



دانشگاه علامه طباطبائی

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد در

رشته مشاوره خانواده

عنوان پایان نامه:

تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر شیوه‌ی کتاب درمانی بر میزان رضایت

زناشویی زوجین مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره‌ی بهزیستی شهر رشت

استاد راهنما: دکتر کیومرث فرحبخش

استاد مشاور: دکتر معصومه اسماعیلی

استاد داور: دکتر حسین سلیمی

پژوهشگر: امیر قربان پور

شهریور 1389



تقدیم به

پدر و مادر عزیزم

به پاس عمری که برایم صرف کردند. و تقدیم به تمام

اساتید و دوستانم و همه ی کسانی که در این سالها یاریگرم بودند.

تقدیر و تشکر

از جناب آقای دکتر فرحبخش به پاس زحماتشان در راهنمایی این پژوهش و اخلاق نیکو و صبروحوصله شان سپاسگزاری می نمایم.

از سرکار خانم دکتر اسماعیلی مشاور این پایان نامه که برفتار و گفتارشان ثبات قدم در راه عقیده را به من آموختند نیز نهایت سپاسگزاری را دارم.

از جناب آقای دکتر سلیمی که زحمت داوری این پایان نامه را به عهده گرفتند نیز به خاطر سعه ی صدرشان در مطالعه ی این اثر و تذکرات ارزشمندشان تشکر می نمایم.

چکیده: رضایت زناشویی عبارت است از احساسات عینی از خوشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن یا شوهر، زمانیکه همه ی جنبه های ازدواجشان را در نظر می گیرند. رضایت زناشویی نگرش مثبت ولذت بخشی است که زن و شوهر از جنبه های مختلف روابط زناشویی خود دارند (نظری، 1388). این پژوهش به منظور تعیین اثر بخشی آموزش مهارت های ارتباطی مبتنی بر شیوه ی کتاب درمانی بر میزان رضایت زناشویی زوجین انجام شد. جامعه ی مورد مطالعه ی این پژوهش زوجین مراجعه کننده به مرکز مشاوره ی بهزیستی شهر رشت بود. ابتدا 20 نفر از مراجعین به شیوه ی در دسترس انتخاب و سپس به شیوه تصادفی در دو گروه جایگزین شدند. پس از انجام پیش آزمون برای همه ی آزمودنی ها از طریق آزمون رضایت زناشویی انریچ دوره ی مداخله ی هشت هفته ای صورت گرفت. در پایان دوره از همه ی اعضای دو گروه پس آزمون به عمل آمد. با تحلیل اطلاعات به دست آمده با آزمون تحلیل کوواریانس یافته ها نشان داد که 3 فرض تایید و یک فرض رد شد. که به ترتیب از این قرار میباشند:

آموزش مهارت های ارتباطی مبتنی بر شیوه ی کتاب درمانی در افزایش رضایت زناشویی زوجین موثر است.

آموزش مهارت های ارتباطی مبتنی بر شیوه ی کتاب درمانی در کاهش تعارضات زوجین موثر است.

آموزش مهارت های ارتباطی مبتنی بر شیوه ی کتاب درمانی در افزایش رضایت زوجین در زمینه ی ارتباط با یکدیگر موثر است

آموزش مهارت های ارتباطی مبتنی بر شیوه ی کتاب درمانی در افزایش رضایت جنسی زوجین موثر است.

کلید واژه: مهارت های ارتباطی، کتاب درمانی، رضایت زناشویی

فهرست مطالب:

صفحه	عناوین
11	فصل اول: کلیات پژوهش
12	مقدمه
14	بیان مسئله
17	ضرورت تحقیق
19	اهداف تحقیق
19	فرضیه های تحقیق
20	تعاریف واژه ها و اصطلاحات
20	تعاریف مفهومی
20	تعارف عملیاتی
22	فصل دوم : ادبیات و پیشینه ی تحقیق
23	مقدمه
23	ارتباط
24	ضرورت یادگیری مهارت های ارتباطی
26	ماهیت روابط انسانی
27	مهارت های ارتباطی
29	انواع مهارت های ارتباطی
29	مهارت های بیانی
32	مهارت های گوش دادن
32	گوش دادن : تعریف
33	گوش دادن فعال
35	موانع گوش دادن
36	هدف ارتباط
38	موانع ارتباطی
39	سبکهای ارتباطی

