



سال سوم • بهار و تابستان ۹۶ • شماره ۶

Journal of Islamic Psychology

Vol. 3, No. 6, Spring & Summer 2017

## اثربخشی آموزش آموزه‌های دینی بر تعارضات زناشویی زوج‌ها

طیبه فاطمی نیک\*

منصور سودانی\*\*

مهناز مهربابی زاده هنرمند\*\*\*

### چکیده

هدف از اجرای پژوهش حاضر اثربخشی آموزش آموزه‌های دینی بر تعارضات زناشویی زوج‌های ارجاعی به شعب شوراهای حل اختلاف شهر اهواز بود. جامعه آماری شامل کلیه زوج‌های مراجعه‌کننده به شعب شوراهای حل اختلاف شهر اهواز در سال ۹۴-۹۵ بود. نمونه پژوهش شامل ۱۶ زوج بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به طور تصادفی به گروه آزمایشی و گروه گواه تقسیم شدند. ابزار استفاده‌شده در این پژوهش شامل پرسش‌نامه تعارضات زناشویی بود. طرح پژوهش نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه گواه بود که همه زوج‌ها به پرسش‌نامه پاسخ دادند. سپس زوج‌های گروه آزمایشی مداخله آموزشی (آموزه‌های دینی) را در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، یک‌بار در هفته، دریافت کردند. در پایان، هر دو گروه به پرسش‌نامه تعارضات زناشویی پاسخ دادند و پس از گذشت یک ماه از اجرای پس‌آزمون، آزمون پیگیری برای هر دو گروه اجرا شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها علاوه بر آمار توصیفی، از روش آماری تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده شد. تحلیل داده‌ها نشان داد که آموزش آموزه‌های دینی در مرحله پس‌آزمون و پیگیری موجب کاهش تعارضات زناشویی زوج‌های گروه آزمایشی در مقایسه با گروه گواه شده است.

**کلیدواژه‌ها:** آموزه‌های دینی، آموزش، تعارضات زناشویی، زوج‌ها.

\* دانش‌آموخته کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه شهید چمران اهواز | tayebe.fatemi@yahoo.com

\*\* دانشیار گروه مشاوره دانشگاه شهید چمران اهواز

\*\*\* استادیار گروه روان‌شناسی بالینی دانشگاه شهید چمران اهواز

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۱۲/۲۰، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۱۱/۰۹

## مقدمه

خانواده با پیمان ازدواج پایه‌گذاری می‌شود و زن و شوهر، ستون اصلی حیاتی‌ترین نهاد اجتماع، یعنی خانواده را تشکیل می‌دهند. هر قدر روابط میان همسران بهتر، سالم‌تر و پرجاذبه‌تر باشد، زندگی شیرین‌تر و باصفا تر می‌شود. سلامت و اقتدار عاطفی و منطقی خانواده در گرو برخورداری اعضا از بصیرت و نیز آگاهی‌های لازم برای سازندگی و پیش‌گیری از درگیری‌ها و کج‌روی‌ها است (حسینی، ۱۳۹۱). در حالی که ازدواج یکی از شایع‌ترین روابط است اما آمارها نشان می‌دهد نگره‌داری این رابطه بسیار مشکل است. در طول رشد این رابطه زوج‌ها ممکن است با تعارض‌هایی مواجه شوند که ثبات ازدواج آنها را می‌آزماید. مطابق با یافته‌ها، حدود یک‌سوم ازدواج‌ها در پنج سال اول با شکست مواجه می‌شود. این یافته‌ها نشان می‌دهد نسبت قابل توجهی از مردم جامعه به نوعی در خانواده خود در تعارض زناشویی درگیر شده‌اند. این تعارض‌های ناراحت‌کننده می‌تواند باعث بی‌ثباتی در رابطه زناشویی شود و رابطه زناشویی را به شدت تحت تأثیر قرار دهد (کازمیان، شریعتی، اسماعیلی و فرح‌بخش، ۱۳۹۲). تعارض زناشویی<sup>۱</sup> نوعی فقدان توافق مداوم و معنادار بین دو همسر است که یکی از آنها، آن را گزارش می‌کند. منظور از معنادار بودن، تأثیر این مسئله بر عملکرد همسران و منظور از مداوم، اشاره به اختلافاتی است که به مرور زمان از بین نمی‌رود (تهرانی، فاتحی‌زاده، باغبان و احمدی، ۱۳۹۱). با افزایش تعارض در روابط زوجین، ناسازگاری افزایش می‌یابد و نارضایتی بیشتری حاصل می‌شود و همین مشکلات از مقدمات طلاق و جدایی محسوب می‌شود (یانگ<sup>۲</sup> و لانگ<sup>۳</sup>، ۱۹۹۸). تعارض زوجین زمانی به وجود می‌آید که همسران در همکاری و تصمیمات مشترکشان با هم اختلاف پیدا می‌کنند، که این تفاوت‌ها را می‌توان روی پیوستاری از تعارض خفیف تا تعارض کامل طبقه‌بندی کرد (افخمی، بهرامی و فاتحی‌زاده، ۱۳۸۶).

بنابراین، می‌توان ابعاد تعارضات را به تعارضات فیزیکی، کلامی، روانی و جنسی طبقه‌بندی کرد. بخشی از تعارضات در ارتباط با عوامل بیرونی و بخشی از آنها در ارتباط با عوامل درونی خانواده است. البته میان این دو عامل ارتباط متقابل وجود دارد. در سطح نهاد خانواده عواقب

1. marital conflict

2. Yong, M. E.

3. Long, L. L.

تعارض به وجود آمده نه تنها گریبان گیر همه اعضای آن خانواده می شود بلکه خویشان، نزدیکان و آشنایان را هم تحت تأثیر قرار می دهد. این تعارضات می تواند منجر به ضعیف شدن روابط زناشویی، ضعیف شدن سازگاری کودکان، احتمال افزایش تعارض بین والدین و فرزندان و نیز بین خویشاوندان شود. در سطح اجتماعی، آثار و پیامدهای تعارضات شدید می تواند بحران ساز شود (فخرایی و منصوریان، ۱۳۸۶). پژوهش ها در زمینه تأثیرات مخرب تعارضات زناشویی نشان می دهد این تعارضات تأثیرات زیان آوری بر سلامت جسم، روان و خانواده دارد (فینچام،<sup>۱</sup> ۲۰۰۳). نتایج تحقیقات میلر،<sup>۲</sup> هالیست،<sup>۳</sup> اولسون<sup>۴</sup> و لو<sup>۵</sup> (۲۰۱۳) نشان داد که زوج های دارای تعارض زناشویی بالا، از نظر بهداشت روانی و سلامتی در سطح ضعیفی هستند. محققان نشان داده اند که تأثیرات منفی تعارض در تعاملات زوج ها، با میزان خشونت و درگیری مرتبط است (بوکووالا،<sup>۶</sup> سوبین<sup>۷</sup> و زدونیاک،<sup>۸</sup> ۲۰۰۵). این ارتباطات مخرب یا تعاملات منفی بین زوج ها منجر به کاهش رضایت در رابطه و افزایش احتمال طلاق می شود (آماتو<sup>۹</sup> و هاهمن ماریوت،<sup>۱۰</sup> ۲۰۰۷).

رویکردهای مختلفی در زمینه کاهش تعارضات زناشویی وجود دارد که محققان در طول سال ها به دنبال سنجش و اعتبار و کارایی آنها بوده اند. در میان درمان های جدید، یکی از رویکردهای مطرح، درمان های دینی و معنوی است. به نظر می رسد چون ایمان به خداوند و پذیرش باورهای مذهبی نقش تعیین کننده ای در حل تعارض های درونی، یکپارچه سازی شخصیت، کاهش رفتارهای نابهنجار و افزایش سلامت روانی افراد بر عهده دارد، باید از آن در فرآیند کاهش نابهنجاری های رفتاری سود جست (طیبی، ۱۳۹۵). دین اسلام به عنوان مکتبی جامع، آموزه های فراوانی را برای ابعاد مختلف زندگی بشر فراهم کرده است که بخشی از این آموزه ها به صورت ویژه و دقیق به حوزه خانواده مربوط می شود. پیامبر اسلام و امامان برای تبادل هایی که در

1. Fincham, F.
2. Miller, R. B.
3. Hollist, C. S.
4. Olsen, J.
5. Law, D.
6. Bookwala, J.
7. Sobin, J.
8. Zdaniuk, B.
9. Amato, P. R.
10. Hohmann-Marriot, B.

خانواده مطرح است و نحوه تعاملاتی که اعضای خانواده برای برخوردارشدن از زندگی سالم می‌توانند داشته باشند دستورها و رهنمودهایی عرضه کرده‌اند که بر اساس تفاوت‌های طبیعی زن و مرد و وظایف و نقش‌های مکمل است (نجفی یزدی، ۱۳۸۵). آنان خود برای حریم خصوصی همسرانشان احترام قائل بودند، شخصیت و اعتبار معنوی آنان را ارج می‌نهادند و در امور معنوی از آنان کمک می‌گرفتند (کلینی، ۱۳۷۹، ج ۶، ص ۴۷۶ و ۴۷۸)، و کمک به همسر را نشانه صداقت می‌دانستند (مجلسی، ۱۳۸۹، ج ۱۰۱، ص ۱۰۶). آنها برای برقراری تعامل، ایجاد امنیت، محبت و اعتماد در زوج‌ها، بلند سلام کردن (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۵۲) را توصیه می‌کردند و آن را باعث افزایش محبت می‌دانستند. انبیای الهی پاسخ‌گویی به نیازهای جنسی را لذت زندگی انسان (آل‌عمران: ۱۴) و عبادت می‌دانند (مجلسی، ۱۳۸۹، ج ۱۰۰، ص ۲۳۵) و در ارضای نیازهای جنسی، خودمحموری و توجه‌نکردن به نیازهای طرف مقابل را موجب عذاب محسوب می‌کنند (کلینی، ۱۳۷۹، ج ۵، ص ۴۹۷).

دین اسلام اساس زندگی زناشویی را بر پایه محبت و مودت (روم: ۲۱) میان همسران و رمز سعادت زندگی زناشویی را در آرامش‌دهی زوج‌ها (اعراف: ۱۸۹) به همدیگر می‌داند. رعایت حقوق متقابل (بقره: ۲۲۸) عاملی مؤثر در کاهش تعارضات و اختلافات زوجین از دیدگاه اسلام است. مهم‌ترین وظیفه مرد، سرپرستی خانواده و تلاش برای رفاه آنها (بقره: ۳۴)، رعایت حال زن، دوست‌داشتن و مهرورزی و معاشرت نیکو (نساء: ۱۹) با او است. مهم‌ترین وظیفه زن هم اطاعت و فرمان‌برداری، حفظ عفت خود، حفظ عفت شوهر (نساء: ۳۴) و اخلاق خوش است. عفو و گذشت از مصادیق احسان و به تعبیر قرآن محبوب خدا است (مصطفوی، ۱۳۸۵). نرمی زبان و بیان خوش (بقره: ۸۳) عامل افزایش انس و صفا بین زوج‌ها است (حسینی سده و فتحی آشتیانی، ۱۳۸۸). در روایات اسلامی، تندخویی را نکوهش، و نرمی و ملاطفت را ستایش کرده‌اند و پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم به دلیل نرمی و ملاطفت و نداشتن زبانی تند و پرخاشگر (آل‌عمران: ۱۵۹) مشمول ستایش خداوند قرار گرفت. بدگمانی زوج‌ها به یکدیگر از عوامل خانمان‌سوز و ویران‌کننده خانواده است که بر اثر آن آسایش روانی دو طرف به خطر می‌افتد و خداوند افراد را (حجرات: ۱۲) به شدت از آن نهی کرده است (قائمی امیری، ۱۳۷۳).

