

## بررسی تأثیر زوج درمانی اسلامی بر رضایت زناشویی زوجین شهر اصفهان

اعظم محمودزاده\*

سیمین حسینیان\*\*

سید احمد احمدی\*\*\*

مریم فاتحی زاده\*\*\*\*



### چکیده

هدف این پژوهش بررسی تأثیر زوج درمانی اسلامی بر رضایت زناشویی بود که به روش نیمه تجربی با استفاده از پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شد. نمونه‌ی پژوهش ۲۰ زوج از زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره اصفهان بودند که به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۰ زوج) و کنترل (۱۰ زوج) جایگزین شدند. متغیر وابسته، رضایت زناشویی بود که با پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ ارزیابی شد. متغیر مستقل نیز زوج درمانی اسلامی بود که در نه جلسه

\* کارشناس ارشد مشاوره، مشاور آموزش و پرورش؛ amahmudzadeh@ymail.com

\*\* استاد دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه الزهرا (س)

\*\*\* استاد، گروه مشاوره دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه اصفهان

\*\*\*\* استاد، گروه مشاوره دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه اصفهان

تاریخ دریافت: ۹۱/۱۲/۱۹

تاریخ تصویب: ۹۲/۱۰/۱۵

تنظیم و آموزش داده شد. روش آماری مورد استفاده در سطح آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار بوده و در سطح استنباطی از روش تحلیل کواریانس استفاده شد. نتایج نشان داد که زوج درمانی اسلامی رضایت زناشویی کلی و همه ابعاد آن (مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، رابطه جنسی، فرزندان و فرزندپروری و رابطه با فامیل و دوستان) را افزایش داده ( $P < 0/01$ ) و نیز تأثیر این درمان بر رضایت زناشویی زنان و مردان یکسان بوده است.

### واژگان کلیدی

زوج درمانی اسلامی؛ آموزه‌های اسلامی؛ رضایت زناشویی؛ ابعاد رضایت زناشویی

### مقدمه

رضایتمندی زناشویی یکی از مفاهیمی است که وجود یا نبود مشکلات زناشویی به کمک آن تعریف می‌شود. نارضایتی زناشویی مفهومی است که با ناسازگای و تعارض زناشویی رابطه دارد. بدین معنی که با افزایش تعارض در روابط همسران، ناسازگاری افزایش یافته و به دنبال آن نارضایتی بیش‌تری حاصل می‌شود (بوستانی‌پور و همکاران، ۱۳۸۶). در تلاش برای تعریف و اندازه‌گیری مشکلات ارتباطی همسران، رضایت زناشویی به‌عنوان معیار نهایی در نظر گرفته می‌شود (هالفورد<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱؛ به نقل از تبریزی، ۱۳۸۴).

سیزر (۱۹۹۸)، رضایت از یک رابطه را ارزیابی ذهنی فرد از آن رابطه می‌داند. اسچوماچر<sup>۲</sup> (۲۰۰۵)، مهم‌ترین عامل در رضایت زناشویی را انطباق میان همسران معرفی می‌کند. وینچ<sup>۳</sup> (۱۹۷۴)، رضایت زناشویی را انطباق بین وضعیت کنونی و موجود زندگی زناشویی با وضعیت مورد انتظار همسران از زندگی زناشویی تعریف می‌کند (ستاری، ۱۳۸۷). از نظر الیس، رضایت زناشویی احساس عینی خوشنودی، رضایت و

- 
1. Halford
  2. Schumecher
  3. Winch



لذت تجربه شده توسط زن و شوهر است؛ زمانی که تمامی جنبه‌های زندگی مشترک در نظر گرفته شود. بنابراین، رضایت زناشویی داشتن نگرش مثبت و لذت‌بخش از تمامی جنبه‌های روابط زناشویی است. برادباری<sup>۱</sup> (۲۰۰۰)، رضایت زناشویی را به‌عنوان نگرش‌ها یا احساسات کلی فرد نسبت به همسر و رابطه زناشویی تعریف می‌کند (افخمی، ۱۳۸۵). گوردون<sup>۲</sup> (۱۹۹۹)، نیز رضایت زناشویی را سازگاری درونی و بیرونی زن و مرد می‌داند، به‌طوری که در موقعیت‌های مختلف زندگی تفاهمی دوجانبه بین آن‌ها به‌وجود آید. بنابر نتیجه پژوهش‌های اولسون<sup>۳</sup> (۱۹۸۹)، ضریب همبستگی بین رضایت زناشویی و رضایت از زندگی ۰/۷ است (همان). هالفورد (۲۰۰۱)؛ به نقل از تبریزی و همکاران، (۱۳۸۴)، در یک دسته‌بندی کامل، مهم‌ترین دلایل بروز آشفتگی در روابط زناشویی را براساس پژوهش‌های انجام شده بیان می‌کند:

۱. **رفتار منفی:** رفتارهای روزانه افراد با رضایتمندی از رابطه‌ی زناشویی همبستگی دارد. منظور از رفتار فرایندهای سازگارانۀ شناختی، رفتاری و عاطفی است که در طی تعامل همسران رخ می‌دهد و به نظر می‌رسد وجود نقطه ضعف‌های خاصی در این فرایندها، همسران را آماده‌ی بروز مشکلات ارتباطی می‌کند.
۲. **کمبود فعالیت مثبت مشترک:** فعالیت‌های مشترک مثبت، عاطفه‌ی مثبت تولید می‌کند و باعث افزایش فعالیت‌های صمیمانه جدید بین همسران می‌شود.
۳. **کمبود صمیمیت:** شاخص دیگر آشفتگی در رابطه، کمبود صمیمیت است. صمیمیت به وقوع تعامل بین زوجین اشاره می‌کند که به احساس نزدیکی، عشق و توجه در میان آنها می‌انجامد.
۴. **ارتباط و حل تعارض ضعیف:** رایج‌ترین مشکلی که زوجین بیان می‌کنند ناتوانی در برقراری ارتباط است.

---

1. Brudbury  
2. Gordon  
3. Olson



۵. **ایفای نقش نامناسب و فقدان حمایت متقابل:** ایفای نقش نامناسب یکی از عمومی‌ترین شکایت‌های زنان از رابطه‌شان و منبع بسیاری از تعارض‌های زناشویی است. فقدان حمایت‌های عملی و عاطفی از سوی همسر یکی از مولفه‌های نارضایتی از روابط زناشویی است.
۶. **رابطه‌ی جنسی ضعیف:** رابطه‌ی جنسی، ابزاری مهم برای تجربه صمیمیت است. رابطه‌ی جنسی خوب با رضایت مداوم از رابطه پیوند دارد.
۷. **شناخت‌های منفی:** شناخت‌های منفی و تعصبات ادراکی یکی دیگر از دلایل بروز مشکلات زناشویی است. زوجین آشفته باورهای غیر واقع بینانه‌ای را در مورد روابط و همسرشان در ذهن خود دارند. مشخصه‌ی شناختی دیگر این زوجین، نسبت دادن علل رفتارهای منفی همسرشان به عوامل منفی باثبات و درونی است که با سرزنش کردن بیشتر همسر به مشکلات ارتباطی بیشتری منجر می‌شود.
۸. **رویدادهای زندگی:** به احتمال زیاد در دورانی که نرخ تغییر و حوادث استرس‌آور زندگی زیاد می‌شود، مشکلات ارتباطی نیز بیشتر می‌شود.
۹. **مشخصات فردی:** مشخصات فردی به پیشینه‌ی خانوادگی، عوامل شخصی و تجربی ثابتی اشاره می‌کند که هر یک از همسران با خود به رابطه می‌آورد.
۱۰. **اختلال روانی.**
۱۱. **جنسیت:** بین نحوه‌ی برخورد زنان و مردان در رابطه، تفاوت‌های مهمی وجود دارد. برای مثال زنان نسبت به مردان احساس نارضایتی بیشتری در کمبودهای عاطفی دارند، تعارض بیشتری بین کار و وظایف خانوادگی احساس می‌کنند و برای طلاق پیش‌قدم می‌شوند.

برای افزایش رضایت زناشویی بر پایه‌ی نظریه‌های مختلف روانشناختی و بر مبنای شناخت و چشم‌اندازی که هر یک از این نظریه‌ها به انسان داشته‌اند، روش‌های مختلفی به وجود آمده است و پژوهش‌های زیادی بر مبنای آنها در ایران



انجام شده است. آنچه مسلم است در فهم مشکلات خانوادگی و ارزیابی و حل آنها توجه به بافت فرهنگی - اجتماعی که فرآیند درمانی در آن صورت می‌گیرد، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است به گونه‌ای که بی توجهی به آن می‌تواند درمانگران را از نیل به اهداف نهایی خود باز دارد (سالاری فر، ۱۳۷۹). از آنجا که فرهنگ اسلامی و رهنمودهای اخلاقی، اجتماعی و خانوادگی آن سال‌ها است که در خانواده‌های ایرانی ریشه دوانده است، توجه به آموزه‌های این دین آسمانی در درمان ناسازگاری‌های زناشویی و تهیه برنامه‌های آموزشی در این زمینه لازم و ضروری به نظر می‌رسد.

از سوی دیگر چون تنها خداوند آفریننده روان و روح انسان است و بیش از هر کس دیگر از خصوصیات و ویژگی‌های روان انسان، ابعاد شخصیتی او و ویژگی‌های روان‌شناختی متفاوت زن و مرد آگاه است، توجه به آموزه‌های اسلامی رسیده از قرآن و سیره معصومین (ع) می‌تواند بهترین بسته آموزشی برای درمان مشکلات زناشویی محسوب شود. اهمیت و قداست ازدواج و تشکیل خانواده در دیدگاه اسلامی نیز سبب شده است که بخش اعظمی از آموزه‌های اسلامی به شناسایی عوامل تنش‌زا بین همسران و پیشگیری از بروز و ارتقاء سلامت روان اعضای خانواده اختصاص داشته و آموزه‌های اسلامی در این زمینه از غنای ویژه‌ای بهره‌مند شود.