40	کتاب درمانی : تعریف
41	تاریخچه
42	اهداف
43	انواع کتاب درمانی
43	کتاب درمانی رشد نگر
44	کتاب درمانی بالینی
45	کتاب درمانی واکنشی
45	کتاب درمانی تعاملی
46	مراحل کتاب درمانی
48	فرآیند کتاب درمانی
50	اجرای کتاب درمانی
51	فواید کتاب درمانی
52	محدودیت ها ، مشکلات ، نکات احتیاطی
55	رضایت زناشویی
56	عوامل موثر در رضایت زناشویی
60	تحقیقات انجام گرفته در داخل
64	تحقیقات انجام گرفته در خارج
67	فصل سوم : روش شناسی پژوهش
68	مقدمه
68	جامعه آماری
68	نمونه و شیوه ی نمونه گیری
68	ابزار اندازه گیری
70	روش اجرای پژوهش
73	فصل چهارم : تجزیه تحلیل داده ها
74	مقدمه
74	توزیع فراوانی ونمودار متغیرها
82	تجزیه وتحلیل فرضیه ها
82	فرضیه اول
85	فرضیه دوم
88	فرضیه سوم
91	فرضیه چهارم
95	فصل پنجم :

96	مقدمه
96	بحث و بررسی فرضیه ها
96	فرضیه اول
100	فرضیه دوم
104	فرضیه سوم
106	فرضیه چهارم
109	محدودیت های پژوهش
110	پیشنهادات پژوهش
111	منابع فارسی
119	منابع انگلیسی
125	پیوست

فهرست جداول و نمودارها و شکل ها :

- 74 جدول 4-1 : توزیع فراوانی جنسیت افراد مورد مطالعه
- 75 جدول 4-2 : توزیع فراوانی تعداد فرزندان افراد مورد مطالعه
- 76 جدول 4-3 : توزیع فراوانی تحصیلات افراد مورد مطالعه
- 78 جدول 4-4 : توصیف آماری سن و مدت ازدواج زوجین
- 79 جدول 4-5 : توصیف آماری نمرات متغیرهای مورد مطالعه در پیش آزمون به تفکیک گروه
- 81 جدول 4-6 : توصیف آماری نمرات متغیرهای مورد مطالعه در پس آزمون به تفکیک گروه
- 83 جدول 4-7 : نتایج تحلیل یکسان بودن شیب خط رگرسیونی به عنوان پیش فرض تحلیل کوواریانس
- 84 جدول 4-8 : نتیجه ی آزمون لوین جهت بررسی همسانی واریانس ها در رضایت مندی زناشویی
- 85 جدول 4-9 : نتایج تحلیل کوواریانس پس آزمون رضایت مندی زناشویی پس از تعدیل پیش آزمون
- 86 جدول 4-10 : نتایج تحلیل یکسان بودن شیب خط رگرسیونی به عنوان پیش فرض تحلیل کوواریانس
- 87 جدول 4-11 : نتیجه ی آزمون لوین جهت بررسی همسانی واریانس ها در تعارضات زناشویی
- 88 جدول 4-12 : نتایج تحلیل کوواریانس پس آزمون تعارضات زناشویی پس از تعدیل پیش آزمون
- 89 جدول 4-13 : نتایج تحلیل یکسان بودن شیب خط رگرسیونی به عنوان پیش فرض تحلیل کوواریانس
- 90 جدول 4-14 : نتیجه ی آزمون لوین جهت بررسی همسانی واریانس ها در رضایت جنسی
- 91 جدول 4-15 : نتایج تحلیل کوواریانس پس آزمون رضایت جنسی پس از تعدیل پیش آزمون
- 92 جدول 4-16 : نتایج تحلیل یکسان بودن شیب خط رگرسیونی به عنوان پیش فرض تحلیل کوواریانس
- 93 جدول 4-17 : نتیجه ی آزمون لوین جهت بررسی همسانی واریانس ها در ارتباط زناشویی
- 94 جدول 4-18 : نتایج تحلیل کوواریانس پس آزمون ارتباط زناشویی پس از تعدیل پیش آزمون