در جامعه اسلامی، با در نظر گرفتن بُعد معنوی شخصیت انسان و ساختار وجودی او که با قوانین هستی و اهداف الهی سازگار است، لحاظ‌کردن شیوه‌ای از زندگی که مطابق با فرمان‌های الهی و آیات و روایات باشد با توجه به ویژگی‌های خاص فرهنگی جامعه بسیار مؤثر و ضروری به

نظر می‌رسد. چنانچه خانواده بر پایه دستورهای دینی بنا شود و زن و شوهر اصول و فرمان‌هایی را که آیات و روایات توصیه کرده رعایت کنند، می‌توانند در نهایت به آرامش و سکینه‌ای دست یابند که خداوند در ازدواج به ودیعه گذاشته است (حیرت، ۱۳۸۸).

استفاده از تعالیم دینی در زندگی فردی و خانوادگی و ارتباط دین و روابط خانوادگی در سال‌های اخیر توجه پژوهشگران داخلی و خارجی را به خود جلب کرده است. لیندزی،<sup>۱</sup> کالدر<sup>۲</sup> و تانکرسلی<sup>۳</sup> (۲۰۰۹)، دیویسون<sup>۴</sup> و جانگری<sup>۵</sup> (۲۰۱۲)، ماهونی<sup>۶</sup> و کانو<sup>۷</sup> (۲۰۱۴)، الیسون،<sup>۸</sup> بوردت<sup>۹</sup> و ویلکاکس<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۰)، فولر،<sup>۱۱</sup> فراست<sup>۱۲</sup> و بور<sup>۱۳</sup> (۲۰۱۵)، دیوید<sup>۱۴</sup> و استافورد<sup>۱۵</sup> (۲۰۱۵)، روئر<sup>۱۶</sup> و والینگ<sup>۱۷</sup> (۲۰۱۵)، برایت‌وایت،<sup>۱۸</sup> کالسون،<sup>۱۹</sup> اسپوت،<sup>۲۰</sup> دیکرسون،<sup>۲۱</sup> بک،<sup>۲۲</sup> دوگال،<sup>۲۳</sup> دبنهام<sup>۲۴</sup> و جونز<sup>۲۵</sup> (۲۰۱۵)، در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسیدند که عمل به باورهای دینی موجب مشارکت کلامی، افزایش شادکامی، کاهش چشمگیر پرخاشگری کلامی، تعارض‌ها و اختلافات زناشویی شده است. همچنین، هر اندازه افراد و خانواده‌ها رابطه عمیق و قلبی با خدا و عمل به آموزه‌های دینی داشته باشند، به همان نسبت ارتباط آنها با خانواده و اطرافیان شدیدتر است و حمایت عاطفی آنها از طرف خانواده و اطرافیان بیشتر است. به‌علاوه، مذهب، عاملی محافظت‌کننده در ازدواج تعیین شده، به طوری که ارتباط مثبتی با رضایتمندی زناشویی و استحکام و ثبات زندگی خانوادگی دارد.

همچنین، ارتباط فردی با خدا، به طور غیرمستقیم و ارتباط مذهبی مشترک بین همسران، به طور



1. Lindsey, E. W.
2. Caldera, Y. M.
3. Tankersley, L.
4. Davison, S. N.
5. Johnngri, G. S.
6. Mahoney. A.
7. Cano, A.
8. Elison, C. G.
9. Burdette, A. M.
10. Wilcox, W. B.
11. Fuller, J. N.
12. Frost, A. M. H.
13. Burr, B. K.
14. David, P.
15. Stafford, L.
16. Rauer, A.
17. Volling, B.
18. Braithwaite, S. R.
19. Coulson, G. L.
20. Spjut, K.
21. Dickerson, W.
22. Beck, A. R.
23. Dougal, K.
24. Debenham, C.
25. Jones, D.

مستقیم و مثبت در بهبود کیفیت زندگی زناشویی آنان نقش دارد. فتوحی بناب، حسینی نسب و هاشمی (۱۳۹۰)، دانش (۱۳۸۹)، حمید، کوچکی و حیات‌بخش ملایری (۱۳۹۱)، زاده‌وش، نشاط‌دوست، کلاتتری، رسول‌زاده و طباطبایی (۱۳۹۰)، عسگری و صفرزاده (۱۳۹۳)، ثناگوی، جان‌بزرگی و مهدویان (۱۳۹۰)، قاسمی و اعتمادی (۱۳۹۵)، یوسف‌زاده، نامنی، گل‌مکانی، نجف‌نجفی، ابراهیمی، مدرس‌غروی (۱۳۹۲)، فقیهی (۱۳۹۲)، حسینی زند، شفیع‌آبادی و سودانی (۱۳۹۱)، نریمانی، پرزور، عطادخت و عباسی (۱۳۹۴)، در پژوهش‌های خود نشان دادند که مشاوره اسلامی با تأکید بر خودشناسی و استفاده از مجموعه‌ای از آموزه‌های اسلامی روش مداخله‌ای موثری برای حل اختلاف‌های زناشویی و افزایش سازگاری در زوج‌های ناسازگار است؛ بدین‌صورت که هر گاه تعارض خانوادگی بر سر موضوعی خاص شکل می‌گیرد، مذهب می‌تواند از طریق مفاهیم معنوی و ارزش‌های مذهبی مشترک، اختلاف‌نظر بین زوج‌ها را تعدیل کند. همچنین، روان‌درمانی شناختی‌رفتاری مذهب‌محور به‌طور معناداری در بهبود و کاهش تعارض‌های زناشویی و نیز افزایش رضایت از زندگی زوجین تأثیرگذار است. به‌علاوه، آموزش‌های جنسی توأم با آموزه‌های دینی، باعث افزایش سازگاری زناشویی کلی، توافق و تجلی عواطف در زندگی زناشویی شد. سالاری‌فر، یونسی، شریفی‌نیا و غروی (۱۳۹۲)، به‌منظور تدوین مبانی و ساختار مداخلات اسلامی برای درمان مشکلات زوج‌ها پژوهشی انجام دادند. نتایج پژوهش نشان داد زوج‌درمانی اسلامی در پنج بخش مداخله‌های شناختی، عاطفی، رفتاری، ساختاری و معنوی قابل‌عرضه است. سه بخش اول، با دیدگاه زوج‌درمانی شناختی‌رفتاری متناظر است. در بخش ساختاری، توزیع قدرت را مبتنی بر حقوق زوجین و مرزهای تعریف‌شده بر اساس آموزه‌های اسلامی قرار می‌دهد. در مداخله‌های معنوی، توصیه‌های اسلام در باب اعتقادات، اخلاق و عبادت اسلامی مبنا قرار می‌گیرد. رضایی، احمدی، اعتمادی و رضایی حسین‌آبادی (۱۳۹۱) در پژوهشی به‌منظور تعیین میزان اثربخشی آموزش زوج‌درمانی اسلام‌محور بر تعهد زناشویی نشان دادند که آموزش زوج‌درمانی اسلام‌محور، تعهد زناشویی زوجین و ابعاد آن، یعنی تعهد شخصی، اخلاقی و ساختاری زوجین را افزایش داده است. رحمان مهدی‌نژاد قوشچی، اسماعیلی و شفیع‌آبادی (۱۳۹۵)، پژوهشی در زمینه تأثیر زوج‌درمانی مبتنی بر عوامل مشترک با محتوای آموزه‌های اسلامی بر گفت‌وگوی مؤثر زوجین انجام دادند. نتایج پژوهش نشان داد زوج‌درمانی مبتنی بر عوامل مشترک با محتوای آموزه‌های اسلامی گفت‌وگوی مؤثر زوجین را بهبود داده است و

این نتیجه لزوم توجه زوج در مانگران به عوامل مشترک در زوج‌درمانی را نشان می‌دهد. با مروری بر پیشینه پژوهش‌های انجام‌شده در زمینه تعارضات زناشویی و مرور متون و منابع موجود و مرتبط مشخص می‌شود که اگرچه برخی پژوهش‌ها به آموزش مهارت‌هایی در زمینه زندگی زناشویی (هم در قالب عناوین روان‌شناسی و هم در چارچوب اسلامی) پرداخته‌اند، در بسیاری از آنها به جنبه‌های فرهنگی، مذهبی و بومی توجه نشده است، در حالی که بافت فرهنگی مذهبی که زوجین در آن زندگی می‌کنند می‌تواند در سبک زندگی آنها و متعاقباً رضایت آنها از زندگی‌شان تأثیرگذار باشد. با توجه به غنای تعالیم اسلامی در زمینه‌های مختلف زندگی و از جمله زندگی زناشویی و با توجه به فرهنگ ایرانی اسلامی مردم کشور ما، هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش آموزه‌های دینی بر تعارضات زناشویی است. بنابراین، به منظور تحقق هدف مذکور، این پرسش مطرح است که: آیا آموزش آموزه‌های دینی بر تعارضات زناشویی و ابعاد آن تأثیر دارد؟

### روش: جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین مراجعه‌کننده به شعب شوراهای حل اختلاف شهر اهواز در سال ۹۴-۹۵ بود که حداقل دو سال از ازدواج آنها گذشته و دارای فرزند نیز بودند و بین ۲۰ تا ۴۵ سال سن، و قصد ادامه زندگی با یکدیگر را داشتند. روش نمونه‌گیری در این پژوهش به شیوه نمونه‌گیری در دسترس بود. به این منظور از کلیه زوجین مراجعه‌کننده به این مراکز که به شرکت در این برنامه هشت جلسه‌ای تمایل داشتند، دعوت به عمل آمد و به آنان پرسش‌نامه تعارضات زناشویی داده شد. تعداد ۲۱ زوج داوطلب شدند که گفت‌وگویی کوتاه درباره ملاک‌های انتخاب و تبیین آنها برای حضور منظم در جلسات و همچنین شناسایی و حذف افرادی که ممکن بود در طول جلسات ریزش داشته باشند انجام گرفت. دو زوج که شرایط لازم را نداشتند و سه زوج که احتمال ریزش آنها وجود داشت حذف شدند و در نهایت ۱۶ زوج پذیرفته شدند که به روش تصادفی ساده در گروه آزمایشی و گروه گمارده شدند.