در دیدگاه اسلامی ازدواج و تشکیل خانواده قداست ویژه‌ای دارد و به فرموده پیامبر(ص) بنیان ازدواج، محبوب‌ترین و بهترین بنیان در نزد خداوند شناخته می‌شود (بحارالانوار و مستدرک‌الوسایل؛ به نقل از آیت‌اللهی، ۱۳۸۱). خداوند حکیم در کتاب آسمانی خود، قرآن، به ازدواج فرمان می‌دهد و می‌فرماید: «والبته باید مردان و زنان بدون همسر و بردگان و کنیزان نیکوکار خود را به ازدواج یکدیگر درآورید. اگر آنها فقیر باشند، خداوند به لطف خود آنها را بی‌نیاز خواهد کرد» (سوره نور، آیه ۳۲). امام علی(ع) ازدواج را سنت پیامبر(ص) معرفی می‌کند و می‌فرماید: ازدواج کنید، زیرا رسول خدا(ص) می‌فرماید: «هرکس دوست دارد از سنت و روش من پیروی کند (بداند که) ازدواج شیوه و روش من است» (بحارالانوار؛ به نقل از آیت‌اللهی، ۱۳۸۱). در دیدگاه اسلامی، هدف اصلی از ازدواج رسیدن به آرامش روان، صمیمیت، رشد، کمال و نزدیکی پروردگار است (افروز، ۱۳۸۶، فقیهی، ۱۳۸۶ و سالاری فر، ۱۳۸۵).

پروردگار حکیم در کتاب آسمانی خود، والاترین هدف و دستاورد ازدواج را رسیدن همسران به آرامش روان معرفی می‌کند و ریشه گرایش مرد به زن و آرمیدن او در سایه



انس به زن را مودت و رحمت یا همان محبتی می‌داند که خداوند بین آن‌ها قرار داده است. «از جمله نشانه‌های او این است که همسرانی از جنس خودتان برای شما آفرید تا در کنار آنان آرامش یابید و در میانتان دوستی و مهربانی قرار داد. در این نشانه‌هایی است برای گروهی که تفکر می‌کنند» (سوره روم، آیه ۲۱). خداوند متعال با توجه به ویژگی‌ها، توانمندی‌ها و نیازهای گوناگون و متفاوت زن و مرد، برای هر یک حقوقی قرار داده و آن‌ها را به ادای آن‌ها مکلف کرده است. آنچه مسلم است آگاهی از این حقوق مهم‌ترین پیش‌زمینه ارتقاء کیفیت زندگی مشترک همسران و افزایش رضایت زناشویی و لازمه تعهد و پایبندی به آن‌ها است. در آموزه‌های اسلامی، رفتار شایسته با همسر و ارضای نیاز جنسی از جمله حقوق مشترک همسران شمرده می‌شود.

رفتار شایسته و خوش‌رفتاری همسران سبب استمرار احساس رضایتمندی زناشویی اولیه و افزایش صمیمیت آن‌ها خواهد شد. در قرآن مجید از این رفتار شایسته به «معاشرت به معروف» یاد شده است. بیش از بیست بار کلمه «معروف» برای جنبه‌های مختلف روابط خانوادگی به کار رفته که چگونگی روابط زن و شوهر از مهم‌ترین این جنبه‌ها است (سالاری فر، ۱۳۸۵). برای نمونه می‌توان به «... عاشروهن بالمعروف» یعنی «با همسر خود به نیکویی رفتار کنید...» (سوره نساء، آیه ۱۹) اشاره کرد. معاشرت به معروف یا همان خوش‌رفتاری همسران که در آیات قرآن و روایت‌ها تأکید شده از نظر علامه طباطبایی، مفسر بزرگ شیعه، به آداب و شیوه‌های رفتاری مناسب یک جامعه گفته می‌شود که عقلای آن جامعه آن را به رسمیت می‌شناسند یا هر عملی که افکار عمومی آن را رفتاری شناخته شده و مانوس بداند و با ذائقه اهل هر اجتماعی سازگار باشد (به نقل از سالاری فر، ۱۳۸۵). برخی نیز مانند عبده معروف را به معنی شیوه‌های رفتاری مطلوب در هر جامعه گرفته‌اند مادام که خلاف شرع نباشد (به نقل از سالاری فر، ۱۳۸۵). بنابراین، تعریف احترام متقابل، عفو و گذشت، خوش‌گمانی و بردباری نمودهایی از رفتار به معروف یا همان خوش‌رفتاری همسران و پرخاشگری، ناسزاگویی، عیب‌جویی و خودبرتربینی از نمودهای بدررفتاری همسران محسوب می‌شود (حیدری، ۱۳۸۶؛ صادقان، ۱۳۸۷ و انصاریان، ۱۳۸۵) که در آموزه‌های اخلاقی دین اسلام به خوبی تشریح شده است:



**احترام متقابل:** در دیدگاه اسلامی رفتار شایسته با همسر، به‌عنوان یکی از حقوق متقابل و مشترک همسران محسوب می‌شود (سالاری‌فر، ۱۳۸۵، حیدری، ۱۳۸۶ و حسینی، ۱۳۸۷) و پیشوایان دین به آن توجهی ویژه کرده‌اند. امام سجاد (ع) تکریم و احترام زن را واجب دانسته و در این باره فرموده‌اند: «حق زن بر تو (شوهر) آن است که بدانی خداوند او را مایه آرامش تو قرار داده، پس بدان که همسری او نعمتی الهی است و بر تو لازم است تا او را تکریم و احترام نمایی» (وسایل‌الشیعه؛ به نقل از آیت‌اللهی، ۱۳۸۱). پیامبر (ص) نیز در بیانی بسیار زیبا تکریم زنان را نشانه بزرگواری مردان دانسته‌اند و فرموده‌اند: «تکریم نمی‌نمایند زنان را مگر افراد بزرگوار و تحقیر نمی‌نمایند ایشان را مگر فرومایگان» (نهج‌الفصاحه؛ به نقل از آیت‌اللهی، ۱۳۸۱). همچنین در منابع اسلامی نمودهای رفتاری احترام متقابل همسران شامل: ۱- گفتگوی محترمانه؛ ۲- گوش دادن و توجه به همسر؛ ۳- آراستگی همسران در مقابل یکدیگر؛ ۴- همکاری با همسر در امور منزل؛ ۵- وقت گذاشتن برای همسر؛ ۶- استقبال و بدرقه همسر؛ ۷- هدیه دادن؛ ۸- سپاسگزاری و قدردانی؛ ۹- سلام کردن هنگام ورود به منزل؛ ۱۰- احترام به حریم خصوصی و تفاوت‌های فردی برشمرده شده و تشریح شده است. پژوهش‌های انجام شده نیز نشان می‌دهد همسرانی که از احترام و علاقه متقابل بیش‌تری نسبت به یکدیگر بهره‌مند هستند؛ رضایت زناشویی بیش‌تری را گزارش می‌کنند (دانش و حیدریان، ۱۳۸۳) و توهین و سرزنش همسر در برابر احترام به او از ویژگی‌های ارتباطی همسران ناسازگار محسوب می‌شود (سعیدی، ۱۳۸۵).

**بخشش و گذشت:** یکی دیگر از مهم‌ترین نمودهای خوش‌رفتاری همسران چشم‌پوشی از خطاها به جای تلافی‌جویی و انتقام‌گیری می‌باشد (سالاری‌فر، ۱۳۸۵، انصاریان، ۱۳۸۵). در زندگی زناشویی به دلیل ارتباط مداوم و نزدیک همسران، موقعیت‌های بی‌شماری پیش می‌آید که تنها با بخشش و گذشت و نه با تلافی‌جویی و انتقام‌خواهی می‌توان بر آن‌ها چیره شد و کانون زندگی خانوادگی را از گزند و آسیب در امان داشت. چنانچه بر اساس پژوهش‌های انجام شده در زمینه ناسازگاری‌های زناشویی نیز، پاسخ به رفتارهای منفی همسر براساس مقابله به مثل یا تلافی، یکی از ویژگی‌های بارز همسران ناسازگار شمرده می‌شود (هالفورد، ۱۳۸۴). خداوند همه بندگان خویش را به عفو و بخشش خطاهای یکدیگر فرا می‌خواند و به آن‌ها خبر می‌دهد که اگر اشتباهات دیگران

را ببخشند، خداوند نیز از گناه آن‌ها چشم‌پوشی می‌کند. چنانچه می‌فرماید: «عفو کنید و چشم‌پوشی نمایید. آیا دوست ندارید که خداوند شما را ببخشد، خداوند بسیار آمرزنده و مهربان است» (سوره نور، آیه ۲۲) و عفو و بخشش به هنگام خشم را یکی از صفات اهل ایمان می‌شمارد (سوره شوری، آیه ۳۷). در آموزه‌های اسلامی پیامدهای مثبت عفو و گذشت، حدود عفو و گذشت، آداب عفو و گذشت و راهکارهای آراسته شدن به آن و مقابله با تلافی‌جویی به طور کامل بر شمرده شده است.