فهرست نمودار ها:

- 75 نمودار 4-1 : فراوانی جنسیت افراد مورد مطالعه
- 76 نمودار 4-2 : فراوانی تعداد فرزندان افراد مورد مطالعه
- 77 نمودار 4-3 : فراوانی تحصیلات افراد مورد مطالعه
- 78 نمودار 4-4 : توصیف آماری سن و میانگین ازدواج افراد مورد مطالعه
- 80 نمودار 4-5 : توصیف آماری نمرات متغیرهای مورد مطالعه پیش آزمون به تفکیک گروه

نمودار 4-6 : توصیف آماری نمرات متغیر های مورد مطالعه در پس آزمون به تفکیک گروه 82

فهرست شکل ها :

- 84 شکل 4-1 : نمودار پراکنش متغیر ملاک و متغیر کوریت (پیش آزمون) به تفکیک گروه
- 87 شکل 4-2 : نمودار پراکنش متغیر ملاک و متغیر کوریت (پیش آزمون) به تفکیک گروه
- 90 شکل 4-3 : نمودار پراکنش متغیر ملاک و متغیر کوریت (پیش آزمون) به تفکیک گروه
- 93 شکل 4-4 : نمودار پراکنش متغیر ملاک و متغیر کوریت (پیش آزمون) به تفکیک گروه

فصل اول

کلیات پژوهش

1-1 مقدمه:

خانواده چیزی بیش از مجموعه افرادی است که در یک فضای مادی و روانی خاص به سر می‌برند. خانواده یک نظام اجتماعی و طبیعی است که ویژگی‌های خاص خود را دارد. این نظام اجتماعی مجموعه‌ای از قواعد و اصول را ابداع و برای اعضای خود نقش‌های متنوعی را تعیین می‌کند. علاوه بر این خانواده از یک ساخت نظامدار قدرت برخوردار است، صورت‌های پیچیده‌ای از پیام‌رسانی‌های آشکار و نهان را به وجود می‌آورد و روش‌های مذاکره و مسئله‌گشایی مفصلی در اختیار دارد که به آن اجازه می‌دهد تا تکالیف مختلفی را با موفقیت به انجام برساند. رابطه‌ی اعضای این خرده فرهنگ رابطه‌ای عمیق و چند لایه‌ای است که عمدتاً براساس تاریخچه مشترک، ادراک‌ها و فرض‌های مشترک و درونی شده راجع به جهان و اهداف مشترک بنا نهاده شده است (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ترجمه حسین شاهی برواتی، نقشبندی، ارجمند، 1385).

خانواده معرف یک نظام ارتباطی پیچیده است که علیت حلقوی و چند بعدی بر آن حاکم است و قواعد خانوادگی که عمدتاً ناگفته و در عین حال از سوی تمامی اعضاء فهمیده می‌شود موجب ثبات و تنظیم کارکرد خانواده هستند (حجت خواه، 1387). ورود به چنین نظامی صرفاً از طریق تولد، فرزند خواندگی و ازدواج صورت می‌گیرد (گلدنبرگ، گلدنبرگ، ترجمه حسین شاهی برواتی و همکاران، 1385).

