

اثربخشی آموزش مهارت‌های کلامی با تأکید بر منابع اسلامی بر بهبود عملکرد خانواده

The Effect of Teaching Verbal Skills on Improvement of Family Functioning, with an Emphasis on Islamic Sources

محمد سلیمی / کارشناس ارشد راهنمایی و مشاوره، مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت؛
محمد رضا سالاری فر / استادیار گروه روان‌شناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه؛
مهدی جعفری / کارشناس ارشد راهنمایی و مشاوره، مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت؛

Muhammad Salimi / M.A. in Guidance and Consultation, HIEE. Mohammad2617@yahoo.com

Muhammad Reza Salari-far / Assistant Professor in Department of Psychology, RIHU.

Mahdi Ja'fari / M.A. in Guidance and Consultation, HIEE.

Abstract

Marriage has been described as the most important and most basic human relationship. This is because it prepares the ground for family relations and nurturing the future generation. On the other hand, the best device for humans' relations is verbal interaction, because humans can communicate their needs and requests through it. The present study aims at investigating the effect of teaching verbal skills on family functioning with an emphasis on Islamic sources. The method used was an experiment based on pretest and posttest with a control group. The participants Answered McMaster Family Assessment Device questionnaire. The statistical population of this study were

چکیده

ازدواج مهم‌ترین و اساسی‌ترین رابطه بشری توصیف شده است؛ زیرا بنای رابطه خانوادگی و تربیت نسل آینده را فراهم می‌سازد. از طرفی بهترین وسیله ارتباط انسان‌ها گفت‌وگو و مرادفات کلامی است؛ زیرا انسان‌ها می‌توانند از این راه نیازها و خواسته‌های خود را به یکدیگر انتقال دهند. هدف از این پژوهش بررسی میزان اثربخشی آموزش مهارت‌های کلامی با تأکید بر منابع اسلامی بر سطح عملکرد خانواده است. روش انجام این پژوهش از نوع آزمایشی در قالب طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. شرکت‌کنندگان در این پژوهش به پرسش‌نامه عملکرد خانواده مک‌مستر پاسخ دادند. جامعه آماری این پژوهش از طریق نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای از میان تمام زنان متأهل منطقه ۱۵ شهر تهران که از سطح عملکرد خانوادگی

selected, through cluster random sampling, from among all married women in district 15 of Tehran city, who were not content with their level of family functioning. The data collected were investigated through inferential covariance analysis. The findings show that teaching verbal skills based on Islamic sources is effective in improving the level of family functioning as well as subscales of problem-solving, communication, family roles, affective responsiveness, affective involvement, behavior control, and general functioning. Besides, the results show that demographic variables, education, age and age of marriage were not effective in heightening the level of family functioning. Thus, the teaching package could cause positive changes in the process of relationship of couples and family functioning by intervening and altering the couple's level of familiarity with religious models of verbal and non-verbal behavior in interacting with one another and achieving the best style of relationship – i.e. the explicit and respectful style.

Keywords: Islamic teachings, verbal skills, family functioning, women

خود رضایت نداشتند، انتخاب شدند. داده‌های به‌دست‌آمده با روش آمار استنباطی تحلیل کوواریانس بررسی شد. نتایج به‌دست‌آمده نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های کلامی مبتنی بر منابع اسلامی در افزایش سطح عملکرد خانواده و خرده‌مقیاس‌های حل‌مشکل، ارتباط، نقش‌ها، همراهی عاطفی، آمیختگی عاطفی، کنترل رفتار و عملکرد کلی تأثیر داشته است. همچنین نتایج نشان می‌دهد که متغیرهای جمعیت‌شناختی، تحصیلات، سن و سن ازدواج تأثیری بر بالا بردن سطح عملکرد خانواده در نمونه آماری نداشته است. در نتیجه، این بسته آموزشی با مداخله و ایجاد تغییر در آشنایی همسران با الگوهای دینی رفتار کلامی و غیرکلامی در تعامل با یکدیگر و رسیدن به بهترین سبک ارتباط، یعنی سبک صریح و محترمانه، توانسته است در فرایند ارتباط زوجین و عملکرد خانواده تغییرات مثبتی به وجود آورد.

کلیدواژه‌ها: آموزه‌های اسلامی، مهارت‌های کلامی، عملکرد خانواده، زنان.

مقدمه

در میان روابط انسانی، ازدواج اولین و پایدارترین رابطه است که پیشینه‌ای به گستره زندگی انسان روی زمین دارد (ساروخانی، ۱۳۷۰). ساختار فطری انسان در ابعاد مختلف جسمانی و روانی نشان می‌دهد که رابطه زن و مرد در فرایند ازدواج نه تنها نسل بشر را استمرار می‌بخشد، بلکه اساس زندگی سالم فردی و اجتماعی است.

نیازهای جسمانی، روانی، اقتصادی، اجتماعی و معنوی انسان، که در ازدواج برآورده می‌شود، این پیوند را دارای ابعاد زیستی، عاطفی، اجتماعی و معنوی کرده است. به جهت اهمیت این رابطه انسانی، در طول تاریخ همواره عالمان و فلاسفه و نیز ادیان گوناگون سعی در تحکیم آن نموده و قوانین و توصیه‌هایی برای استحکام آن عرضه کرده‌اند. خانواده با تولید فرزندان گسترش می‌یابد، ولی بی‌تردید رکن پایدار و نیرومند این پیوند زن و شوهر هستند. زن و مرد برای ارضای نیازهای عاطفی (مانند دلبستگی و حمایت روانی)، جنسی، اقتصادی و دیگر نیازها رو به ازدواج می‌آورند.

تحقیقات متعدد نشان می‌دهند که افراد متأهل در مقایسه با افراد مجرد از رضایت و سلامت جسمانی و روانی بیشتری برخوردارند (هاو کینز^۱ و بوث^۲، ۲۰۰۵؛ هلمز^۳ و بوهلر^۴، ۲۰۰۷؛ ویلیامز^۵، ساسلر^۶ و نیکلسون^۷، ۲۰۰۸ به نقل از پورمحسنی، ۱۳۸۹). همچنین افراد متأهل از حمایت اجتماعی بیشتری بهره می‌برند و کمتر با مشکلات اقتصادی روبه‌رو می‌شوند (ویت^۸ و گالاگر^۹، ۲۰۰۰ به نقل از پورمحسنی، ۱۳۸۹).