**خوش‌بینی:** رفتار با همسر براساس خوش‌گمانی یکی دیگر از ملاک‌های رفتار شایسته‌است (صادقیان، ۱۳۸۷؛ حیدری، ۱۳۸۶). بنابر پژوهش‌های انجام شده، از جمله هالفورد (۲۰۰۱)، در زمینه تحلیل عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی، تعصبات ادراکی و شناخت‌های منفی، یکی از نشانه‌های اصلی همسران ناسازگار محسوب می‌شود (به نقل از تبریزی، ۱۳۸۴). انسانی که تحت آموزه‌های اسلامی قرار می‌گیرد به خود، خداوند و جهان هستی خوش‌بین است و آثار این خوش‌بینی در تمامی ابعاد زندگی او و از جمله در روابط بین‌فردی‌اش متجلی خواهد شد. خداوند حکیم در کتاب آسمانی خود قرآن، به افراد با ایمان دستور می‌دهد که از گمان‌ها و ذهنیت‌های منفی نسبت به دیگران خودداری کنند و این گمان‌های منفی را گناه می‌شمرد و می‌فرماید: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید از بسیاری گمان‌ها و ذهنیت‌ها اجتناب ورزید که برخی از این گمان‌ها گناه است» (سوره حجرات، آیه ۱۲) و از صحبت از روی حدس و گمان و بدون هیچگونه شاهد و دلیل نهی می‌فرماید: «چرا چیزی را می‌گویید که نمی‌دانید» (سوره نور، آیه ۱۵). چنانچه امام علی (ع) می‌فرماید: «کسی که به مردم حسن ظن داشته باشد مهر و محبت آن‌ها را به دست می‌آورد و از رنج و اندوهش کاسته می‌گردد» (خوانساری؛ به نقل از حیدری، ۱۳۸۶). به نظر امام علی (ع) انسان بدگمان همواره بیمار است و فکری آشفته دارد. از همگان ترس و وحشت دارد و به خاطر بدگمانی خود بر هیچ کس نمی‌تواند اعتماد داشته باشد (به نقل از صادقیان، ۱۳۸۷). به دلیل تأثیر بسیار زیاد مثبت‌اندیشی و خوش‌بینی بر تمامی ابعاد زندگی انسان، دین اسلام نیز برای آن اهمیت ویژه‌ای قائل شده و در آموزه‌های خود بر مثبت‌اندیشی و پیامدهای آن از دیدگاه آیات و روایات و راهکارهای شناختی و رفتاری مقابله با بدگمانی و منفی‌بافی تأکید بسیار کرده است.





**خشونت:** در دیدگاه اسلامی پرخاشگری‌های فیزیکی و کلامی همسران با یکدیگر از مهم‌ترین نمودهای بدرفتاری همسران است و سبب از بین رفتن مهم‌ترین حق مشترک آن‌ها، یعنی معاشرت به معروف می‌شود (انصاریان، ۱۳۸۵؛ حیدری، ۱۳۸۶). خشونت‌های کلامی و فیزیکی یکی از دلایل عمده کاهش رضایت زناشویی و فروپاشی کانون خانواده محسوب می‌شود. ارتباط‌های نامناسب و بدکارکرد به وجود آمده در میان همسران، در همان سال‌های نخستین ازدواج به افزایش خشونت در رابطه آن‌ها منجر می‌شود (هالفورد، ۲۰۰۱؛ به نقل از تبریزی، ۱۳۸۴). خداوند حکیم در کتاب آسمانی خود، مهار و کنترل خشم را از صفات مؤمنین و پرهیزکاران می‌شمرد و در توصیف آن‌ها می‌فرماید: «کسانی که از گناهان بزرگ و زشتکاری‌ها خود را به دور می‌دارند و چون به خشم می‌آیند، درمی‌گذرند» (سوره شوری، آیه ۱۳۷). «همانان (پرهیزکاران) که در فراخی و تنگی انفاق می‌کنند و خشم خود را فرو می‌برند و از مردم درمی‌گذرند» (سوره آل عمران، آیه ۱۳۴). آنچه از این دو آیه برمی‌آید آن است که بروز خشم در وجود انسان اجتناب‌ناپذیر است و آنچه اهمیت دارد کنترل و مهار این خشم است. در بحارالانوار امام علی (ع) در کلامی ارزشمند، بزرگ‌ترین پیامد منفی خشم را این‌چنین بیان می‌کنند: «شدت خشم منطق انسان را دگرگون می‌سازد، ریشه دلیل را قطع می‌کند و فهم و شعور را مختل می‌سازد» (به نقل از صادقیان، ۱۳۸۷). در چنین حالتی سرزدن هر رفتاری از انسان دور از انتظار نیست. چنانچه امام محمدباقر (ع) می‌فرمایند: «چه چیز سخت‌تر از خشم است؟ همانا مرد غضب می‌کند. پس کسی که خداوند خون او را حرام کرده می‌کشد و یا به زن پاکدامن تهمت می‌زند». در آموزه‌های اسلامی خشونت و خاستگاه آن تشریح شده و راهکارهایی شناختی و رفتاری برای مقابله با خشونت‌های کلامی و فیزیکی ارائه شده است.

**خودب‌تریبینی:** انتقادناپذیری، بی‌توجهی به خواست و نظرات دیگران، نپذیرفتن تفاوت‌های فردی، گوش ندادن به دیگران و نپذیرفتن پند آن‌ها، نمودهایی از وجود خودب‌تریبینی در انسان است. خودب‌تریبینی یا تکبر از زشت‌ترین ویژگی‌های اخلاقی ناپسند است که در مقابل فروتنی و تواضع قرار می‌گیرد و می‌تواند ریشه بسیاری از ناسازگاری‌ها و نارضایتی‌های زناشویی قرار گیرد، صمیمیت و نزدیکی همسران را به‌طور ملاحظه‌پذیری کاهش دهد و سبب ضایع و تباه شدن حق مشترک خوش‌رفتاری با



همسر می‌شود. خداوند حکیم در کتاب آسمانی خود قرآن، تکبر را عامل اصلی سجده نکردن شیطان بر آدم و طرد او از درگاه خداوندی می‌داند و می‌فرماید: «و چون فرشتگان را فرمودیم برای آدم سجده کنید پس به جز ابلیس که سرباز زد و کبر ورزید و از کافران شد همه به سجده درافتادند» (سوره بقره، آیه ۳۳). خداوند، انسان‌ها را از رفتار و مشی متکبرانه نهی کرده و می‌فرماید: «و به تکبر از مردم رخ متاب و به نخوت در زمین راه مرو. به راستی که خداوند هیچ گردن‌فراز خودستایی را دوست نمی‌دارد» (سوره لقمان، آیه ۱۸). امام هادی (ع) با گفتار گهربار خود معیار بسیار خوبی برای تشخیص رفتارهای فروتنانه و متکبرانه ارائه داده‌اند. از نظر امام هادی (ع)، فروتنی آن است که انسان با مردم چنان رفتار کند که دوست دارد با خودش آن‌گونه رفتار شود. خودبرتربینی در هر زمینه مانند ثروت، موقعیت اجتماعی، مدرک تحصیلی، حسب و نسب، عبادت و پرهیزکاری یا در زمینه‌های دیگر به دلیل ایجاد حصارپندار برتری بر دیگران است که در ذهن فرد به وجود آمده است. این پندار برتری بر دیگران، بر حسب شدت خود رفتارهای خاصی را در افراد خودبرتربین شکل می‌دهد. آن‌ها به هنگام هرگونه تهدیدی برای برتری خیالی خود به رفتارهای زشتی چون پرخاشگری، تلافی جویی، بداخلاقی، تحقیر و کوچک شمردن دیگران دست می‌زند و بدین وسیله بیش از پیش از دیگران دور شده و در برتری خیالی خویش غرقه می‌شود و از رشد و تعالی انسانی خود نیز باز می‌ماند. در همین راستا در آموزه‌های اسلامی ریشه‌ها و خاستگاه‌های خودبرتربینی، نمودهای شناختی و رفتاری خودبرتربینی و راهکارهایی شناختی رفتاری برای مقابله با آن ارائه می‌شود.

**اخلاق جنسی اسلامی:** ارضای نیازهای جنسی زن و مرد دومین حقوق مشترک آن‌ها و یکی از مهم‌ترین اهداف ازدواج محسوب می‌شود (سالاری‌فر، ۱۳۸۵). بنابر پژوهش‌های انجام شده نیز تأمین نیاز جنسی همسران با میزان بالای رضایتمندی آن‌ها از رابطه زناشویی همراه است و رابطه جنسی ضعیف و ناکارآمد یکی از دلایل عمده ناسازگاری‌های زناشویی محسوب می‌شود (هالفورد، ۲۰۰۱؛ به نقل از تبریزی، ۱۳۸۴). به همین دلیل دین اسلام آموزش‌های زیادی در این زمینه ارائه کرده و برای بهبود عملکرد جنسی همسران راهکارهایی مانند آراستگی همسران، لزوم پیش‌نوازی در رابطه جنسی و نقش فعال زن در رابطه جنسی را ارائه کرده است. به‌عنوان نمونه در کتاب



مکارم‌الاخلاق نقل شده که امام محمدباقر (ع) می‌فرمایند: «سزاوار نیست که زن خود را بدون آرایش نگه دارد، هرچند با آویختن گردنبندی به گردن باشد». همچنین امام صادق (ع) درباره لزوم آراستگی مرد برای همسرش می‌فرماید: «همان طور که مردان دوست دارند زنان خود را زینت شده ببینند، زنان نیز همین مسئله را برای شوهران خود دوست دارند» و امام کاظم (ع) در این زمینه می‌فرمایند: «آراستگی مرد از جمله چیزهایی است که عفت زن را زیاد می‌کند. همانا زنان از عفت دور شوند، چون همسرانشان آراستگی را ترک کردند» (به نقل از فقیهی، ۱۳۸۶). بنابر پژوهش‌های انجام شده در زمینه روابط جنسی، نبود پیش‌نوازی کافی و عجله در ارتباط جنسی، رفتارهای نامطلوب و زمخت مردان و نادیده انگاشتن تکنیک‌های مؤثر بر برانگیختگی در ارتباط جنسی از دلایل اساسی کاهش میل جنسی و کاهش لذت همسران از روابط جنسی محسوب می‌شود (عشقی، ۱۳۸۵). دین اسلام در آموزه‌های خود به این نیاز اساسی زنان توجه ویژه‌ای مبذول داشته است. پیش‌نوازی و تمرکز بر نقاط حساس حسی و جنسی در ادبیات اسلامی ملاحظه نامیده می‌شود که مقدمه لازم و ضروری یک رابطه جنسی شمرده می‌شود. به طوری که در کتاب وسایل الشیعه ذکر شده که پیامبر (ص) شتاب نکردن در آمیزش جنسی و حوصله به خرج دادن را مستحب اعلام کرده (به نقل از سیدی، ۱۳۸۷) و می‌فرماید: «هرگاه یکی از شما نزدیکی می‌کنند چنان آمیزش نکنند که پرنده‌ای نر با جفتش درمی‌آمیزد. باید درنگ کند» (همان). پیامبر اسلام (ص) در لزوم پیش‌نوازی قبل از آمیزش تا آنجا پیش می‌رود که نبود آن را جفاکاری دانسته (فقیهی، ۱۳۸۶) و می‌فرماید: «هیچ یک از شما به سوی همسرش نباید برود و با او خلوت نکند، مگر آنکه بین آن‌ها بوسه و صحبت عاشقانه رد و بدل شود». فعال بودن و بانشاط بودن زنان در رابطه جنسی یکی از موارد مهم در بهبود عملکرد جنسی همسران است. برخلاف برخی از افکار غیرمنطقی و ناکارآمد موجود، از دیدگاه اسلامی زنان باید به هنگام ارتباط جنسی نقشی پویا داشته باشند و از کم‌رویی و خجالت اجتناب کنند. چنانچه علامه مجلسی از پیامبر (ص) نقل کرده «بهترین زنان آن کسی است که وقتی با همسرش تنها باشد جامه شرم و حیا را بیرون می‌آورد» (فقیهی، ۱۳۸۶). خوش‌رفتاری با همسر دومین حق مشترک همسران است.

