



دانشکده تربیت
رشته مشاوره خانواده
پایان نامه کارشناسی ارشد

تدوین بسته آموزشی تواضع با رویکرد اسلامی و امکان سنجی آن در ارتقای رضایتمندی زناشویی

استاد راهنما
حجت الاسلام و المسلمین دکتر محمدرضا احمدی

استاد مشاور
حجت الاسلام و المسلمین دکتر عبدالاحد اسلامی

دانش پژوه
سیدابوالقاسم حسینی

شهریور ۱۴۰۳

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
موسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت

بسم تعالی

صورت جلسه دفاع پایان نامه

باتمیدات خداوند متعال و با استعانت از حضرت ولی عصر (عجل الله تعالی فرجه)

جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد جناب آقای سید ابوالقاسم حسینی رشته: مشاوره خانواده

تحت عنوان: تدوین بسته آموزشی تواضع بار و یکم اسلامی و امکان نجی آن در ارتقای رضایتمندی زنان

باجضور استاد راهنما، استاد مشاور و هیأت داوران در موسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت در تاریخ ۱۳۹۸/۰۶/۱۴ برگزار گردید و پایان نامه ایشان با کسب نمره به عدد: ۱۷/۵ به حروف: خوب با درجه خوب پذیرفته شد.

نام و نام خانوادگی	مرتبه علمی	امضاء
مدیر گروه: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر محمدرضا احمدی	دانشیار	
استاد راهنما: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر محمدرضا احمدی	دانشیار	
استاد داور: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر سیدعباس ساطوریان	استادیار	
استاد مشاور: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای عبدالاحد اسلامی	استادیار	
نماینده تحصیلات تکمیلی: جناب آقای سید مهدی موسوی		

معاون آموزشی موسسه

پادی ارشد حسینی



دانشکده تربیت
رشته مشاوره خانواده
پایان نامه کارشناسی ارشد

تدوین بسته آموزشی تواضع با رویکرد اسلامی و امکان سنجی آن در ارتقای رضایتمندی زناشویی

استاد راهنما
حجت الاسلام و المسلمین دکتر محمدرضا احمدی

استاد مشاور
حجت الاسلام و المسلمین دکتر عبدالاحد اسلامی

دانش پژوه
سیدابوالقاسم حسینی

شهریور ۱۴۰۳

بسمه تعالی

تعهدنامه اصالت پایان نامه

اینجانب سیدابوالقاسم حسینی فرزند سیدحسن متولد ۱۳۶۹ به شماره شناسنامه ۴۵۴۰۰۴۰۱۷۰ صادره از آبدانان ایلام به شماره دانش پژوهی ۹۸۱۱۵۰۱۱ رشته مشاوره خانواده متعهد می شوم که مطالب مندرج در این پایان نامه حاصل کار پژوهشی اینجانب است و دستاوردهای پژوهشی دیگران که در این زمینه از آنها استفاده شده است مطابق مقررات ارجاع و در فهرست منابع و مآخذ ذکر گردیده است.

این پایان نامه قبلاً برای احراز هیچ مدرک همسطح یا بالاتر ارائه نشده است. در صورت اثبات تخلف (در هر زمان) مدرک تحصیلی صادرشده توسط مؤسسه از اعتبار ساقط خواهد شد.

نام و نام خانوادگی دانش پژوه

سیدابوالقاسم حسینی

امضاء



حقوق مادی و معنوی پایان نامه

چاپ و انتشار پایان نامه های تحصیلی دانش پژوهان مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت بیانگر بخشی از فعالیت های علمی پژوهشی مؤسسه است.

اینجانب **سید ابوالقاسم حسینی** دانش پژوه رشته **مشاوره خانواده** مقطع کارشناسی ارشد، متعهد می گردم موارد ذیل را در خصوص حقوق مادی و معنوی پایان نامه ام با موضوع:

تدوین بسته آموزشی تواضع با رویکرد اسلامی و امکان سنجی آن در ارتقای رضایتمندی

زناشویی

رعایت نمایم و در صورت تخلف از موارد ذیل، کلیه تبعات حقوقی آن بر عهده اینجانب خواهد بود:

۱. در صورت اقدام به چاپ پایان نامه، مراتب را قبلاً به صورت کتبی به معاونت پژوهش مؤسسه اطلاع دهم و در صورت تمایل مؤسسه به چاپ پایان نامه به صورت کتاب، اولویت با مؤسسه خواهد بود.