### ابزار پژوهش

پرسش‌نامه تعارضات زناشویی: پرسش‌نامه تعارضات زناشویی، ابزاری ۴۲ سؤالی است که برای سنجش تعارضات زن و شوهری ساخته شده است. این آزمون را براتی و ثنایی (۱۳۸۳) تهیه و تنظیم



کردند و هفت بُعد از تعارضات زناشویی را می‌سنجد که عبارت‌اند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، و جداکردن امور مالی از یکدیگر. محتوای خرده‌مقیاس‌های پرسش‌نامه به گونه‌ای تهیه شده که با متغیر مد نظر (تعارضات زناشویی) ارتباط نزدیک و مستقیم دارد. برای هر سؤال پنج گزینه در نظر گرفته شده و به تناسب ۱ تا ۵ نمره به آنها اختصاص داده شده است. حداکثر نمره کل پرسش‌نامه ۲۱۰ و حداقل آن ۴۲ است. در این ابزار نمره بیشتر به معنای تعارض بیشتر و نمره کمتر به معنای رابطه بهتر است. براتی و ثنایی (۱۳۸۳) به منظور محاسبه پایایی و روایی، پرسش‌نامه مذکور را روی گروهی ۱۱۱ نفری متشکل از ۵۳ مرد و ۵۸ زن که برای رفع تعارضات زناشویی خود به مراجع قضایی و مراکز مشاوره مراجعه کرده بودند و همچنین یک گروه کنترل ۱۰۸ نفری از زوج‌های عادی که متشکل از ۵۳ مرد و ۵۵ زن بودند اجرا کردند. مقایسه میانگین دو گروه سازگار و ناسازگار در مردان و زنان بیانگر وجود تفاوت معناداری بین آنها بود که می‌تواند دال بر قدرت تمیز آزمون در تشخیص زوج‌های متعارض از نامتعارض باشد. به علاوه، میزان همبستگی هر سؤال با نمره کل آزمون، معناداری بالایی را نشان داده است.

بشکار (۱۳۸۶) در تحقیق خود ضرایب همسانی درونی آلفای کرونباخ را برای مقیاس تعارضات زناشویی ۰/۹۵ و خرده‌مقیاس‌های آن به این صورت برآورد کرد: کاهش همکاری زوج‌ها ۰/۹۵، کاهش رابطه جنسی ۰/۸۲، افزایش واکنش‌های هیجانی ۰/۹۵، افزایش جلب حمایت فرزند ۰/۹۰، افزایش رابطه شخصی با خویشاوندان خود ۰/۹۵، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان و دوستان همسر ۰/۸۵ و جداکردن امور مالی از یکدیگر ۰/۹۲ بوده است. همچنین، ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش نظری (۱۳۸۸) بر روی نمونه‌ای تصادفی متشکل از ۳۰ زوج برای خرده‌مقیاس‌های کاهش همکاری زوج‌ها ۰/۵۵، کاهش رابطه جنسی ۰/۴۶، افزایش واکنش‌های هیجانی ۰/۵۴، افزایش جلب حمایت فرزند ۰/۶۰، افزایش رابطه شخصی با خویشاوندان خود ۰/۶۳، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان و دوستان همسر ۰/۴۷ و جداکردن امور مالی از یکدیگر ۰/۷۷ به دست آمده است. در پژوهش حاضر، ضرایب آلفای کرونباخ مؤلفه‌های پرسش‌نامه تعارضات زناشویی در مؤلفه‌های کاهش همکاری، کاهش روابط جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند، جداکردن امور مالی، کاهش روابط با خویشاوندان همسر و افزایش



رابطه با خویشانان خود به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۶۹، ۰/۸۷، ۰/۶۴، ۰/۷۱، ۰/۷۹ و ۰/۷۳ به دست آمده است. همچنین، نمره کل این پرسش نامه ۰/۷۴ به دست آمد.

### روش اجرای پژوهش

پس از قرارگرفتن تصادفی آزمودنی‌ها در گروه آزمایشی و گروه گواه، از همه زوج‌ها پیش‌آزمون به عمل آمد. سپس افراد گروه آزمایشی در هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هر هفته یک جلسه) تحت آموزش آموزه‌های دینی قرار گرفتند و در گروه گواه در طول انجام پژوهش مداخله‌ای اعمال نشد. پس از اتمام آموزش به گروه آزمایشی، هر دو گروه مجدداً پرسش‌نامه تعارض زناشویی را به عنوان پس‌آزمون تکمیل کردند. سپس آزمون پیگیری یک ماه پس از اجرای پس‌آزمون اجرا شد. داده‌های حاصل با استفاده از نرم‌افزار SPSS تحلیل گردید. مفاد این جلسات با بهره‌گیری از منابع علمی، اعم از کتاب‌ها و مقالات داخلی و خارجی درباره موضوع در دست پژوهش و همچنین آیات قرآن کریم و احادیث ائمه علیهم‌السلام، تنظیم شد و استادان مربوط آن را تأیید کردند. خلاصه محتوای جلسات آموزش به شرح زیر است:

جلسه اول: برقراری ارتباط و معرفی اعضا، بیان قواعد گروه، اهداف و معرفی دوره آموزشی، گرفتن تعهد از شرکت‌کنندگان برای حضور در جلسات، معرفی سرفصل جلسات.

جلسه دوم: آموزش مهارت‌های ارتباط کلامی و غیرکلامی از دیدگاه اسلام، آشنایی با اصول ارتباط کلامی و غیرکلامی. نمونه‌هایی از محتوای این جلسه عبارت‌اند از: توجه به وضعیت مکانی و زمانی و موقعیت‌های روانی برای گفت‌وگو با همسر با استناد به این حدیث امام علی علیه‌السلام که «نباید بدون سنجیدن موقعیت‌ها، با همسر سخن گفت» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ج ۶، ص ۲۸۶)؛ دوری از صحبت کردن باعجله و بدون فکر و اجازه‌دادن به همسر برای اینکه در کمال آرامش صحبت کند، طبق این سخن پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم که «هر کس میان صحبت برادر مسلمان خود بپرد و حرف او را قطع کند، مثل این است که صورت او را مجروح و خون‌آلود کرده است» (حر عاملی، ۱۴۰۹، ج ۸، ص ۴۷۲)؛ آموزش شیوه صحیح خوب گوش دادن هنگام گفت‌وگو با همسر که یکی از مهم‌ترین عوامل ایجاد گفت‌وگوی حسنه و در نهایت ارتباط نیکو و باعث بهره‌وری در زندگی است: «من أحسن الاستماع تعجل الانتفاع» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ج ۵، ص ۴۷۵). تأکید بر شیوه صحیح خوب گوش دادن؛ یعنی با علم سخن بگویند و به هنگام گوش دادن با توجه و دقت گوش دهند (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ج ۴،



ص ۶۰۳)؛ زوجها متوجه می‌شوند که هنگام سخن گفتن یکی، دیگری باید سکوت اختیار کند و با چیزی بازی نکند و عوامل مزاحم دیگر را نیز از بین ببرد؛ گشاده‌رویی و نرم‌خویی در مواجهه با یکدیگر به هنگام صحبت کردن طبق کلام امام علی علیه السلام: «وَمَنْ تَلَّنْ حَاشِيَتَهُ يَسْتَلِمِ مِنْ قَوْمِهِ الْمَوَدَّةَ؛ هر کس خوی نرم دارد، از محبت دائمی خویشاوندانش برخوردار خواهد بود» (مجلسی، ۱۳۸۹، ج ۴۰، ص ۱۶۳). در روایات اسلامی تندخویی، نکوهش، و نرمی و ملاطفت، ستایش شده است و پیامبر اکرم به دلیل نرمی و ملاطفت و نداشتن زبانی تند و پرخاشگر (آل عمران: ۱۵۹) مشمول ستایش خداوند قرار گرفته است؛ با ذهنیت خوب و مثبت اقدام به گفت‌وگو با همسر کند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمودند: «مرد مؤمن نباید راجع به زن مؤمن ذهنیت بد پیدا کند؛ اگر از یکی از ویژگی‌های او خوشش نیامد به دیگر ویژگی‌های خوب او توجه کند» (قشیری نیشابوری، بی‌تا، ص ۱۰۹، ج ۱۴۶۹)؛ ابراز محبت به یکدیگر در هنگام گفت‌وگو با استناد به کلام پیامبر صلی الله علیه و آله: «سخن مرد به همسرش که (دوستت دارم) هرگز از قلبش بیرون نخواهد رفت» (مجلسی، ۱۳۸۹، ج ۷۷، ص ۱۶۶). آموزش به زوجین درباره پرهیز از شیوه گفتاری توهین‌آمیز، مسخره یا تحقیرکننده؛ زیرا استفاده از الفاظ توهین‌آمیز در روابط زناشویی فضای ارتباطی آنان را سرد و منفی می‌کند. به همین دلیل در متون اسلامی به زن و مرد توصیه شده است که حتی از الفاظی که کمترین اهانت را در بر دارد استفاده نکنند (نوری طبرسی، ۱۳۶۶، ج ۱۴، ص ۲۵۲).

جلسه سوم: آموزش تعاملات عاطفی، محبت و همدلی (فهم بهتر نیازها و خواست‌های روانی هیجانی یکدیگر و برانگیختن رفتارهای خودجوش، صادقانه، مرتبط و صمیمانه‌تر در دیگری). نمونه‌هایی از کاربرد مهارت همدلی در سیره ائمه علیهم السلام عبارت‌اند از: افزایش درک مشکلات و دیدگاه‌های زوجها از نگاه یکدیگر با استناد به آیه ۱۲۸ سوره توبه: «هر آینه پیامبری از خود شما بر شما مبعوث شد. هر آنچه شما را رنج می‌دهد بر او نیز گران می‌آید»؛ زوجها باید آگاه شوند که یکدیگر را درک کنند و از مشکلات و گرفتاری‌های هم باخبر باشند و درصدد رفع آن برآیند؛ و طبق حدیثی از پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله که می‌فرماید: «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ فِي تَرَاحِمِهِمْ وَتُعَاطِفِهِمْ بِمَنْزَلَةِ الْجَسَدِ الْوَاحِدِ إِذَا اشْتَكَى عَضْوٌ تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ الْجَسَدِ بِالْحُمَى وَالسَّهَرِ؛ مؤمنان در مقام رحمت و عطوفت به یکدیگر به منزله یک جسدند. وقتی عضوی از جسد بیمار شود سایر اعضای آن همانند او تب‌داری و شب‌بیداری دارند و در غم و مصیبت او شریک‌اند» (قمی، ۱۳۸۳، ج ۱، ص ۱۳)؛

آموزش همکاری بین زوجها در منزل با استناد به آیه ۲ سوره مائده: «وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى؛ و در هر کار خیر و تقوا یکدیگر را یاری دهید». لذا زن و شوهر آگاه می‌شوند که همکاری با یکدیگر و تعاون در منزل موجب پویایی و نشاط محیط خانواده می‌شود؛ آموزه‌های دینی به گونه‌ای وظایف اعضای خانواده را تقسیم کرده است که همه خود را در برابر آن مسئول بدانند تا خانواده بتواند کارکردهای خود را به نحو بهتر و مؤثرتری ایفا کند. اگرچه انجام دادن امور منزل به عنوان واجب شرعی و قانونی بر عهده زن نیست و حتی در فقه آمده است: «مرد حق ندارد زن خود را به خدمت خانه مجبور کند» (پابنده، ۱۳۸۲، مسئله ۲۴۱۴) ولی از وظایف اخلاقی زن محسوب می‌شود؛ چراکه این کار نقش اساسی در شادابی، دوام و استحکام خانواده دارد و مرد را به خانواده دلگرم‌تر و امیدوارتر خواهد کرد. به همین دلیل زن باید به ارزش خدمت خود در خانه پی ببرد و هیچ‌گاه نپندارد که زحمات و خدمات روزمره و تکراری او بی‌فایده و بیهوده است که کسی قدردان آنها نیست. پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: «هر زنی در خانه شوهر به منظور زیباسازی چشم‌انداز، چیزی را جابه‌جا کند، خداوند به او نظر رحمت اندازد و هر که مد نظر رحمت خدا باشد از عذاب او در امان است» (حر عاملی، ۱۴۰۹، ج ۲۱، ص ۴۵۱).