با توجه به اینکه الگوی ایرانی اسلامی خانواده اخلاق محور است و فرهنگ‌سازی در جهت گسترش اخلاق اسلامی در خانواده مهم‌ترین و کوتاه‌ترین راهبرد نظری و عملی

در طراحی الگوی مطلوب خانواده است (نوابی‌نژاد، ۱۳۹۲) و از آنجا که آگاهی از این حقوق مشترک مهم‌ترین پیش‌زمینه ارتقای کیفیت زندگی مشترک همسران و لازمه تعهد و پایبندی به آن‌ها است، به نظر می‌رسد که زوج درمانی اسلامی با این مبنا بتواند به افزایش رضایت زناشویی بیانجامد.

برخلاف اهمیت موضوع، در زمینه تأثیر آموزش‌های اسلامی در بهبود روابط زناشویی پژوهش‌های اندکی در ایران انجام شده است. حمید و همکاران (۱۳۹۱)، پژوهشی با هدف بررسی اثربخشی روان‌درمانی شناختی رفتاری مذهب‌محور توأم با بازآموزی بخشودگی بر کاهش تعارض‌های زناشویی و افزایش رضایت از زندگی زوجین انجام دادند. گروه آزمایش، دوازده جلسه روان‌درمانی شناختی رفتاری مذهب‌محور توأم با بازآموزی بخشودگی دریافت کردند. نتایج نشان داد میزان تعارض‌های زناشویی به‌طور معناداری کاهش یافته، اما رضایت از زندگی افزایش یافته است. خدایاری فرد و همکاران (۱۳۸۱) در یک بررسی موردی به کاربرد روش عفو و بخشش با تأکید بر دیدگاه اسلامی در درمان و بهبود روابط میان فردی اقدام کرده‌اند. یافته‌ها نشان داد که با اجرای این روش افراد رنجیده توانستند اندک، اندک، افکار و احساسات منفی خود را نسبت به فرد رنجاننده کاهش داده و افکار مثبت را جایگزین آن‌ها کنند. حیرت و همکاران (۱۳۹۰)، به بررسی اثربخشی زوج درمانی اسلام‌محور بر خوش‌بینی زوجین اقدام کردند. نتایج نشان داد که زوج درمانی اسلام‌محور در افزایش خوش‌بینی زوجین و ابعاد آن مؤثر بوده و تعامل بین تأثیر آموزش و جنسیت معنادار نبوده است. سودانی و شفیع‌آبادی (۱۳۹۱)، به بررسی نقش آموزش‌های اسلامی خانواده بر رضایت زناشویی اقدام کرده‌اند. این آموزش‌ها که در طی شش جلسه ارائه شده است به افزایش رضایت زناشویی همسران انجامیده است. خدایاری فرد و همکاران (۱۳۸۶)، رابطه نگرش مذهبی با رضایتمندی زناشویی را در دانشجویان متأهل دانشگاه تهران بررسی کرده‌اند. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که بین نگرش مذهبی و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. سیف و نیکویی (۱۳۸۴)، نیز در پژوهش خود به بررسی رابطه بین جهت‌گیری دینی درونی و بیرونی و عمل به باورهای دینی و رضایتمندی زناشویی اقدام کرده‌اند. بنابر نتایج پژوهش همبستگی معناداری بین جهت‌گیری دینی درونی و عمل به باورهای دینی و رضایتمندی زناشویی وجود دارد، ولی بین جهت‌گیری دینی بیرونی و رضایتمندی زناشویی همبستگی معناداری وجود ندارد. متغیر جنسیت نیز بر



جهت‌گیری دینی و عمل به باورهای دینی تأثیر معناداری نداشته است. در این باره دانش (۱۳۸۵)، تأثیر خودشناسی اسلامی (خود بالغ، خود والدینی، خود کودکی) در افزایش میزان سازگاری زناشویی بررسی کرده است. آموزش‌های مربوط به خودشناسی اسلامی طی ۱۰ جلسه ۲ ساعته به همسران گروه آزمایش ارائه شده است. نتایج نشان داد که افزایش خودشناسی اسلامی به‌طور معناداری سبب افزایش سازگاری زناشویی گروه آزمایشی شده است. احمدی و همکاران (۱۳۸۵)، در پژوهشی بررسی رابطه بین تقیدات مذهبی و سازگاری زناشویی بررسی کردند. بنابر نتایج این پژوهش میزان سازگاری زناشویی در میان افرادی با تقیدات مذهبی بیش‌تر به‌طور معناداری بیش از کسانی است که دارای تقیدات مذهبی کم‌تری هستند. فقیهی (۱۳۸۶) در یک آموزش شش جلسه‌ای تأثیر آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر قرآن و حدیث و تأثیرات روانی و تربیتی آن را در روابط همسران بررسی کرده است. این آموزش‌ها در چهار محور انگیزه‌های تشکیل زندگی مشترک، مهارت‌های شناختی و نگرشی، مهارت‌های اخلاقی و ارتباطی و مسائل جنسی ارائه شده است. نتایج پژوهش او نشان می‌دهد که این آموزش‌ها بر کاهش تنش بین همسران مؤثر بوده است.

دیوید و استافورد<sup>۱</sup> (۲۰۱۳) رابطه نقش ارتباط با خدا و بخشودگی با رضایت زناشویی را بررسی کردند. نتایج نشان داد که ارتباط فرد با خدا و بخشودگی در کیفیت زندگی زناشویی تأثیر دارد. کاترونا<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۱) در مطالعه‌ای در میان ۲۰۷ زوج آمریکایی آفریقایی تبار دریافتند که مذهبی بودن باعث پایداری ارتباط زوجین می‌شود و در نتیجه مداخلات مبتنی بر معنویت لازم و ضروری به نظر می‌رسد. اسکران<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۲) در پژوهش خود ارتباط دینداری و سازگاری زناشویی را در ۲۰۰۰ زوج بررسی کردند. آن‌ها دریافتند که زوجین بیش‌تر مذهبی به‌طور معناداری سازگاری زناشویی بیش‌تری دارند و همچنین سازگاری در زوجینی که هر دو مذهبی هستند بیش‌تر از زوجینی است که یکی از آن‌ها مذهبی است. فینچام<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۱۱)، در پژوهشی ارتباط تجربه‌های معنوی زوجین و کیفیت رابطه زناشویی آن‌ها را بررسی

- 
1. David & Stafford
  2. Cutrona
  3. Schramm
  4. Fincham



کردند و نتیجه گرفتند که معنویت سبب افزایش کیفیت زندگی زناشویی به خصوص در مردان شده است. الیسون<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۰) دریافتند در مواردی که زوجین مذهبی تر هستند و همچنین تمایلات مذهبی نزدیک تری دارند، کیفیت ارتباط همسران بهتر است. براون<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۸)، در پژوهش خود، که به منظور بررسی رابطه بین دینداری و پایداری زناشویی زوجین سفیدپوست و سیاه پوست آمریکایی انجام داده‌اند، به این نتیجه دست یافتند که در زوجین سیاه پوست که مذهب را دارای اهمیت بیشتری می‌دانند و منظم تر در مراسم مذهبی شرکت می‌کنند، پایداری زندگی زناشویی بیشتر است. پژوهش ارتینکال<sup>۳</sup> (۲۰۰۶) نشان داد که دینداری با رضایت زناشویی رابطه مثبتی دارد. لمبرت و دولاهیت<sup>۴</sup> (۲۰۰۶) با استفاده از مصاحبه با ساختار در میان ۵۷ زوج متدین از سه مذهب مسیحیت، یهودیت و اسلام نقش دینداری را در حل تعارض‌های زناشویی بررسی کردند. نتایج کار او نشان می‌دهد که دین در مرحله اول از بروز تعارض‌های زناشویی جلوگیری می‌کند. در مرحله دوم یافتن راه حل برای تعارض را تسهیل می‌کند و در مرحله سوم آشتی و اصلاح رابطه را پس از تعارض آسان می‌کند.

بررسی اجمالی پژوهش‌های پیشین انجام شده در زمینه رضایت زناشویی نشان می‌دهد که با توجه به اینکه الگوی ایرانی اسلامی خانواده اخلاق محور است و فرهنگ‌سازی در جهت گسترش اخلاق اسلامی در خانواده مهم‌ترین و کوتاه‌ترین راهبرد نظری و عملی در طراحی الگوی مطلوب خانواده است (نوابی‌نژاد، ۱۳۹۲) خانواده درمان‌گران و پژوهش‌گران به استفاده از آموزه‌های اخلاقی دین اسلام هنوز به‌طور جدی و ویژه به صورت طرح‌های آزمایشی توجه نکرده‌اند. در این پژوهش تأثیر این آموزه‌ها بر رضایت زناشویی زوجین بررسی شد. فرضیه‌های پژوهش عبارت بودند از:

۱. زوج درمانی اسلامی رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد.
۲. زوج درمانی ابعاد رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد.

