

بررسی میزان اثربخشی آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر روایات اسلامی در رضایت زناشویی زوجین

علی‌نقی فقیهی* / فاطمه رفیعی‌مقدم**

چکیده

هدف این پژوهش، بررسی نتایج آموزش‌های حدیثی بر رضایت زناشویی بیست همسر (ده زوج) مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره مؤسسه مطالعاتی مشاوره اسلامی در قم است که حاضر به فراگیری این آموزش‌ها شده‌اند.

روش تحقیق، آزمایشی با گروه گواه و از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون بوده است. گروه آزمایش، متشکل از بیست زوج دارای مشکلات زناشویی بود که آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر آیات و روایات اسلامی را دریافت کردند و گروه گواه نیز متشکل از بیست زوج دارای مشکلات زناشویی بودند که هیچ آموزشی دریافت نکردند. پس از مصاحبه تشخیصی و پیش‌آزمون، هریک از زوجین گروه آزمایش، در شش جلسه به صورت گروهی و یا انفرادی آموزش دیدند و به فاصله دو هفته پس از پایان آموزش، پس‌آزمون از آنها به عمل آمد.

مقایسه یافته‌های دو گروه نشان داد که آموزش‌های روان‌شناختی یاد شده در بهبود روابط همسران و در نتیجه، رضایتمندی زناشویی آنها مؤثر است؛ و نیز به دست آمد که آموزش‌ها تأثیرات ماندگاری (در طول زمان) بر بهبود رضایتمندی زناشویی زوجین داشته است. همچنین، نتایج، گویای عدم تأثیر جنسیت بر اثربخشی آموزش‌های روان‌شناختی یاد شده است.

کلید واژه‌ها: آموزش‌های روان‌شناختی، بهبود روابط زوجین، رضایت زناشویی.

* استادیار دانشگاه قم، دریافت: ۱۸/۹/۸۸ - پذیرش: ۳/۱۱/۸۸

** عضو مؤسسه مطالعاتی مشاوره اسلامی، کارشناس روان‌شناسی بالینی.

مقدمه

ازدواج و تشکیل خانواده از مهم‌ترین قراردادهای اجتماعی است که در دیدگاه اسلامی از قداست ویژه‌ای برخوردار است و در حدیث، محبوب‌ترین بنیاد نزد پروردگار دانسته شده^۱ و بر شناسایی عوامل تنش‌زا در بین همسران و پیشگیری از بروز آنها و ارتقای سلامت روان در اعضای خانواده تأکید فراوان شده است.^۲ در یک بررسی^۳ که دربارهٔ زنان دانشجوی متأهل در دامنهٔ سنی ۲۰-۲۷ سال صورت گرفت، این نتیجه به دست آمد که بین عوامل عقیدتی، اخلاقی، شناختی، عاطفی، رفتاری، جنسی، اجتماعی، اقتصادی و تحصیلی، و استحکام زندگی زناشویی رابطهٔ معناداری وجود دارد و چنانچه این عوامل نادیده گرفته شوند، رضایتمندی کامل از زندگی زناشویی برای زوجین حاصل نخواهد شد.

در پژوهشی که با شرکت نهصد زوج انجام گرفت، نتایج نشان داد که تقیدات مذهبی زوجین با سازگاری زناشویی آنها رابطهٔ هم‌بستگی دارد؛ به این معنا که با افزایش تعهدات مذهبی، میزان سازگاری زناشویی نیز بیشتر می‌شود و این رابطه، احتمالاً دو جانبه است؛ یعنی افزایش سازگاری زناشویی نیز موجب افزایش تعهدات در بین زوجین می‌شود. بنابراین، در یک طرف، عدم تفاهم، ناسازگاری، کاهش ارتباط و افزایش تعارض بین زن و شوهر قرار دارد که بسیار مهم است و در طرف دیگر، کاهش گرایش‌های مذهبی و ضعف تعهدات دینی قرار دارد که این دو باهم رابطهٔ هم‌بستگی دارند و کاهش یکی، موجب افزایش دیگری می‌شود.^۴ گاهی نیز اختلاف، از ضعف بصیرت در دین، ناآگاهی از شریعت و فزونی رسم‌های نادرست ریشه می‌گیرد.