۱۲۷

اثر بخشی آموزش آموزه‌های دینی بر تعارضات زناشویی زوجها

از سویی، علاوه بر بیان ارزش خدمت زن در منزل، مردان را نیز تشویق به کار در خانه و کمک به همسر می‌کنند. رسول اکرم ﷺ به امام علی علیه السلام فرمودند: «ای علی! خدمت نمی‌کند به خانواده مگر صدیق یا شهید یا مردی که خداوند بخواهد خیر دنیا و آخرت را به او دهد؛ مردی نیست که به همسرش در خانه کمک کند مگر آنکه به تعداد موهای بدنش، عبادت یک سال روزه با نماز در شب‌هایش برای او پاداش قرار می‌دهند و خداوند پاداش پیامبران صبوری مانند داوود، یعقوب و عیسی را برای او قرار می‌دهد» (نوری طبرسی، ۱۳۶۶، ج ۱۳، ص ۴۸). امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «امیر مؤمنان علیه السلام همیزم و آب می‌آورد و جارو می‌کرد و فاطمه آرد می‌ساخت و خمیر می‌کرد و نان می‌پخت» (کلینی، ۱۳۷۹، ج ۵، ص ۸۶). بنابراین، در هر دوران، بلکه در هر خانواده، همیاری زن و شوهر می‌تواند به تناسب زندگی آنها تنظیم شود و در خانواده منسجم، پویا و اعتدالگرا، هر یک از اعضا در کارها و رفع سختی‌ها و مشکلات با همدیگر مشارکت و همکاری دارند.

جلسه چهارم: بحث درباره چگونگی رفع اختلافات بین زن و شوهر و کاهش دادن کینه و کدورت بین زوجین از دیدگاه اسلام و منابع اسلامی، پرهیز از خشونت و سخت‌گیری علیه همسر و روش‌های مهار خشم. معمولاً زوجین در هنگام تعارض دچار برانگیختگی هیجانی می‌شوند.

بنابراین، اولین گام در حل تعارض‌ها سعی در رسیدن به آرامش است. بر اساس متون اخلاق اسلامی، توصیه می‌شود زوجین برای نیل به آرامش در محلی بنشینند و تا حدی از هم فاصله بگیرند و در این وضعیت اصلاً سعی نکنند پیش هم بمانند. سپس لازم است زوج‌ها موقعیت کلی را تشخیص دهند. گاهی در خانواده موقعیت‌های اختلافی پیش می‌آید که روابط افراد را از حالت دوستی و محبت به حالت دشمنی و کشمکش می‌کشاند. زندگی همیشه سراسر آرامش نیست. خداوند به این حقیقت اشاره فرموده است: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، در حقیقت برخی از همسران شما و فرزندان شما دشمن شمایند، از آنان بر حذر باشید و اگر ببخشاید و درگذرید و بیامرزید، به‌راستی خدا آمرزنده مهربان است» (تغابین: ۱۴). بر اساس این آیه، فرد مؤمن پس از تشخیص موقعیت اختلافی در پرتو اعتقاد به خدا به اجری که خداوند در پرتو بخشش وعده داده، یقین پیدا می‌کند. در پرتو همین عفو، آنجا که فضای خانواده متشنج می‌شود، زوجین بر مبنای ایمان به خدا با یکدیگر رابطه برقرار کرده و موقعیت اختلافی را کنترل می‌کنند؛ لذا وقتی یکی از زوجین بخواهد مایه تضعیف ایمان دیگری شود، خداوند به او اجازه انتقام نمی‌دهد.

در تعالیم اسلامی، گاهی الگوهای ارتباطی زوجین متعارض به چشم می‌خورد که یکی از طرفین، موقعیت تعارضی ایجاد کرده، در حالی که دیگری نه تنها تمایل به وجود چنین موقعیتی ندارد بلکه سعی در بهبود اوضاع دارد. چنین الگویی در کلام پیامبر ﷺ مشاهده می‌شود؛ آنجا که به صبر و سازش زن در برابر بد اخلاقی مرد اشاره می‌فرمایند و وعده ثواب همسر فرعون را به او می‌دهند (حر عاملی، ۱۴۰۹، ج ۱۴، ص ۱۲۴). گاهی نیز زن در برابر خشم همسر نه تنها واکنش متقابل بروز نمی‌دهد، بلکه با واکنش عکس به صورت ابراز علاقه سعی در اداره موقعیت تعارضی دارد. چنین زنانی در کلام امام صادق علیه السلام بهترین زنان معرفی شده‌اند (صدوق، ۱۴۱۶، ج ۳، ص ۳۸۹). گاهی خصلت سازشگری زوجین در برابر یکدیگر با نادیده گرفتن رفتار بد طرف مقابل ظهور می‌یابد. در نظر داشتن اصل تغافل در روابط زناشویی و عمل بر اساس آن باعث آسان شدن سختی‌های زندگی می‌شود. چنانچه در روایت است: «هر کس از بسیاری امور چشم‌پوشی نکند، زندگی بر او سخت می‌شود». یکی از روش‌های کاهش اختلافات و واکنش‌های هیجانی در روابط زوج‌ها، بخشایش است. فرد مؤمن بر اساس اعتقاد راسخ به خداوند و ملزم دانستن خود به مرعی داشتن اوامر و نواهی الهی، فرمان خدا مبنی بر نیکی کردن به جای بدی همسر را سرلوحه عمل قرار می‌دهد: «وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ» و نیکی با بدی یکسان

نیست. پس تو بدی‌های مردم را با بهترین عکس‌العمل دفع کن تا آن کسی که بین تو و او دشمنی هست، چنان شود که گویی دوستی مهربان است» (فصلت: ۳۴). ثمره نیکویی در برابر بدی ایجاد محبت و علاقه واقعی بین زوجین است. با چنین دیدگاهی فردی که در معرض رفتار نامناسب همسر قرار گرفته با خوش‌بینی رفتار نامناسب او را در اثر ناملایمات و گرفتاری‌های روزمره زندگی تفسیر می‌کند و راحت‌تر می‌تواند عفو و گذشت را سرلوحه رفتار با همسر قرار دهد.

الگوی مقابله برتر که در ادبیات دین از آن با عنوان «عفو» یاد می‌شود، بهترین نوع واکنش است. اگر در برابر بدی، گذشت صورت گیرد، پاداش آن با خداوند است (شوری: ۴۰). آموزش مهارت خودآرام‌سازی، مهارت و مدیریت خشم بر اساس سه شیوه شناختی (قبل از شدت یافتن خشم و زائل شدن قدرت تفکر، با مراجعه به باطن خود و یادآوری پیامدهای تلخ طغیان خشم و عبرت گرفتن از آنها و یادآوری نکات مثبت فروخوردن خشم، موجب آرامش روحی و روانی خود شوند)، عاطفی (شیوه‌های عاطفی عبارت‌اند از: تهییج عاطفی و تحریک هیجانی افراد به ترک پرخاشگری. این کار، از طریق نهی آنان از خشم و رفتارهای خشونت‌بار و توصیه به اموری که در جهت مخالف و ضدپرخاشگری هستند، مثل شکیبایی و فروخوردن خشم و گفت‌وگو دنبال می‌شود) و شیوه رفتاری (مثل وضوگرفتن، تغییر مکان و حالت).

جلسه پنجم: بیان اهمیت روابط جنسی زوجین از دیدگاه آیات و روایات؛ آموزش مهارت‌های جنسی اسلامی و آشنایی با دیدگاه اسلام در زمینه روابط جنسی زوجین؛ اهمیت لزوم رابطه جنسی در آموزه‌های دینی؛ «مباشرت» (بقره: ۱۸۷) به معنای تماس بدنی و پوستی دو نفر؛ «لباس بودن برای هم» (بقره: ۱۸۷)، به معنای انواع لذت جنسی زن و مرد از هم؛ تحصیل آرامش روانی و سکون قلبی زن و شوهر در سایه برقراری روابط عاطفی و جنسی (روم: ۲۱)؛ بیان وظایف زن و شوهر در کارکرد جنسی؛ برخی از وظایف الزامی مرد در روایات عبارت‌اند از: آراستن، خوش‌بوکردن و پوشیدن لباس خوب برای همسر، آمیزش هنگام تمایل همسر، پرهیز از آمیزش با همسر در حضور کودک، آماده‌کردن زن قبل از آمیزش (تعجیل نکردن و خودداری از رفتار خشن و غیرانسانی) (حر عاملی، ۱۳۹۱، ج ۷، ص ۸). زن نیز لازم است برای شوهر، بهترین لباس‌ها، بهترین عطرها و بهترین آرایش‌ها را استفاده کند (همان، ۱۴)، در موقعیت‌های مناسب با شوهر همراهی کند و به وی بی‌اعتنایی نکند (کلینی، ۱۳۷۹، ج ۵، ص ۵۰۷). هرگونه حیا و خودداری حین روابط جنسی را کنار بگذارد و همه نیازهای جنسی مرد را در چارچوب قوانین شرعی تأمین کند (مجلسی، ۱۳۸۹، ج ۱۰۳، ص ۱۳۹). برای رفع افسردگی و حصول شادمانی و برطرف شدن

سستی و تحریک‌ناپذیری نیز روابط جنسی مؤثر است (نوری طبرسی، ۱۳۶۶، ج ۱۴، ص ۱۶). توجه زن و مرد به این نکات و رعایت آنها، روابط جنسی را برای هر دو لذت‌بخش می‌کند. در غیر این صورت، بروز مشکلات روانی و سازشی اجتناب‌ناپذیر است (عک، ۱۳۷۵، ص ۴۱۳-۴۱۶).

