

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه علامه طباطبائی
دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی
گروه مشاوره

پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد رشته‌ی مشاوره مدرسه

اثر بخشی آموزش مهارت های ارتباطی بر تحول بلوغ عاطفی دانشجویان

در آستانه ازدواج

استاد راهنما:

دکتر احمد اعتمادی

استاد مشاور:

دکتر ابوالفضل کرمی

استاد داور:

دکتر معصومه اسماعیلی

پژوهشگر:

حکمت کارگر

بهمن ماه ۱۳۸۹

کلیه حقوق مادی مرتبت بر نتایج مطالعات، ابتکارات
و نوآوری های ناشی از تحقیق موضوع این پایان نامه
متعلق به دانشگاه علامه طباطبایی است.

تقدیر و تشکر

در آغاز خدای بزرگ را شاکرم که توان گام نهادن در راه تحصیل علم و دانش را به من عطا فرمود.

از جناب آقای دکتر احمد اعتمادی استاد راهنمای محترم پایلن نامه کمال تشکر را دارم. همراهی های ایشان در طول انجام رساله بی گلی را بهم بود.

ارج می نهم زحمات دکتر ابوالفضل کرم می استاد مشاور محترم پایلن نامه که مشاوره های ارزشمندشان در پربار شدن هر چه بشتره پایلن نامه نقشی سزا داشت.

همچنین از سرکار خانم دکتر معصومه اسماعیلی که صداقت و مهربانی ایشان وصف نپذیر؛ و زحمت داور می این کار را پذیرفتند، کمال تشکر را دارم.

تقدیم بہ

دستان زحمت کش پدرم و نگاہ ہای نگران مادرم

و بہ آوای آہ بہاران

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی میزان اثربخشی آموزش مهارت های ارتباطی بر تحول بلوغ عاطفی دانشجویان دختر در آستانه ازدواج شهر ابرکوه در سال تحصیلی ۸۹-۱۳۸۸ بوده است. فرضیه اصلی این پژوهش عبارت بود از اینکه آموزش مهارت های ارتباطی بر تحول بلوغ عاطفی دانشجویان دختر موثر است. ابزاری که در این پژوهش مورد استفاده قرار گرفت، مقیاس بلوغ عاطفی (EMS) بود که در ایران توسط مهرانی (۱۳۸۶) هنجاریابی شده است. طبق گزارش وی پایایی این آزمون بر اساس روش آلفای کرونباخ و بازآزمایی به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۶۱ و روایی آن از طریق روایی صوری محاسبه شده است. جامعه پژوهش حاضر شامل کلیه دانشجویان دختر در آستانه ازدواج (نامزد و عقد کرده) شهر ابرکوه در سال تحصیلی ۸۹-۱۳۸۸ بودند. نمونه گیری در این پژوهش به شکل تصادفی صورت گرفته است، بدین ترتیب که از میان دانشجویان ۲۶-۲۱ ساله در آستانه ازدواج، آزمون بلوغ عاطفی گرفته شد و از میان کسانی که در این آزمون نمره ای بین ۱۰۶-۸۹ (نشان دهنده بی ثبات بودن از لحاظ عاطفی) کسب نمودند، به شکل تصادفی ۳۰ نفر انتخاب شدند و در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. سپس گروه آزمایش در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای در برنامه آموزش مهارت های ارتباطی شرکت کردند. پس از اجرای آموزش از تمامی دو گروه گواه و آزمایش پس آزمون به عمل آمد، داده ها توسط آزمون T مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتیجه پژوهش نشان داد که شیوه آموزش مهارت های ارتباطی بر بلوغ عاطفی دانشجویان موثر بوده است.

واژه های کلیدی: مهارت های ارتباطی، بلوغ عاطفی، دانشجویان در آستانه ازدواج

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

فصل اول: کلیات پژوهش

۱.....	مقدمه.....
۱.....	بیان مسئله.....
۳.....	اهمیت و ضرورت پژوهش.....
۴.....	فرضیه های پژوهش.....
۴.....	هدفهای پژوهش.....
۵.....	تعاریف مفهومی و عملیاتی.....