عوامل فردی و اجتماعی تزلزل خانواده نیز در پژوهشی بررسی شده است که در آن، عوامل فردی شامل: عدم ایمان و اخلاق، عدم رعایت حقوق یکدیگر،

دروغ گفتن، سوء تفاهم، درک متقابل، توقعات بی‌جا، خودبینی و خودپسندی، عدم آگاهی از زندگی مشترک، جدال و فقدان هدف در زندگی، و عوامل اجتماعی آن شامل دخالت دیگران، دوستان ناباب، هماهنگی طبقاتی، فقر و بیکاری، ازدواج تحمیلی، تفاوت‌های سیاسی و ایدئولوژیکی، رسیدن به ثروت و کار زیاد برشمرده شده‌اند.^۵

در نتایج یک بررسی میدانی، تغییر ناپذیری همسر، تفاوت‌های جنسیتی و کمال‌گرایی جنسی در بین زنان و مردان، با پیوستگی و سازش‌پذیری کارکرد خانواده دارای ارتباط معناداری است؛ به گونه‌ای که اهمیت این باورها در کارکرد خانواده قابل ملاحظه است. نتایج این پژوهش، ضرورت توجه به اندیشه‌های غیرمنطقی مختص رابطه، استفاده از کلاس‌های آموزشی برای تصحیح این باورها و استفاده از رویکردهای درمانی - شناختی^۶ برای سازگاری زناشویی و افزایش کارکرد خانواده مورد تأکید قرار می‌دهند.^۷

در تحقیقی با عنوان «بررسی طلاق در استان خراسان»، صرفاً وجود یک عامل برای بروز پدیده طلاق کافی دانسته نشده است و عوامل متعددی، از جمله عدم توافق اخلاقی بین زن و شوهر، اختلاف سن، اخلاق و رفتار زناشویی نادرست، اعتیاد و بیکاری، دخیل دانسته شده‌اند. با این همه، مشکلات اقتصادی بیشترین نقش را در فروپاشی نهاد خانواده دارد. تفاهم اخلاقی، بی‌تردید، پیش شرط ازدواج است و آمار تکان‌دهنده طلاق، از نبود این شاخصه حکایت می‌کند. در محدوده مورد مطالعه، ۶۷/۲۳ درصد طلاق‌ها به دلیل عدم تفاهم اخلاقی صورت گرفته است.^۸

هر سال به آمار آشیان‌پاشیدگان مربوط به پدیده بیکاری افزوده می‌شود و پژوهش در برخی از شهرستان‌ها، از آمار تلخ ۱۷/۴۶ درصد جدایی به دلیل بیکاری حکایت می‌کند. یکی از دلایل عمده اختلاف‌های خانوادگی، مشکلات

اقتصادی و کمبود درآمد است. تورم لجام‌گسیخته، بالا رفتن سطح توقع، تجمل‌گرایی و هزینه‌های نوین در سبب خانواده به این معضل دامن می‌زنند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که حدود ۶/۲۶ درصد از ازدواج‌ها به دلیل تفاوت سطح سن و تحصیلات به جدایی ختم شده است. اعتیاد و قاچاق مواد مخدر، در حدود ۸/۴۲ درصد طلاق‌ها را رقم می‌زنند. که در این میان، سهم مردان به مراتب بیشتر از زنان است. بررسی‌ها نشان می‌دهد که ۱/۷۹ درصد از طلاق‌های این محدوده پژوهشی، به دلیل عدم تمکین زن از شوهر بوده که در پاره‌ای موارد از استبداد و خودرایی مردان سرچشمه می‌گیرد. طبق بررسی‌ها، ۶/۱۲ درصد طلاق‌ها، به دلیل مداخله دیگران از جمله پدر، مادر و وابستگان صورت گرفته است. از جمله موارد دیگر، عدم پرداخت نفقه، اختلافات خانوادگی، کتک‌کاری، تنفر زن از شوهر و برعکس، عقیم بودن، بیماری، چندهمسری، فساد اخلاقی، افترا و تهمت نیز در این جدایی‌ها دخیل‌اند.^۹

کانتونی^{۱۰} در یک پژوهش پیمایشی، از ۱۲۳ مرکز مشاوره خانواده، ۱۳۳۴ مشاور را برای دستیابی به اینکه کدامیک از نظریه‌های روان‌درمانی در کار روزانه آنها با مراجعان مفید بوده، بررسی کرده است. او به این نتیجه دست یافت که بیشتر مشاوران خانواده برای رفع اختلافات خانوادگی، از یک روی آورد التقاطی که ترکیبی است از خانواده درمانگری، روش حل مسئله و روان‌شناسی من، سود می‌جویند.^{۱۱}

لیمبوک^{۱۲} در یک تک بررسی که از روش روان‌تحلیل‌گری کوتاه مدت سود جسته بود، توانست ظرف ده ساعت در پنج جلسه، به درمان زن و شوهری پردازد که از نظر سازگاری در موقعیت بحرانی و حادی قرار گرفته بودند.^{۱۳} کایسر^{۱۴} همکاران (۱۹۹۸) نیز در پژوهشی، برنامه شناختی - رفتاری دو آموزش‌دهنده را که در یک تعطیل آخر هفته، به زن و شوهرهای ناسازگار و در

