقل از کانینگام، ۲۰۰۳) رویکردهای پیشگیرانه معمولاً بر دین‌سازی زوجها در برابر عوامل خطر، همچون الگوهای ارتباطی مخرب و عقاید منطقی در رشد عوامل حمایت گر رابطه، مانند نگرش مثبت و صمیمیت تمرکز دارند.

غنی‌سازی ازدواج رویکردی است آموزشی برای بهبود روابط زوج و هدف برنامه‌های مختلف غنی‌سازی کمک به زوجها برای آگاهی از خودشان و همسرشان، کارش احساسات و افکار همسرشان، گسترش همدلی و صمیمیت و رشد ارتباط موثر و مهارت‌های حل مساله است (برلینگ<sup>۲</sup> و همکاران) زوجها، جهت گیری روبه آینده دارند (مارکمن و همکاران، ۱۹۸۶ به نقل از کانینگام، ۲۰۰۰) به علاوه عمدتاً آموزش تجربه گرا برنامه‌ریزی شده، گروه مدار زمان محدودند (برگهان<sup>۳</sup>، ۱۹۹۹).

<sup>۱</sup> . Moas

<sup>۲</sup> . Berling

<sup>۳</sup> . Berghahn