فصل دوم: ادبیات پژوهش

۸.....	مقدمه.....
۸.....	مفهوم بلوغ عاطفی.....
۹.....	ویژگیهای بلوغ عاطفی.....
۱۳.....	محلها و مراحل دستیابی به بلوغ عاطفی.....
۱۵.....	تفاوت بلوغ عاطفی و هوش هیجانی.....
۱۶.....	بررسی بلوغ عاطفی از دیدگاه های روانشناختی.....
۱۷.....	دیدگاه های مختلف در مورد بلوغ عاطفی.....
۱۷.....	نظریه های تعارضی درباره بلوغ عاطفی.....
۱۷.....	نظریه های روانی-اجتماعی مبتنی بر تعارض.....
۱۷.....	دیدگاه زیگموند فروید.....
۱۸.....	دیدگاه اریک اریکسون.....
۱۹.....	نظریه های روانی-دروری مبتنی بر تعارض.....
۱۹.....	دیدگاه اتورانگ.....
۲۰.....	دیدگاه رولومی.....
۲۰.....	نظریه های مبتنی بر تکمیل درباره بلوغ عاطفی.....
۲۰.....	نظریه های تکمیل-تحقیق.....
۲۱.....	دیدگاه کارل راجرز.....

۲۱	دی‌گاه آبراهام مزلو
۲۲	نظریه های مبتنی بر تکمیلی-کمال
۲۲	دی‌گاه گوردون آلپورت
۲۳	دی‌گاه آلفرد آدلر
۲۴	دی‌گاه اریک فروم
۲۴	دی‌گاه آلبرت الیس
۲۵	ارتباط
۲۶	مهارت های ارتباطی
۲۷	اهمیت یادگیری مهارت های ارتباطی
۲۹	ماهیت ارتباط رضایت بخش
۳۰	اجزای فرایند ارتباط
۳۰	اصول ارتباط
۳۱	سبک های ارتباطی
۳۲	انواع مهارت های ارتباطی
۳۳	مهارت های گوش دادن
۳۴	گوش دادن فعال
۳۶	مجموعه مهارت های گوش دادن
۳۶	مهارت های توجه کردن
۳۷	مهارت های بی‌گویی
۳۸	مهارت های انعکاسی
۴۰	موانع گوش دادن
۴۱	مهارت های نظری
۴۳	موانع ارتباطی
۴۴	طفته های پژوهشی در ارتباط با موضوع پژوهش
۴۵	طفته های پژوهشی داخلی
۴۸	طفته های پژوهشی خارج از کشور

فصل سوم: روش تحقیق

مقدمه.....	۵۲
طرح کلی پژوهش.....	۵۲
جامعه آماری.....	۵۲
نمونه و روش نمونه گیری.....	۵۲
متغیرهای پژوهش.....	۵۳
ابزار پژوهش.....	۵۳
شیوه اجرای پژوهش.....	۵۶
خلاصه جلسات آموزشی.....	۵۷
روش تجزیه و تحلیل آماری.....	۵۷

فصل چهارم: یافته های تحقیق

مقدمه.....	۵۹
توصیف آماری.....	۵۹
تحلیل های مربوط به فرضیه های پژوهش.....	۷۳

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

مقدمه.....	۸۰
تبیین یافته های پژوهش.....	۸۰
محدودیت های پژوهش.....	۸۹
پیشنهادات پژوهش.....	۸۹
پیشنهادات کاربردی.....	۹۰
منابع و مأخذ.....	۹۱

