



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

دانشکده تربیت
رشته مشاوره خانواده
پایان نامه کارشناسی ارشد

تدوین بسته آموزشی روان‌شناختی عقل‌ورزی ارتباطی زوجین و امکان‌سنجی آن در ارتقاء رضایت زناشویی

استاد راهنما
حجت‌الاسلام دکتر علی صادقی سرشت

دانش‌پژوه
سیده‌ادی حسینی اصل

بهمن ماه ۱۴۰۲

الحمد لله الذي
خلقنا من
الحمم



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

بسمه تعالی

تاریخ:

شماره:

صورت جلسه دفاع پایان نامه

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

جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد سیدمادی حسینی اصل کد دانشجویی: ۹۷۱۱۵۰۰۲ رشته: مشاوره خانواده

تحت عنوان: تدوین بسته آموزشی روان‌شناختی عقل‌ورزی ارتباطی زوجین و امکان‌پذیری آن در ارتقاء رضایت زناشویی

با حضور استاد راهنما، هیأت داوران در مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت در تاریخ ۱۴۰۲/۰۶/۱۰ برگزار گردید

و پایان نامه ایشان با کسب نمره به عدد ۱۷/۹۰ به حروف: هفتاد و نوزدهم 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 علی صادقی سرشت	استاد استادیار	
استاد داور: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر عباس آئینه چی	دستیار	
نماینده تحصیلات تکمیلی: جناب آقای		

معاون آموزشی مؤسسه

مادی ارشاد حسینی



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

دانشکده تربیت
رشته مشاوره خانواده
پایان نامه کارشناسی ارشد

تدوین بسته آموزشی روان شناختی عقل ورزی ارتباطی زوجین و امکان سنجی آن در ارتقاء رضایت زناشویی

استاد راهنما
حجت الاسلام دکتر علی صادقی سرشت

دانش پژوه
سیدهادی حسینی اصل

بهمن ماه ۱۴۰۲

بسمه تعالی

تعهدنامه اصالت پایان نامه

این جانب سید هادی حسینی اصل فرزند سید جعفر متولد ۱۳۶۷ به شماره شناسنامه ۱۵۲۷۵ صادره از قم به شماره دانش پژوهی ۹۷۱۱۵۰۰۲ رشته مشاوره خانواده متعهد می شوم که مطالب مندرج در این پایان نامه حاصل کار پژوهشی این جانب 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 هم سطح یا بالاتر ارائه نشده است. در صورت اثبات تخلف (در هر زمان) مدرک تحصیلی صادر شده توسط مؤسسه از اعتبار ساقط خواهد شد.

نام و نام خانوادگی دانش پژوه

امضاء

حقوق مادی و معنوی پایان‌نامه

چاپ و انتشار پایان‌نامه‌های تحصیلی دانش‌پژوهان مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت بیان‌گر بخشی از فعالیت‌های علمی- پژوهشی مؤسسه است.

این‌جانب سید هادی حسینی اصل دانش‌پژوه رشته مشاوره خانواده مقطع کارشناسی ارشد، متعهد می‌گردد موارد ذیل را در خصوص حقوق مادی و معنوی پایان‌نامه‌ام با موضوع:

بسته آموزشی روان‌شناختی عقل‌ورزی ارتباطی زوجین و امکان‌سنجی آن در ارتقاء رضایت 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 پایان‌نامه، مراتب را قبلاً به‌صورت کتبی به معاونت پژوهش مؤسسه اطلاع

دهم و در صورت تمایل مؤسسه به چاپ پایان‌نامه به‌صورت کتاب، اولویت با مؤسسه خواهد بود.

۲. در صورت موافقت معاونت پژوهش با چاپ پایان‌نامه به‌صورت کتاب توسط دانش‌پژوه، در صفحه سوم کتاب

(پس از برگ شناسنامه) عبارت ذیل چاپ گردد:

«کتاب حاضر حاصل پایان‌نامه کارشناسی ارشد در رشته مشاوره خانواده است که در سال ۱۴۰۲ در

مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت به راهنمایی آقای حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر علی صادقی

سرشت از آن دفاع شده است».

۳. به‌منظور غنی‌سازی منابع و مآخذ کتابخانه مؤسسه، دو نسخه از آن به کتابخانه و دو نسخه نیز جهت بهره‌برداری

به معاونت پژوهش اهدا خواهد شد.

نام و نام خانوادگی دانش‌پژوه

امضا

تقدیم به:

زهره زهرایی که از نور عظمت الهی خلق شده و آسمان و زمین آنچنان به نور وجودی اش روشنایی یافته که ملائکه به سجده افتادند و درباره عظمت آن نور از حضرت حق سؤال کردند.