جلسه ششم: ابتدا بحث درباره نقش خانواده اصلی در زندگی زوج‌ها و لزوم ارتباط منطقی و محدود با آنها بنا بر آموزه‌های دینی؛ سپس بحث درباره لزوم رازداری و شکایت‌نکردن از یکدیگر به خانواده‌ها و حفظ مرزهای زناشویی. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «ای مردم! هیچ کس هرچند توانگر باشد، از خویشان خویش و حمایت و دفاع آنان با دست یا زبان بی‌نیاز نیست، و آنان بیش از هر کس هوای او را دارند و پشتیبان و غمخوار و یاور اویند و آنگاه که مشکلی برای او پیش آید مهربان‌ترین‌اند» (نهج‌البلاغه، خطبه ۲۳). آگاه‌سازی زوج‌ها مبنی بر اینکه خوش‌برخوردی، لبخند، رفتار نرم و متواضعانه، ارتباط کلامی با محتوای خوب، اعلام محبت و حمایت و پرهیز از درستی، از جمله رفتارهای مطلوب در صله‌رحم است و بالاتر از آن خودکنترلی فرد است تا خویشاوندان او به هیچ وجه اذیت نشوند. بحث درباره متمایز شدن از خانواده از لحاظ عاطفی و مالی و تأثیرات آن در بهداشت روانی زوج‌ها و جلوگیری از اختلافات خانوادگی و پرهیز از شکایت طبق حدیثی از پیامبر صلی الله علیه و آله که می‌فرماید: «بر زن روا نیست که شوهرش را بیش از توانش تکلیف کند، یا از او نزد احدی از آفریدگان خداوند گله و شکایت کند؛ چه (خویشان) نزدیک باشد یا (خویشان) دور» (نوری طبرسی، ۱۳۶۶، ج ۱۴، ص ۲۴۲) و نیز می‌فرماید: «و اِنِّی لَأُبْغِضُ الْمَرْأَةَ تَخْرُجُ مِنْ بَيْتِهَا، تَجُرُّ ذَيْلِهَا، تَشْكُو زَوْجَهَا؛ بی‌گمان، من زنی را که از خانه خود، دامن‌کشان برای شکایت از شوهرش بیرون شود، دشمن می‌دارم» (نهج‌الفصاحه، ح ۹۶۰، ص ۳۴۸). زن و شوهر آگاه می‌شوند که با پیوند زناشویی بین آنها، وظایف و نقش‌های خاصی در زندگی‌شان وجود دارد که باید وابستگی خود را از خانواده اصلی کمتر کنند و حریم زندگی خصوصی خود را محترم بشمرند.

جلسه هفتم: آموزش مهارت‌های اقتصادی در اسلام، بررسی اهمیت توجه به اقتصاد خانواده در اسلام، زندگی همراه با قناعت. بحث درباره وضع اقتصادی زن و شوهر که زندگی اشتراکی اقتضا می‌کند که نه زن از مالکیت شخصی حرف بزند و نه شوهر. همان‌گونه که شریک غم و شادی یکدیگر شده‌اند شریک اموال یکدیگر نیز هستند. اگر زن شاغل است و درآمد مستقل دارد به اقتدار شوهر خود آسیب نرساند. زیرا خداوند فرموده است: «الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ» (نساء: ۳۴)؛ و به منظور تحکیم زندگی و کاهش تعارضات از منت گذاشتن دارایی خود بر شوهر پرهیز کند. پیامبر صلی الله علیه و آله

می‌فرمایند: «هر زنی که به دارایی خود بر شوهرش منت نهد و بگوید «تو از ثروت من می‌خوری»، اگر همه مالش را در راه خدا صدقه دهد، از او پذیرفته نگردد تا وقتی که شوهرش از او راضی گردد» (طبرسی، ۱۳۶۵، ج ۱، ص ۳۸۵). وظیفه شوهر این است که در اداره اقتصادی خانواده و تأمین نیازهای مادی همسر مانند مسکن، پوشاک، غذا و... به اندازه گشاده‌دست باشد (ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۴۴۲). بحث درباره تعدیل توقعات و میانه‌روی در اقتصاد خانواده که در آموزه‌های دینی بسیار سفارش شده است (کراجکی، ۱۳۶۸)، نشان‌دهنده اندیشه عقلی متعادل است. زن و شوهر متوجه می‌شوند که هر دو در اقتصاد خانواده ایفای نقش می‌کنند و یکدیگر را در مضیقه قرار نمی‌دهند.

جلسه هشتم: آموزش به زوج‌ها برای ایجاد رابطه نزدیک‌تر بین آنها و فرزندانشان، حفظ مرزهای زناشویی. از عوامل کاهش تعارضات زناشویی هماهنگی در شیوه‌های مناسب تربیتی در خانواده است که برخی از شیوه‌ها عبارت‌اند از: تأکید در محبت به فرزند با استناد به حدیث پیامبر ﷺ که می‌فرمایند: «کودکان را دوست بدارید و با آنان رثوف و مهربان باشید» (حر عاملی، ۱۴۰۹، ج ۵، ص ۱۲۶). استفاده از تشویق و تنبیه بجا (کلینی، ۱۳۷۹، ج ۲، ص ۲۳۴)، الگوی شایسته برای فرزند (صف: آیات ۲ و ۳). بیان لزوم رعایت مرزها و حفظ مرزهای زناشویی برای زوج‌ها با استناد به آیه ۱۸۷ سوره بقره: «هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ؛ آنها پوشش شمایند و شما پوشش آنهایند»؛ که زن و شوهر آگاه می‌شوند که بین آنها به عنوان پدر و مادر، مرزی وجود دارد که هیچ کس حتی فرزندان خانواده حق ورود به این مرز را ندارند. از آموزه‌های اسلام درباره مرز روابط فرزندان و والدین، داشتن فضای اختصاصی زن و شوهر در سه زمان در شبانه‌روز است. کودکان و فرزندان بزرگسال خانواده لازم است پیش از نماز صبح، هنگام خواب بعد از ظهر و شب با اجازه وارد اتاق پدر و مادر شوند (نور: ۵۸). زن و شوهر بسیار به یکدیگر نزدیک‌اند و فضایی روانی برای حل مشکلات شخصی بین آنها و حصول حمایت عاطفی آنها از یکدیگر ضرورت دارد که همه اعضای خانواده از کوچک و بزرگ باید آن را به رسمیت بشناسند و به آن پای‌بند باشند؛ جمع‌بندی مباحث انجام‌شده، نتیجه‌گیری و پاسخ پرسش‌ها و اجرای پس‌آزمون. آزمون پیگیری یک ماه پس از اجرای پس‌آزمون انجام شد.

### یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار نمره‌های زوج‌ها در تعارضات زناشویی به تفکیک گروه و در سه مرحله، در جدول یک نشان داده شده است.



جدول ۱: میانگین و انحراف معیار تعارضات زناشویی به تفکیک گروه آزمایشی و گواه

در مراحل پیش آزمون - پس آزمون و پیگیری

گروه	متغیر	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	تعارضات زناشویی	۱۵۸/۲۶	۱۸/۱۲	۱۱۰/۶۶	۱۱/۶۳	۱۰۸/۱۳	۱۵/۰۵
	تعارضات زناشویی	۱۵۶/۶۰	۱۷/۷۸	۱۵۵/۵۳	۱۶/۱۹	۱۵۹/۷۳	۱۵/۸۴

همان طوری که در جدول ۱ ملاحظه می شود میانگین (انحراف معیار) تعارضات زناشویی در گروه آزمایشی در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری به ترتیب برابر ۱۵۸/۲۶ (۱۸/۱۲)، ۱۱۰/۶۶ (۱۱/۶۳)، ۱۰۸/۱۳ (۱۵/۰۵) و در گروه گواه برابر با ۱۵۶/۶۰ (۱۷/۷۸)، ۱۵۵/۵۳ (۱۶/۱۹)، ۱۵۹/۷۳ (۱۵/۸۴) است. همچنین، در جدول ۲، میانگین و انحراف معیار نمره های پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری گروه آزمایشی و گروه گواه را برای ابعاد تعارضات زناشویی، مشاهده می کنید.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار ابعاد تعارضات زناشویی به تفکیک گروه آزمایشی و گواه در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

گروه	متغیر	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	همکاری	۱۷/۲۰	۲/۶۲	۷/۵۳	۳/۶۸	۸/۵۸	۳/۸۰
	روابط جنسی	۱۶/۷۳	۲/۸۹	۷/۰۰	۳/۷۲	۷/۸۹	۳/۸۰
	واکنش های هیجانی	۱۷/۰۶	۳/۰۳	۱۳/۹۳	۵/۱۳	۱۳/۹۳	۵/۹۰
	جلب حمایت فرزندان	۱۶/۲۰	۳/۱۸	۶/۸۶	۳/۱۸	۶/۰۲	۳/۰۹
	رابطه با خویشان خود	۱۵/۰۶	۳/۸۶	۹/۲۸	۳/۴۲	۸/۲۸	۳/۰۴
	رابطه با خویشاوندان همسر	۱۵/۲۰	۱/۷۴	۱۱/۵۷	۲/۳۷	۹/۴۱	۲/۵۴
	جدا کردن امور مالی	۱۵/۲۰	۱/۷۴	۱۰/۸۶	۳/۵۴	۶/۴۵	۳/۱۱
	همکاری	۱۶/۹۸	۳/۲۷	۱۵/۶۶	۳/۵۷	۱۴/۶۶	۳/۹۰
	روابط جنسی	۱۶/۷۰	۴/۱۷	۱۴/۴۰	۴/۱۷	۱۴/۰۳	۴/۰۱
	واکنش های هیجانی	۱۶/۹۸	۳/۲۷	۱۵/۷۳	۴/۶۵	۱۴/۳۲	۴/۶۰
	جلب حمایت فرزندان	۱۶/۰۱	۳/۱۴	۱۵/۶۰	۵/۰۸	۱۵/۶۰	۵/۰۸
	رابطه با خویشان خود	۱۴/۰۱	۲/۳۹	۱۳/۸۶	۵/۴۲	۱۳/۸۶	۵/۰۹
	رابطه با خویشاوندان همسر	۱۴/۰۹	۲/۸۹	۱۵/۱۵	۲/۲۸	۱۳/۱۴	۲/۰۹
	جدا کردن امور مالی	۱۶/۴۶	۴/۴۵	۱۴/۹۰	۲/۱۷	۱۴/۶۶	۳/۹۸





ابتدا برای مقایسه دو گروه از لحاظ نمره کل تعارضات زناشویی از آنکوا و برای ابعاد تعارضات زناشویی از تحلیل مانکوا استفاده شد. برای بررسی پیش فرض های آنکوا و مانکوا آزمون لوین و آزمون همگنی شیب های رگرسیون انجام شد. نتایج حاصل از آزمون لوین در جدول ۳ نشان داده شده است.