پیوست

فهرست جداول

عنوان	صفحه
جدول ۱ مقوله های هوش هیجاری.....	۱۵
جدول ۲ سیمای کلی پژوهش.....	۵۲
جدول ۳ حجم و میانگین سنی گروه ها.....	۵۳
جدول ۴ تفسیری نمرات مقیاس بلوغ عاطفی.....	۵۴
جدول ۵ همساری دروری مقیاس بلوغ عاطفی.....	۵۵
جدول ۶ خلاصه ساختار جلسات آموزشی.....	۵۷
جدول ۷ توصیف سن آزمودنی ها.....	۵۹
جدول ۸ توصیف آماری نمرات خام تحول بلوغ عاطفی.....	۶۱
جدول ۹ توصیف آماری نمرات خام عدم ثبات عاطفی.....	۶۳
جدول ۱۰ توصیف آماری نمرات معطر بازگشت عاطفی.....	۶۵
جدول ۱۱ توصیف آماری نمرات معطر ناسازگاری اجتماعی.....	۶۷
جدول ۱۲ توصیف آماری نمرات معطر فروپاشی شخصیت.....	۶۹
جدول ۱۳ توصیف آماری نمرات معطر فقدان استقلال.....	۷۱
جدول ۱۴ نتایج آزمون t برای نمرات اختلافی تحول بلوغ عاطفی گروه گواه و آزمائش.....	۷۳
جدول ۱۵ نتایج آزمون t برای نمرات اختلافی معطر عدم ثبات عاطفی گروه گواه و آزمائش.....	۷۴
جدول ۱۶ نتایج آزمون t برای نمرات اختلافی بازگشت عاطفی گروه گواه و آزمائش.....	۷۵
جدول ۱۷ نتایج آزمون t برای نمرات اختلافی سازگاری اجتماعی گروه گواه و آزمائش.....	۷۶
جدول ۱۸ نتایج آزمون t برای نمرات اختلافی فروپاشی شخصیت گروه گواه و آزمائش.....	۷۷
جدول ۱۹ نتایج آزمون t برای نمرات اختلافی فقدان استقلال گروه گواه و آزمائش.....	۷۸

فهرست نمودارها

صفحه	عنوان
۶۰.....	نمودار ۱ توزیع سن به تفکیک گروه ها.....
۶۲.....	نمودار ۲ نمرات حول بلوغ عاطفی به تفکیک گروه ها.....
۶۴.....	نمودار ۳ نمرات ثبات عاطفی به تفکیک گروه ها.....
۶۶.....	نمودار ۴ نمرات بازگشت عاطفی به تفکیک گروه ها.....
۶۸.....	نمودار ۵ نمرات ناسازگاری اجتماعی به تفکیک گروه ها.....
۷۰.....	نمودار ۶ نمرات فروپاشی شخصیت به تفکیک گروه ها.....
۷۲.....	نمودار ۷ نمرات فقدان استقلال به تفکیک گروه ها.....

فصل اول

کلیات پژوهش

مقدمه

آماده ساختن افراد برای ایفای نقش ها و مسولیت های خانوادگی امر تازه ای نیست . از آنجایی که انسان ها دانش درونی در مورد رشد بشر و زندگی خانوادگی ندارند . باید آنرا از جایی بیاورند . این یادگیری ها نه تنها می توانند از بروز آسیب های درون خانواده پیشگیری کنند، بلکه ممکن است سبب ارتقای کیفیت زندگی خانوادگی شوند (لطف آبادی، ۱۳۸۰).

بعضی از این انتقالات دانش تجربی طی رویدادهای طبیعی مانند بلوغ با طی مراسم آیین ها رخ می دهند. اما اغلب آنها به شکل غیر رسمی در سطح خانواده آموزش داده می شوند . به عنوان مثال اعضای خانواده مشارکت و نظارت در فعالیت ها و تعاملات خانواده را به گونه ای غیرمستقیم می آموزند. در جوامع نسبتاً ساده و ابتدایی خانواده قادر به آموزش اعضا در جهت انطباق آنها با تغییرات جدید حادث شده است، یعنی به دختر و پسر که می خواهند ازدواج کنند بسیاری از مسولیت ها، نقش ها و رفتارها از طرف خانواده منتقل می شود و نحوه ارتباط با همسر و حتی با خانواده همسر به صورت غیررسمی آموزش داده می شود. اما در جوامع پیشرفته و صنعتی به دلیل تغییرات سریع، پیشرفت تکنولوژی، تغییر نقشها و آموزش های نسل گذشته ضمن اینکه به آسانی امکان پذیر نیست، کافی و مناسب نیست. این تغییرات اجتماعی سریع و عدم انطباق دانش و مهارت های لازم می تواند سبب فشار در افراد خانواده گردیده و در نتیجه موجب گسستگی و یا مشکلات خانواده شود (اصلائی، ۱۳۸۳).