---

1. Ellison  
2. Brown  
3. Orathinkal  
4. Lambert&Dollahite



### ۳. تأثیر زوج درمانی اسلامی بر رضایت زناشویی زنان و مردان متفاوت است.

#### روش

این پژوهش نیمه تجربی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش، کلیه همسرانی بوده‌اند که به دلیل مشکلات زناشویی به مراکز مشاوره شهر اصفهان مراجعه کرده‌اند. برای انتخاب نمونه ابتدا اطلاعاتی مربوط به تشکیل جلسات آموزشی مرتبط با این پژوهش در مراکز مشاوره شهر اصفهان و دیگر مراکز مرتبط نصب شده و از داوطلبان ثبت‌نام به عمل آمد. سپس ۲۰ زوج (۴۰ زن و شوهر) داوطلب به شرکت در این کارگاه آموزشی، به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شده و ۱۰ زوج در گروه آزمایش و ۱۰ زوج در گروه کنترل جای گرفتند. در نهایت جلسات آموزشی در یکی از مراکز مشاوره اصفهان برگزار شد. داشتن حداقل تحصیلات ابتدایی و حضور هر دو همسر در جلسه‌های کارگاه الزامی بود. نداشتن اعتیاد و مصرف‌نکردن داروهای روان‌پزشکی جزء شرایط خروج از نمونه پژوهش در نظر گرفته شد. در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار آماری SPSS استفاده شد. روش آماری مورد استفاده در سطح آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار بوده و در سطح استنباطی از روش تحلیل کواریانس استفاده شده است.

ابزار پژوهش پرسشنامه رضایتمندی زناشویی اینریچ<sup>۱</sup> بود. این پرسش‌نامه، ۱۱۵ سؤال دارد و برای ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا و شناسایی زمینه‌های قوت و پرباری رابطه زناشویی به‌کار می‌رود. این پرسش‌نامه یک ابزار معتبر برای بررسی رضایت زناشویی است.

پرسش‌نامه اینریچ از ۱۴ خرده‌مقیاس تشکیل شده است. مقیاس اول آن ۵ سؤال و سایر مقیاس‌ها هر کدام ۱۰ سؤال دارد. خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه از این قرار است: تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندان و فرزند پروری، خانواده و دوستان، نقش‌های مساوات‌طلبی و جهت‌گیری مذهبی. در فرم ۱۱۵ سؤالی برای هریک از سؤال‌ها ۵ گزینه در نظر گرفته شد. گزینه سؤال‌ها عبارت از «خیلی زیاد»، «زیاد»،

1. Enrich



«متوسط»، «کم»، «خیلی کم» است. نمره بالاتر نشانه رضایتمندی زناشویی بیش تر است.

ضرایب آلفای «پرسش‌نامه اینریچ» در گزارش اولسون، فورنیر و دراکمن (۱۹۸۹؛ به نقل از ثنایی، ۱۳۷۹) برای خرده مقیاس‌های تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندان و فرزندپروری، خانواده و دوستان، نقش‌های مساوات‌طلبی به این ترتیب بود: ۰/۸۱، ۰/۷۳، ۰/۶۸، ۰/۷۵، ۰/۷۴، ۰/۷۶، ۰/۴۸، ۰/۷۷، ۰/۷۲، ۰/۷۱. ضریب آلفای خرده مقیاس‌های اینریچ در پژوهش‌های مختلف از ۰/۶۸ و (برای نقش‌های مساوات‌طلبی) تا ۰/۸۶ (برای رضایت زناشویی) با میانگین ۰/۷۹ بوده است. اعتبار بازآزمایی پرسشنامه در فاصله ۴ هفته بین ۰/۷۷ (برای فعالیت‌های اوقات فراغت) تا ۰/۹۲ (برای روابط جنسی و تحریف آرمانی) با میانگین ۰/۸۶ بوده است.

در پژوهش مهدویان ضریب همبستگی پیرسون در روش بازآزمایی (به فاصله یک هفته) برای گروه مردان ۰/۹۳۷، برای گروه زنان ۰/۹۴۴ و برای گروه مردان و زنان ۰/۹۴ (به نقل از ثنایی، ۱۳۷۹). این ضرایب در همین پژوهش برای خرده مقیاس‌های تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندان و فرزندپروری، خانواده و دوستان، نقش‌های مساوات‌طلبی و جهت‌گیری مذهبی گروه زنان و مردان به ترتیب از این قرار است: ۰/۷۲، ۰/۸۵، ۰/۷۶، ۰/۷۶، ۰/۷۶، ۰/۸۱، ۰/۶۳، ۰/۶۹، ۰/۸۷، ۰/۶۹، ۰/۶۲، ۰/۷۳. ضریب همبستگی «پرسش‌نامه اینریچ» با مقیاس‌های رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶ و با مقیاس‌های رضایت از زندگی از ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشانه روایی سازه آن است. کلیه خرده مقیاس‌های «پرسش‌نامه اینریچ» زوج‌های راضی و ناراضی رامتمایز می‌کنند و این نشان می‌دهد که این پرسشنامه از روایی ملاک خوبی بهره‌مند است (ثنایی، ۱۳۷۹).

پس از انتخاب نمونه و گمارش تصادفی آزمودنی‌ها در دو گروه آزمایش و کنترل، پرسشنامه رضایت زناشویی به عنوان پیش‌آزمون در دو گروه اجرا شد و سپس زوجین گروه آزمایش در جلسات آموزشی زوج درمانی اسلامی شرکت کردند. پس از اتمام این جلسات پرسشنامه رضایت زناشویی به‌طور مجدد در دو گروه آزمایش و کنترل اجرا شد. تعداد جلسات آموزشی نه جلسه بود. این جلسات هر هفته یک بار و هر بار به مدت ۲





ساعت تشکیل شده است. محتوای جلسات آموزشی به شرح زیر بوده است:

### جدول ۱: ساختار جلسات زوج درمانی اسلامی

جلسه اول	دستور جلسه: ۱- برقراری ارتباط و آشنایی اعضای گروه با یکدیگر، ۲- طرح سئوالات اساسی ۳- بیان قواعد گروه و اهداف دوره، ۴- اجرای پیش آزمون.
جلسه دوم	عنوان: آشنایی با دیدگاه اسلام درباره اهمیت و اهداف ازدواج و حقوق و وظایف همسران دستور جلسه: ۱- بیان اهمیت ازدواج و تشکیل خانواده از دیدگاه اسلام، ۲- شناخت اهداف ازدواج از دیدگاه اسلام، ۳- شناخت حقوق و مسئولیت‌های مشترک و اختصاصی مرد و زن از دیدگاه اسلام
جلسه سوم	عنوان: احترام متقابل در روابط همسران دستور جلسه: شناخت احترام متقابل همسران از دیدگاه اسلامی و نمودهای رفتاری آن شامل گفت و گوی محترمانه، گوش دادن فعال، احترام به حریم خصوصی و تفاوت‌های فردی، صرف وقت برای یکدیگر، قدردانی و سپاسگزاری، آراستگی و پاکیزگی، هدیه دادن، همکاری در امور خانه تکلیف
جلسه چهارم	عنوان: عفو و گذشت در روابط همسران دستور جلسه: ۱- آشنایی با مفهوم عفو و گذشت و تلافی جویی و آثار و پیامدهای آن در روابط همسران، ۲- آشنایی با دیدگاه اسلام درباره عفو و گذشت و تلافی جویی، ۳- آشنایی با حدود و آداب عفو و گذشت، ۴- آشنایی با راهکارهای اسلام برای مقابله با تلافی جویی و توانا شدن در عفو و گذشت تکلیف
جلسه پنجم	موضوع جلسه: مثبت اندیشی و خوش بینی در روابط همسران دستور جلسه: ۱- شناخت دیدگاه اسلام درباره خوشبینی و بدبینی و بررسی پیامدهای آن، ۲- آشنایی با نمودهایی از شناخت‌های منفی در روابط همسران، ۳- ارائه راهکارهای شناختی- رفتاری اسلام برای مقابله با بدبینی تکلیف
جلسه ششم	موضوع جلسه: پرخاشگری‌های کلامی و فیزیکی در روابط همسران دستور جلسه: ۱- آشنایی با مفهوم خشم و پرخاشگری‌های کلامی و فیزیکی و پیامدهای آن از دیدگاه اسلامی، ۲- آشنایی با راهکارهای شناختی- رفتاری اسلام در مقابله با پرخاشگری‌های کلامی و فیزیکی تکلیف
جلسه هفتم	موضوع جلسه: خود برتربینی و نمودهای آن در روابط همسران دستور جلسه: ۱- آشنایی با دیدگاه اسلام درباره خودبرتربینی و ریشه‌های آن، ۲- آشنایی با نمودهای رفتاری و شناختی خود برتربینی و پیامدهای آن در روابط همسران، ۳- آشنایی با راهکارهای شناختی- رفتاری اسلام برای مقابله با خودبرتربینی
جلسه هشتم	موضوع جلسه: بهبود عملکرد جنسی همسران دستور جلسه: ۱- شناخت دیدگاه اسلام درباره غریزه جنسی، ۲- آشنایی با راهکارهای اسلام برای بهبود عملکرد جنسی
جلسه نهم	موضوع جلسه: جمع‌بندی و نتیجه‌گیری ۱- جمع بندی و نتیجه‌گیری نهایی با کمک زوجین، ۲- یافتن نقاط ضعف و فوت جلسات آموزشی با نظر خواهی از همسران، ۳- تشکر، خداحافظی و ارائه پس آزمون

## یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون نمرات رضایت زناشویی در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار نمرات رضایت زناشویی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

گروه	شاخص آماری	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	زن	۲۳۶/۳۰	۴۱/۳۲	۲۷۲/۵۰	۴۰/۵۸
	مرد	۲۳۷/۲۰	۲۶/۹۲	۲۶۹/۰	۳۲/۵۲
کنترل	زن	۲۳۱/۱۰	۴۳/۲۰	۲۳۲/۵۰	۴۷/۹۷
	مرد	۲۵۷/۳۰	۲۵/۲۸	۲۳۸/۰	۲۱/۴۷
کل	آزمایش	۲۳۶/۷۵	۳۳/۹۵	۲۷۰/۷۵	۳۵/۸۴
	کنترل	۲۳۳/۲۰	۳۴/۵۲	۲۳۵/۲۵۰	۳۶/۲۸

همان‌گونه که مشاهده می‌شود، میانگین نمرات گروه آزمایشی در مرحله پیش‌آزمون برابر با ۲۳۶/۷۵ و این میانگین در مرحله پس‌آزمون برابر با ۲۷۰/۷۵ است. در حالیکه در گروه کنترل، میانگین نمره رضایت همسران در مرحله پیش‌آزمون ۲۲۳/۲۰ و در مرحله پس‌آزمون، این میانگین معادل ۲۳۵/۲۵۰ است. برای آزمون آماری فرضیه دوم از تحلیل کوواریانس استفاده شد. پیش‌فرض تساوی واریانس‌ها برای این تحلیل با استفاده از آزمون لوین بررسی شد. نتایج در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳: نتایج آزمون لوین درباره پیش‌فرض تساوی واریانس‌های دو گروه در میزان رضایت زناشویی

متغیر وابسته	F	درجه آزادی اول (صورت)	درجه آزادی دوم (مخرج)	معناداری (P)
رضایت زناشویی	۲/۰۶۲	۳	۳۶	۰/۱۲۳

بر اساس نتایج این جدول پیش فرض تساوی واریانس‌های نمرات دو گروه تأیید می‌شود ( $P < 0/123$ ). با رعایت این پیش فرض تحلیل کوواریانس انجام شد. نتایج آن در جدول ۴ آمده است.