جدول ۳: نتایج آزمون لوین در گروه آزمایشی و گروه گواه بر اساس متغیر تعارضات زناشویی و ابعاد آن

متغیر	F	df <sub>1</sub>	df <sub>2</sub>	P
تعارض زناشویی	۰/۱۳	۱	۲۸	۰/۱۰
همکاری	۲/۸۷	۱	۲۸	۰/۱۰
روابط جنسی	۱/۳۷	۱	۲۸	۰/۲۵
بهبود واکنش های هیجانی	۰/۰۰۳	۱	۲۸	۰/۹۵
جلب حمایت فرزندان	۰/۱۸	۱	۲۸	۰/۶۷
رابطه با خویشاوندان خود	۰/۰۰۴	۱	۲۸	۰/۹۵
رابطه با خویشاوندان همسر	۰/۳۵	۱	۲۸	۰/۵۵
جدا کردن امور مالی	۰/۳۵	۱	۲۸	۰/۵۵

همان طور که در جدول ۳ مشاهده می شود، نتایج آزمون همگنی واریانس های گروه آزمایشی و گروه گواه در رابطه با متغیرهای وابسته معنادار نیست. بنابراین، واریانس گروه آزمایشی و گروه گواه همگن است.

جدول ۴: نتایج همگنی شیب های رگرسیون تعارضات زناشویی و ابعاد آن

متغیر وابسته	مجموع مجدورات	df	میانگین مجدورات	F	سطح معناداری
تعارض زناشویی	۲۸۲/۰۹	۱	۲۸۲/۰۹	۱/۳۴	۰/۲۷
همکاری	۱/۷۷	۱	۱/۷۷	۰/۳۲	۰/۵۷
روابط جنسی	۲۱/۲۷	۱	۲۱/۲۷	۱/۸۸	۰/۱۸
بهبود واکنش های هیجانی	۳۳/۳۱	۱	۳۳/۳۱	۲/۱۹	۰/۱۷
جلب حمایت فرزندان	۲۴/۶۶	۱	۲۴/۶۶	۳/۱۲	۰/۰۸
رابطه با خویشاوندان خود	۳/۳۳	۱	۳/۳۳	۰/۴۴	۰/۵۰
رابطه با خویشان همسر	۰/۰۸	۱	۰/۰۸	۰/۰۱	۰/۹۲
جدا کردن امور مالی	۲/۶۴	۱	۲/۶۴	۰/۲۲	۰/۶۴

همان طور که در جدول ۴ مشاهده می شود، تعامل بین پیش آزمون تعارضات زناشویی و ابعاد آن و پس آزمون آنها در سطوح عامل (گروه آزمایشی و گروه گواه) معنادار نیست. بنابراین، فرض همگنی رگرسیون ها رعایت شده است.

جدول ۵: نتایج حاصل از تحلیل آنکوا در متن مانکوا بر روی میانگین نمره کل تعارضات زناشویی آزمودنی‌های گروه آزمایشی و گروه گواه

منبع تغییرات	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	سطح معناداری (p)	اندازه اثر	توان آماری
پیش‌آزمون	۱۰۳/۱۹	۱	۱۰۳/۱۹	۰/۳۹	۰/۵۳	۰/۰۱	۰/۰۹
گروه‌ها	۶۶۴۶/۱۷	۱	۶۶۴۶/۱۷	۲۵/۲۳	≤۰/۰۰۱	۰/۹۱	۱
خطا	۶۸۴۹/۰۵	۲۶	۲۶۳/۴۲				

با توجه به مندرجات جدول ۵، مقدار F در متغیر تعارضات زناشویی برابر ۲۵/۲۳ است که در سطح  $p \leq 0/001$  معنادار است.

جدول ۶: تحلیل کواریانس چندمتغیری (مانکوا) روی نمره‌های پس‌آزمون ابعاد تعارضات زناشویی در دو گروه در مرحله پس‌آزمون

نام آزمون	مقدار	df فرضیه	df خطا	F	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آماری
آزمون اثر بیلابی	۰/۷۵	۷	۱۲	۵/۱۳	۰/۰۰۷	۰/۷۵	۰/۹۳
آزمون لامبدای ویکلز	۰/۲۵	۷	۱۲	۵/۱۳	۰/۰۰۷	۰/۷۵	۰/۹۳
آزمون اثر هتلینگ	۲/۹۹	۷	۱۲	۵/۱۳	۰/۰۰۷	۰/۷۵	۰/۹۳
آزمون بزرگ‌ترین ریشه روی	۲/۹۹	۷	۱۲	۵/۱۳	۰/۰۰۷	۰/۷۵	۰/۹۳

طبق جدول ۶، سطوح معناداری همه آزمون‌ها بیانگر آن است که بین گروه آزمایشی و گروه گواه در پس‌آزمون، حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (ابعاد تعارضات زناشویی) تفاوت معناداری وجود دارد. هفت تحلیل یک‌راهه در متن مانکوا انجام گرفت و نتایج حاصل در جدول ۷ آمده است.

جدول ۷: نتایج تحلیل آنکوا در متن مانکوا بر روی نمره ابعاد تعارضات زناشویی در گروه آزمایشی و گروه گواه در مرحله پس‌آزمون

متغیر	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	اندازه اثر	توان آماری	سطح معناداری
همکاری	۴۱/۰۶	۱	۴۱/۰۶	۷/۴۶	۰/۲۹	۰/۷۳	۰/۰۱
روابط جنسی	۴۶/۴۰	۱	۴۶/۴۰	۵/۵۵	۰/۲۳	۰/۶۰	۰/۰۳
واکنش‌های هیجانی	۷۵/۹۴	۱	۷۵/۹۴	۴/۰۱	۰/۱۸	۰/۴۷	۰/۰۵
جلب حمایت فرزندان	۱۴/۳۶	۱	۱۴/۳۶	۱/۹۹	۰/۱۰	۰/۲۶	۰/۱۷
رابطه با خویشان خود	۲۲/۸۰	۱	۲۲/۸۰	۱/۹۱	۰/۰۹	۰/۲۵	۰/۱۸
رابطه با خویشاوندان همسر	۳۳/۶۸	۱	۳۳/۶۸	۴/۰۱	۰/۱۸	۰/۴۷	۰/۰۵
جداکردن امور مالی	۹۴/۱۶	۱	۹۴/۱۶	۸/۵۶	۰/۵۴	۰/۹۵	۰/۰۰۷

با توجه به مندرجات جدول ۷، بین آزمودنی‌های گروه آزمایشی و گروه گواه از لحاظ متغیرهای همکاری، روابط جنسی، واکنش‌های هیجانی، رابطه با خویشاوندان همسر و جداکردن امور مالی در مرحله پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود دارد. اما در متغیر جلب حمایت فرزندان و رابطه با خویشاوندان خود در مرحله پس‌آزمون تفاوت معناداری وجود ندارد.

جدول ۸: نتایج حاصل از تحلیل آنکوا در متن مانکوا بر روی میانگین نمره‌های تعارضات زناشویی آزمودنی‌های دو گروه در مرحله پیگیری

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری (p)
پیش‌آزمون	۶۱۹۰۴/۲۲	۱	۶۱۹۰۴/۲۲	۵/۴۰	۰/۰۲۷
گروه‌ها	۵۱۹۰۵/۲۳	۱	۵۱۹۰۵/۲۳	۱۹۲/۸۰	۰/۰۰۱
خطا	۸۵۷۹/۹۵	۲۷	۳۱۷/۷۷		

با توجه به مندرجات جدول ۸، مقدار F در متغیر تعارضات زناشویی برابر ۱۹۲/۸۰ است که در سطح  $p \leq 0/001$  معنادار است. این بدین معنا است که بین آزمودنی‌های گروه آزمایشی و گروه گواه از لحاظ متغیر تعارضات زناشویی تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۹: تحلیل کواریانس چندمتغیری (مانکوا) روی نمره‌های پیگیری ابعاد تعارضات زناشویی گروه آزمایشی و گروه گواه با کنترل پیش‌آزمون

نام آزمون	مقدار	df فرضیه	df خطا	F	سطح معناداری
آزمون اثر پیلای	۰/۶۹	۷	۱۴	۴/۵۰	۰/۰۰۸
آزمون لامبدای ویکلز	۰/۳۰	۷	۱۴	۴/۵۰	۰/۰۰۸
آزمون اثر هنتلینگ	۲/۲۵	۷	۱۴	۴/۵۰	۰/۰۰۸
آزمون بزرگ‌ترین ریشه روی	۲/۲۵	۷	۱۴	۴/۵۰	۰/۰۰۸

همان‌طور که در جدول ۹ نشان داده شده است سطوح معناداری همه آزمون‌ها، بیانگر آن است که بین گروه‌های آزمایشی و گروه گواه در پیگیری، حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (ابعاد تعارضات زناشویی) تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۱۰: نتایج تحلیل آنکوا در متن مانکوا بر روی نمره ابعاد تعارضات زناشویی دو گروه در مرحله پیگیری

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	اندازه اثر	توان آماری	سطح معناداری
همکاری	۳۶/۹۲	۱	۳۶/۹۲	۵/۱۵	۰/۲۰	۰/۵۷	۰/۰۳
روابط جنسی	۴۵/۴۹	۱	۴۵/۴۹	۵/۷۶	۰/۲۲	۰/۶۲	۰/۰۲
بهبود واکنش‌های هیجانی	۸۳/۴۹	۱	۸۳/۴۹	۴/۶۰	۰/۱۸	۰/۵۳	۰/۰۴
جلب حمایت فرزندان	۱۵/۶۸	۱	۱۵/۶۸	۲/۴۵	۰/۱۰	۰/۳۲	۰/۱۳
رابطه با خویشاوندان خود	۳۹/۳۶	۱	۳۹/۳۶	۲/۷۳	۰/۱۲	۰/۳۵	۰/۱۱
رابطه با خویشان همسر	۳۳/۶۸	۱	۳۳/۶۸	۴/۰۱	۰/۱۸	۰/۴۷	۰/۰۵
جداکردن امور مالی	۹۴/۱۶	۱	۹۴/۱۶	۸/۵۶	۰/۵۴	۰/۹۵	۰/۰۰۷

همان‌طور که در جدول ۱۰ ملاحظه می‌شود، بین گروه آزمایشی و گروه گواه از لحاظ همکاری ( $F=5/15$  و  $p=0/03$ )، روابط جنسی ( $F=5/76$  و  $p=0/02$ )، واکنش‌های هیجانی ( $F=4/60$  و  $p=0/04$ ) و رابطه فردی با خویشاوندان همسر خود ( $F=4/01$  و  $p=0/05$ )، جداکردن امور مالی از



یکدیگر ( $F=۸/۵۶$  و  $p=۰/۰۰۷$ ) تفاوت معناداری وجود دارد، اما از لحاظ جلب حمایت فرزندان ( $F=۲/۷۳$  و  $p=۰/۱۱$ ) تفاوت معناداری وجود ندارد.