ازدواج یکی از بنیادهای تقریباً جهان شمول بشری است و هیچ بنیانی این چنین صمیمانه زندگی افراد بشر را تحت تاثیر قرار نداده است (ترمن، 1939، به نقل از هالفورد، ترجمه‌ی تبریزی، کاردانی، جعفری، 1387). ازدواج به عنوان یکی از مهمترین و اساسی‌ترین روابط انسانی تعریف شده است. زیرا ساختار اولیه برای ایجاد روابط خانوادگی و پرورش نسل بعد را فراهم می‌کند (روزن - گراندون، مایرزوهاتی، 2004؛ به نقل از فلورز¹، 2008). افراد وقتی ازدواج می‌کنند شادتر و سالم‌تر هستند. اما آمارها نشان می‌دهند که

¹ -flores

رضایت زناشویی به راحتی بدست نمی‌آید (روزن-گراندون¹ و همکاران به نقل از فلورز، 2008). تقریباً همه‌ی زوجینی که ازدواج می‌کنند در ابتدای ارتباطشان سطح بالایی از رضایت زناشویی را گزارش می‌کنند. با این وجود رضایت از رابطه در طی زمان و در میان خیلی از زوجین کاهش می‌یابد (برادبری، 1998، به نقل از هالفورد؛ ترجمه‌ی تبریزی و همکاران، 1387). رضایت زناشویی نشانگر استحکام و کارایی نظام خانواده است. سعادت و سلامت خانواده به وجود ارتباطات سالم و بالنده زوجین بستگی دارد و چنانچه پایه‌ی خانواده از استحکام لازم برخوردار نباشد پیامد منفی آن انواع مشکلات جسمانی و روانی است (خواجه رسولی، 1388). امروزه میزان زیادی از ناهنجارهای روانشناختی و مشکلات بهداشت روانی ناشی از ارتباط‌های مختل، تعارض‌ها و کشمکش‌های درون خانواده و ناتوانی در حل مسائل خانوادگی است (خمسه، 1387).

ارتباط زناشویی هسته‌ی مرکزی نظام خانواده و اختلال در آن به منزله‌ی تهدیدی جدی برای بقای خانواده است. رضایت فرد از ارتباط زناشویی به منزله‌ی رضایت وی از خانواده محسوب می‌شود و رضایت از خانواده در حکم رضایت کلی از زندگی است. ارتباط زناشویی مثبت پیش‌بینی کننده‌ی قوی جهت کیفیت زندگی زناشویی و ارتباط منفی ملاک تشخیص زوجین مشکل‌دار و بدون مشکل است و نیز ارتباط خشک و نفوذناپذیر یا غیر موثر پیش‌بینی کننده‌ی مهمی برای طلاق زوجین می‌باشد (یامی، 1387).

مشکلات ارتباطی زوجین یکی از علل و عوامل ایجاد نارضایتی زناشویی بوده و دلیل شایع و مشترکی برای ارجاع خیلی از زوجین برای مراکز بهداشت روانی می‌باشد (جانگسما و اولیری، ترجمه‌ی عامری، 1381). بررسی‌های آماری نشان می‌دهد که در جهان در هر سال از هر 56 میلیون ازدواج، 11/2 میلیون (20) درصد با خطر جدایی، اختلال زناشویی و آشفتگی در روابط زناشویی مواجه می‌باشند (فیلادوکاسیپو²، 2001، به نقل از حجت‌خواه، 1388). شایع‌ترین مشکلی که توسط زوجین ناراضی مطرح می‌شود عدم موفقیت در برقراری ارتباط است (برنشتاین و برنشتاین، ترجمه‌ی سهرابی، 1382).

¹ - rozen. D and grandon . L

² - filla .A and kasipow .R

برآوردها نشان می‌دهند که در حدود 90 درصد از زوجهای درمانده مشکلات ارتباطی را به عنوان یک مشکل عمده در روابط خود معرفی می‌کنند. پژوهش‌ها از این عقیده حمایت می‌کنند که مشکلات ارتباطی، مشخصه‌ی روابط درمانده است (برنشتاین و برنشتاین، ترجمه سهرابی، 1382). تحقیق جاکوبسن¹ و دیگران (1980) نشان داد که درجه‌بندی رضایت روزانه‌ی زوجهای درمانده را به بهترین وجه می‌توان براساس مقوله‌ی کلی ارتباط و تعامل منفی پیش‌بینی کرد (به نقل از فقیرپور، 1384).