۲. در صورت موافقت معاونت پژوهش با چاپ پایان نامه به صورت کتاب توسط دانش پژوه، در صفحه سوم کتاب (پس از برگ شناسنامه) عبارت ذیل چاپ گردد:

«کتاب حاضر حاصل پایان نامه کارشناسی ارشد در رشته مشاوره خانواده است که در سال ۱۴۰۳ در مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت به راهنمایی **آقای دکتر احمدی** و مشاوره **آقای دکتر اسلامی** از آن دفاع شده است».

۳. به منظور غنی سازی منابع و مآخذ کتابخانه مؤسسه، یک نسخه از آن به کتابخانه و یک نسخه نیز جهت بهره برداری به معاونت پژوهش اهدا خواهد شد.

نام و نام خانوادگی دانش پژوه

سید ابوالقاسم حسینی

امضاء

تقديم به:

آستان مقدس اهل بيت عصمت و طهارت عليهم السلام كه معادن رسالت الهی هستند . مخصوصا
كريمه اهل بيت سلام الله عليها و امام رئوف سلطان ابی الحسن الرضا عليه السلام و جدمان
حضرت احمد بن موسى (شاهچراغ) عليه السلام. و تقديم به حضرت بقیه الله الاعظم روحی له
الفداء به امید ظهور و دیدارش .

سپاسگزاری:

از استاد راهنمای گرامی حجت الاسلام و المسلمین دکتر احمدی و استاد مشاور حجت الاسلام و المسلمین دکتر عبدالاحد اسلامی که واقعا در تدوین این رساله دلسوزانه همراهی داشتند بی نهایت سپاسگزارم.

و سپاس فراوان از تمامی کارکنان و مسئولین موسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت که با بستر سازی مناسب زمینه را برای تحصیل موفق و با آرامش برای دانش پژوهان فراهم نمودند .

سپاس بیکران از همسر فداکار و دلسوزم که در تمامی مراحل زندگی (مخصوصا دوران تحصیل) همواره با صبر و بردباری خویش حامی و یابوری استوار برایم بود و دختران عزیزم که تمام خستگی مرا تحمل کردند. و همچنین از پدر و مادر عزیزم که با دعای خیرشان زمینه رشد و ترقی را از خداوند منان مسئلت داشتند .

چکیده

پژوهش حاضر با هدف طراحی بسته آموزشی تواضع با رویکرد اسلامی و امکان سنجی آن در ارتقاء رضایتمندی زناشویی صورت گرفته است. بسته حاضر بر اساس مدل نظری تواضع (دهنوی ۱۳۹۹) و به لحاظ رویکرد، کیفی- کمی بوده و مشتمل بر روش توصیفی (از نوع روش دلفی) و روش آزمایشی (از نوع طرح های تک آزمودنی) می باشد. ابتدا در ارتباط با هر یک از مولفه های هشتگانه مدل نظری تواضع بر اساس آموزه های اسلامی و روانشناختی مرتبط با روابط زناشویی از آیات و روایات تکنیکهایی استخراج گردید. تا بسته آموزشی تواضع در قالب ۱۰ جلسه (شامل اهداف، آموزش ها، تکنیکها) طراحی شد و در ادامه به ۱۱ کارشناس روایی محتوا جهت ارزیابی ارائه و روایی محتوای آن تایید گردید. در مرحله اجرا بر روی چهار نفر متاهل که از میان ۷ نفر زوج داوطلب با رعایت ملاک های ورود و خروج انتخاب شده بودند بصورت روش تک آزمودنی اجرا شد. مقایسه نتایج پیش آزمون و پس آزمون این زوجها نشانگر موثر بودن مداخله آموزشی در ارتقاء رضایت زناشویی می باشد. لذا هر چهار نفر متاهل با وضعیت رضایت زناشویی پایین و با روند کاهشی و با ثبات به سطح متوسط و با روند افزایشی و با ثبات دست یافته اند. بنابراین بسته آموزشی تواضع با رویکرد اسلامی علاوه بر روایی محتوا، امکان کاربرد برای آموزش زوج ها به منظور ارتقای رضایت زناشویی را دارد.