گروه‌هایی با چهار زوج آموزش می‌دادند، تأیید کردند.^{۱۵} بولتر و واملر^{۱۶} (۱۹۹۹) از برنامه آموزش مهارت‌های ارتباطی، برای حل ناسازگاری‌های زناشویی سود جستند. راگ و برادبوری^{۱۷} (۱۹۹۹) نیز با بررسی ۵۶ زوج تازه ازدواج کرده، به این نتیجه دست یافتند که ۶۸ درصد از دواج‌ها را می‌توان به طور دقیقی براساس متغیرهای ارتباط و پرخاشگری و پیامدهای آن طبقه‌بندی کرد.^{۱۸} پژوهشگران اخیر به این نتیجه دست یافتند که پرخاشگری، متمایزکننده زوج‌های جداشده یا طلاق گرفته، از زوج‌هایی است که متأهل باقی مانده بودند. بدین ترتیب، این پژوهشگران پیشنهاد می‌کنند تمرکز بر هر دو عامل در تلاش‌های مربوط به استحکام زناشویی و جلوگیری از طلاق، ضرورت دارد.^{۱۹}

مروری بر پژوهش‌های انجام‌شده در ایران نشان می‌دهد که پژوهشگران ایرانی، بیشتر از نظر بنیادی و علت‌شناسی ناسازگاری‌های زن و شوهرها به تحقیق پرداخته‌اند و به جنبه کاربردی و روان‌درمانگری زوج‌های ناسازگار توجه چندانی نداشته‌اند. برای نمونه ملازاده (۱۳۷۲) در پژوهش خود به این نکته دست یافت که هم‌بستگی در عوامل شخصیت پرسش‌نامه شانزده عاملی کیتل در زوج‌های سازگار، در سطح ۹۵ درصد اطمینان بیشتر از زوج‌های در حال طلاق است. خداپناهی (۱۳۷۴) در پژوهش خود، همخوانی سطح تهییج‌طلبی زوجین را یک عامل مهم سازگاری زندگی زناشویی تلقی کرد. نوابی‌نژاد (۱۳۷۶) با پژوهش خود نشان داد که ازدواج موفق، با الگوی رفتار تیپ A ($r = 0.20$) و برون‌گرایی ($r = 0.16$)، رابطه مثبت دارد. سلیمانیان (۱۳۷۳) با پژوهش خود نشان داد که میزان تفکرات غیرمنطقی در افرادی که نارضایی زناشویی دارند، در سطح ۹۵ درصد اطمینان بیشتر از زوجینی است که رضایت زناشویی دارند.^{۲۰}

آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر وحی به زوجین، به دلیل توجه ویژه به فطرت و گرایش‌های طبیعی زن و مرد و هماهنگی آنها با اهداف آفرینش،

می‌توانند در سلامت زندگی مشترک و آرامش روانی و بهبود روابط همسران مؤثر باشند.^{۲۱} بر این اساس، پژوهش حاضر در پی پاسخ‌گویی به این پرسش‌هاست:

۱. آیا آموزش روان‌شناختی زوجین مبتنی بر روایات اسلامی، بر بهبود زندگی مشترک زناشویی و در نتیجه، رضایت زناشویی آنها مؤثر است؟
۲. آیا تأثیرگذاری آموزش‌های یاد شده بر رضایت زناشویی زوجین، در طول زمان ماندگار است؟
۳. آیا عامل جنسیت در این آموزش‌ها، در میزان بهبودی روابط و رضایت زناشویی، نقشی دارند؟

فرضیه‌های پژوهش

۱. آموزش‌های مبتنی بر روایات اسلامی، بر بهبود روابط و رضایتمندی زناشویی زوجین، تأثیر مثبت دارد؛
۲. آثار مثبت آموزش‌های یاد شده بر رضایتمندی زناشویی زوجین، در طول زمان ماندگار است؛
۳. جنسیت بر میزان اثربخشی آموزش‌ها بی‌تأثیر است.

روش پژوهش

برای اجرای این پژوهش، از روش آزمایشی با گروه گواه و از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون استفاده شد. متغیر مستقل به کار رفته در این پژوهش، آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر احادیث اسلامی است که این محتوای آموزشی شامل سرفصل‌های زیر است: انگیزه‌های تشکیل زندگی مشترک، مهارت‌های شناختی و نگرشی، مهارت‌های اخلاقی و ارتباطی، و مسائل جنسی همسران.