### بحث و نتیجه گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش آموزه‌های دینی بر تعارضات زناشویی و ابعاد آن در زوج‌های ارجاعی به شعب شوراهای حل اختلاف اهواز بود. نتایج نشان داد بین نمره کل تعارضات زناشویی گروه آزمایشی و گروه گواه در پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد، به این معنا که آموزش آموزه‌های دینی موجب کاهش تعارضات زناشویی در زوج‌های گروه آزمایشی در مقایسه با گروه کنترل شده است و این اثر در مرحله پیگیری تداوم داشته است. نتایج حاصل با نتایج پژوهش‌های دانش (۱۳۸۹)، حمید و همکاران (۱۳۹۱)، نریمانی و همکاران (۱۳۹۴)، الیسون و همکاران (۲۰۱۰)، برایت‌وایت و همکاران (۲۰۱۵)، روئر و والینگ (۲۰۱۵)، فولر و همکاران (۲۰۱۵) و دیوید و استافورد (۲۰۱۵) همسو است. در تبیین فرضیه مذکور می‌توان گفت قراردادن باورهای مذهبی در طی مراحل درمان می‌تواند در بهبود روابط زن و شوهر مفید باشد. بدین صورت که هر گاه تعارض خانوادگی بر سر موضوعی شکل می‌گیرد، مذهب می‌تواند از طریق مفاهیم معنوی و ارزش‌های مذهبی مشترک، اختلاف نظر بین افراد را تعدیل کند (پترسون،<sup>۱</sup> های‌ورث،<sup>۲</sup> ترنر<sup>۳</sup> و راسکین،<sup>۴</sup> ۲۰۰۱). نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که آنچه درباره ارتباط همسران و حل تعارضات زناشویی در آیات قرآن کریم و احادیث ائمه علیهم‌السلام مطرح شده، برای ایجاد آرامش، اعتماد و اطمینان، محبت، احترام، توجه به نیازهای یکدیگر و برآورده کردن آنها، افزایش شناخت از خود و همسر، استفاده از کلمات و عبارات پسندیده، توجه به حالات و روابط غیرکلامی، اهمیت دادن به تعاملات عاطفی و روابط جنسی همسران، حل تعارض‌های عاطفی، ایمان، صبر، عفو و بخشایش و پرهیز از بدگمانی است. این آموزه‌ها همچنین برای حذف موانعی است که ارتباط زناشویی را خدشه‌دار می‌کند. در این پژوهش، آموزش‌های مبتنی بر آموزه‌های اسلامی و تعالیم اهل بیت علیهم‌السلام



1. Patterson, J.
2. Hayworth, M.
3. Turner, C.
4. Raskin, M.

با مطرح کردن مثال‌ها و نمونه‌های فراوان از منابع معتبر دینی و تمرین‌های مختلف در حیطه روابط همسران انجام شد.

یافته‌های تحقیق مؤید تفاوت معناداری بین گروه آزمایشی و گواه از نظر همکاری، روابط جنسی، واکنش‌های هیجانی، رابطه با خویشاوندان همسر و جداکردن امور مالی بین زوجها است. یعنی آموزش آموزه‌های دینی باعث افزایش همکاری، روابط جنسی، بهبود واکنش‌های هیجانی، رابطه با خویشاوندان همسر و جداکردن امور مالی شده است. نتایج این پژوهش با یافته‌های دانش (۱۳۸۹)، زاده‌وش و همکاران (۱۳۹۰)، روئر و والینگ (۲۰۱۵)، دیوید و استافورد (۲۰۱۵)، دیویسون و جانگری (۲۰۱۲)، حسینی زند و همکاران (۱۳۹۱)، فقیهی (۱۳۹۲)، یوسف‌زاده و همکاران (۱۳۹۲)، قاسمی و اعتمادی (۱۳۹۵) همسو است. از جمله دلایل همراهی نکردن و همکاری نکردن زوجها در زندگی مشترک وجود تعارضات حل نشده است که به صورت همراهی نکردن، کارشکنی و واکنش‌های خصومت‌آمیز بروز می‌کند. این عوامل سبب می‌شود زوجها همکاری مناسبی با یکدیگر نداشته باشند. آموزش آموزه‌های دینی با روشن کردن سطح انتظارات زوجها از همدیگر، توجه به تفاوت‌های فردی، زوجها را ترغیب کرده است تا در انتظارات نامعقول از یکدیگر و باورهای نادرست راجع به هم تجدیدنظر کنند تا وضعیت روحی همدیگر را بهتر درک کنند و زمینه برای همدلی و همکاری ایجاد شود. با استفاده از مفاهیم آموزه‌های دینی، زوجین با شناخت بهتر خود، همسر و مسائل مربوط به زندگی مشترک و با تکیه بر آموزه‌های دینی و روش ایمانی، از جمله رعایت اعتدال در زندگی، عفو و گذشت، دلبستگی به یکدیگر، سکوت بجای، احترام متقابل را در زندگی خود به کار می‌گیرند و در پاسخ به محرکات و موقعیت‌های مختلف در زندگی به شیوه‌ای مناسب پاسخ می‌دهند.

بیشتر گرفتاری‌های مربوط به روابط جنسی حول محور تعداد برقراری روابط جنسی، زمان ارضا و کیفیت آن دور می‌زند. برداشت زن از زن بودن و مرد از مردانگی با واکنش طرف مقابل ارتباط دارد. احساس صمیمیت، مقبول واقع شدن و لذت متقابل، تقویت‌کننده غریزه جنسی است و کاهش احساس عشق، صمیمیت و پذیرش، تضعیف‌کننده آن است (بک، ۱۳۸۰). درباره اثربخشی آموزه‌های دینی بر افزایش رابطه جنسی می‌توان این‌گونه تبیین کرد که اسلام ارضای میل جنسی را حق طبیعی هر زن و مردی می‌داند و خداوند در قرآن کریم نیز هدف از تشکیل زندگی زناشویی را



بر عشق و زوجیت بنا می‌کند که این خود دلیل روشنی بر وجود رابطه جنسی به عنوان رابطه‌ای دو جانبه و رضایت‌بخش است. نداشتن آگاهی و دانش کافی یا داشتن اطلاعات غلط می‌تواند موجب آسیب‌پذیری و فقدان صمیمیت در میان زوجین شود. ولی وقتی این اطلاعات به صورت درست و با توجه به مذهب و فرهنگ ایرانی آموزش داده می‌شود، باعث افزایش دانش جنسی درست می‌گردد و موجبات صمیمیت جنسی بیشتری را فراهم می‌کند.

با استفاده از مفاهیم آموزه‌های دینی، زوجین با مهارکردن خود، برخلاف امیال غیرمنطقی‌شان عمل می‌کنند، ارضای فوری نیازها و خواسته‌های خود را به تأخیر می‌اندازند و سطح تعارضات زناشویی کاهش می‌یابد. راهبردهای مطرح‌شده در روایات و متون دینی استفاده‌شده در این شیوه آموزشی، شامل سه حوزه می‌شود:

الف. هیجان؛ استفاده از شیوه‌های هیجانی و عاطفی مانند تهییج عاطفی و تحریک هیجانی افراد به ترك پرخاشگری؛ این کار از طریق نهی آنان از خشم و رفتارهای خشونت‌بار و توصیه به اموری که در جهت مخالف و ضدپرخاشگری است، مثل شکیبایی و فروخوردن خشم و گفت‌وگو دنبال می‌شود. این تهییج عاطفی غالباً از طریق کلامی صورت می‌گیرد. مثلاً اولیای دین می‌فرمایند: «هر که خشمی را فرو خورد، در حالی که می‌تواند آن را اعمال کند، خداوند روز قیامت دلش را از ایمنی و ایمان پر می‌کند» (کلینی، ۱۳۷۹، ج ۳، ص ۱۷۱).

ب. رفتار؛ مثل وضوگرفتن؛ در روایات آمده است هنگام غضب با آب سرد وضو بگیرد یا غسل کنید. زیرا غضب از آتش است و آتش را چیزی جز آب خاموش نمی‌کند (مجلسی، ۱۳۸۹، ج ۷، ص ۲۷۲)؛ تغییر مکان و حالت؛ امام باقر علیه السلام نیز فرمودند: «هر گاه شخصی خشمگین شد اگر ایستاده است، فوراً بنشیند تا پلیدی و وسوسه شیطان از او دور شود» (کلینی، ۱۳۷۹، ج ۲، ص ۳۰۲).

ج. شناخت؛ که در کاهش واکنش‌های هیجانی نقش دارد. در نظر گرفتن نفع دنیوی و اخروی مهار خشم و توجه به آثار فیزیولوژیک خشم، از جمله راهبردهای شناختی در دیدگاه دینی است. همچنین، مهار محرک‌ها، تغییر محیطی و وضعیت، الگو قراردادن زندگی و منش افراد صبور و شیوه رفتاری آنان، از جمله فنون رفتاری است که با این شیوه آموزشی، از بروز خشونت و سایر اعمال پرخاشگرانه جلوگیری می‌شود و به جای این اعمال، رفتارهای منطقی و معقول پیشنهاد می‌گردد.

در پژوهشی شهریاری (۱۳۹۰) نشان داد با افزایش تعارض، پیوندهای خانوادگی با دوستان و خانواده همسر کاهش می‌یابد، وجود آمایه‌های ذهنی و تجربیات قبلی افراد از روابطی مثل عروس

و مادرشوهر باعث می‌شود فرد در زندگی خود گوش‌به‌زنگ دخالت‌ها، طعنه‌ها و مقایسه خانواده همسر باشد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت در این رویکرد به افراد درباره شیوه‌های رفتار با خویشاوندان و اطرافیان و اصلاح نگرش‌ها و برداشت‌های فرد از کلام و رفتار اطرافیان، به خصوص خویشاوندان و دوستان همسر، آموزش‌های مفیدی داده می‌شود که در بهبود رابطه آنان با خانواده همسر سودمند است. ضمناً آموزش حل تعارض به زوجین از تشدید تعارض و به دنبال آن دخالت اطرافیان و شکل‌گیری خصومت جلوگیری می‌کند.

وجود تعارض و ناهماهنگی در زمینه‌های مالی از یک سو و احساس ایمنی اقتصادی از جانب همسر، زوجین متعارض را به سمت جداسازی مالی بدون اطلاع همسر پیش می‌برد. در تبیین این نتیجه باید گفت هر اندازه زوجین از نظر مالی از یکدیگر مستقل باشند، از نظر عاطفی هم از یکدیگر دور می‌شوند. در این رویکرد به زوجین آموزش داده می‌شود به جای تأکید بر مالکیت شخصی، شریک اموال یکدیگر باشند و در هنگام مدیریت مالی از منت گذاشتن دارایی و اموال خود بر همسر خویش دوری کنند، که با توجه به نتایج به‌دست‌آمده آموزش آموزه‌های دینی باعث شد زوجین از نظر مالی خود را از همسرانشان جدا ندانند.