واژگان کلیدی: بسته آموزشی، رویکرد اسلامی، تواضع، ارتقای رضایت زناشویی

فهرست

فصل اول: کلیات و مفاهیم.....	۱
۱-۱. بیان مسئله :	۲
۲-۱. اهمیت و ضرورت پژوهش :	۵
۳-۱. اهداف پژوهش :	۶
۴-۱. سوالات پژوهش :	۶
۵-۱. فرضیه پژوهش	۷
۶-۱. تعریف مفاهیم پژوهش	۷
۱-۶-۱. تواضع	۷
۲-۶-۱. رضایت زناشویی	۸
۳-۶-۱. بسته آموزشی تواضع	۸
۴-۶-۱. منابع اسلامی	۸
فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه پژوهش	۹
۱-۲. مبانی نظری	۱۰
۱-۱-۲. تواضع در روان شناسی معاصر	۱۰
۲-۱-۲. تواضع در روانشناسی مثبت	۱۵
۳-۱-۲. تواضع در علم اخلاق	۱۷
۴-۱-۲. تواضع از منظر منابع اسلامی	۱۹
۵-۱-۲. دیدگاه علمای اخلاق درباره تواضع	۱۹
۶-۱-۲. نشانه های تواضع	۲۳
۲-۱-۶-۱. ابتدا به سلام	۲۳
۲-۱-۶-۲. گذشت	۲۴
۳-۱-۶-۲. پایان مجلس نشستن	۲۴
۲-۱-۶-۴. ترک جدل	۲۴
۲-۱-۶-۵. دانستن قدر و منزلت خویش	۲۵
۲-۱-۶-۶. حق پذیری	۲۵

۲۶	۷-۶-۱-۲. عدم تمایل به ستایش شدن.....
۲۶	۸-۶-۱-۲. دوری از خود نمایی.....
۲۶	۲-۱-۷. رضایت زناشویی.....
۲۶	۲-۱-۷-۱. اهمیت رضایت زناشویی.....
۲۷	۲-۱-۷-۲. ابعاد رضایت زناشویی.....
۲۸	۲-۱-۷-۳. تاثیر رضایت بر سایر حیطه ها.....
۲۹	۴-۱-۷-۲. مؤلفه ها و عوامل رضایت در متون دینی.....
۳۱	۲-۲. پیشینه.....
۳۶	۲-۲-۱. مؤلفه های شناختی.....
۳۸	۲-۲-۲. مؤلفه انگیزشی - هیجانی.....
۴۱	۲-۲-۳. مؤلفه انگیزشی - هیجانی.....
۴۱	۱-۲-۳-۲. حق پذیری.....
۴۳	۲-۲-۳-۲. ساده زیستی.....
۴۶	فصل سوم: روش تحقیق.....
۴۷	۳-۱. روش پژوهش.....
۴۸	۳-۱-۱. روش کیفی تحلیل محتوا.....
۴۷	۳-۱-۲. روش کمی (دلفی).....
۴۹	۳-۲. ارزیابی روایی محتوایی مؤلفه ها :.....
۴۸	۳-۳. تجزیه و تحلیل دادهها.....
۴۹	۳-۳-۱. شاخص روایی محتوا CVI.....
۴۹	۳-۳-۲. نسبت روایی محتوا CVR.....
۵۰	۳-۳-۳. شاخص روایی محتوایی جلسات و تکنیکها.....
۵۰	۳-۴. جامعه آماری و نمونه.....
۵۱	۳-۵. روش طراحی بسته.....
۵۲	فصل چهارم: یافته ها.....
۵۳	۴-۱. یافته های پژوهش ناظر به سوال اول : بسته تواضع برای افزایش رضایت زناشویی.....