**جدول ۴: نتایج تحلیل کوواریانس تأثیر عضویت گروهی بر میزان نمرات رضایت زناشویی همسران دو گروه**

متغیرها	DF	میانگین مجذورات	F	معناداری (P)	میزان تأثیر	توان آماری
پیش‌آزمون	۱	۴۴۵۱۳/۳۲	۳۳۱/۵۰۵	/۰۰۱	/۹۰۵	۱
عضویت گروهی	۱	۱۰۱۷۷/۵۷	۷۵/۷۹	/۰۰۱	/۶۸۴	۱
جنسیت	۱	۲۴/۰۴۶	/۱۷۹	/۶۷۵	/۰۰۵	/۰۷۰
تعامل عضویت گروهی و جنسیت	۱	۸۱/۱۰۹	/۴۴۲	/۴۴۲	/۰۱۷	/۱۱۸

چنانچه نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، بین میانگین باقیمانده نمرات رضایت آزمودنی‌ها بر حسب عضویت گروهی (دو گروه آزمایشی و کنترل) تفاوت معنادار است ( $P < 0/01$ ). لذا فرضیه اول تأیید می‌شود. میزان این تأثیر ۶۸ درصد بوده است. بنابراین، آموزه‌های اسلامی بر میزان نمرات رضایت زناشویی آزمودنی‌ها در پس‌آزمون گروه آزمایشی تأثیر داشته است و آن را افزایش داده است. توان برابر با یک، حاکی از دقت آماری بسیار بالای این آزمون و کفایت حجم نمونه است. همچنین تعامل عضویت گروهی و جنسیت تفاوت معناداری نداشته است. میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون ابعاد نمرات رضایت زناشویی در جدول ۵ ارائه شده است.

## جدول ۵: میانگین و انحراف معیار نمرات ابعاد رضایت زناشویی

پس‌آزمون		پیش‌آزمون		آزمون	ابعاد رضایت زناشویی
انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	شاخص آماری	
۶/۴۱	۲۷/۰	۴/۷۹	۲۳	آزمایش	رضایت زناشویی
۶/۷۶	۲۳/۴۵	۵/۷۴	۲۳/۵۵	کنترل	
۶/۱۴	۲۴/۷۵	۵/۹۰	۲۱/۷۵	آزمایش	مسائل شخصی
۷/۳۷	۲۲/۱۵	۷/۱۴	۲۱/۷۰	کنترل	
۷/۲۰	۲۶/۱	۵/۷۹	۲۲/۱۰	آزمایش	ارتباط
۶/۹۶	۲۲/۴۰	۶/۹۹	۲۲/۸۰	کنترل	
۴/۹۶	۲۵/۶۵	۵/۱۳	۲۱/۲۵	آزمایش	حل تعارض
۴/۷۷	۱۸/۵۰	۵/۱۳	۱۹/۱۰	کنترل	
۶/۰۲	۲۳/۶۵	۵/۴	۲۱/۴۰	آزمایش	مدیریت مالی
۷/۳۶	۲۱/۱۰	۶/۵۴	۲۱/۱۵	کنترل	
۶/۲۰	۲۳/۵۰	۴/۷۵	۲۰/۵۰	آزمایش	فعالیت‌های اوقات فراغت
۶/۸۵	۲۰/۷۵	۵/۸۴	۲۰/۲۰	کنترل	
۸/۲۳	۲۹/۹۰	۸/۰۸	۲۵/۵۵	آزمایش	جنسی
۸/۲۱	۲۶/۰۵	۸/۳۱	۲۵/۷۰	کنترل	
۴/۷۰	۲۴/۷۰	۳/۲۸	۲۱/۳۵	آزمایش	فرزندان
۴/۷۳	۲۱/۳۵	۳/۲۳	۲۱/۴۵	کنترل	
۴/۹۲	۲۷/۰۵	۵/۵۶	۲۲/۶۰	آزمایش	رابطه با فامیل و دوستان
۷/۰۲	۲۲/۴۵	۵/۵۹	۲۱/۷۵	کنترل	
۴/۸۳	۱۴/۸۵	۵/۶۴	۱۴/۲۰	آزمایش	نقش‌های مساوت طلبانه
۷/۱۱	۱۴/۵۰	۵/۵۹	۱۳/۹۰	کنترل	
۸/۶۳	۲۳/۶۰	۵/۹۸	۲۳/۰۵	آزمایش	جهت‌گیری مذهبی
۸/۶۹	۲۲/۵۵	۷/۹۶	۲۱/۹۰	کنترل	

به منظور تعیین تأثیر آموزش‌های اسلامی بر ابعاد رضایت زوجین از تحلیل کوواریانس استفاده شد. از آنجا که یکی از پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس، همسانی واریانس‌های دو گروه است، برای تعیین همسانی واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد.



**جدول ۶: نتایج آزمون لوین دربارهٔ پیش فرض تساوی واریانس‌های دو گروه در میزان ابعاد رضایت زناشویی**

معناداری (P)	درجهٔ آزادی دوم (مخرج)	درجهٔ آزادی اول (صورت)	F	مقیاس‌های پژوهش
/۹۳۶	۳۸	۱	/۰۰۷	رضایت زناشویی
/۱۱۰	۳۸	۱	۲/۶۷	مسائل شخصی
/۰۴۷	۳۸	۱	۴/۲۱	ارتباط
/۰۰۱	۳۸	۱	۱۳/۹۸	حل تعارض
/۴۱۵	۳۸	۱	/۶۸۰	مدیریت مالی
/۰۱۵	۳۸	۱	۶/۵۱	فعالیت‌های اوقات فراغت
/۸۴۴	۳۸	۱	/۰۳۹	رابطهٔ جنسی
/۳۱۶	۳۸	۱	/۱۰۳	فرزندان و فرزندپروری
/۲۹۹	۳۸	۱	۱/۱۱	رابطه با فامیل و دوستان
/۹۰۴	۳۸	۱	/۰۱۵	نقش‌های مساوات طلبانه
/۹۴۷	۳۸	۱	/۰۰۵	جهت‌گیری مذهبی

همان‌گونه که در جدول ۶ مشاهده می‌شود، فرض صفر برای تساوی واریانس‌های نمرات دو گروه برای خرده مقیاس‌های رضایت زناشویی، مسائل شخصیتی، مدیریت مالی، رابطهٔ جنسی، فرزندان و فرزندپروری، رابطه با فامیل و دوستان، نقش‌های مساوات طلبانه و جهت‌گیری مذهبی تأیید می‌شود. یعنی پیش فرض تساوی واریانس‌های نمرات در دو گروه آزمایش و کنترل تأیید شد. با توجه به رعایت این پیش‌فرض تحلیل کوواریانس انجام شد. نتایج این تحلیل در جدول ۷ آمده است.

**جدول ۷: نتایج تحلیل کوواریانس تأثیر عضویت گروهی بر میزان نمرات ابعاد رضایت زناشویی دو گروه**

توان آماری	میزان تأثیر	معناداری (P)	F	میانگین مجذورات	درجهٔ آزادی	متغیرها	ابعاد رضایت زناشویی
۱	/۶۱۸	/۰۰۱	۵۹/۷۴	۱۰۱۹/۵۶	۱	پیش‌آزمون عضویت گروهی	رضایت زناشویی
۱/۸۶	/۲۰۹	/۰۰۳	۹/۷۷	۱۶۶/۷۳	۱	پیش‌آزمون عضویت گروهی	مسائل شخصی
۱	/۷۸۶	/۰۰۱	۱۳۶/۱۲	۱۳۷۶/۲۳	۱	پیش‌آزمون عضویت گروهی	رضایت زناشویی
۱/۶۹۶	/۱۴۸	/۰۱۵	۶/۴۵	۶۵/۲۳	۱	پیش‌آزمون عضویت گروهی	مسائل شخصی