حوراء انسیه‌ای که خداوند پیش از خلقت آدم ابوالبشر وی را از نور خویش آفرید و در زیر ساق عرش خود جای داد و پیوسته به تسبیح و تقدیس و تحلیل و تحمید حضرت حق اشتغال داشت.

بزرگ بانویی که چون خداوند نور او، پدر، شوهر و دو فرزندش را آفرید، ولایتشان را بر ملائکه و سایر مخلوقات عرضه داشت، قبول کنندگانش از مقربان و منکرانش از کافران به حساب آمدند.

یگانه بانویی که خود، پدر، همسر و فرزندان معصومش در خلقت، نوری اقدم و اشرف و اعلاّی بر خلقت نوری دیگران بوده‌اند.

آن طاهره‌ای که رسول خدا هرگاه مشتاق بوی بهشت می‌شد، او را می‌بوید و بوی درخت طوبی را از او استشمام می‌کرد.

تقدیم به مادرم؛ حضرت ماه، صدیقه شهیده سلام الله علیها

با سپاس و ستایش

از درگاه خدای جل و جلاله که آثار قدرت او بر چهره روز روشن، تابان است و انوار حکمت او در دل شب تار، درفشان. آفریدگاری که خویشان را به ما شناساند و درهای علم را بر ما گشود و عمری و فرصتی عطا فرمود تا بدان، بنده ضعیف خویش را در طریق علم و معرفت بیازماید.

و با قدردانی از تک تک ثانیه‌هایی که در مدت نگارش این پژوهش، مورد حمایت عزیزانم بودم؛

پدرم به استواری کوه؛

مادرم به زلالی چشمه؛

همسرم به صمیمیت باران؛

و دخترانم به امن و امانِ گل ریحان.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، تدوین بسته آموزشی روان‌شناختی عقل‌ورزی ارتباطی زوجین بر اساس منابع اسلامی و سنجش روایی محتوا، امکان کاربرد و پیامدهای اولیه اجرای آن بود. این پژوهش بر پایه‌ی مدل عقل‌ورزی ارتباطی (صادقی سرشت، ۱۳۹۹) و به لحاظ رویکرد، کیفی کمی بوده و مشتمل بر سه روش تحلیل ضمنی، توصیفی (از نوع روش دلفی) و روش آزمایشی (از نوع طرح‌های تک آزمودنی) می‌باشد. روش کار بدین شرح بود که ابتدا در ارتباط با هریک از مؤلفه‌های هفتگانه مدل عقل‌ورزی ارتباطی، آموزه‌های اسلامی مرتبط با روابط زوجین از آیات و روایات استخراج شد. سپس تأثیر آموزه‌ها بر ساختار به‌هم‌پیوسته و تعاملی زوجین و روابط منطقی بین آن‌ها در این مدل توسط پژوهشگر تحلیل شد. در ادامه تحلیل پژوهشگر در فرمی (پیوست الف) به ۱۱ کارشناس ارائه شد تا بررسی کنند در هر مؤلفه، کدام آموزه‌های اسلامی، موجب تأثیر در آن مؤلفه می‌شود. نظر کارشناسان درباره آموزه‌های اسلامی مرتبط با هر مؤلفه جمع‌آوری و تحلیل شد و درنهایت بسته عقل‌ورزی ارتباطی زوجین در قالب ۹ جلسه شامل اهداف، آموزش‌ها، تکنیک‌ها و کاربرگ‌ها طراحی شد و مجدداً به کارشناسان روایی محتوا جهت ارزیابی ارائه و روایی محتوای آن ($CVR=0/91$) و ($CVI=0/94$) تایید گردید. در مرحله اجرا بر روی سه زوج (۳ آقا و ۳ خانم) که از میان ۱۸ زوج کاندیدا، رعایت ملاک‌های ورود و خروج انتخاب شده بودند با روش تک آزمودنی اجرا شد. نتایج اجرای بسته آموزشی شده با امکان کاربرد با نمره بالا (۹۱٪) بر روی این سه زوج بر روی خط پایه چندگانه نشان داد که هر سه زوج با وضعیت رضایت زناشویی پایین و با روند کاهشی و باثبات به سطح متوسط و با روند افزایشی و باثبات با میانگین بهبودی ۲۳/۳٪ دست‌یافته‌اند. این بهبودی در زوج شرکت‌کننده اول خانم ۲۹/۳٪ و آقا ۲۷/۳٪، در زوج شرکت‌کننده دوم خانم ۲۲/۷٪ و آقا ۲۱/۷٪ و در زوج شرکت‌کننده سوم خانم ۲۲/۸٪ و آقا ۱۶/۲٪ بوده است؛ بنابراین بسته آموزشی روان‌شناختی عقل‌ورزی ارتباطی زوجین بر اساس منابع اسلامی علاوه بر روایی محتوا، امکان کاربرد برای آموزش زوج‌ها به‌منظور ارتقاء رضایت زناشویی را دارد.