به عقیده کerkendal^۱ به موازات صنعتی شدن و شهری شدن جوامع، مشکلات شخصی خانواده ها مانند طلاق، مشاجره و اختلاف نظر بین والدین و فرزندان و یا تغییر در نقش های زنشویی و خانوادگی افزایش می یابد و درست به همین دلیل تلاش در جهت تقویت هر چه بیشتر نهاد خانواده از سوی مؤسسات، کاملاً مشهود است. با گذشت زمان این تلاش ها مسنجم تر و سازمان یافته تر شده و به پی ریزی حرکت هایی انجامیده است که از جمله این حرکتها می توان به آموزش زندگی خانواده، مهارت های زندگی، برنامه غنی سازی ازدواج و... اشاره کرد. هدف کلی این حرکتها ایجاد فرصت های آموزشی، ارتقای سطح کیفی زندگی خانوادگی و کاهش مشکلات اجتماعی خانواده هاست (فتی، ۱۳۸۵).

علیرغم وجود اتفاق نظر درباره ی ضرورت آموزش ها، درباره ی محتوی این آموزش ها و نحوه ی انجام آن اتفاق نظر کمتری وجود دارد. یک جهت گیری عمده که بویژه در سالهای اخیر توجه روان شناسان را به خود جلب کرده است، آموزش مهارت های زندگی با تأکید ویژه بر مهارت های ارتباطی است.

بیان مسئله

خانواده یکی از ابتدایی ترین اشکال شناخته شده زندگی اجتماعی انسان می باشد که از بدو پیدایش انسان در کره زمین تاکنون وجود داشته است. خانواده به عنوان یک سیستم اجتماعی، شامل گروهی از افراد است که از طریق ازدواج، تولید مثل و پرورش فرزندان با هم زندگی می کنند. این سیستم و سازمان اجتماعی در طول تاریخ، نقش حیاتی برای رشد

^۱ - Kerkendal

و پیشرفت و اجتماعی شدن نوع انسان ایفا کرده است. خانواده بدون شک مهم ترین سازمانی است که بستر ساز رشد و رفاه جسمی، روانی و اجتماعی کودک و عامل رسیدن وی به تعادل فیزیکی، روانی و اجتماعی است (بولتون؛ ترجمه شاه ولی، ۱۳۸۲).

اگر چه قدمت خانواده به پیدایش انسان می‌رسد، اما کارکرد اساسی خانواده یعنی ادامه نسل انسان، به وسیله ازدواج تأمین می‌گردد و با توجه به اینکه ازدواج مقدمه تشکیل خانواده است، بنابراین نهاد ازدواج مقدم بر خانواده خواهد بود. ازدواج یکی از پیچیده ترین روابط انسانی است که بنیان خانواده بر آن استوار است. پیوند زناشویی به عنوان کنشی با هدف های متعدد و مشترک حول محورهای زیستی، عاطفی، اقتصادی و اجتماعی شکل می‌گیرد، لذا به عنوان پدیده‌ای کاملاً عمومی در حیات اجتماعی همه جوامع مورد تحلیل و بررسی قرار گرفته است (مهدیزادگان و آتش پور، ۱۳۸۰).

این نظام اجتماعی کوچک خانواده همواره در حال تحول می‌باشد و دوره‌های مختلفی از تحول را طی می‌کند و در هر مرحله روابط زوجها با همدیگر حالت خاصی به خود می‌گیرد (فرحبخش و شفیع آبادی، ۱۳۸۵).

موفقیت در ازدواج حاصل عوامل گوناگونی است: ازدواج به موقع، همانندی‌های شخصیتی، شیوه‌های مناسب ارتباطی، پافشاری بر تعهدات زندگی خانوادگی، رشد و بلوغ عاطفی، جسمی و روانی و برخورداری از امکانات شغلی و مالی و رفاهی را می‌توان از عوامل مهم به شمار آورد. از طرف دیگر کم تحرکی و ناپختگی همسران جوان، مشکلات مربوط به پذیرش هویت متفاوت طرف مقابل، خصوصیات متفاوت در خانواده و دخالت‌های بی‌مورد والدین و انتظارات بی‌جای آنان از همسران جوان و کمبودهای مالی و شغلی و تدارک وسایل زندگی و مسکن بر مشکلات این جوانان پیچیده می‌افزاید و شاید ناشی از عدم بلوغ عاطفی باشد (لطف‌آبادی، ۱۳۸۰). مفهوم رفتار عاطفی بالغ در هر سطحی حاصل رشد طبیعی عاطفی است. شخصی قادر به کنترل عواطف خویش است که تأخیر در ارضا را تحمل کند بدون این که تأسف بخورد و رنج بکشد (صفارپور، ۱۳۸۵).