۱. **انگیزه‌های تشکیلی زندگی مشترک؛** این انگیزه‌ها عبارت‌اند از: آرامش

روان، رشد‌ی‌نداری و فرزندطلبی؛

۲. **مهارت‌های شناختی و نگرشی؛** این مهارت‌ها عبارت‌اند از: آگاهی از

تمایلات طبیعی یکدیگر، آشنایی با حقوق یکدیگر، پذیرش همسر به منزله نعمت با ارزش خداوندی، هم‌سویی بینش‌ها و باورها، تقویت مثبت‌گرایی و خوش‌بینی، تعدیل انتظارات، تصحیح باورها در رفتار جنسی و تقویت عزت نفس^{۲۲} و حس ارزشمندی است.

۳. **مهارت‌های ارتباطی و اخلاقی؛** این مهارت‌ها عبارت‌اند از: ارتباط کلامی،

خوب گوش دادن، ابراز محبت (زبانی - عملی)، معاشرت نیکو، خوش‌رو و خوش اخلاق بودن، عفو و گذشت، احترام به رأی و سلیقه همسر، پرهیز از بازگویی بدی‌های یکدیگر، پذیرش مدیریت شوهر و مشکل‌گشایی. همچنین، در این زمینه، بر پرهیز از ارتباط‌های منفی، مانند دروغ‌گویی، تمسخر، بی‌اعتنایی، لقب زشت دادن تأکید شده است؛

۴. **مسائل جنسی همسران؛** این مسائل عبارت‌اند از: آراستگی برای همسر،

آماده‌سازی، حفظ آرامش و پرهیز از عوامل استرس‌زا، توجه به زیبایی‌ها و عوامل محبتی همسر، پاسخگویی سریع به نیاز همسر، آمیزش، پرهیز از آمیزش با شکم پر، خودداری از سخن غیرعاشقانه به هنگام آمیزش، و خودداری از آمیزش در حالت ایستاده.

در این پژوهش، میزان اثربخشی آموزش‌های یاد شده بر بهبود روابط زوجین

- به منزله متغیر وابسته - بررسی شده است.

روش انجام کار، بدین صورت بوده است که پس از مصاحبه تشخیصی و

پیش‌آزمون بر روی بیست زن و مرد، هریک از زوجین در شش جلسه به صورت گروهی و یا انفرادی آموزش دیدند. به فاصله دو هفته پس از پایان آموزش،

پس‌آزمون از آنها به عمل آمد. سپس، یافته‌های پس‌آزمون و پیش‌آزمون گروه آزمایش و نیز نتایج آزمون رضایتمندی زناشویی گروه گواه با نتایج پس‌آزمون گروه آزمایش، مقایسه و تحلیل شد. ابزار مورد استفاده برای ارزیابی میزان رضایت زناشویی، پرسش‌نامه محقق‌ساخته بوده که ضریب اعتبار آن ۸۶/۰ گزارش شده است. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات نیز از روش‌های آماری ضریب آلفای کرونباخ، آزمون تحلیل واریانس و آزمون t وابسته، استفاده شد.

جامعه و نمونه آماری، روش نمونه‌گیری

جامعه آماری پژوهش شامل همه زوج‌های دارای مشکلات زناشویی حاضر در شهر قم و نمونه آماری، متشکل از بیست زوج مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره مؤسسه مطالعاتی مشاوره اسلامی بوده است. روش نمونه‌گیری بدین صورت بوده است که از میان زوجین مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره اسلامی، بیست زوج به طور تصادفی انتخاب شدند و مراحل پژوهش با آنها دنبال گردید.

یافته‌های پژوهش

برای پاسخ‌گویی به پرسش‌های این پژوهش، اطلاعات به دست آمده از فرایند تحقیق، با روش‌های آماری مناسب، تجزیه و تحلیل شده و نتایج حاصل از آن، یافته‌های پژوهش را شکل داده است که در ادامه، به آن پرداخته می‌شود.

برای بررسی میزان اعتبار ابزار رضایت زناشویی به کار رفته در این پژوهش، آزمون اعتبارسنجی صورت گرفت که نتایج آن به شرح زیر است.

جدول ۱: آلفای کرونباخ برای آزمون رضایت زناشویی در دوبار اجرا

تعداد پرسش‌ها	آلفای کرونباخ
۶۵	۸۶/۰
۶۵	۷۷/۰

این نتایج نشان می‌دهند آزمون رضایت زناشویی به کار رفته در این پژوهش از اعتبار بالایی برخوردار است؛ به گونه‌ای که آلفای کرونباخ به دست آمده، از ۷۷/۰ تا ۸۶/۰ در نوسان است.