- ۴-۱-۱. مولفه اول : شناخت صحیح خدا و هستی : ۵۳
- ۴-۱-۲. مولفه دوم : شناخت صحیح خود و دیگران : ۵۵
- ۴-۱-۳. مولفه سوم : ارزیابی فرد نسبت به خود و دیگران : ۵۶
- ۴-۱-۴. مولفه چهارم : عدم تمایل به ستایش شدن و تمجید دیگران ۵۹
- ۴-۱-۵. مولفه پنجم : عدم تمایل به شهرت : ۵۹
- ۴-۱-۶. مولفه ششم : رضایت به جایگاهی کمتر از شان : ۶۳
- ۴-۱-۷. مولفه هفتم : حق پذیری : ۶۴
- ۴-۱-۸. مولفه هشتم : ساده زیستی : ۶۶
- ۴-۲. یافته های پژوهش ناظر به سوال دوم: روایی سنجی بسته آموزشی ۶۷
- ۴-۲-۱. ساختار کلی جلسات : ۶۹
- ۴-۲-۲. محتوای جلسات : ۷۰
- ۴-۲-۲-۱. جلسه اول : ایجاد رابطه و انگیزه سازی ۷۰
- ۴-۲-۲-۲. جلسه دوم : شناخت صحیح خدا و هستی : ۷۲
- ۴-۲-۲-۳. جلسه سوم : شناخت صحیح خود و دیگران ۷۳
- ۴-۲-۲-۴. جلسه چهارم : ارزیابی فرد نسبت به خود و دیگران ۷۴
- ۴-۲-۲-۵. جلسه پنجم : عدم تمایل به ستایش و تمجید دیگران ۷۵
- ۴-۲-۲-۶. جلسه ششم : عدم تمایل به شهرت ۷۶
- ۴-۲-۲-۷. جلسه هفتم : رضایت به جایگاهی کمتر از شان ۷۷
- ۴-۲-۲-۸. جلسه هشتم : حق پذیری ۷۸
- ۴-۲-۲-۹. جلسه نهم : ساده زیستی ۷۹
- ۴-۲-۲-۱۰. جلسه جمع بندی ۸۰
- ۴-۳. یافته های ناظر به پرسش سوم: ۸۰
- ۴-۳-۱. توصیف نمونه آماری ۸۲
- ۴-۳-۱-۱. جداول آماره های توصیفی رضایت زناشویی و مولفه های آن در مرحله پیش آزمون و پس آزمون ۸۲
- ۴-۳-۱-۲. مقایسه میانگین نمره مؤلفه های رضایت زناشویی پیش آزمون و پس آزمون ۹۲
- فصل پنجم : جمع بندی و نتیجه گیری ۹۴**

۹۶	۵-۱. تحلیل یافته های پژوهش.....
۹۶	۵-۱-۱. تبیین ویژگی های بسته تواضع:.....
۹۶	۵-۱-۱-۱. شناخت صحیح خداوند و هستی.....
۹۷	۵-۱-۱-۲. شناخت صحیح خود و دیگران.....
۹۸	۵-۱-۱-۳. ارزیابی فرد نسبت به خود و دیگران.....
۹۹	۵-۱-۱-۴. عدم تمایل به ستایش و تمجید دیگران.....
۱۰۰	۵-۱-۱-۵. عدم تمایل به شهرت.....
۱۰۰	۵-۱-۱-۶. رضایت به جایگاهی کمتر از شان.....
۱۰۱	۵-۱-۱-۷. حق پذیری.....
۱۰۲	۵-۱-۱-۸. ساده زیستی.....
۱۰۳	۵-۲. روایی سنجی بسته آموزشی :.....
۱۰۵	۵-۲-۱. امکان کاربرد.....
۱۰۵	۵-۲-۲. تفسیر نتایج :.....
۱۰۵	۵-۳. محدودیت های پژوهش.....
۱۰۶	۵-۴. پیشنهادات پژوهش.....
۱۰۸	منابع.....
۱۱۴	پیوست ها.....

جداول

۶۸	جدول ۱-۴ - جدول نتایج روایی سنجی بسته آموزشی.....
۸۲	جدول ۲-۴ - آماره های توصیفی رضایت زناشویی و مؤلفه های آن در مرحله پیش آزمون.....
۸۶	جدول ۳-۴ - آماره های توصیفی رضایت زناشویی و مؤلفه های آن در مرحله پس آزمون.....
۸۹	جدول ۴-۴ - میانگین نمره رضایت زناشویی زنان و مردان و مؤلفه های آن در مرحله پیش آزمون.....
۹۰	جدول ۵-۴ - میانگین نمره رضایت زناشویی زنان و مردان و مؤلفه های آن در مرحله پس آزمون.....
۹۱	جدول ۶-۴ - آزمون t مقایسه میانگین نمره مؤلفه های رضایت زناشویی پیش آزمون و پس آزمون.....

پیوستها

پیوست أ: فرم بررسی روایی محتوای بسته آموزشی تواضع براساس منابع اسلامی و امکان سنجی آن در ارتقاء رضایتمندی زناشویی ۱۱۴

پیوست ب: پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ..... ۱۴۶