۱	۱/۶۹۴	۱/۰۰۱	۸۴/۰۹	۱۳۳۴/۰۲۸	۱	پیش‌آزمون	ارتباط
۱/۹۲۰	۱/۲۴۴	۱/۰۰۱	۱۱/۹۴	۱۸۸/۰۶	۱	عضویت گروهی	
۱	۱/۶۸۸	۱/۰۰۱	۸/۴۴	۶۱۹/۹۲	۱	پیش‌آزمون	حل تعارض
۱	۱/۵۰۳	۱/۰۰۱	۳۷/۴۴	۲۸۵/۰۰	۱	عضویت گروهی	
۱	۱/۷۳۶	۱/۰۰۱	۱۰۳/۲۸	۱۲۶۸/۰۸	۱	پیش‌آزمون	مدیریت مالی
۱/۵۲۶	۱/۱۰۵	۱/۰۴۵	۴/۳۲	۵۳/۰۸	۱	عضویت گروهی	
۱	۱/۵۷۶	۱/۰۰۱	۵۰/۲۹	۹۳۴/۹۰	۱	پیش‌آزمون	فعالیت‌های اوقات فراغت
۱/۴۲۳	۱/۰۸۱	۱/۰۷۸	۳/۲۸	۶۰/۹۹	۱	عضویت گروهی	
۱	۱/۸۰۳	۱/۰۰۱	۱۵۰/۵۷	۲۰۶۲/۰۵	۱	پیش‌آزمون	رابطه جنسی
۱/۹۱۲	۱/۲۳۹	۱/۰۰۲	۱۱/۵۹	۱۵۸/۷۶	۱	عضویت گروهی	
۱	۱/۶۷۷	۱/۰۰۱	۷۷/۵۵	۵۷۳/۲۶	۱	پیش‌آزمون	فرزندان
۱/۹۷۵	۱/۳۰۶	۱/۰۰۱	۱۶/۲۷	۱۲۰/۳۲	۱	عضویت گروهی	
۱	۱/۶۳۳	۱/۰۰۱	۶۳/۷۱	۸۸۴/۳۷	۱	پیش‌آزمون	رابطه با فامیل و دوستان
۱/۸۹۰	۱/۲۲۴	۱/۰۰۲	۱۰/۶۹	۱۴۸/۴۷	۱	عضویت گروهی	
۱	۱/۸۶۵	۱/۰۰۱	۲۳۶/۱۷۴	۱۲۱۵/۱۷۵	۱	پیش‌آزمون	نقش‌های مساوات‌طلبانه
۱/۰۵۱	۱/۰۰۰	۱/۹۳۶	۱/۰۰۷	۱/۰۳۴	۱	عضویت گروهی	
۱	۱/۸۷۷	۱/۰۰۱	۲۶۳/۸۰۳	۲۵۰۰/۹۷	۱	پیش‌آزمون	جهت‌گیری مذهبی
۱/۰۵۰	۱/۰۰۰	۱/۹۴۹	۱/۰۰۴	۱/۰۴۰	۱	عضویت گروهی	

چنانچه جدول ۷ نشان می‌دهد، بین میانگین باقیمانده نمرات ابعاد رضایت زناشویی آزمودنی‌ها بر حسب عضویت گروهی (دو گروه آزمایشی و کنترل) در ابعاد رضایت زناشویی، مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، رابطه جنسی، فرزندان، رابطه با فامیل و دوستان تفاوت معناداری مشاهده می‌شود ( $P < 0/01$ ). لذا فرضیه پنجم در خصوص ابعاد فوق تأیید می‌شود. میزان این تأثیر در رضایت زناشویی ۲۱ درصد، مسائل شخصیتی ۱۵ درصد، ارتباط ۲۴ درصد، حل تعارض ۵۰ درصد، مدیریت مالی ۱۰ درصد، رابطه جنسی ۲۴ درصد، فرزندان و فرزندپروری ۳۱ درصد، رابطه با فامیل و دوستان ۲۲ درصد بوده است. توان نزدیک به یک، حاکی از دقت آماری بسیار بالای این آزمون و کفایت حجم نمونه است. تفاوت میانگین دو گروه در حیطه‌های اوقات فراغت ( $P = 0/078$ )، نقش‌های مساوات‌طلبانه ( $P = 0/936$ ) و جهت‌گیری مذهبی ( $P = 0/949$ ) معنادار نبوده است.



## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان می‌دهد که زوج درمانی اسلامی، رضایت زناشویی را افزایش داده است (جدول ۴،  $p < 0/01$ ) که با نتیجه پژوهش خدایاری فرد و همکاران (۱۳۸۶)، سیف و نیکویی (۱۳۸۴)، دانش (۱۳۸۵)، احمدی و همکاران (۱۳۸۵)، فقیهی (۱۳۸۶)، حمید و همکاران (۱۳۹۱)، حیرت و همکاران (۱۳۹۰)، سودانی و همکاران (۱۳۹۱)، دیوید و استافورد (۲۰۱۳)، کاترونا و همکاران (۲۰۱۳)، اسکرام و همکاران (۲۰۱۲)، فینچام و همکاران (۲۰۱۱)، الیسون و همکاران (۲۰۱۰)، براون (۲۰۰۸)، ارتینکال (۲۰۰۶)، لمبرت و دولاهیت (۲۰۰۶) همخوان است.

در تبیین چرایی تأثیر آموزش‌های اسلامی بر افزایش رضایت زناشویی چنین می‌توان گفت:

۱. نارضایتی زناشویی مفهومی است که با ناسازگاری و تعارض زناشویی رابطه دارد؛ بدین معنی که با افزایش تعارض در روابط همسران، ناسازگاری افزایش یافته و به دنبال آن نارضایتی بیش‌تری حاصل می‌شود (هالفورد، ۲۰۰۱ به نقل از تبریزی، ۱۳۸۴). در نتیجه می‌توان گفت کمرنگ شدن زمینه‌سازهای اصلی بروز ناسازگاری زناشویی (یعنی پرخاشگری‌های کلامی و فیزیکی، شناخت‌های منفی، خودخواهی و تلافی‌جویی) که در آموزه‌های اسلامی این پژوهش به آن تأکید شده به افزایش رضایت زناشویی انجامیده است.
۲. رضایت از یک رابطه، ارزیابی ذهنی فرد از آن رابطه است (سیزر، ۱۹۹۸، به نقل از ستاری، ۱۳۸۷). بیان اهمیت ازدواج و تشکیل خانواده و تقدس این نهاد در دیدگاه اسلام و ارزشی که برای زنان و مردان متأهل نسبت به مجرد قائل شده است، ارزیابی ذهنی همسران را نسبت به ازدواج مثبت‌تر کرده است. چنانچه پژوهش ماهونی (۲۰۰۵)، نشان می‌دهد زوجین مذهبی درباره ازدواج خود، مفهوم تقدس را به کار می‌برند و آن را دارای ماهیتی معنوی می‌دانند و این مسأله را در رضایتمندی زناشویی خود مهم قلمداد می‌کنند (خدایاری فرد و همکاران، ۱۳۸۶).
۳. رضایت زناشویی با احترام متقابل میان همسران همبستگی مثبتی دارد، همان‌طور که در پژوهش دانش و حیدریان (۱۳۸۳) مشخص شد همسرانی



که احترام بیش‌تری برای یکدیگر قائل باشند، رضایت زناشویی بیش‌تری دارند. در آموزش‌های اسلامی این پژوهش، احترام متقابل همسران به‌عنوان یکی از نمودهای خوش رفتاری با همسر شمرده شده (حسینی، ۱۳۸۷؛ حیدری، ۱۳۸۶؛ سالاری‌فر، ۱۳۸۵) و نمودهای رفتاری آن بحث و بررسی می‌شود. گفت و گوی محترمانه، گام‌ها و شرایط آن، گوش دادن فعال و توجه به همسر، قدردانی و سپاسگذاری از همسر، آراستگی همسران در مقابل یکدیگر، همکاری با همسر در امور منزل، وقت گذاشتن برای همسر، هدیه دادن به همسر و احترام به حریم خصوصی و تفاوت‌های فردی همسر و پذیرش آن‌ها از جمله نمودهای رفتاری احترام متقابل است که از منظر آموزه‌های اسلامی بحث و بررسی می‌شود که هر یک از آن‌ها به خودی خود می‌تواند به افزایش رضایت زناشویی همسران بیانجامد.

۴. آموزش‌های جنسی ارائه شده به همسران از دیدگاه اسلامی می‌تواند یکی دیگر از دلایل اصلی افزایش رضایتمندی همسران باشد. رابطه جنسی ضعیف و ناکارآمد یکی از دلایل عمده بروز نارضایتی‌های زناشویی محسوب می‌شود (کرو و ریدلی، ۱۳۸۴ و هالفورد، ۲۰۰۱ به نقل از تبریزی، ۱۳۸۴). رضایت همسران از رابطه جنسی با میزان بالای رضایت از رابطه زناشویی همراه است (شاه‌سیاه، ۱۳۸۷). در آموزش‌های اسلامی این پژوهش، همسران یاد می‌گیرند که ارضای نیاز جنسی حقوق مشترک و متقابل هر دو نفر آن‌ها و از مهم‌ترین اهداف ازدواج از دیدگاه اسلام است و باید برای ارضای این نیاز یکدیگر تلاشی دو جانبه داشته باشند. آن‌ها با غریزه جنسی به‌عنوان نیازی طبیعی و موهبتی الهی آشنا می‌شوند. به رابطه جنسی خود با دیدی مثبت می‌نگرند و بدین وسیله نه تنها احساس گناه در آن‌ها از بین می‌رود، بلکه زمینه لذت‌جویی و کسب آرامش بیش‌تر از این روابط فراهم می‌شود. آراستگی و پاکیزگی همسران در برابر یکدیگر، لزوم پیش‌نوازشی کافی و عجله نکردن در برقراری رابطه جنسی و توجه به نقش فعال زن در این رابطه از جمله آموزش‌های اسلامی این پژوهش در زمینه ارتباط جنسی همسران بوده است که به نظر می‌رسد نقش مهمی در بهبود عملکرد جنسی همسران و افزایش رضایتمندی زناشویی آن‌ها داشته است.





همچنین نتایج تحلیل کوواریانس مربوط به ابعاد و رضایت زناشویی (جدول ۷) نشان می‌دهد که آموزش‌های شناختی- رفتاری اسلامی، ابعاد رضایت زناشویی را افزایش داده است. این ابعاد شامل مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، رابطه با فرزندان، رابطه با خانواده و دوستان و رابطه جنسی است که تمامی دلایل گفته شده برای چرایی تأثیر آموزه‌های اسلامی بر رضایت زناشویی می‌تواند به طور مستقیم و غیرمستقیم دلیل تأثیر آموزه‌ها بر ابعاد یاد شده رضایت زناشویی محسوب شود. چنانچه احمدی و همکاران (۲۰۰۸) در بررسی رابطه بین سطح دینداری و رضایتمندی زناشویی نشان دادند که سطح دینداری با رضایت زناشویی و ابعاد آن شامل مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، جهت‌گیری مذهبی، رابطه با فرزندان، رابطه با خانواده و دوستان و روابط جنسی رابطه مثبت و معنادار دارد.

نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد که این آموزه‌ها بر بعد نقش‌های مساوات‌طلبانه تأثیری نداشته است. آنچه در این باره این مسأله شایان ذکر است که آموزه‌های اسلامی این پژوهش به هیچ وجه در پی ایجاد نقش مساوی برای زن و مرد نبوده است، بلکه دین اسلام به دلیل ویژگی‌های متفاوت فطری زن و مرد، نقش‌های جنسیتی ویژه‌ای برای هر کدام قائل است. به مسئولیت‌ها و حقوق اختصاصی و مشترک زن و مرد بر اساس ویژگی‌های منحصر به فرد هر یک از آن‌ها در این آموزه‌ها تأکید شده است و شاید بهتر بود که از همان ابتدا این بعد از رضایت زناشویی حذف می‌شد.

پیشنهاد‌های برخاسته از این پژوهش به شرح زیر است:

۱. با توجه به تأثیر آموزش‌های اسلامی بر افزایش رضایت زناشویی می‌توان در مراکز آموزشی، مراکز مشاوره و دیگر مراکز مرتبط از آن استفاده کرد.
۲. به دلیل گستردگی و غنای آموزه‌های اسلامی در تمام زمینه‌های زندگی زناشویی، می‌توان برنامه آموزشی آموزه‌های اسلامی را به‌عنوان یکی از برنامه‌های آمادگی پیش از ازدواج زوجین پیشنهاد کرد.
۳. از آنجا که پژوهش‌های انجام شده در زمینه بهبود کیفیت روابط زناشویی با رویکرد اسلامی بسیار اندک است، پیشنهاد می‌شود که در این زمینه پژوهش‌های بیش‌تری با رویکرد اسلامی انجام شود.
۴. پیشنهاد می‌شود میزان تأثیر آموزشی آموزه‌های اسلامی با دیگر رویکردهای آموزشی مقایسه شود.

۵. به دلیل گستردگی آموزه‌های اسلامی در زمینه مسائل خانوادگی، لازم است آموزه‌های اسلامی از زوایای مختلف، موضوع پژوهش‌های دیگری در این زمینه قرار گیرد.

## منابع

- احمدی، خدابخش، فتحی‌آشتیانی، علی و عرب‌نیا، علیرضا (۱۳۸۵). بررسی رابطه بین تقیدات مذهبی و سازگاری زناشویی. *خانواده‌پژوهی*. ۲(۵): ۶۷-۵۵.
- افخمی، ایمانه (۱۳۸۵). بررسی تاثیر آموزش بخشودگی بر سازگاری، رضایتمندی، کاهش تعارضات زوجین. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. *دانشگاه اصفهان*، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- افروز، غلامعلی (۱۳۸۶). *روان‌شناسی خانواده: همسران برتر*. تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
- انصاریان، حسین (۱۳۸۵). *نظام خانواده در اسلام*. قم: انتشارات ام‌ایبها.
- آیت‌اللهی، زهرا (۱۳۸۱). *زن و خانواده*. تهران: شورای فرهنگی-اجتماعی زنان.
- بوستانی‌پور، علیرضا، ثنایی‌ذاکر، باقر و کیامنش، علی‌رضا (۱۳۸۶). فراتحلیل اثربخشی الگوهای شناختی-رفتاری در درمان مشکلات زناشویی. *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، شماره ۲۲. ۲۵-۷.
- ثنایی، باقر (۱۳۷۹). *مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج*. تهران: نشر بعثت.
- حسینی، سیدداوود (۱۳۸۷). *روابط سالم در خانواده*. قم: موسسه بوستان کتاب.
- حمید، نجمه، کوچکی، رحیم و حیات‌بخش، لیدا (۱۳۹۱). اثربخشی روان‌درمانی شناختی رفتاری مذهب محور توأم با بازآموزی بخشودگی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت از زندگی در زوجین. *روانشناسی و دین*. ۵(۲): ۳۴-۵.
- حیدری، مجتبی (۱۳۸۶). *دینداری و رضامندی خانوادگی*. قم: موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- حیرت، عاطفه، فاتحی‌زاده، مریم و احمدی، سید احمد (۱۳۹۱). بررسی اثر بخشی زوج درمانی اسلام محور بر خوشبینی زوجین شهر اصفهان. *پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*. ۱(۱): ۲۲-۹.
- خدایاری‌فر، محمد، غباری‌بناب، باقر و فقیهی، علی‌نقی (۱۳۸۱). روش درمانی عفو با تأکید بر دیدگاه اسلامی: بررسی موردی. *اندیشه و رفتار*. ۸(۱): ۴۸-۳۹.



- خدایاری فرد، محمد، شهابی، روح ا... و اکبری زردخانه، سعید (۱۳۸۶). رابطه نگرش مذهبی با رضایتمندی زناشویی در دانشجویان متأهل. *خانواده پژوهی*. ۳(۱۰): ۶۲۰-۶۱۲.
- دانش، عصمت و حیدریان، مریم (۱۳۸۳). رابطه علاقه و احترام متقابل با رضایت زناشویی همسران در شهرستان قم. *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، شماره ۱۸. ۷۶-۵۹.
- دانش، عصمت (۱۳۸۵). تأثیر خودشناسی اسلامی در افزایش میزان سازگاری زناشویی. *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، شماره ۱۱. ۳۰-۸.
- سالاری فر، محمدرضا (۱۳۷۹). *مقایسه‌ی نظریه‌ی خانواده‌درمانی مینوچین با دیدگاه اسلام در باب خانواده*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- سالاری فر، محمدرضا (۱۳۸۵). *درآمدی بر نظام خانواده در اسلام*. قم: مرکز نشر هاجر.
- ستاری، فاطمه (۱۳۸۷). تأثیر آموزش علاقه‌ی اجتماعی بر سازگاری و رضایت زناشویی زوجین شهرستان نجف‌آباد. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. *دانشگاه اصفهان*، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- سعیدی، لیلا، بهرامی، فاطمه و اعتمادی، عذرا (۱۳۸۵). بررسی اثربخشی زوج‌درمانی کوتاه‌مدت راه‌حل‌مدار بر کاهش تعارضات زوجین شهرستان خمینی‌شهر اصفهان. *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، شماره ۲۰. ۵۲-۳۹.
- سودانی، منصور و شفیق‌آبادی، عبدالله (۱۳۹۱). تأثیر آموزش‌های اسلامی خانواده بر رضایت زناشویی زوجین. *اندیشه‌های نوین تربیتی*. ۸(۳): ۳۰-۹.
- سیدی، حسین (۱۳۸۵). *همنام گل‌های بهاری*. قم: نسیم اندیشه.
- سیف، سوسن و نیکویی، مریم (۱۳۸۴). بررسی رابطه دینداری با رضایتمندی زناشویی. *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، شماره ۱۳. ۷۹-۶۱.
- شاه‌سیاه، مرضیه (۱۳۸۷). *بررسی اثربخشی آموزش جنسی بر بهبود کیفیت زناشویی زوجین شهر اصفهان*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. *دانشگاه اصفهان*، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- صادقیان، احمد (۱۳۸۷). *قرآن و بهداشت روان*. قم: پژوهش‌های تفسیر و علوم قرآن.
- عشقی، روناک (۱۳۸۵). بررسی اثربخشی مشاوره رفتاری-شناختی جنسی زوجین بر بهبود سردمزاجی جنسی زنان آنها در شهر اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، *دانشگاه اصفهان*، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- فقیهی، علی‌نقی (۱۳۸۶). آموزش‌های روان‌شناختی مبتنی بر قرآن و حدیث و بررسی تأثیرات روانی و تربیتی آن در روابط همسران. *تربیت اسلامی*، ۲(۴): ۱۳۰-۸۹.



کرو، مایکل و ریدلی، جین (۱۳۸۴). زوج‌درمانی کاربردی با رویکرد سیستمی - رفتاری. ترجمه‌ی اشرف‌السادات موسوی. تهران: نشر مهر کاویان.

نوابی‌نژاد، شکوه (۱۳۹۲). الگوی ایرانی اسلامی خانواده اخلاق محور است. دومین کنفرانس الگوی ایرانی اسلامی پیشرفت. اربیه‌هشت ۱۳۹۲.

هالفورد، کیم (۱۳۸۴). زوج‌درمانی کوتاه‌مدت. ترجمه‌ی مصطفی تبریزی، مژده کاردانی و فروغ جعفری. تهران: نشر فراروان.

- Brown, E., Orbuch, T.L. & Bauermeister, J.A. (2008). Religiosity and marital stability among black American and white American couples. *Family relations*, 57(2), 186-197.
- Cutrona, C.E. Russell, D.W. Burzette, R.G., Wesner, K.A. & Bryan, C.M. (2011). Predicting relationship stability among midlife African American couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 79(6), 814-825.
- David, P. & Stafford, L. (2013). A Relational Approach to Religion and Spirituality in Marriage The Role of Couples' Religious Communication in Marital Satisfaction. *Journal of Family Issues*, 33(2).
- Ellison, C.G., Burdette, A.M. & Bradford, W. (2010). The Couple That Prays Together: Race and Ethnicity, Religion, and Relationship Quality Among Working-Age Adults. *Journal of Marriage and Family*, 72(4), 963-975.,
- Fincham, Frank D.; Ajayi, Christine; Beach, Steven R. H. (2011). Spirituality and marital satisfaction in African American couples. *Psychology of Religion and Spirituality*, 3(4), 259-268.
- Lambert, N. & Dollahite, D. (2006). How religiosity helps couples prevent, resolve and overcome material conflict. *Family relations*, 55(4), 439-449.
- Orathinkal, J. (2006). Religiosity and marital satisfaction. *Journal of Contemporary Family Therapy*, 28(4), 497-504.
- Schramm, D.G., Marshal, J.P., Harris, V.W. & Lee, T.R. (2012) Religiosity, Homogamy and Marital Adjustment. *Journal of Family Issues*, 33(2) , 246-268.