جدول ۲: آزمون تحلیل واریانس دوره‌ها برای بررسی تأثیر جنسیت و گروه بر متغیر آزمایشی در گروه آزمایش

منابع واریانس	شاخصه‌ها	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	آماره F	سطح معناداری
اثر گروه (آزمایش و گواه)		۳۵۵۲.۳۸۵	۱	۳۵۵۲.۳۸۵	۶.۱۷۴	۰/۰۱۷
اثر جنسیت		۶۴۶.۴۴۱	۱	۶۴۶.۴۴۱	۱.۱۲۴	۲۱۵/۰
تعامل جنسیت و گروه		۴۱۱.۹۸۸	۱	۴۱۱.۹۸۸	۰.۷۱۶	۴۰۲/۰
واریانس خطا		۲۵۸۹۱.۵۶۲	۴۵	۵۷۵.۳۶۸		
واریانس کل		۲۲۹۹۶۴۴.۰۰۰	۵۰			

با توجه به نتایج مندرج در جدول بالا، متغیر گروه با می‌زان $F = ۱۴۷/۶$ و سطح معناداری $P = ۰/۰۱۷$ در رضایت زناشویی تأثیر دارد؛ اما متغیر جنسیت با می‌زان $f = ۱۲۴/۱$ و سطح معناداری $P = ۲۱۵/۰$ بر رضایت زناشویی تأثیر ندارد و تعامل جنسیت و گروه با می‌زان $f = ۷۱۶/۰$ و سطح معناداری $P = ۴۰۲/۰$ باعث تفاوت معناداری در رضایت زناشویی نمی‌شوند.

جدول ۳: شاخصه‌های آماری مربوط به نمرات آزمودنی‌ها در رضایت زناشویی

گروه‌های آزمایشی	شاخصه‌های آماری	تعداد	میانگین	انحراف معیار
گروه آزمایش	مرد	۱۰	۲۰۹.۲۱۰۵	۱۷/۲۷
	زن	۱۰	۲۲۴.۲۸۵۷	۳۱/۸۴
	کل	۲۰	۲۱۷.۱۲۵۰	۲۶/۷۵
گروه گواه	مرد	۱۰	۱۹۴.۴۰۰۰	۹/۷۶
	زن	۱۰	۱۹۷.۲۰۰۰	۸/۱۶
	کل	۲۰	۱۹۶.۳۰۰۰	۸/۵۳
کل آزمودنی‌ها	مرد	۲۰	۲۰۶.۳۳۳۳۰	۱۶/۸۲
	زن	۲۰	۲۱۹.۰۷۶۹	۳۰/۶۶
	کل	۴۰	۲۱۲.۹۶۰۰	۲۵/۵۷

جدول ۴: آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه میانگین نمرات در گروه‌های مورد بررسی

گروه	شاخص	میانگین	تعداد (N)	درجه آزادی (df)	F	سطح معنی داری (sig)
آزمایش		۱۲/۲۱۷	۲۰	۱	۱۷/۶	۰/۰۱۷
گواه		۳/۱۹۶	۲۰			

گروه آزمایش از نظر رضایت زناشویی، تفاوت معناداری با گروه گواه در این متغیر دارد. با توجه به مقدار $f=174/6$ در سطح معناداری $p < 0.5/0$ مشخص شد که تفاوت معناداری بین میزان رضایتمندی زناشویی گروه آزمایش و گروه گواه وجود دارد.

جدول ۵: نتایج آزمون t وابسته مربوط به میانگین نمرات آزمودنی‌ها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

شاخصه‌های آماری گروه‌های آزمایشی	تعداد	میانگین	انحراف معیار	میانگین خطای استاندارد
پیش‌آزمون	۲۰	۳۵/۱۹۲	۸۷/۱۳	۳.۱۰۲۸۶
پس‌آزمون	۲۰	۷۵/۲۱۷	۴۱/۱۳	۲.۹۹۹۸۹

$$T = -946/7, p < 0.5/0$$

$$P = 0.00/0$$

مقدار $T = -946/7$ در سطح معناداری $p < 0.5/0$ گویای وجود تفاوت معنادار بین نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون و اثربخش بودن آموزش‌هاست.

نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش، بررسی میزان اثربخشی آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر قرآن و احادیث در ارتباط با رضایت زناشویی زوجین بوده است. سرفصل‌های کلی محتوای این آموزش‌ها شامل چهار بخش: انگیزه‌های تشکیل زندگی مشترک، مهارت‌های شناختی و نگرشی، مهارت‌های اخلاقی و ارتباطی، و مسایل جنسی همسران بود. در این آموزش‌های روان‌شناختی نظام‌مند، به فطرت و تمایلات طبیعی زن و مرد توجه ویژه شده و هماهنگی این آموزش‌ها با اهداف آفرینش، مورد نظر بوده است. قرآن می‌فرماید: «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» (روم: ۲۱)؛ از نشانه‌های خداوند متعال این است که او برای شما از خودتان جفت‌هایی آفرید تا بدان‌ها آرامش یابید و میاتنان دوستی و مهربانی نهاد؛ همانا در اینها نشانه‌هایی است برای مردمی که می‌اندیشند.