همان طور که گفته شد یکی از مهم ترین عوامل موفقیت در زندگی زناشویی، رشد و بلوغ عاطفی است. البته واضح است که درجه رشد عاطفی فقط به سن شناسنامه‌ای بستگی ندارد، بلکه سن روانی، اجتماعی و عاطفی و سن جسمانی همه از عوامل موثر در پختگی و بلوغ است. اگر این عوامل منتفی باشد، بهترین سن برای ازدواج بیست و پنج سالگی برای مرد و بیست دو سالگی برای زن است. شخصی که رشد عاطفی کرده است، در مورد همسر و فرزند و دوستان و مشکلات زندگی نظریه واقع بینانه‌ای دارد. او دارای فلسفه زندگی معینی است که براساس آن می‌تواند از بحران‌های دائمی زندگی جلوگیری کند. او به پیشرفت‌های فعلی خود متکی است و زیاد به گذشته خود، هرچند هم باشکوه بوده باشد، اتکا ندارد. در ضمن، به مطالبی از قبیل امور جنسی، عشق، ازدواج و تربیت کودک با روشنفکری می‌نگرد، چنین شخصی قدرت کنترل احساسات و عواطف خود را دارد (شاملو، ۱۳۸۳).

یکی دیگر از عوامل موفقیت آمیز در زندگی زناشویی شیوه‌های مناسب ارتباطی بین زوجین می‌باشد. برقراری روابط مطلوب و مناسب نقش بسیار مهمی در سلامت روحی و روانی افراد و در نهایت در احساس رضایت از زندگی و کار ایفا می‌نماید. همچنین باید دانست که چنانچه فرد از برقراری روابط مطلوب و مناسب و یا حتی روابط عادی با دیگران عاجز و ناتوان باشد، این امر سلامت روانی فرد و رضایت خاطر وی از شغل و زندگی را به خطر می‌اندازد (خالقیان، ۱۳۸۳).

ارتباط سالم برای پرورش یک خانواده بسیار حیاتی است، برای همسرانی که از توانایی مهارت ه ای ارتباطی برخوردارند، پدر و مادر بودن از بهترین و لذت بخش ترین تج ربه زندگی شان خواهد بود. آنگاه که والدین دارای مهارت بسنده برای ایجاد ارتباطات مناسب در محیط خانواده نباشند، در نتیجه آن نگرانی شدید و انزوا و تنهایی برای آنان و فرزندان می باشد (فینچام؛ ترجمه قراچه داغی، ۱۳۸۲).

اکثر افراد در آستانه ازدواج، امید زیادی به آینده دارند. آنها احساس می کنند که عشق همه چیز را تسخیر خواهد کرد و رابطه شان خیلی مثبت، عاشقانه و عالی باقی خواهد ماند و هیچ چیز این رابطه را خراب نخواهد کرد. آنها می خواهند با هم کامل شوند و زندگی سعادت مندی داشته باشند. چگونه می توان تضمین کرد که آنان در رابطه ای خسته کننده و کسل کننده قرار نخواهد گرفت (خمسه، ۱۳۸۲).

بالتبع با توجه به سطور بالا، به اهمیت و نقش ارتباطات و مهارت های ارتباطی در زندگی و رشد و بلوغ عاطفی به عنوان عوامل یک زندگی موفقیت آمیز پی خواهیم برد، اما آنچه این پژوهش را از پژوهشهای گذشته جدا کرده، پاسخ به این سؤال است که آیا از طریق آموزش مهارت های ارتباطی می توان تحولی در بلوغ عاطفی دانشجویان در آستانه ازدواج ایجاد کرد؟

اهمیت و ضرورت پژوهش

از لحاظ نظری خانواده واحد اجتماعی است که وجود آن برای رشد و تحول اعضای مختلف خود و جامعه ضروری است. نخستین گام به منظور بهبود بخشیدن به روابط خانوادگی سالم، برنامه های آموزشی و پیشگیری زود هنگام است، بدون مراقبت، آموزش و آگاه سازی اعضای این واحد اجتماعی مهم، رشد و تحول عاطفی، فکری، انگیزشی و فرایندهای یادگیری که لازمه سازگاری و انطباق پویا در درون نظام خانواده و بیرون از آن به شمار می رود، امکان پذیر نخواهد بود و اعضا در نظام خانواده دچار نابهنجاری هایی خواهد شد (خمسه، ۱۳۸۲).