واژگان کلیدی: بسته آموزشی، منابع اسلامی، عقل‌ورزی، مهارت‌های ارتباطی زوجین

فهرست منابع

- فصل اول: کلیات و مفاهیم ۱
- ۱-۱- مقدمه ۲
- ۲-۱- بیان مسئله ۲
- ۳-۱- ضرورت پژوهش ۶
- ۴-۱- اهداف پژوهش ۷
- ۵-۱- پرسش‌های پژوهش ۸
- ۶-۱- تعریف متغیرها ۸
- ۱-۶-۱- بسته آموزشی ۸
- ۲-۶-۱- عقل‌ورزی ارتباطی ۹
- ۳-۶-۱- امکان‌سنجی ۹
- ۱-۳-۶-۱- تعریف مفهومی ۹
- ۲-۳-۶-۱- تعریف عملیاتی ۱۰
- ۴-۶-۱- رضایت زناشویی ۱۰
- ۱-۴-۶-۱- تعریف مفهومی ۱۰
- ۱-۶-۴-۱- تعریف عملیاتی ۱۱
- ۵-۶-۱- منابع اسلامی ۱۱
- ۱-۵-۶-۱- تعریف مفهومی ۱۱
- ۲-۵-۶-۱- تعریف عملیاتی ۱۱
- فصل دوم: پیشینه و ادبیات پژوهش ۱۲
- ۱-۲- گستره رضایت زناشویی در روانشناسی ۱۳
- ۱-۱-۲- تعریف رضایت زناشویی ۱۳
- ۲-۲-۲- عوامل موثر رضایت زناشویی ۱۴
- ۱-۲-۲-۲- دوره‌های زندگی زناشویی ۱۵
- ۲-۲-۲-۲- ارتباط ۱۵

۱۶	۳-۲-۲-۲- دینداری
۱۸	۴-۲-۲-۲- رابطه جنسی
۲۰	۵-۲-۲-۲- صمیمیت
۲۱	۶-۲-۲-۲- حل تعارض
۲۲	۲-۲-۲-۷- بخشش
۲۳	۲-۲-۲-۸- فاصله سنی زوجین
۲۴	۲-۲-۲-۹- ویژگی های شخصیتی
۲۴	۲-۲-۲-۱۰- عوامل دیگر
۲۴	۲-۲- گستره رضایت زناشویی در اسلام
۲۴	۲-۲-۱- تعریف رضایت زناشویی
۲۵	۲-۲-۲- عوامل موثر بر رضایت زناشویی
۲۵	۲-۲-۲-۱- ارتباط
۳۰	۲-۲-۲-۲- پایبندیهای مذهبی
۳۵	۲-۲-۲-۳- تعارض و حل تعارض
۳۷	۲-۲-۲-۴- مدیریت مالی و اقتصادی
۴۰	۲-۲-۲-۵- مؤلفه تفریح و اوقات فراغت
۴۱	۲-۲-۲-۶- روابط جنسی
۴۳	۲-۲-۲-۷- مسائل شخصیتی
۴۷	۲-۲-۲-۸- فرزند و فرزندپروری
۴۸	۲-۲-۲-۹- مؤلفه نقش و وظیفه زن و مرد
۵۲	۲-۲-۲-۱۰- مؤلفه رفت و آمد فامیلی
۵۳	۳-۲- بسته های آموزشی
۵۳	۱-۳-۲- تحقیقات خارجی
۵۵	۲-۳-۲- تحقیقات داخلی