اسلام انسان‌ها را به ازدواج توصیه و آن را زمینه‌ای برای رشد اقتصادی زن و مرد اعلام کرده است (نور، ۳۲). همچنین آن را مایه آرامش زن و مرد، زمینه دوستی عمیق و حمایت آن دو از هم می‌داند (روم، ۲۱). پیامبر اسلام ﷺ ازدواج را روش زندگی مورد نظر خود و ترک آن را مایه جدا شدن فرد از این روش می‌داند (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۱۰۰، ص ۲۲). در اسلام خانواده محبوب‌ترین و عزیزترین نهاد بشری محسوب می‌شود (مجلسی، ۱۹۸۳، ج ۱۰۰، ص ۲۲۲). آموزه‌های بسیاری در قرآن و کلمات اولیای اسلام بر آثار فردی و اجتماعی ازدواج تأکید دارد. لباس بودن زن و مرد برای هم (بقره، ۱۸۷) نشانه حمایت روانی و اجتماعی آنان از همدیگر است.

1. Hswkins, D.H.

2. Booth, A.

3. Holmes, H.M.

4. Buehler, C.

5. Williams, K.

6. Sassler, S.

7. Nicholson, L.

8. Waite, L.

9. Gallagher, M.

مطالعات نشان می‌دهند که کمک مالی، حمایت عاطفی و همکاری زن و شوهر سه عامل مهم رضایت در زندگی هستند (آرگیل^۱)، ترجمه گوهری، نشاط دوست، پالاهنگ و بهرامی، (۱۳۸۲). رشد فوق‌العاده دینداری زوجین در اثر ازدواج (حر عاملی، ۱۴۱۲، ج ۱۴، ص ۵) و کامل شدن شخصیت آنان پس از ازدواج (مطهری، ۱۳۷۲) از کارکردهای مهم ازدواج است که به ندرت برنامه روان‌شناختی و اجتماعی دیگری می‌تواند جایگزین ازدواج در این کنش‌ها شود. روشن است که بیشتر آثار فردی و اجتماعی ازدواج در پرتو موفقیت، سلامت و استمرار این پیوند است. با وجود این، اکنون حفظ و استمرار ازدواج برای بسیاری از زوجین در فرهنگ‌ها و جوامع مختلف دشوار شده است (وایتمن^۲، مک‌هال^۳ و کروتز^۴، ۲۰۰۷ به نقل از پورمحسنی، ۱۳۸۹).

ارتباط کارآمد میان زن و شوهر اساسی‌ترین جنبه برای عملکرد مطلوب در خانواده به شمار می‌آید (ترکان، کلانتری و مولوی، ۱۳۸۹). این ارتباط فرایندی است که طی آن زن و شوهر، به صورت کلامی و غیرکلامی، به تبادل احساسات و افکار می‌پردازند (نوابی‌نژاد و ملک، ۱۳۸۹). دپاول^۵ ارتباط صحیح اعضای خانواده را سبب ایجاد همدلی، علاقه، صمیمیت و درک احساسات یکدیگر می‌داند (دپاول، ۲۰۰۶ به نقل از حمید، ۱۳۹۱). مورینسن^۶ (۲۰۰۰) در پژوهش خود نشان داد که ارتباط میان فردی همراه با سطح توجه و علاقه بالا، با کیفیت روابط زناشویی ارتباط مثبت دارد. همچنین کرادوک^۷ (۲۰۰۷) درباره مقوله‌های مؤثر بر رضایت زناشویی تحقیق کرده و به این نتیجه رسیده است که زوج‌هایی که سازگاری، همبستگی، انعطاف‌پذیری و ارتباط غنی‌تری داشته‌اند، از رضایت زناشویی بیشتری برخوردار بوده‌اند. دپاول برخی از ویژگی‌های خانواده دارای عملکرد مطلوب را تعامل ارتباطی باز، کنترل و مهار فشارهای روحی روانی به طور مؤثر، همدلی، رهبری، ابراز محبت و علاقه، احترام به همسر و مسؤولیت‌پذیری شخصی عنوان می‌کند (حمید، ۱۳۹۱).

خانواده‌درمانگران، اغلب بیان می‌کنند که ارتباطات ضعیف درون خانواده موجب مشکلات خانوادگی شدید، شکست در حل مشکلات، فقدان عشق و صمیمیت، و جدا شدن زوجین می‌شود (پاترسون^۸ و دیگران، ترجمه: نیلوفری، ۱۳۸۹). شکست و ضعف در برقراری ارتباط، یکی از رایج‌ترین مشکلاتی است که همسران ناراضی گزارش می‌دهند. همچنین

1. Argyle, M.

2. Waitman, C.

3. McHale, S.M.

4. Crouter, A.C.

5. Depaul, N.

6. Morrison, D.R.

7. Craddoc. A.E.

8. Patterson, J.

دشواری‌های ارتباطی، تنها علت اختلافات زناشویی نیست؛ اما مشخص‌کننده روابط پریشان است. اگر اعضای یک خانواده، که زوجین هستند، بتوانند بهترین شیوه صحبت کردن و ارتباط کلامی و مهارت‌های لازم برای گفت‌وگو را به خوبی بیاموزند، در بهبود روابط آنان تأثیر زیادی خواهد داشت.

آموزش ارتباط، با هدف بهبود روابط زوجی رضایت‌مندانه و پیش‌گیری از شکست ازدواج در دهه ۷۰ توسعه یافت. بیشتر برنامه‌های آموزشی ارتباط به زوجینی ارائه می‌شود که در سطح عمومی و اغلب در مراحل اولیه ازدواج هستند (هالفورد^۱ و مور^۲، ۲۰۰۱ به نقل از قلیلی، احمدی و فاتحی‌زاده، ۱۳۸۵). به عبارت دیگر، این آموزش برای همسران خشنود بیشترین نتیجه را دارد؛ اما حتی همسرانی که دارای روابطی با خطر پایین و یا در مراحل اولیه تعارض هستند نیز می‌توانند از این برنامه‌ها سود ببرند. فرض اساسی رویکرد آموزش مهارت این است که برخی از افراد مهارت‌های اساسی رابطه زناشویی را اصلاً یاد نگرفته‌اند یا فراموش کرده‌اند. بنابراین تأکید این برنامه‌ها بر آموزش مهارت‌های اساسی، مانند ارتباط مؤثر، است (هالفورد و مارکمن^۳، ۲۰۰۰ به نقل از قلیلی و همکاران، ۱۳۸۵).