شایع ترین مشکلی که توسط زوجهای ناراضی مطرح می شود عدم موفقیت در برقراری ارتباط است. برآوردها نشان می دهند که در حدود ۹۰ درصد از زوج های درمانده مشکلات ارتباطی را به عنوان یک مشکل عمده در روابط خود معرفی می کنند (برنشتاین و برنشتاین؛ ترجمه سهرابی، ۱۳۸۲).

از جمله دلایل دیگر توجه به مهارت های ارتباطی این است که ممکن است عد های از جمعیت های سالم در اثر تکرار و تداوم فراوانی رفتارهای انفعالی و عدم داشتن مهارتهای ارتباطی به مرور زمان در زمره جمعیت های مشکل دار قرار گیرند (اسماعیل زاده، ۱۳۸۳). از سوی دیگر مسئله بلوغ عاطفی مسئله ای است مهم که اگر افراد به آن توجه نکنند ممکن است در زندگی آینده مشترکشان با فرد دیگری به مشکل برخورد کنند مسلماً کسی که از نظر عاطفی به سطحی از رشد و بلوغ نرسیده است نمی تواند زندگی مسالمت آمیزی را با فرد دیگری داشته باشد، زیرا که او هنوز تسلطی بر عواطف و احساسات خود ندارد و اینکه نمی داند چگونه آنها را کنترل کند (صفاریور، ۱۳۸۵). مطالب بیان شده نشان دهنده اهمیت مهارت های ارتباطی و بلوغ عاطفی در زندگی زناشویی می باشد.

آمار بالای طلاق در بسیاری از کشورهای جهان از دیگر دلایل اهمیت موضوع است، نرخ طلاق تنها یک جنبه از جمعیت کل زوجینی را که مشکلات ارتباطی دارند نشان می دهند. سایر زوجین مشکلات ارتباطی دارند اما بنا به دلایلی

تصمیم می‌گیرند به زندگی در کنارهم ادامه دهند (هیمن، ویس، ۱۹۹۷، اولیری، بویچ، ۱۹۸۶، نقل از هالفورد، ترجمه تبریزی، ۱۳۸۷).

از طرف دیگر، بی‌تردید مطلوب‌ترین زمان ازدواج که بهترین بهره‌وری را بدنبال دارد دوره جوانی است، آمار جهانی در کشورهای پیشرفته نشان دهنده میانگین سن ازدواج در مردان ۲۵ و در زنان ۲۲ سال است و در این حدود زمانی است که معمولاً دوره دانشگاهی طی می‌شود. ورود جوانان به دانشگاه گرچه شروع آموختن برای بهره‌وری تخصصی آتی در جامعه بوده و دانشجو را با اشتغال خاطر و مسئولیت‌های جدیدی روبرو می‌سازد اما طبیعت سنی و نیاز به تأمین بهداشتی روانی و احتراز از هرگونه خدشه به مسئولیت‌های مورد انتظار دانشجویان فعلی و متخصصان فردای جامعه مستلزم نشویق آنان به ازدواج البته با ذهنی آگاه و نیک آموخته می‌باشد (احمدی، ۱۳۷۶).

لذا یافته‌های حاصل از این تحقیق می‌تواند در پیشگیری از طلاق، بالا بردن سطح آگاهی و مهارت‌های ارتباطی دانشجویان در آستانه ازدواج تدوین و تنظیم یک برنامه منظم آموزش مهارت‌های ارتباطی و همچنین فراهم ساختن زمینه‌ای جهت مفاهیم بیشتری پیرامون تحول بلوغ عاطفی در افراد در آستانه ازدواج موثر باشد.

فرضیه‌های پژوهش

فرضیه اصلی

آموزش مهارت‌های ارتباطی بر تحول بلوغ عاطفی دانشجویان در آستانه ازدواج تاثیر معناداری دارد.