در تلاش برای تعریف و اندازه‌گیری مشکلات ارتباطی، رضایت زناشویی به عنوان معیار نهایی در نظر گرفته می‌شود (هالفورد، ترجمه تبریزی و همکاران، 1387). با توجه به مطالب فوق این نکته حاصل می‌شود که عدم رضایت زناشویی با مشکلات ارتباطی در زوجین همراه است و رضایت زناشویی با برخورداری از مهارتهای ارتباطی همراه می‌باشد و این نکته ضرورت آموزش مهارتهای ارتباطی به زوجین را مشخص می‌کند. در پژوهشهایی که در گذشته در کشورما در زمینه‌ی ارتباط انجام شده شیوه‌های مختلفی مورد استفاده قرار گرفته است. و کتاب درمانی به عنوان یک شیوه‌ی شناختی کمتر مورد توجه قرار گرفته است. از طرفی دیگر از آنجائیکه آموزش مهارتهای ارتباطی به زوجین مستلزم صرف وقت و هزینه است و خیلی از افراد به دلایل مختلف از جمله ضیق وقت نمیتوانند در کارگاههای آموزشی حضور یابند (فقیرپور، 1384) تصمیم گرفته شد تا آموزش مهارتهای ارتباطی مبتنی بر شیوه‌ی کتاب درمانی آموزش داده شود تا اثربخشی آن بر رضایت زناشویی زوجین مشخص شود.

2-1- بیان مسئله:

پیغمبر اسلام (ص) می‌فرماید: هیچ چیز نزد خداوند محبوب‌تر از ازدواج نیست. همچنین علی (ع) نیز می‌فرماید: ازدواج کنید که همانا سنت رسول خدا است که همواره می‌فرمود: هر کس که دوست دارد از سنت من تبعیت کند، همانا ازدواج کردن از سنت من است. دلایل اهمیت ازدواج را دو مورد می‌توان نام

¹ - jockobson . M

برد : 1- ارضای غریزه ی جنسی از راه مشروع 2- انسان سازی . ازدواج عامل تشکیل خانواده است و بسیاری از ویژگی های رفتاری که در خانواده بروز می کند می تواند به فرزندان انتقال یابد (مظاهری ، 1384) . صرف نظر از اینکه آیا زوجین رسماً ازدواج کرده اند یا نه انتظارات از روابط زناشویی بالا است. در فرهنگ های غربی اکثریت جوانان روابط زناشویی را منبع اولیه ی حمایت و عاطفه می دانند . بسیاری از جوانان مجرد در هر لحظه از زندگی شان انتظار ازدواج دائم را دارند و نیز انتظار دارند که همسرشان رابطه ی جنسی انحصاری، صداقت، اظهار عاطفه، صمیمیت و حمایت را از خود نشان دهد (موسسه مطالعات خانواده استرالیا، 1997، به نقل از هالفورد، ترجمه تبریزی و همکاران ، 1387).

نیازهای متغیری در ازدواج وجود دارند که باید بر آورده شوند. لوین در چند دهه پیش عنوان کرده است که انتظار می رود نیازهای بسیاری از طریق ازدواج برآورده شود . شکست در برآورده کردن نیازها می تواند تنش دائمی و بالایی را در زندگی زناشویی موجب شود (لوین¹ ، 1984 ؛ به نقل از هاروی² ، ترجمه ی احمدی ، اخوی ، رحیمی ، 1388) .