برنامه‌های متعددی به آموزش مهارت‌های ارتباطی می‌پردازند. برنامه بهبود رابطه^۴ گورنی^۵، اسکوکا^۶، اورتوین^۷ و وینینگ^۸، برنامه پیش‌گیری^۹ و بهبود رابطه مارکمن و هالفورد و برنامه ارتباطات زوجی مینه‌سوتا^{۱۰}، میلر^{۱۱}، واکمن^{۱۲} و نانالی^{۱۳} از آن جمله‌اند. شیوه گفت‌وگوی مؤثر از اجزای برنامه ارتباطی میلر، واکمن و نانالی است (میلر، میلر، نانالی و واکمن، ترجمه بهاری، ۱۳۸۳). آنان در رویکرد خود با استفاده از چرخه آگاهی و چرخه گوش‌دادن به زوجین، مهارت‌های حرف زدن و گوش‌دادن مؤثر برای حل اختلافات را می‌آموزند. در سال‌های اخیر دین و آموزه‌های دینی به عنوان یکی از متغیرهای مؤثر رفتار و حالات روانی، مورد توجه بسیاری از متخصصان علوم رفتاری قرار گرفته است تا جایی که برخی دین را عامل اساسی بهداشت فردی و اجتماعی معرفی کرده‌اند (سهرابی و سامانی، ۱۳۸۰). تحقیقات متعددی نشانگر اثربخشی روان‌درمانی مذهبی بر مشکلات روان‌شناختی

1. Halford, W. K.

2. Moore, E.

3. Markman, H.

4. relationship enhancement

5. Guernsey, B.

6. Scuka, R.

7. Ortwein, M.

8. Winning, A.

9. prevention

10. minnesota couples communication program

11. Miller, Sh. Ad.

12. Wackman, D.B.

13. Nannally, E.W.

هستند (حیدری، ۱۳۸۷). بررسی‌های متعدد انجام‌شده در زمینه مذهب و رضامندی زناشویی حاکی از وجود رابطه مثبت بین این دو است (دادلی^۱ و کاسینسکی^۲، ۱۹۹۰ به نقل از جمشیدی، ۱۳۹۱).

با توجه به اهمیت و نقش آموزه‌های مبتنی بر آیات و احادیث در سالم‌سازی زندگی انسان، به‌ویژه زندگی خانوادگی، و فراهم‌سازی زمینه نیل به کمال و رضوان الهی، آموزش مهارت‌های کلامی اسلام‌محور به زوجین می‌تواند ارتقا و تعمیق سلامت معنوی همسران را به دنبال داشته باشد (فقیهی، ۱۳۸۶). در متون اسلامی توصیه‌ای برای شیوه بیان و گفتار مناسب و مؤثر ارائه شده است که رعایت آن در روابط کلامی زوجین مهم‌تر است؛ زیرا مدت زمان و مقدار و عمق گفت‌وگوی همسران بیش از سایر گفت‌وگوها در روابط انسانی است. در این زمینه در منابع اسلامی دستورات زیادی وجود دارد و در این تحقیق بر آن هستیم که مهارت‌های کلامی را با توجه به آموزه‌های اسلامی بیاموزیم و نقش آن را در بهبود روابط همسران بررسی کنیم.

با توجه به اینکه در پژوهش‌های موجود به نقش آموزش مهارت‌های کلامی اسلام‌محور بر بالا بردن سطح عملکرد خانواده پرداخته نشده است و پژوهش در این موضوع، به سبب نقش آموزه‌های دینی در این زمینه، ممکن است راه‌کارهای مفیدی به مشاوران ارائه دهد، در پژوهش حاضر تلاش بر این بوده که با عملیاتی کردن یافته‌های محققان علوم دینی در حوزه مهارت‌های کلامی و سنجش تأثیر آموزش آن بر عملکرد خانواده، گامی در نشر علوم اسلامی و انتقال آن به زبانی مشترک برای دیگر پژوهشگران حوزه روان‌شناسی برداشته شود. این پژوهش درصدد آن است که به سنجش میزان تأثیر آموزش مهارت‌های کلامی اسلام‌محور بر بالا بردن سطح عملکرد خانواده بپردازد. با توجه به این هدف، این پژوهش به دنبال آزمون این فرضیه است: آموزش مهارت‌های کلامی اسلام‌محور در بهبود عملکرد خانواده و خرده‌مقیاس‌های آن تأثیر دارد.

روش پژوهش

نوع تحقیق از حیث هدف در پژوهش حاضر کاربردی است. تحقیق کاربردی پژوهشی است که با استفاده از نتایج تحقیقات بنیادی برای بهبود و به کمال رساندن رفتارها، روش‌ها،

1. Dudley, M.

2. Kosinski, F.

ابزارها، وسایل، تولیدات، ساختارها و الگوهای مورد استفاده جوامع انسانی انجام می‌شود. روش انجام پژوهش حاضر را می‌توان شبه‌آزمایشی دانست؛ زیرا کنترل همه متغیرهای مداخله‌کننده در متغیر وابسته (عملکرد خانواده) نسبت به متغیر مستقل (آموزش مهارت‌های کلامی اسلام‌محور) ممکن نیست. در این پژوهش منظور از آموزه‌های اسلامی بسته آموزشی محقق‌ساخته‌ای است که به آزمودنی‌ها آموزش داده می‌شود. منظور از عملکرد خانواده در این پژوهش نمره‌ای است که فرد در پرسش‌نامه مک‌مستر^۱ FAD دریافت می‌کند.