در این آیه به چند نکته مهم اشاره شده است: ۱. از اهداف آفرینش زن و مرد، رسیدن به آرامشی است که این دو در ارتباط با هم خواهند داشت؛ ۲. هریک از زن و مرد، با ویژگی‌های جسمی و روانی خاصی پدید آمده‌اند که بدون ارتباط با هم، آن هدف تحقق نمی‌یابد؛ ۳. هریک از مرد و زن، به گونه‌ای آفریده شده‌اند که به یکدیگر نیازمندند و برای رفع نیاز خود، به دیگری متمایل بوده و در تلاش‌اند؛ ۴. تلاش برای رفع نیازهای فیزولوژیکی و روانی - عاطفی، با ابراز محبت و مهربانی کردن زن و مرد به یکدیگر همراه است؛ ۵. خداوند این توانمندی ابراز محبت و مهربانی هریک از زوجین را در اصل آفرینش قرار داده است؛ ۶. با مطالعه و بررسی اندیشمندان ابعاد وجودی هریک از زن و مرد و احساس نیازی که آنها به یکدیگر دارند و اهدافی که خداوند از آفرینش این دو در رشد و تعالی روانی - عاطفی، اخلاقی و زندگی اجتماعی و بقای نسل دارد، می‌توان به تدبیر حکیمانه پروردگار در این زمینه پی برد.^{۲۳}

بر این اساس، آموزش‌های روان‌شناختی برگرفته‌شده از متون حدیثی، به دلیل انطباقش با فطرت و امیال طبیعی زوجین،^{۲۴} بهتر از سایر آموزش‌ها، خواهد توانست تنش در بین همسران را زدوده و آرامش را به آنها بازگرداند.^{۲۵}

بر طبق این بررسی، نتایج آزمون رضایتمندی زناشویی که از گروه آزمایش، پیش و پس از ارائه آموزش‌ها به عمل آمد، نشان از آن دارد که میزان رضایتمندی زناشویی زوجین پس از دریافت آموزش‌های روان‌شناختی یاد شده، نسبت به پیش از دریافت آموزش‌ها، به طور چشمگیری افزایش یافته است؛ زیرا زوجین افزون بر یادگیری مهارت‌های شناختی، عاطفی و رفتاری، با آنچه لازم است در زندگی و در ارتباط با یکدیگر آنرا ترک کنند نیز آشنا شدند و به تعبیر امام علی علیه‌السلام راه رشد و هموار زندگی را از طریق آگاهی به آنچه نباید انجام دهند،

شناختند^{۲۶} و یا به عبارت دی‌گر، زوجین آن‌گاه از اقدام عملی برای زندگی خوشبختانه استقبال کردند که تلخی زندگی بدبختانه را از راه آشنایی با پی‌امدهای نامطلوب آن چشیدند.^{۲۷}

همچنین، از آنجایی که پس‌آزمون گروه آزمایش به فاصله دو هفته از ارائه آموزش‌ها اجرا شده است ارتقای رضایتمندی نسبتاً ماندگاری را در طول زمان نشان می‌دهد. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که آموزش‌ها اثربخش بوده و تأثیر طولانی مدتی در بهبود رضایتمندی زناشویی زوجین در پی دارد.

همچنین، یافته دیگر این پژوهش حاکی از آن است که گروه آزمایشی این طرح که آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر آیات و روایات اسلامی به آنها ارائه شده است، به طور معناداری، از گروه گواه که هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکرده‌اند، نمرات رضایت زناشویی بهتری دریافت کرده‌اند. این نتیجه نشانگر آن است که آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر آیات و روایات اسلامی، توانمندی زوجین را در روابط زناشویی مناسب - که منجر به رضایت بیشتر می‌شود در مقایسه با سایر افراد، ارتقا می‌دهد. این نتیجه، خود به تنهایی روشن‌کننده این مطلب است که نه تنها دریافت آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر آیات و روایات توسط زوجین، رضایتمندی آنها از زندگی زناشویی را نسبت به شرایط پیش از آن بهبود می‌بخشد، بلکه نسبت به افراد دیگری که از این آموزش‌ها آگاهی ندارند و مهارت لازم پیرامون آن را دریافت نکرده‌اند، نیز دارای شرایط زندگی زناشویی بهتری بوده و از آن راضی‌ترند.