با انتظارات سطح بالایی که افراد از ازدواج دارند احتمالاً جای تعجب نیست اگر خیلی از افراد دریابند که روابطشان این انتظارات را برآورده نمی کند. تقریباً همه ی زوجینی که ازدواج می کنند در ابتدای ارتباطشان سطح بالایی از رضایت زناشویی را گزارش می کنند . با این وجود رضایت از رابطه در طی زمان و در میان خیلی از زوجین کاهش می یابد (برادبری، 1998؛ به نقل از هالفورد³ ، ترجمه تبریزی و همکاران، 1387). شایع ترین دلایل ارجاع خیلی از زوجهای ناراضی به مراکز بهداشت روانی ، عدم موفقیت در برقراری ارتباط است (حجت خواه ، 1388). برآوردها نشان می دهند که در حدود 90 درصد از زوجهای درمانده مشکلات ارتباطی را به عنوان یک مشکل عمده در روابط خود معرفی می کنند. پژوهشها از این عقیده حمایت می کنند که مشکلات ارتباطی، مشخصه ی روابط درمانده است (برنشتاین و برنشتاین، ترجمه سهرابی، 1382). تحقیق جاکوبسن و دیگران (1980) نشان داد که درجه بندی رضایت روزانه

¹ - levin .K

² - Harvey. M

³ - halford .K

زوجهای درمانده را به بهترین وجه می‌توان براساس مقوله‌ی کلی ارتباط و تعامل منفی پیش‌بینی کرد (به نقل از فقیرپور، 1384). در تلاش برای تعریف و اندازه‌گیری مشکلات ارتباطی، رضایت زناشویی به عنوان معیار نهایی در نظر گرفته می‌شود (هالفورد، ترجمه تبریزی وهمکاران، 1387).

کنگرانی فراهانی (1385) در تحقیق خود با عنوان بررسی میزان اثر بخشی آموزش مدل اصلاح رابطه بر رضایت زناشویی زوجین به این نتیجه رسید که این مدل رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد و نشان داد که کیفیت رابطه با رضایت مندی زناشویی رابطه مستقیم دارد.

اسفند آبادی (1388) در تحقیقی با عنوان بررسی اثر بخشی آموزش گروهی ارتباط محور بر کاهش میزان تعارض کار - خانه و افزایش رضایت زناشویی در کارکنان متاهل شهرداری منطقه 21 تهران نشان داد که آموزش گروهی ارتباط محور در افزایش رضایت زناشویی موثر است.

در مجموع تحقیقات فوق بیانگر این نکته بودند که عدم رضایت زناشویی با کمبودها و نقص‌های ارتباطی همراه است و رضایت زناشویی نیز با کیفیت ارتباط رابطه‌ی مستقیم دارد و این نکته ضرورت آموزش مهارت‌های ارتباطی به زوجین را مشخص می‌کند. اما آموزش به زوجها مستلزم برگزاری کلاس‌ها (کارگاه‌های) آموزشی است و این امر نیازمند صرف وقت و هزینه‌ای بسیار می‌باشد. از طرفی مردان در ایران به دلیل شاغل بودن فرصت کمتری برای حضور در این دوره‌ها دارند. همانطور که فقیرپور (1384) در تحقیق خود با عنوان پژوهش در مورد نقش مهارت‌های اجتماعی در سازگاری زناشویی که مستلزم برگزاری کارگاه آموزشی برای زوجین بوده است به دلیل همین محدودیت فقط از زنان استفاده کرده است. با توجه به نکات فوق به نظر می‌رسد شیوه‌ی کتاب درمانی بتواند راهی برای جبران محدودیت‌های فوق فراهم کند. همانطور که کارپنتر (1989) در تحقیق خود با عنوان اثر بخشی بسته‌ی آموزشی خود یار بر مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی به این نتیجه رسید که آموزش مهارت‌های ارتباطی به شیوه‌ی خودیار رضایت زناشویی زوجین و مهارت‌های ارتباطی آنان را افزایش می‌دهد. پارداک¹ (1990)