۵۷.....	۴-۲- مدل عقل ورزی ارتباطی
۶۲.....	فصل سوم: روش پژوهش
۶۳.....	۱-۳- مقدمه
۶۳.....	۲-۳- روش تحقیق
۶۴.....	۱-۲-۳- روش کیفی
۶۴.....	۳-۲-۱-۱- روش اجتهادی
۶۴.....	۳-۲-۱-۲- روش تحلیل ضمنی
۶۵.....	۲-۲-۳- روش کمی
۶۵.....	۳-۲-۲-۱- روش توصیفی پیمایشی از نوع دلفی
۶۶.....	۳-۲-۳- روش آزمایشی
۶۶.....	۳-۳- جامعه آماری
۶۷.....	۴-۳- نمونه آماری
۶۷.....	۱-۴-۳- روش نمونه گیری
۶۸.....	۲-۴-۳- ملاک‌های ورود و خروج
۶۸.....	۳-۴-۳- معرفی شرکت کنندگان
۶۹.....	۵-۳- ابزار و روش گردآوری اطلاعات
۶۹.....	۱-۵-۳- ابزارها
۷۲.....	۲-۵-۳- روشها
۷۴.....	۲-۵-۳- روشها
۷۲.....	۱-۲-۵-۳- گردآوری اطلاعات
۷۲.....	۲-۲-۵-۳- اجرای بسته
۷۳.....	۳-۶- روش تجزیه و تحلیل اطلاعات
۷۵.....	۷-۳- مراحل انجام پژوهش
۷۷.....	فصل چهارم: یافته‌های پژوهشی
۷۸.....	۱-۴- پرسش اول و دوم پژوهش

- ۷۸..... ۴-۱-۱- مؤلفه های عقل ورزی ارتباطی زوجین
- ۸۰..... ۴-۱-۱- مؤلفه احسان ورزی
- ۸۰..... ۴-۱-۱-۱- مفهوم شناسی
- ۸۱..... ۴-۱-۱-۲- کاربرست احسان ورزی در ارتقاء رضایت زناشویی
- ۸۱..... ۴-۱-۱-۲-۱- ایجاد شناخت
- ۸۲..... ۴-۱-۱-۲-۲- عمل احسان ورزی
- ۸۴..... ۴-۱-۲- مؤلفه اسائه زدایی
- ۸۴..... ۴-۱-۲-۱- مفهوم شناسی اسائه زدایی
- ۸۶..... ۴-۱-۲-۲- کاربرست اسائه زدایی در ارتقاء رضایت زناشویی
- ۸۶..... ۴-۱-۲-۲-۱- ایجاد شناخت
- ۸۸..... ۴-۱-۲-۲-۲- عمل اسائه زدایی
- ۸۹..... ۴-۱-۳- مؤلفه خودشادسازی (استبشار)
- ۸۹..... ۴-۱-۳-۱- مفهوم شناسی
- ۹۰..... ۴-۱-۴- مؤلفه خوداصلاح دهی (استغفار)
- ۹۰..... ۴-۱-۴-۱- مفهوم شناسی
- ۹۱..... ۴-۱-۴-۲- کاربرست خوداصلاح دهی در ارتقاء رضایت زناشویی
- ۹۱..... ۴-۱-۴-۲-۱- ایجاد شناخت
- ۹۲..... ۴-۱-۴-۲-۲- عمل خوداصلاح دهی
- ۹۴..... ۴-۱-۵- مؤلفه سپاسگزاری (شکر)
- ۹۴..... ۴-۱-۵-۱- مفهوم شناسی
- ۹۴..... ۴-۱-۵-۲- کاربرست سپاسگزاری در ارتقاء رضایت زناشویی
- ۹۴..... ۴-۱-۵-۲-۱- ایجاد شناخت
- ۹۵..... ۴-۱-۵-۲-۲- عمل سپاسگزاری
- ۹۶..... ۴-۱-۶- مؤلفه تاب آوری (صبر)