از آنجا که در این آموزش، زوجین با ابعاد باورها، نگرش‌ها، عواطف و مهارت‌های ارتباطی خود و همسرشان آشنا شدند و معنای زندگی شرافتمندانه را بازیافتند؛ کوشش کردند از پستی‌ها و آنچه باعث تنش در زندگی‌شان می‌شد؛ خود را مصون نگه دارند. مبنای این نوع آموزش، کلام ام‌یرالمؤمنین، امام علی

علیه‌السلام است که فرمود: «من عرف شرف معناه صانه عن دنائه شهوته و زور مناه»^{۲۸}؛ هرکس شرافت خود و معنا و هدف زندگی خویش را بشناسد، خود را از آلوده شدن به شهوت‌های پست و آرزوهای بی‌هوده مصون نگه می‌دارد. به تعبیر دی‌گر، امام علیه‌السلام برای نکتۀ تأکید دارد که تا فرد به جنبه‌های وجودی خویش پی نبرد، از پی‌مودن راه نجات و خوشبختی، و پرهیز از تنش‌ها و نارضایتی‌ها، بازمی‌ماند^{۲۹} و کسی که قدر خویش را نشناسد، به بدبختی می‌افتد.^{۳۰}

سرانجام نتایج، نشانگر آن بوده‌اند که جنسیت هریک از زوجین، نقش چشم‌گیری در میزان اثرپذیری از آموزش‌های ارائه‌شده نداشته است. با توجه به نتایج بالا و دینی بودن آموزش‌های ارائه‌شده - افزون بر اثربخشی محتوایی آموزش‌ها - شاید بتوان گفت که یکی از علل اثربخشی مناسب آموزش‌ها، این است که گاهی برخی زوجین، به عنوان وظیفه شرعی خود نیز اقدام به اجرای محتوای آموزشی می‌کنند؛ حتی اگر به نتیجه آن اطمینان نداشته باشند؛ چراکه آن را وظیفه شرعی خود به شمار می‌آورند. بنابراین، نتیجه ضمنی این پژوهش همین خواهد بود که آنهایی که تعبد بیشتری در خصوص دستورات الهی داشته‌اند، در تغییر زندگی تنشی به زندگی آرام و سعادت‌مند، موفق‌تر بوده‌اند و احساس رضایت بیشتری دارند. این یافته، خود مؤید نتیجه پژوهش /حمادی (۱۳۸۴) است که نشان داده است تقیدات مذهبی زوجین با سازگاری زناشویی آنها رابطه همبستگی دارد؛ به این معنا که با افزایش تقیدات مذهبی، میزان سازگاری زناشویی نیز بیشتر می‌شود.

همچنین از آنجایی که محتوای آموزش‌های ارائه‌شده، شامل آموزش مهارت‌های شناختی، اخلاقی، ارتباطی و جنسی به همسران است، این یافته با نتایج پژوهش آقامحمدیان (۱۳۸۴) هم‌سو می‌باشد؛ چراکه نتایجش

گویای آن بود که بین عوامل عقیدتی، اخلاقی، شناختی، عاطفی، رفتاری و عوامل جنسی، و استحکام زندگی زناشویی رابطه‌ی معناداری وجود دارد و در صورتی که این عوامل نادیده گرفته شوند، رضایتمندی زناشویی برای زوجین حاصل نخواهد شد.

پی‌نوشت‌ها

۱. رسول اکرم (ص) فرمودند: «ما بنی بناءً فی الاسلام أحبّ الی الله تعالی من تزویج»؛ (محمد بن حسن حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۲، ص ۳).
 ۲. علی نقی فقیهی، «آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر قرآن و حدیث و بررسی تأثیرات روانی و تربیتی آن در روابط همسران»، تربیت اسلامی، ش ۴، ص ۹۰.
 ۳. حمیدرضا آقامحمدیان و همکاران، بررسی عوامل مؤثر در تحکیم خانواده و رضایتمندی زناشویی، چکیده مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن، ص ۱۷.
 ۴. احمدی خدابخش، بررسی رابطه بین تعقیدات مذهبی و ناسازگاری زناشویی، مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن، ص ۲۵.
 ۵. منیژه ایمان‌پور، عوامل تزلزل خانواده، چکیده مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن، ص ۳۲.
6. Cognitive Therapeutic Approach
۷. سوسن سیف و معصومه اسلامی، نقش باورهای ارتباطی در کارکرد خانواده، چکیده مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن، ص ۹۰.
 ۸. حسین رحیمی، جامعه‌شناسی بررسی دلایل طلاق در چند شهرستان استان خراسان، خلاصه مقالات نخستین همایش سراسری علل و پیامدهای طلاق، ص ۵۳.
 ۹. همان.
10. Contoni, L.E.
۱۱. عصمت دانش، زوج درمانگری اسلامی، مجموعه مقالات جوان و آرامش روان، مشکلات، مشاوره و درمانگری با نگرش اسلامی، ص ۳۰۱.
12. Laimbock, A.
۱۳. عصمت دانش، زوج درمانگری اسلامی، ص ۳۰۱.
14. Kaiser, A.
۱۵. عصمت دانش، زوج درمانگری اسلامی، ص ۳۰۱.
16. Bulder, M.H; Wampler, K.S.
17. Rogg, R. D; Bradbury, T. N.