جامعه آماری این پژوهش را زنان متأهل منطقه ۱۵ شهر تهران، که از سطح عملکرد خانوادگی خود رضایت کافی ندارند، تشکیل داده‌اند. افراد از طریق نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. ابتدا طی طرحی که با همکاری معاونت تبلیغ و آموزش‌های کاربردی حوزه‌های استان تهران و استانداری استان تهران با نام طرح ترنم مهر برگزار شد، به طور تصادفی منطقه ۱۵ شهر تهران برای این کار انتخاب شد. ۸۰ نفر ثبت نام کردند که در نهایت ۳۸ نفر انتخاب شدند. پس از آن به‌طور تصادفی به دو گروه همگن گواه و آزمایش تقسیم شدند و پس از انجام مراحل پژوهش و برگزاری کارگاه و پیش‌آزمون و از کنار گذاشتن فرم‌های ناقص ۳۰ نفر، ۱۵ نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه گواه، نمونه آماری پژوهش حاضر را تشکیل دادند. معیارهای ورود آزمودنی به پژوهش به این صورت بود: افراد متأهلی که از عملکرد خانوادگی خود راضی نباشند و از وضع فعلی شکایت داشته باشند و مدت ازدواج آنان بین ۱ تا ۱۵ سال باشد. شرایط خروج از پژوهش به این صورت بود: افرادی که جهت شرکت در کارگاه آموزشی همکاری نکردند، افرادی که حاضر به پر کردن پرسش‌نامه عملکرد خانواده نشدند و افرادی که دارای اختلال شخصیت بودند. تشخیص و سرند این مورد بر اساس ملاک‌های DSM4 و با استفاده از مصاحبه بالینی میلیون^۳ (فتحی آشتیانی و داستانی، ۱۳۹۲) انجام شد.

ابزارهای پژوهش

در پژوهش حاضر جهت بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های کلامی اسلام‌محور بر بالا بردن سطح عملکرد خانواده از یک پرسش‌نامه و یک بسته محقق‌ساخته استفاده شد.

۱. پرسش‌نامه سنجش عملکرد خانواده بر مبنای الگوی مک‌مستر (FAD): در این

پژوهش برای اندازه‌گیری عملکرد خانواده از پرسش‌نامه سنجش عملکرد خانواده بر مبنای الگوی مک‌مستر FAD، که یک پرسش‌نامه ۶۰ سؤالی است و برای سنجیدن عملکرد خانواده تدوین شده است، استفاده شد. این ابزار، که توانایی خانواده را در سازش با حوزه وظایف خانوادگی با یک مقیاس خودگزارش‌دهی مورد سنجش و ارزیابی قرار می‌دهد، را اپشتاین، بالدوین و بیشاب در سال ۱۹۸۳ با هدف توصیف ویژگی‌های سازمانی و ساختاری خانواده تهیه کردند (صیادی، ۱۳۸۳ و تامپلین^۱، گودر^۲ و هربرت^۳، ۱۹۹۸ به نقل از آخرتی، ۱۳۸۶).

FAD از روایی همزمان و پیش‌بین نسبتاً خوبی برخوردار است. این ابزار در یک مطالعه مستقل روی ۱۷۸ زوج حدوداً ۶۰ ساله با مقیاس رضایت زناشویی لاک - والاس همبستگی متوسط داشت و قدرت نسبتاً خوبی برای پیش‌بینی نمرات مقیاس روحیه سالمندی فیلادلفیا نشان داد. این ابزار همچنین قدرت متمایزسازی اعضای خانواده‌های بالینی و خانواده‌های غیربالینی را دارد؛ بنابراین در هفت خرده‌مقیاس خود دارای روایی خوبی برای گروه‌ها شناخته شده است (تامپلین و همکاران، ۱۹۹۸ به نقل از آخرتی، ۱۳۸۶).

این آزمون در سال ۱۹۸۳ بر روی یک نمونه ۵۰۳ نفری اجرا شد. دامنه ضریب آلفای خرده‌مقیاس‌های آن بین ۰/۷۲ تا ۰/۹۲ به‌دست آمد که همسانی درونی نسبتاً خوبی را نشان می‌دهد. در ایران، برای اولین بار، نجاریان (۱۳۷۴) FAD را ترجمه، هنجاریابی و میزان‌سازی کرد. وی در پژوهشی با عنوان «بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی ابزار سنجش خانواده»، که روی نمونه‌ای با حجم ۵۰۱ نفر از دانشجویان دانشگاه تهران انجام داد، ضمن تأیید اعتبار نسخه فارسی این آزمون (FAD-I)، که دارای ۴۵ سؤال است، اعتبار کل آزمون را ۰/۹۳ به دست آورد که در سطح $P \leq 0/001$ معنادار است. وی با استفاده از روش تحلیل عاملی توانست سه سازه یا عامل را شناسایی و نام‌گذاری کند. این سازه‌ها عبارت‌اند از: ۱. نقش‌های خانوادگی؛ ۲. حل مسأله و ۳. همراهی عاطفی. در ایران علاوه بر FAD-I، نسخه‌های دیگری از این آزمون هنجاریابی و تحلیل عاملی شده است. این نسخه‌ها ۴۱، ۴۳، ۴۳ و ۵۳ و ۶۰ سؤالی هستند. در این پژوهش از نسخه ۶۰ سؤالی FAD استفاده شده است. در ایران تحقیقات نجاریان (۱۳۷۴)، ملانقی (۱۳۷۷)، نوروزی (۱۳۷۷)، امینی (۱۳۷۸)، بهاری (۱۳۷۹)، صیادی (۱۳۸۰)، میرعنایت (۱۳۷۸)، جوادی (۱۳۸۳) و رضایی (۱۳۷۸)

1. Tamplin, A.

2. Gooder, M.A.

3. Herbert, J.A.

بیانگر پایایی بالای این آزمون هستند.

۲. **بسته محقق ساخته:** با توجه به فضای مذهبی جامعه ما و ضرورت مداخله‌های مذهبی برای بهبود عملکرد خانواده، محقق اقدام به ساخت بسته آموزشی درباره روابط زوجین کرده است. هدف از تهیه این بسته ارائه دستورات و آموزه‌های اسلامی مربوط به بالا بردن سطح عملکرد خانواده برای بهبود روابط زوجین است. پژوهشگر برای ساخت بسته آموزشی از تحقیقات داخلی و خارجی در این موضوع استفاده کرده است. ابتدا با بررسی تحقیقات مختلف درباره مؤلفه‌های عملکرد خانواده و وارسی متون دینی، اعم از قرآن و روایات، در زمینه مسائل زناشویی و خانوادگی به سرفصل‌هایی در زمینه رضامندی زناشویی از منظر دین دست یافت. بدین ترتیب در گام اول، آیات و روایات مربوط را گردآوری کرد و سپس به توصیف هر یک از سرفصل‌ها پرداخت و سرفصل‌هایی که از نظر متخصصان علوم دینی بیشترین ارتباط را با مباحث خانوادگی از منظر دین داشت انتخاب و به همراه مستندات آن‌ها به ۸ متخصص روان‌شناسی، که سابقه کار بالینی در حوزه مسائل خانواده داشتند، ارائه داد. در نهایت با نظر متخصصان علوم دینی و روان‌شناسی، روایی بسته آموزشی مورد تأیید قرار گرفت. محتوای این بسته آموزشی طی ده جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش داده شد:

جلسه اول: ارزیابی مشکلات؛

جلسه دوم: خودشناسی؛ برخی از مشکلات ارتباطی همسران مربوط به نشناختن نقاط ضعف و قوت خود در روابط زناشویی است؛ از این رو تمرکز بر مسؤلیت خویش در زندگی زناشویی می‌تواند در بالا رفتن سطح عملکرد خانواده مؤثر باشد. در پژوهش حاضر سعی شد با ترغیب افراد به ارزیابی خویش در زندگی زناشویی و بستن قرارداد رفتاری با آزمودنی‌ها مبنی بر اینکه تغییر رفتار بدون چشم‌داشت باشد و فرد بر تغییر رفتار خود تمرکز کند، تأثیر این روش بر عملکرد خانواده مورد بررسی قرار گیرد.

جلسه سوم: بررسی نیازهای همسران؛

جلسه چهارم: تفاوت‌های زن و مرد و بررسی نقش هر کدام؛

جلسه پنجم: سبک‌های ارتباطی و راه‌های کسب آرامش در خانواده؛

جلسه ششم: مهارت‌های ارتباطی کلامی و غیر کلامی؛ آموزش مهارت‌های کلامی و

آشنایی با سبک‌های ارتباطی سبب کسب آرامش در خانواده می‌شود. بسیاری از افراد اصول اولیه ارتباط را بلد نیستند یا به دلیل مشکلات زندگی از آن‌ها غافل شده‌اند. اصل توجه به

نیازهای عاطفی و جسمانی طرف مقابل در ارتباط را همواره باید مدنظر داشت تا تعاملی سازنده و آرامش‌بخش به وجود آید. در این بسته آشنایی همسران با الگوهای رفتار کلامی و غیر کلامی از منظر دین در تعامل با یکدیگر و رسیدن به بهترین سبک ارتباط، یعنی سبک صریح و محترمانه، مورد تأکید قرار گرفت و تلاش شد تا مهم‌ترین ویژگی‌های عاطفی همسر بازگو شود و بر روش ارضای آن تأکید شود. رعایت عفت و ادب در کلام، پرهیز از آزار رساندن زبانی، ابراز محبت کلامی و رفتارهای غیر کلامی مؤثر بر ارتباط زوجین از خصیصه‌های این مبحث است.

جلسه هفتم: عوامل ارتقابخش گفت‌وگوی سالم با تأکید بر منابع دینی و بررسی نیازهای همسران؛ در بخش دیگری از این بسته آموزشی به این مسأله توجه شد که عده‌ای از افراد از نیازهای متقابل در خانواده اطلاعی ندارند و نشناختن نیازهای طرف مقابل، فرد را در انجام وظایف نقشی دچار مشکل می‌کند. در نتیجه گاهی درگیری‌ها و بهانه‌جویی‌ها بر اثر ارضا نشدن نیازهای طرف مقابل است. بنابر این با توجه به آموزه‌های اسلامی سعی شد نیازهای متقابل همسران و وظایف نقشی هر فرد بررسی و بر ارضای نیازهای طرف مقابل و برطرف کردن خواسته‌های طبیعی، که پیش‌تر توجه کافی به آن‌ها نبوده است، تمرکز شود. نیاز به تعلق، نیاز به شادی و شادکامی، نیاز به احترام و تکریم و نیاز به درک متقابل در این بخش مطرح شده است.

جلسه هشتم: عوامل مخلّ در گفت‌وگوی سالم؛

جلسه نهم: خشم؛

جلسه دهم: نتیجه‌گیری؛

یافته‌های پژوهش

در این پژوهش برای بررسی میزان اثربخشی آموزش مهارت‌های کلامی اسلام‌محور در بهبود عملکرد خانواده از آزمون تحلیل کوواریانس، با رعایت پیش‌فرض‌های آماری استفاده شد. در جدول ۱ شاخصه‌های توصیفی متغیرهای پژوهش، یعنی عملکرد خانواده، به تفکیک گروه آزمایش و گواه و پیش‌آزمون و پس‌آزمون ارائه گردیده است.

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی عملکرد خانواده و خرده‌مقیاس‌های آن بر حسب گروه و مرحله آزمون

متغیر	گروه	آزمون	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد	تعداد
عملکرد خانواده	آزمایش	پیش‌آزمون	۱/۹۱	۲/۸۱	۲/۳۷	۰/۲۲	۱۵
		پس‌آزمون	۱/۷۶	۲/۵۸	۲/۰۶	۰/۲۶	۱۵
	گواه	پیش‌آزمون	۱/۳۳	۲/۵۱	۱/۹۶	۰/۳۷	۱۵
		پس‌آزمون	۱/۳۵	۲/۴۵	۱/۹۷	۰/۳۳	۱۵

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، میانگین و انحراف استاندارد نمره عملکرد خانواده در گروه آزمایش در پیش‌آزمون ۲/۳۷ و ۰/۲۲ و میانگین انحراف استاندارد گروه گواه در پیش‌آزمون ۱/۹۶ و ۰/۳۷ است. در پس‌آزمون میانگین و انحراف استاندارد نمره عملکرد خانواده در گروه آزمایش ۲/۰۶ و ۰/۲۶ و میانگین و انحراف استاندارد در گروه گواه ۱/۹۷ و ۰/۳۳ است که نشان می‌دهد میانگین گروه آزمایش در پس‌آزمون به مقدار ۰/۳۱ کم شده است.