- ۹۶..... ۱-۱-۱-۶-۱- مفهوم شناسی
- ۹۷..... ۱-۱-۱-۶-۲- کاریست تاب‌آوری در ارتقاء رضایت زناشویی
- ۹۷..... ۱-۱-۱-۶-۱-۲-۱- ایجاد شناخت
- ۹۹..... ۱-۱-۱-۶-۲-۲-۱- عمل تاب‌آوری
- ۱۰۰..... ۱-۱-۱-۷-۷- مؤلفه بخشایشگری (غفران)
- ۱۰۰..... ۱-۱-۱-۷-۱- مفهوم شناسی
- ۱۰۱..... ۱-۱-۱-۷-۲- کاریست در ارتقاء رضایت زناشویی
- ۱۰۱..... ۱-۱-۱-۷-۲-۱- ایجاد شناخت نسبت به بخشایشگری
- ۱۰۲..... ۱-۱-۱-۷-۲-۲-۱- عمل بخشایشگری
- ۱۰۷..... ۱-۱-۲- محتوای بسته و جلسات آموزشی و روایی آن
- ۱۰۷..... ۱-۱-۲-۱- منطق جلسات
- ۱۰۹..... ۱-۱-۲-۲- توصیف جلسات درمان و روایی محتوا
- ۱۰۹..... ۱-۱-۲-۲-۱- جلسه آمادگی
- ۱۱۰..... ۱-۱-۲-۲-۲- جلسه اول: بازداري رنجاننده های بين فردی (اسانه زدایی)
- ۱۱۰..... ۱-۱-۲-۲-۳- جلسه دوم: جبران رنجاننده های بين فردی (خوداصلاح دهی)
- ۱۱۱..... ۱-۱-۲-۲-۴- جلسه سوم: مهارت‌افزایی مثبت‌نگری بين فردی (سپاسگزاری)
- ۱۱۱..... ۱-۱-۲-۲-۵- جلسه چهارم: فعال‌سازی مثبت کنشهای بين فردی (احسان‌ورزی-خود شادسازی)
- ۱۱۲..... ۱-۱-۲-۲-۶- جلسه پنجم: مهارت‌افزایی تاب‌آوریهای بين فردی (صبرورزی)
- ۱۱۲..... ۱-۱-۲-۲-۷- جلسه ششم: مهارت‌افزایی مدیریت خشم بين فردی (کنترل خشم و پیشگیری از اسانه)
- ۱۱۲..... ۱-۱-۲-۲-۸- جلسه هفتم: مهارت‌افزایی بخشایش بين فردی (بخششگری)
- ۱۱۳..... ۱-۱-۲-۲-۹- جلسه جمع بندی
- ۱۱۳..... ۲-۴- پرسش سوم پژوهش
- ۱۱۵..... ۳-۴- پرسش چهارم پژوهش
- ۱۱۶..... ۳-۴-۱- توصیف کلی نتایج پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ

۱۱۷	۴-۳-۲- تحلیل دیداری درون موقعیتی نتایج پرسشنامه رضایت زناشویی
۱۲۵	فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری
۱۲۶	۵-۱- مقدمه
۱۲۷	۲-۵- تحلیل یافته‌های پژوهش
۱۲۷	۵-۲-۱- تبیین نتایج جلسات بسته آموزشی روان‌شناختی عقل ورزی ارتباطی زوجین بر اساس منابع اسلامی
۱۲۷	۵-۲-۱-۱- تبیین نتایج جلسه آمادگی
۱۲۸	۵-۲-۱-۲- تبیین نتایج جلسه اول: بازداري رنجاننده‌های بین فردی (اسائه زدایی)
۱۳۰	۵-۲-۱-۳- تبیین نتایج جلسه دوم: جبران رنجاننده‌های بین فردی (خوداصلاح دهی)
۱۳۱	۵-۲-۱-۴- تبیین نتایج جلسه سوم: مهارت‌افزایی مثبت‌نگری بین فردی (سپاسگزاری)
۱۳۲	۵-۲-۱-۵- تبیین نتایج جلسه چهارم: فعال‌سازی مثبت کنشهای بین فردی (احسان‌ورزی-خود شادسازی)
۱۳۳	۵-۲-۱-۶- تبیین نتایج جلسه پنجم: مهارت‌افزایی تاب‌آوری‌های بین فردی (صبرورزی)
۱۳۴	۵-۲-۱-۷- تبیین نتایج جلسه ششم: مهارت‌افزایی مدیریت خشم بین فردی (کنترل خشم و پیشگیری از اسائه)
۱۳۵	۵-۲-۱-۸- تبیین نتایج جلسه هفتم: مهارت‌افزایی بخشایش بین فردی (بخششگری)
۱۳۶	۵-۲-۱-۹- تبیین نتایج جلسه جمع بندی
۱۳۷	۵-۲-۲- بررسی روایی
۱۳۸	۵-۲-۳- امکان کاربرد
۱۳۸	۵-۲-۴- پیامدهای اولیه اجرا
۱۳۹	۵-۲-۵- تفسیر نتایج
۱۴۲	۵-۳- محدودیتهای پژوهش
۱۴۲	۵-۴- پیشنهادات پژوهش
۱۴۴	فهرست منابع
۱۴۴	منابع فارسی
۱۵۳	منابع عربی
۱۵۵	منابع انگلیسی

پیوست‌ها	۱۶۵
پیوست الف) فرم روایی محتوا	۱۶۵
پیوست ب) کاربرگ‌ها	۱۸۲
پیوست ج) پرسشنامه ارزیابی دوره آموزشی عقلورزی ارتباطی زوجین	۱۹۱
پیوست د) مصاحبه نیمه ساختاریافته	۱۹۲
پیوست ه) آزمون رضایت زناشویی انریچ	۱۹۳