¹ - Pardeck .G

کتاب درمانی ر از نظر لغوی درمان از طریق کتاب تعریف می‌کند (به نقل از السون¹، 2007). راسل و شروود کتاب درمانی را اینگونه تعریف می‌کنند: فرآیندهای تعامل پویای بین شخصیت خواننده و متن است. تعاملی که می‌تواند برای سنجش شخصیت، سازگاری و رشد به کار رود (به نقل از لورنس، سیلوربرگ، 2003). تبریزی (1372) مزایای کتاب درمانی را این موارد می‌داند: فراگیر بودن، اقتصادی بودن، ارائه اطلاعات در زمان محدود، استفاده از چند حس و آموزش به مراجع. آموزش مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر شیوه‌ی کتاب درمانی رویکردی شناختی است و بر دو محور مهارت‌های صحبت کردن و مهارت‌های گوش کردن مبتنی است. با توجه به مجموع آنچه گفته شد محقق تصمیم گرفت تحقیقی با عنوان: تعیین اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر شیوه‌ی کتاب درمانی بر میزان رضایت زناشویی زوجین به انجام برساند تا به این سوال پاسخ دهد که آیا آموزش مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر شیوه‌ی کتاب درمانی بر میزان رضایت زناشویی زوجین موثر است یا نه؟

1-3- ضرورت تحقیق:

مشکلات ارتباطی امروزه به عنوان یکی از مهم ترین موضوعات در زمینه ی رضایت زناشویی مطرح می شود. کاپلان و سادوک (2004) عنوان کرده اند که روابط منبع آسایش، پیوند، خشنودی، و همچنین منبع تعهد، مسئولیت و اخلاق است (کاپلان و سادوک، ترجمه ی ارجمند، 1389). برآوردها نشان می دهند که در حدود 90 درصد از زوج‌های درمانده مشکلات ارتباطی را به عنوان یک مشکل عمده در روابط خود معرفی می‌کنند (برنشتاین و برنشتاین، ترجمه سهرابی، 1382). 40 درصد از زوجینی که به مراکز بهداشت روانی مراجعه می‌کنند مشکلات ارتباطی را به عنوان مشکل اصلی خویش بیان می‌کنند (اولیری، جانگسما، ترجمه‌ی عامر، 1381).

¹ - Olson. M

تقریباً همه‌ی زوجینی که ازدواج می‌کنند در ابتدای ارتباطشان سطح بالایی از رضایت زناشویی را گزارش می‌کنند. با این وجود رضایت از رابطه در طی زمان و در میان خیلی از زوجین کاهش می‌یابد. معتبرترین شاخص آشفستگی زناشویی طلاق است (هالفورد، ترجمه تبریزی و همکاران، 1387). آمار طلاق در ایران نیز نگران کننده است. به طوریکه درشش ماهه‌ی نخست سال 1388 نرخ طلاق 13/2 درصد رشد داشته است (به نقل از سایت جوان امروز؛ ۱۳۸۸/۱۲/۲۶). در خانواده‌ی ایرانی نیز در چند دهه‌ی اخیر به نظر می‌رسد با جا به جایی نقش و گاه با اغتشاش نقش مواجهیم. محوریت و مدیریت خانمها در خانواده‌ی ایرانی نسبت به سابق بیشتر شده و به نظر میرسد نقش محوری مرد در خانواده کم‌رنگ‌تر شده است. خانواده‌ها اکثراً تمایل به هسته‌ای بودن دارند. بدون اینکه مکانیزم‌های لازم برای یک زندگی مستقل را کسب کرده باشند. عدم داشتن مهارتهای لازم منجر به مشکلات و در نتیجه طلاق میگردد (عامری، 1382). عوامل طلاق در ایران عبارتند از: عوامل اجتماعی، عوامل فردی و مشکلات رابطه‌ای (نوابی نژاد، 1386). لذا یافته‌های حاصل از این تحقیق میتواند در پیشگیری از طلاق موثر باشد. در موقعیت فعلی جامعه ما که بسیاری از برنامه‌ها و سیاست‌ها در جهت تسهیل ازدواج جوانان متمرکز شده است، ضروری است که برای ایجاد یک ازدواج موفق جوانان را در قالب آموزش‌های پیش از ازدواج آموزش داد (نوابی نژاد، 1386). از جمله مهارتهایی که در آموزش‌های پیش از ازدواج مورد توجه است آموزش مهارتهای ارتباطی است (موسوی، 1386). از طرف دیگر افزایش روزافزون تعارض‌های زناشویی در دنیای معاصر و بروز جدایی و اثرات منفی آن بر سلامت روانی موجب شده است تا مشاوران به خصوص آنانکه با خانواده کار میکنند نظریه و طرح‌هایی را برای کمک به خانواده‌های دچار تعارض ارائه دهند (فرحبخش، 1383). با توجه به مزایای شیوه‌ی کتاب درمانی می‌توان از این شیوه در آموزش به زوجین، خانواده‌ها و هم‌چنین آموزش‌های پیش از ازدواج استفاده نمود. به علاوه با توجه به اینکه آموزش مهارت‌های ارتباطی از طریق برگزاری کارگاه‌ها و یا