در این بخش، گزارش همگنی واریانس‌های دو گروه آزمایش و گواه در پیش‌آزمون و نتایج آزمون‌های کوواریانس در مورد هر یک از فرضیه‌های پژوهش ارائه شده است. آزمون لون^۱ نشان داد که در متغیر عملکرد خانواده و خرده‌مقیاس‌های حل مشکل، ارتباط، نقش‌ها، آمیختگی عاطفی، کنترل رفتار و عملکرد کلی دو گروه آزمایش و گواه در مرحله پیش‌آزمون، واریانس‌های یکسانی در متغیرهای پژوهش دارند؛ بنابراین مفروضه انجام تحلیل واریانس فراهم است. همچنین فرض همگنی واریانس‌ها در همراهی عاطفی و عملکرد کلی رد شد؛ اما از آنجا که گروه‌ها هم‌حجم هستند، در برابر نقض این مفروضه مقاوم است و می‌توان تحلیل‌های پارامتریک را انجام داد (تاباچنیک^۲ و فیدل^۳، ۲۰۰۷). جدول ۲ نتایج تحلیل کوواریانس فرضیه اصلی پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۲: نتایج تحلیل کوواریانس برای بررسی اثر بسته آموزشی بر عملکرد خانواده گروه‌های آزمایش و گواه

متغیر	منبع تغییر	SS	df	MS	F	p
	پیش‌آزمون	۱/۵۵	۱	۱/۵۵	۴۱/۱۹	۰/۰۰۰
عملکرد خانواده	گروه	۰/۲۵	۱	۰/۲۵	۶/۷۱	۰/۰۱۵
	خطا	۱/۰۱	۲۷	۰/۰۳۸		
	کل	۱۲۵/۳۶	۳۰			

همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، نتایج تحلیل کوواریانس بیانگر آن است که بین نمرات پس‌آزمون در گروه آزمایش و کنترل متغیر عملکرد خانواده تفاوت معنادار وجود دارد ($p < ۰/۰۵$)؛ به عبارت دیگر، مداخله انجام‌گرفته از اثربخشی معناداری برخوردار است و فرضیه اول تحقیق در سطح معناداری $p < ۰/۰۵$ تأیید می‌شود. می‌توان نتیجه گرفت که مداخله اسلامی حاضر در کاهش معدل عملکرد خانواده تأثیر داشته و باعث بهبود روابط فرد در خانواده شده است. جدول ۳ نتایج تحلیل کوواریانس فرضیه دوم را نشان می‌دهد، مبنی بر اینکه آموزش مهارت‌های کلامی اسلام‌محور در بین خانواده‌ها بر خرده‌مقیاس‌های عملکرد خانواده تأثیر دارد.

جدول ۳: نتایج تحلیل کوواریانس برای بررسی اثر بسته آموزشی بر خرده‌مقیاس‌های عملکرد خانواده گروه‌های آزمایش و گواه

منبع تغییر	متغیر	SS	df	MS	F	p
پیش‌آزمون	حل مشکل	۲/۴۳	۱	۲/۴۳	۲۵/۴۵	۰/۰۰۰
	ارتباط	۱/۱۴	۱	۱/۱۴	۷/۱۴	۰/۰۱۳
	نقش‌ها	۳/۰۶	۱	۳/۰۶	۵۱/۸۷	۰/۰۰۰
	همراهی عاطفی	۲/۲۸	۱	۲/۲۸	۲۷/۲۹	۰/۰۰۰
	آمیختگی عاطفی	۲/۰۴	۱	۲/۰۴	۵۱/۷۰	۰/۰۰۰
	کنترل رفتار	۱/۳۲	۱	۱/۳۲	۱۱/۶۶	۰/۰۰۲
	عملکرد کلی	۳/۰۹	۱	۳/۰۹	۴۷/۶۱	۰/۰۰۰

حل مشکل	۰/۵۲	۱	۰/۵۲	۵/۴۳	۰/۰۲۷
ارتباط	۰/۱۶	۱	۰/۱۶	۱/۰۴	۰/۳۱۷
نقش‌ها	۰/۳۳	۱	۰/۳۳	۵/۷۳	۰/۰۲۴
همراهی عاطفی	۰/۰۸۵	۱	۰/۰۸۵	۱/۰۱	۰/۳۲۴
آمیختگی عاطفی	۰/۱۸۸	۱	۰/۱۸۸	۴/۷۵	۰/۰۳۸
کنترل رفتار	۰/۰۱۶	۱	۰/۰۱۶	۰/۱۴۳	۰/۷۰۸
عملکرد کلی	۰/۳۰۱	۱	۰/۳۰۱	۴/۶۲	۰/۰۴۱
حل مشکل	۲/۵۸	۲۷	۰/۰۹۶		
ارتباط	۴/۳۴	۲۷	۰/۱۶۱		
نقش‌ها	۱/۵۹	۲۷	۰/۰۵۹		
همراهی عاطفی	۲/۲۵	۲۷	۰/۰۸۴		
آمیختگی عاطفی	۱/۰۶	۲۷	۰/۰۴		
کنترل رفتار	۳/۰۶	۲۷	۰/۱۱۴		
عملکرد کلی	۱/۷۵	۲۷	۰/۰۶۵		
حل مشکل	۱۰۰/۸۱	۳۰			
ارتباط	۱۲۳/۸۶	۳۰			
نقش‌ها	۱۴۲/۲۶	۳۰			
همراهی عاطفی	۱۲۶/۶۰	۳۰			
آمیختگی عاطفی	۱۳۳/۱۳	۳۰			
کنترل رفتار	۱۱۸/۴۱	۳۰			
عملکرد کلی	۱۲۶/۴۱	۳۰			

همان‌گونه که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، نتایج تحلیل کوواریانس بیانگر آن است که بین نمرات پس‌آزمون در گروه آزمایش و کنترل خرده‌مقیاس‌های حل مشکل، نقش‌ها، آمیختگی عاطفی و عملکرد کلی تفاوت معنادار وجود دارد ($p < 0/05$)؛ به عبارت دیگر، مداخله انجام‌گرفته از اثربخشی معناداری برخوردار است و فرضیه تحقیق در مورد خرده‌مقیاس‌های حل مشکل، نقش‌ها، آمیختگی عاطفی و عملکرد کلی در سطح معناداری $p < 0/05$ تأیید می‌شود.