فرضیه‌های فرعی

- آموزش مهارت‌های ارتباطی بر ثبات عاطفی دانشجویان در آستانه ازدواج تاثیر معناداری دارد.
- آموزش مهارت‌های ارتباطی بر بازگشت عاطفی دانشجویان در آستانه ازدواج تاثیر معناداری دارد.
- آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سازگاری اجتماعی دانشجویان در آستانه ازدواج تاثیر معناداری دارد.
- آموزش مهارت‌های ارتباطی بر فروپاشی شخصیت دانشجویان در آستانه ازدواج تاثیر معناداری دارد.
- آموزش مهارت‌های ارتباطی بر استقلال دانشجویان در آستانه ازدواج تاثیر معناداری دارد.

هدفهای پژوهش

- تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر تحول بلوغ عاطفی دانشجویان در آستانه ازدواج در شهر ابرکوه.
- تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، سازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و استقلال عاطفی دانشجویان در آستانه ازدواج در شهر ابرکوه.

تعاریف مفهومی و عملیاتی واژه ها و اصطلاحات

تعاریف مفهومی

مهارت های ارتباطی: مهارت‌های هستند که به وسیله آنها افراد می‌توانند درگیر تعامل‌های بین فردی و فرایند ارتباط شوند، یعنی فرایندی که در طی آن اطلاعات، افکار و احساس‌های خود را از طریق مبادله پیام‌های کلامی و غیر کلامی با یکدیگر در میان می‌گذارند (هاريجه و دیکسون، ۱، ۲۰۰۴).

بلوغ عاطفی: بلوغ عاطفی به وسیله هابر این گونه تعریف میشود: توانایی هدایت کردن زندگی براساس ارزشها و اعتقادات، شناخت فرایندهای عاطفی، تاب آوری در مقابل مشکلات و فشارها (به نقل از کلیور، ۲۲۰۰۹).

ثبات عاطفی: اصطلاحی با کاربرد تکنیکی و غیر تکنیکی برای مشخص نمودن حالت شخصی که از نظر هیجانی پخته و بالغ است و واکنش‌های هیجانی او متناسب موقعیت و در موقعیت‌های مشابه یکنواخت است (پور افکاری، ۱۳۸۶).

بازگشت عاطفی: در برگیرنده مواردی چون احساس حقارت، بی‌قراری، خصومت، پرخاشگری و خودمداری است (سینگ و بهارگاوا؛ ترجمه کرمی، ۱۳۷۸).

ناسازگاری اجتماعی: ناتوانی در مواجهه با خواسته‌های اجتماع و برقراری ارتباط با آن و نداشتن قابلیت انطباق اجتماعی است (شعاری نژاد، ۱۳۷۴).

فروپاشی شخصیت: به کارگیری افراطی مکانیسم‌های دفاعی از جمله واکنش‌سازی و دلیل تراشی، بدبینی، احساس حقارت، پرخاشگری و داشتن احساس وارونه نسبت به واقعیت است (سینگ و بهارگاوا، ترجمه کرمی، ۱۳۷۸).

استقلال: عبارت است از توانایی خود هدایت‌گری و خودکنترلی در تفکر و عمل و عدم وابستگی. افراد مستقل افرادی خوداتکا در برنامه ریزی و تصمیم‌گیری‌های مهم هستند (بار- آن، ۱۹۷۷، به نقل از حسینی، ۱۳۸۵).

تعاریف عملیاتی

مهارت های ارتباطی: در این پژوهش، الگوی آموزشی حاوی مهارت‌های ارتباطی است که از منابع گوناگون اقتباس شده است و به اعضای گروه آزمایش آموزش داده می‌شود.

بلوغ عاطفی: عبارت از نمره ای است که هر آزمودنی از مقیاس بلوغ عاطفی (EMS) ۱ سینگ و بهارگاوا کسب خواهد کرد.

^۱ -Harigie & Dikson.

^۲ - Kellever, PH.

ثبات عاطفی: عبارت از نمره ای که هر آزمودنی از خرده مقیاس ثبات عاطفی در مقیاس بلوغ عاطفی سی‌نگ و بهار گاوا کسب خواهد کرد.

بازگشت عاطفی: نمره ای که هر آزمودنی از خرده مقیاس بازگشت عاطفی در مقیاس بلوغ عاطفی سی‌نگ و بهار گاوا کسب خواهد کرد.

ناسازگاری اجتماعی: نمره ای که هر آزمودنی از خرده مقیاس ناسازگاری اجتماعی در مقیاس بلوغ عاطفی سی‌نگ و بهار گاوا کسب خواهد کرد.