جلسات مشاوره فردی مستلزم صرف وقت و هزینه می‌باشد کتاب درمانی می‌تواند راهی برای جبران این مسئله باشد.

1-4 اهداف تحقیق:

در این پژوهش به دنبال دستیابی به یک هدف هستیم و آن عبارتست از:

1- تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر شیوه‌ی کتاب درمانی برافزایش رضایت زناشویی زوجین .

1-5 فرضیه‌های تحقیق:

- آموزش مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر شیوه‌ی کتاب درمانی در افزایش رضایت زناشویی زوجین موثر است.
- آموزش مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر شیوه‌ی کتاب درمانی در کاهش تعارضات زوجین موثر است.
- آموزش مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر شیوه‌ی کتاب درمانی در افزایش رضایت جنسی زوجین موثر است.
- آموزش مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر شیوه‌ی کتاب درمانی در افزایش رضایت زوجین در زمینه‌ی ارتباط با یکدیگر موثر است.

1-6 تعاریف واژه‌ها و اصطلاحات

1-6-1 تعاریف مفهومی:

رضایت زناشویی: رضایت زناشویی رامیتوان خشنودی زناشویی ، فقدان بد کاری ، رضایت در هر دو طرف و ادراک کلی از موفقیت رابطه ی زناشویی تعریف کرد (چانگ، 2008) .

ارتباط: عبارتست از فن انتقال پیام ، علامت و معنی و نظایر آن از یک محل به محل دیگر (پور افکاری ، 1382) .

تعارض: فرآیندی بین فردی است که زمانیکه اقدامات،اهداف،برنامه هاوآرزوهای یک فردبافرد دیگر تداخل پیدامیکند رخ میدهد(بیسون،2009).

رابطه جنسی: مجموعه‌ی خاصی از روابط است که در زمینه‌ی رفتارهای جنسی میان زوجین وجود دارد (هندریک،1994؛ نقل از نقوی شاهکوه، 1387).

کتاب درمانی : کتاب درمانی به عنوان استفاده از کتاب برای حل مشکلات تعریف می شود (آیکس 1993؛ به نقل از شین، 2007).

1-6-2 تعاریف عملیاتی

رضایت زناشویی: در این پژوهش منظور از رضایت زناشویی نمره‌ای است که از پرسشنامه ی انریچ بدست می‌آید.

ارتباط: در این پژوهش منظور از ارتباط نمره‌ای است که از خرده مقیاس ارتباط در پرسشنامه ی انریچ بدست می‌آید.

حل تعارض: در این پژوهش منظور از حل تعارض نمره‌ای است که از خرده مقیاس حل تعارض در پرسشنامه ی انریچ بدست می‌آید.

رابطه‌ی جنسی: در این پژوهش منظور از رابطه‌ی جنسی نمره‌ای است که از خرده مقیاس مربوط به رابطه‌ی جنسی در پرسشنامه ی انریچ بدست می‌آید.

کتاب درمانی: جزوه‌ای است حاوی مهارت‌های ارتباطی که از منابع گوناگون اقتباس شده است و در اختیار اعضای نمونه قرار داده شده است . مولفه های این جزوه عبارتند از : تعریف ارتباط ، تعریف مهارت‌های ارتباطی ، ضرورت یادگیری ارتباط ، ماهیت ارتباط رضایت بخش ، پایه های ارتباط ، اصول