نتایج تحلیل کوواریانس همچنین نشان می‌دهد که بین نمرات پس‌آزمون در گروه آزمایش و کنترل خرده‌مقیاس‌های ارتباط، همراهی عاطفی و کنترل رفتار تفاوت معنادار وجود ندارد ($p < 0/05$)؛ به عبارت دیگر، مداخله انجام‌گرفته از اثربخشی معناداری برخوردار نیست و فرضیه تحقیق در مورد خرده‌مقیاس‌های ارتباط، همراهی عاطفی و کنترل رفتار تأیید نمی‌شود. در خرده‌مقیاس‌های ارتباط، همراهی عاطفی و کنترل رفتار مشاهده می‌شود که مشخصه F مربوط به گروه (اثر مداخله) با تعدیل نمره پیش‌آزمون و از لحاظ آماری معنادار نیست و تحت تأثیر گروه قرار نداشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج به دست آمده در این بخش از پژوهش نشان می‌دهد که آموزش مهارت کلامی اسلام‌محور بر عملکرد خانواده گروه آزمایش تأثیر داشته است. این یافته با یافته‌های برنامه‌های متعددی که به آموزش مهارت‌های ارتباطی میان همسران پرداخته‌اند هم‌سویی دارد؛ برنامه بهبود رابطه^۱ گورنی^۲ و همکاران، برنامه پیش‌گیری^۳ و بهبود رابطه مارکمن و همکاران و برنامه ارتباطات زوجی مینه‌سوتا^۴ میلر^۵ و همکاران از آن جمله هستند. این نتایج همچنین با نتایج پژوهش‌های داخلی، مثل زوج‌درمانی، گفت‌وگوی زوجین در حل تعارضات (قلیلی، احمدی و فاتحی‌زاده، ۱۳۸۵)، تأثیر آموزش‌های اسلامی خانواده بر افزایش رضایت زناشویی زوجین (سودانی، منجزی و شفیع‌آبادی، ۱۳۹۱)، اثربخشی گفت‌وگوی مؤثر (برنامه ارتباط زوج‌ها CCP) بر کاهش تعارضات زناشویی (حیدری، ثنایی‌ذاکر، نوابی‌نژاد و دلاور، ۱۳۸۸)، بررسی اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط محاورهای (TA) مذهب‌محور بر میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی (حمید و دهقانی، ۱۳۹۱) و طراحی زوج‌درمانی شناختی‌رفتاری مبتنی بر متون اسلامی و مقایسه کارآمدی آن با زوج‌درمانی شناختی‌رفتاری توسعه‌یافته در افزایش رضایت زناشویی زوج‌ها (سالاری‌فر، ۱۳۹۳) نیز همخوانی دارد.

نتایج به دست آمده از جداول ۴ تا ۱۰ نشان داد که در پژوهش حاضر بین نمرات

1. relationship enhancement

2. Guerney

3. prevention

4. minnesota couples communication program

5. Miller, SH. AD

پس‌آزمون در گروه آزمایش و کنترل متغیر خرده‌مقیاس‌های حل مشکل، نقش‌ها، آمیختگی عاطفی و عملکرد کلی تفاوت معنادار وجود دارد و فرضیه دوم درباره این خرده‌مقیاس‌ها را تأیید کرد. همچنین درباره خرده‌مقیاس‌های ارتباط، همراهی عاطفی و کنترل رفتار تفاوت معنادار وجود ندارد و فرضیه دوم درباره آن‌ها تأیید نمی‌شود.

نتایج به دست آمده در مورد خرده‌مقیاس‌های حل مشکل و نقش‌ها با نتایج به دست آمده در پژوهش‌های سودانی و همکاران (۱۳۹۱)، حیدری و همکاران (۱۳۸۸)، سالاری فر (۱۳۹۳) و احمدی و همکاران (۱۳۸۳) همخوانی دارد؛ اما نتایج به دست آمده در مورد خرده‌مقیاس‌های ارتباط و کنترل رفتار با نتایج به دست آمده در پژوهش‌های سودانی و همکاران (۱۳۹۱)، حیدری و همکاران (۱۳۸۸)، سالاری فر (۱۳۹۳) و احمدی و همکاران (۱۳۸۳) همخوانی ندارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که مهارت‌های ارتباطی زوجین تعیین‌کننده‌های عمده رضامندی زناشویی هستند (برلسون^۱ و دنتون^۲، ۱۹۹۹ به نقل از موتابی، ۱۳۸۳)؛ برای مثال تحقیقات نشان می‌دهند که مشکلات ارتباطی منبع اصلی دشواری‌های بین فردی هستند، مثلاً بیشتر مشکلات زناشویی و خانوادگی ناشی از سوءتفاهم و ارتباط ناکارآمد هستند که منجر به ناکامی و عصبانیت می‌شود (اکان^۳، ۱۹۹۱ به نقل از موتابی، ۱۳۸۳) و به همین جهت، بر طبق یافته‌های زمینه‌یابی، مشکلات ارتباطی رایج‌ترین شکایت زوج‌های مراجعه‌کننده به درمان را تشکیل می‌دهد.

اسلام بنای زندگی خانوادگی را بر حقوقی با دامنه وسیع و حاوی ظرافت‌ها و نکته‌های لطیف استوار کرده است و وظایف زوجین و نوع مسؤولیت‌هایی که در قبال تشکیل خانواده بر عهده دارند را به‌روشنی شرح داده و برای استحکام و تداوم زندگی مشترک، رهنمودهای اخلاقی بسیار ارزنده القا نموده (قائمی، ۱۳۷۴) و ضمن تعیین ساختار خانواده، نقش اعضا و حیطه و مرز رفتاری هر یک را مشخص کرده است. در این میان برای هر یک از اعضا حقوق و وظایفی ترسیم شده است تا کارآمدی نظام خانواده دوچندان شود. از آنجاکه تعامل اعضای خانواده بر اساس نیاز به یکدیگر شکل می‌گیرد و برآورده شدن این نیازها بر اساس تعیین نقش‌ها است، طبیعی است که مسؤولیت‌های خانوادگی بر مبنای این دو مؤلفه (نیاز و نقش) شکل خواهد گرفت؛ از این مقوله در آموزه‌های دینی با عنوان «حقوق متقابل همسران» یاد شده است (جمشیدی، ۱۳۹۱).