۱۸. عصمت دانش، زوج درمانگری اسلامی، ص ۳۰۱.

۱۹. همان.

۲۰. همان.

۲۱. علی‌نقی فقیهی، «آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر قرآن و حدیث و بررسی تأثیرات روانی و تربیتی آن در روابط همسران»، تربیت اسلامی، ش ۴، ص ۹۳.

22. self-esteem

۲۳. علی‌نقی فقیهی، «آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر قرآن و حدیث و بررسی تأثیرات روانی و تربیتی آن در روابط همسران»، تربیت اسلامی، ش ۴، ص ۴۴.

۲۴. همان، ص ۴۴-۴۵.

۲۵. همان، ص ۹۳.

۲۶. «لن تعرفوا الرشده حتی تعرفوا الذی ترکه». (عبدالواحد بن تمیمی آمدی، غررالحکم و دررالحکم، شرح محمد خوانساری، ج ۵، ص ۶۹).

۲۷. «لن تعرف حلاوه السعاده حتی تذاق مراره النحس» (همان، ص ۶۶).

۲۸. همان، ج ۵، ص ۴۳۸.

۲۹. «من لم يعرف نفسه بعد عن سبیل النجاه» (همان، ج ۵، ص ۴۲۶).

۳۰. «هلك من لم يعرف قدره» (همان، ج ۶، ص ۱۹۴).

منابع

- آقامحمدیان، حمیدرضا و همکاران، *بررسی عوامل مؤثر در تحکیم خانواده و رضایتمندی زناشویی*، چکیده مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن، مؤسسه پژوهشی امام خمینی(ره)، ۱۳۸۴.
- آمدی، عبدالواحد بن تیمی، *غررالحکم و دررالحکم*، شرح محمد خوانساری، تهران، دانشگاه، چ پنجم، ۱۳۷۳.
- احمدی، خدابخش، *بررسی رابطه بین تفیقات مذهبی و ناسازگاری زناشویی*، مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره) ۱۳۸۴.
- ایمان‌پور، منیژه، *عوامل تزلزل خانواده*، چکیده مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره)، ۱۳۸۴.
- حر عاملی، محمد بن حسن، *وسائل الشیعه*، تهران، المكتبة الاسلامیة، ۱۳۸۳، ج ۱۲.
- خدایناهی، م.ک، *بررسی نقش تهییج طلبی در تحکیم روابط زناشویی*، رساله دکتری، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم انسانی، ۱۳۷۴.
- رحیمی، حسین، *جامعه‌شناسی بررسی دلایل طلاق در چند شهرستان استان خراسان*، خلاصه مقالات نخستین همایش سراسری علل و پیامدهای طلاق، ۱۳۷۹.
- سلیمانیان، ع.ا، *بررسی تأثیر تفکرات غیرمنطقی بر نارضایتی زناشویی*، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، ۱۳۷۳.
- سیف، سوسن و اسلامی، معصومه، *نقش باورهای ارتباطی در کارکرد خانواده*، چکیده مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره)، ۱۳۸۴.
- دانش، عصمت، *زوج درمانگری اسلامی*، مجموعه مقالات جوان و آرامش روان، مشکلات، مشاوره و درمانگری با نگرش اسلامی، چاپ اول، انتشارات پژوهشکده حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۲.
- فقیهی، علی‌نقی، «آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر قرآن و حدیث و بررسی تأثیرات روانی و تربیتی آن در روابط همسران»، *تربیت اسلامی*، ش ۴، ۱۳۸۶.
- فقیهی، علی‌نقی، *تربیت جنسی*، قم، سازمان چاپ و نشر دارالحدیث، چ سوم، ۱۳۸۸.
- نوایی‌نژاد، شکوه، *بررسی ملاک‌ها و عوامل موفق در همسرگزینی و ارتباط آن با برخی از ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان*، اولین همایش کشوری نقش ازدواج در بهداشت روانی دانشجویان، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، ۱۳۷۶.