فروپاشی شخصیت: نمره ای که هر آزمودنی از خرده مقیاس فروپاشی شخصیت در مقیاس بلوغ عاطفی سی‌نگ و بهار گاوا کسب خواهد کرد.

استقلال: نمره ای که هر آزمودنی از خرده مقیاس استقلال در مقیاس بلوغ عاطفی سی‌نگ و بهار گاوا کسب خواهد کرد.

دانشجویان در آستانه ازدواج: در این تحقیق جوانانی هستند که در سنین ۲۱ تا ۲۶ سال قرار دارند و همینطور در مرحله نامزدی یا عقد به سر می‌برند. انتخاب این گروه سنی به عنوان افراد در آستانه ازدواج از آن جهت است که آمارگیری‌های انجام شده، بیشترین میانگین سنی افراد در آستانه ازدواج را در بین این سنین نشان داده‌اند.

^۱ - Emotional Maturity Scale.

فصل دوم

ادبیات پژوهش

مقدمه

در هر پژوهشی مبانی نظری و طرح دیدگاههای نظریه پردازان از اهمیت ویژه ای برخوردار است. یکی از جنبه‌های عمده و ضروری در هر پژوهشی مطالعه منابع مربوط به موضوع مورد تحقیق است. در این راستا در این فصل ابتدا به بررسی مبانی نظری متغیرهای مورد پژوهش پرداخته می‌شود و سپس پیشینه پژوهشی تحقیق مورد بررسی قرار می‌گیرد.

مفهوم بلوغ عاطفی

از نظر والتردی اسمیت سون (۱۹۷۴؛ به نقل از صفارپور، ۱۳۸۵) بلوغ عاطفی جریانی است که طی آن شخصیت فرد مداوماً برای احراز بیش از پیش سلامت عاطفی، از لحاظ روانی و فردی می‌کوشد. کاپلان^۱ و بارون^۲ (به نقل از صفارپور، ۱۳۸۵) خصوصیات شخصی را که از لحاظ عاطفی بالغ است بررسی کرده و می‌گویند: او قابلیت مقاومت در برابر تاخیر در ارضای نیازها را دارد. او توان تحمل میزان معقول ناکامی را دارد. او به طرح و نقشه درازمدت معتقد است و می‌تواند توقعات خویش را بر مبنای اقتضای موقعیت به تعویق اندازد یا در آن تجدیدنظر نماید. فردی که از لحاظ عاطفی بالغ است توان سازگاری موثر با خود، اعضای خانواده، همسالان، جامعه و فرهنگ خویش را دارا است. اما بلوغ صرفاً به معنای قابلیت نگرش و عمل خاص نیست، بلکه توانایی لذت کامل از آنها را هم شامل می‌شود.

از نظر گلن بلوغ عاطفی یعنی آگاهی داشتن نسبت به احساسات خود در زمان بروز آنها. این آگاهی نسبت به احساسات، توانایی عاطفی اساسی است که دیگر توانایی‌ها از قبیل خویشتن داری عاطفی، بر پایه آن بنا می‌شود (پارسا، ۱۳۸۰).

از نظر کول^۳ (۱۹۹۴) برجسته ترین علامت بلوغ عاطفی توانایی تحمل تنش است. و یک علامت دیگر، بی تفاوتی به برخی از انواع محرکات است که بر فرد اثر می‌گذارد و او را بی حوصله یا دستخوش احساسات می‌نماید. به علاوه شخص بالغ از نظر عاطفی پیوسته دارای گنجایش شادی و تفریح است. او از کار و تفریح، هردو لذت می‌برد و توازن بین آنها را حفظ می‌نماید (سینگ و بهار گاو؛ ترجمه کرمی، ۱۳۷۸).

مرلر (به نقل از مهرانی، ۱۳۸۶) بلوغ عاطفی را توانایی، تمایل و رفتار کاملاً مسئولانه و متعهد بودن در قبال نگرش‌ها، احساسات و اعمال فرد می‌داند. به نظر او بلوغ عاطفی یعنی داشتن آگاهی بیشتر از انتخاب‌هایمان و اثرات آن انتخابها. افزایش شناخت، پذیرش و مالکیت آن چیزی که در مورد خود و رفتارمان نمی‌پذیریم یا انکار می‌کنیم.

^۱ - Caplan
^۲ - Baron
^۳ - Cole