1. Burlson, B.R.

2. Denton, W.H.

3. Okan, T.

به نظر می‌رسد این بسته آموزشی با مداخله و ایجاد تغییر در چند مسأله توانسته است در فرایند ارتباط زوجین و عملکرد خانواده تغییرات مثبتی به وجود آورد. آموزه‌های اسلامی علت بالا گرفتن تعارضات را در انتخاب الگوی غلط در ارتباطات می‌دانند، الگوهایی همچون عجله، تکبر، لجاجت و سرزنش. بر مبنای آموزه‌های اسلامی، بالا گرفتن تعارضات ناشی از ناآگاهی افراد از نقش‌ها و نیازهای یکدیگر است که پاسخ نامناسب به طرف مقابل در هنگام نیاز را در پی دارد. عدم درک طرف مقابل در تعارضات و توجه نداشتن به ریشه یا علت رفتار، موجب وخیم‌تر شدن اوضاع در تعارضات می‌شود؛ بنابراین در پژوهش حاضر سعی شد آموزش الگوهای صحیح کلامی جایگزین الگوهای غلط شود تا با تأثیر الگوهای کلامی صحیح، زوجین از اذیت و آزار کلامی یکدیگر بپرهیزند. در پی این تغییرات، سطح عملکرد خانواده فرد به قدری بالا رفت که تفاوت تغییرات بین میانگین‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه آزمایش معنادار شد و در نهایت، فرضیه پژوهش را تأیید کرد.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به جامعه و نمونه پژوهش و تأثیر متغیرهای فرهنگی اشاره کرد. در این پژوهش فقط از آزمون عملکرد خانواده مک مستر (FAD) استفاده شده است و یکی از محدودیت‌ها عدم استفاده از فرم‌های موازی (انریچ و دیگر آزمون‌های رضایت زناشویی) است. محدودیت دیگر این پژوهش جنسیت آزمودنی‌ها است؛ این پژوهش فقط در میان خانم‌ها انجام گرفت، در صورتی که اگر چنین پژوهشی در جامعه و نمونه‌های دیگر و همچنین در مردها انجام شود، قابلیت تعمیم بیشتری خواهد داشت.

منابع

- آخرتی، محمود (۱۳۸۶)، بررسی و مقایسه عملکرد خانواده‌های عادی و خانواده‌های متقاضی طلاق، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت معلم.
- آرگیل، مایکل (۱۳۸۲)، روان‌شناسی شادی، ترجمه مسعود گوهری انارکی، حمید طاهر نشاط دوست، حسن پالانگ و فاطمه بهرامی، اصفهان: جهاد دانشگاهی.
- پاترسون، جوانن، ویلیامز، لی، تاد، ام. ادوارد، شامو، لاری، گراف - گرانرز، کلودیا و اسپرنکل دوگلاس (۱۳۸۹)، مهارت‌های پایه در خانواده درمانی: از مصاحبه اولیه تا خاتمه، ترجمه علی نیلوفری، تهران: نسل فردا.
- پورمحسنی، فرشته، الهیاری، عباسعلی، فتحی آشتیانی، علی، آزاد فلاح، پرویز و احمدی، فضل‌الله (۱۳۹۰)، «اثر بخشی برنامه‌های توانمندسازی زناشویی بر رضایتمندی زناشویی»، مجله روان‌شناسی بالینی،

شماره ۹، ص ۳۸-۲۸.

- ترکان، هاجر، کلانتری، مهرداد و مولوی، حسین (۱۳۸۹)، «بررسی اثربخشی گروه‌درمانی به شیوه تحلیل تبدیلی بر رضایت زناشویی»، *مطالعات زنان*، ش ۸ (۴)، ص ۷۲-۴۹.
- ثنایی، باقر (۱۳۷۹)، *مقیاس سنجش خانواده و ازدواج*، تهران: بعثت.
- جمشیدی قرچق، محمدعلی (۱۳۹۱)، *اثربخشی توانمندسازی کارکردی زوجین به صورت گروهی و رضایتمندی زناشویی با رویکرد اسلامی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی (ره) قم.
- حر عاملی، محمد بن حسن، (۱۴۱۲ق)، *وسایل الشیعه الی تحصیل مسایل الشریعه*، قم: مؤسسه آل‌البیت علیه السلام لایحه التراث.
- حمید، نجمه و دهقانی، مصطفی (۱۳۹۱)، «بررسی اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای (TA) مذهب‌محور بر میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی»، *روان‌شناسی و دین*، شماره ۲۰، ص ۴۱-۲۳.
- حیدری، مجتبی (۱۳۸۷)، *بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی و رضامندی از زندگی زناشویی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی (ره) قم.
- ساروخانی، باقر (۱۳۷۰)، *مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی خانواده*، تهران: سروش.
- فتحی آشتیانی، علی و داستانی، محبوبه (۱۳۹۲)، *آزمون‌های روان‌شناختی: ارزشیابی شخصیت و سلامت روان*، تهران: بعثت.
- فقیهی، علی‌نقی (۱۳۸۶)، «آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر قرآن و حدیث و بررسی تأثیرات روانی و تربیتی آن در روابط همسران»، *دوفصل‌نامه تربیت اسلامی*، سال دوم، شماره ۴، ص ۱۳۰-۸۹.
- قائمی، علی (۱۳۷۴)، *نظام حیات خانواده در اسلام*، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
- قلیلی، زهره، احمدی، سید احمد و فاتحی‌زاده، مریم (۱۳۸۵)، «زوج‌درمانی، گفت‌وگوی زوجین در حل تعارضات»، *فصل‌نامه تازه‌های روان‌درمانی*، سال یازدهم، شماره ۳۹ و ۴۰، ص ۷۸-۵۹.
- مجلسی، محمدباقر (۱۹۸۳م)، *بحارالانوار*، بیروت: مؤسسه الوفا.
- مطهری، مرتضی (۱۳۷۲)، *تعلیم و تربیت از نظر اسلام*، قم و تهران: صدرا.
- موتابی، فرشته (۱۳۸۳)، *مهارت برقراری ارتباط مؤثر (ویژه معلمان)*، تهران: نشر طلوع دانش.
- میلر، شراد، میلر، فیلیس، نانالی، الام و واکمن، دانیل (۱۳۸۳)، *آموزش مهارت‌های ارتباطی زناشویی (حرف زدن و گوش دادن به همسر)*، ترجمه فرشاد بهاری، تهران: رشد.
- نوابی‌نژاد، شکوه و ملک، انسیه (۱۳۸۹)، «اثربخشی آموزش مقابله با تفکر قطعینگر بر بهبود روابط

زناشویی زنان»، *اندیشه و رفتار*، دوره ۴، شماره (۱۶)، ص ۷-۱۶.

سهرابی، نادری و سیامک سامانی (۱۳۸۰)، بررسی میزان تأثیر نگرش مذهبی بر بهداشت روانی نوجوانان، چکیده مقالات اولین همایش بین المللی نقش دین در بهداشت روان، کمیته برگزارکننده.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007), *Using multivariate statistics* (5th ed.), Boston: Allyn & Bacon.