نتایج نشان می‌دهد آموزش آموزه‌های دینی بر کاهش جلب حمایت فرزندان و کاهش رابطه فردی با خویشاوندان خود تأثیر ندارد. نتایج این پژوهش با یافته‌های لیندزی، کالدرا و تانکرسل (۲۰۰۹)، عسگری و صفرزاده (۱۳۹۳)، ثناگویی، جان‌بزرگی و مهدویان (۱۳۹۰)، قاسمی و اعتمادی (۱۳۹۵) همسو نیست. وابستگی عاطفی زن و شوهر به خانواده‌های خویش می‌تواند بر روابط زناشویی تأثیر بگذارد. اغلب توجه بیش از اندازه زن یا شوهر به پدر و مادر، اسباب تکدر خاطر دیگری را فراهم می‌کند (بک، ۱۳۸۰). در خصوص اثربخش نبودن مداخله مذکور باید چنین استنباط کرد که رابطه شخص با خانواده خود، ریشه در طول دوره رشد آزمودنی‌ها و تعصبات، و ارزش‌های فرهنگی دارد که در طول زمان به تدریج شکل گرفته و درونی شده، و تغییر آن مستلزم صرف زمان طولانی است و اثرگذاری بر آن در کوتاه‌مدت امکان‌پذیر نیست. هر گاه یکی از زوج‌ها به دلیل تنش شدید، ضعف یا نیاز به قدرت در وضعیت نامطلوبی قرار گیرد، با درگیرکردن نفر سوم که از او حمایت کند، تنش خود را کاهش می‌دهد. فرزند یا فرزندان خانواده، بیش از سایرین آماج این خواسته قرار می‌گیرند (پروچاسکا و نورکراس، ۱۳۸۷). فرزندان اغلب در تعارضات والدین خود گیر می‌افتند. کودکانی که برای بقای خود به والدین متکی هستند، برای حفظ خانواده فعالانه درگیر



تعارض می‌شوند (ثنایی، ۱۳۷۸). در تبیین اثربخش نبودن نتیجه به‌دست‌آمده از این بُعد از ابعاد تعارضات زناشویی می‌توان گفت احتمالاً کاهش جلب حمایت فرزندان بیش از اینکه مربوط به رابطه دونفری و قابل دست‌کاری زوجین باشد، به رابطه خارج از آنها ارتباط دارد و در نتیجه تغییر آن مستلزم دوره طولانی‌تر آموزش و حضور فرزندان در دوره آموزش است.

از محدودیت‌های پژوهش می‌توان گفت با توجه به گستردگی تعالیم اسلامی و به دلیل مشغولیت‌های زوج‌ها و کمبود امکانات، امکان طولانی‌تر کردن جلسات برای آموزش زوج‌ها وجود نداشت. این پژوهش بر روی زوجین شهر اهواز انجام شده است. بنابراین، در تعمیم نتایج آن به سایر جوامع باید احتیاط لازم صورت گیرد.

با توجه به مؤثر بودن آموزش آموزه‌های دینی در کاهش تعارضات زناشویی، مشاوران مراکز خدمات درمانی می‌توانند از این روش برای کاهش تعارضات استفاده کنند. پیشنهاد می‌شود محتوای این برنامه آموزشی به صورت کتابچه‌ای تدوین شود و در دفترخانه‌های ثبت ازدواج، در هنگام مراسم عقد به زوج‌ها هدیه داده شود.

#### منابع

- قرآن کریم (۱۳۸۳). ترجمه: حسین انصاریان، تهران: نشر اسوه.
- ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۳۶۳). تحف العقول، قم: جامعه مدرسین.
- افخمی، ایمانه؛ بهرامی، فاطمه؛ و فاتحی‌زاده، مریم (۱۳۸۶). «بررسی رابطه بین میزان بخشودگی و تعارضات زناشویی زوجین در استان یزد»، در: خانواده‌پژوهی، س ۳، ش ۹، ص ۴۳۱-۴۴۲.
- براتی، طاهره؛ و ثنایی، باقر (۱۳۸۳). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج، تهران: بعثت.
- بشکار، سلطان‌علی (۱۳۸۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های کنترل خشم بر کاهش تعارضات زناشویی در زوجین مراجعه‌کننده به شوراهای حل اختلاف شهر باغ‌ملک، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- بک، آرون‌تی (۱۳۸۰). عشق هرگز کافی نیست، ترجمه: مهدی قراچه‌داغی، تهران: پیکان.
- پاینده، ابوالقاسم (۱۳۸۲). نهج‌الفصاحه، بی‌جا: بدرقه جاویدان.
- پروچاسکا، جیمز؛ و نورکراس، جان سی. (۱۳۸۷). نظریه‌های روان‌درمانی، ترجمه: یحیی سیدمحمدی، تهران: نشر روان، چاپ اول.
- تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد (۱۳۶۶). غرر الحکم و درر الکلم، قم: دار الکتب الاسلامیه.



تهرانی، لیلا؛ فاتحی‌زاده، مریم؛ باغبان، ایران؛ و احمدی، سید احمد (۱۳۹۱). «اثربخشی آموزش امنیت هیجانی بر تعارضات زناشویی و بهزیستی ذهنی زنان متأهل»، در: زن و جامعه، س ۳، ش ۳، ص ۱۰۵-۱۲۴.

ثناگویی، محمد؛ جان‌بزرگی، مسعود؛ و مهدویان، علی‌رضا (۱۳۹۰). «رابطه پای‌بندی مذهبی با الگوهای ارتباطی زوجین»، در: روان‌شناسی و دین، س ۴، ش ۴، ص ۱۰۳-۱۲۰.

ثنایی‌ذاکر، باقر (۱۳۷۸). «نقش خانواده اصلی در ازدواج فرزندان»، در: تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، س ۱، ش ۲، ص ۱۶-۲۵.

حر عاملی، محمد بن حسن (۱۴۰۹). وسائل الشیعة، قم: موسسه آل‌البیت (ع).  
 حسینی زند، مهناز؛ شفیق‌آبادی، عبدالله؛ و سودانی، منصور (۱۳۹۱). «اثربخشی زوج‌درمانی بر اساس آموزه‌های اسلامی بر صمیمیت جنسی زوج‌های مراجعه‌کننده به کلینیک نیکان شهر تهران»، در: یافته‌های نو در روان‌شناسی، س ۸، ش ۲۵، ص ۲۷-۳۹.

حسینی سده، سید مجتبی؛ و فتحی‌آشتیانی، علی (۱۳۸۸). «بررسی نقش هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن در رضایتمندی زناشویی و مقایسه آن با متغیرهای جمعیت‌شناختی»، در: روان‌شناسی و دین، س ۲، ش ۲، ص ۲۷-۴۹.

حسینی، داوود (۱۳۹۱). روابط سالم در خانواده، تهیه: مرکز پژوهش‌های صدا و سیما، قم: مؤسسه بوستان کتاب. حمید، نجمه؛ کوچکی، رحیم؛ حیات‌بخش ملایری، لیدا (۱۳۹۱). «اثربخشی روان‌درمانی شناختی-رفتاری مذهب‌محور توأم با بازآموزی بخشودگی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت از زندگی در زوجین»، در: روان‌شناسی و دین، س ۵، ش ۲، ص ۵-۳۴.

حیرت، عاطفه (۱۳۸۸). اثربخشی زوج‌درمانی اسلام‌محور بر سازگاری، سلامت روانی و خوش‌بینی زوجین شهر اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه اصفهان. دانش، عصمت (۱۳۸۹). «افزایش سازگاری زناشویی زوج‌های ناسازگار با مشاوره از چشم‌انداز اسلامی»، در: مطالعات روان‌شناختی، س ۲، ش ۶، ص ۱۶۷-۱۸۶.

رحمان مهدی‌نژاد قوشچی، مهناز؛ اسماعیلی، معصومه؛ و شفیق‌آبادی، عبدالله (۱۳۹۵). «اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر عوامل مشترک با محتوای آموزه‌های اسلامی بر گفتمانی مؤثر زوجین»، در: علوم رفتاری، ش ۳۰، ص ۱۳۷-۱۶۲.

رضایی، جواد؛ احمدی، سید احمد؛ اعتمادی، عذرا؛ رضایی حسین‌آبادی، مریم (۱۳۹۱). «تأثیر آموزش زوج‌درمانی اسلام‌محور بر تعهد زناشویی»، در: روان‌شناسی و دین، س ۵، ش ۱، ص ۳۷-۶۰.

- زاده‌وش، سمیه؛ نشاط‌دوست، حمید‌طاهر؛ کلاتری، مهرداد؛ رسول‌زاده طباطبایی، کاظم (۱۳۹۰). «مقایسه اثربخشی گروه‌درمانی شناختی رفتاری همراه با توصیه‌های مذهبی و گروه‌درمانی شناختی رفتاری کلاسیک بر کیفیت ارتباط زناشویی بانوان»، در: خانواده‌پژوهی، س ۷، ش ۲۵، ص ۵۵-۶۸.
- سالاری‌فر، محمدرضا؛ یونسی، سید جلال؛ شریفی‌نیا، محمدحسین؛ و غروی، سید محمد (۱۳۹۲). «مبانی و ساختار زوج‌درمانی اسلامی». در: مطالعات اسلام و روان‌شناسی، س ۷، ش ۱۲، ص ۳۷-۶۸.
- شریف رضی (۱۳۸۲). نهج‌البلاغه، ترجمه: محمد دشتی. قم: مؤسسه فرهنگی تحقیقاتی امیرالمؤمنین.
- شهریاری، یونس (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش خانواده‌درمانی ساختی به شیوه گروهی بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین ارجاعی به شعب شورای حل اختلاف شهرستان باغ‌ملک، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات خوزستان.
- صدوق، محمد بن علی (۱۴۱۶). من لایحضره الفقیه، تهران: دار الکتب الاسلامیه.
- طبرسی، حسن بن فضل (۱۳۶۵). مکارم الاخلاق، ترجمه: ابراهیم میرباقری، بی‌جا: فراهانی.
- طیبی، هاجر (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی درمان جامع‌نگر دینی بر اضطراب و افسردگی دانشجویان دختر با رویکردی آمیخته، پایان‌نامه دکتری روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز.
- عسگری، پرویز؛ و صفرزاده، سحر (۱۳۹۳). «رابطه تنظیم هیجانی و اعتقادات مذهبی با راهبردهای حل تعارض با والدین در دانشجویان»، در: روان‌شناسی و دین، س ۷، ش ۱، ص ۸۱-۹۵.
- عک، خالد بن عبدالرحمان (۱۳۷۵). آداب الحیاه الزوجیه فی ضوء الكتاب والسنة، بیروت: دار المعرفه.
- فتوحی بناب، سکینه، حسینی‌نسب، سید داوود؛ و هاشمی نصرت‌آباد، تورج (۱۳۹۰). «اثربخشی زوج‌درمانگری شناختی رفتاری اسلامی و تحلیل رفتار متقابل بر خودشناسی زوج‌های ناسازگار»، مطالعات روان‌شناختی، س ۷، ش ۲، ص ۳۷-۵۸.
- فخرایی، سیروس؛ و منصوریان، محمدکریم (۱۳۸۶). «تحلیل جامعه‌شناختی تعارضات همسران در خانواده‌های شیراز». در: تحقیقات زنان، س ۲، ش ۱، ص ۷۵-۱۱۳.
- فقیهی، علی‌نقی (۱۳۹۲). «نگاه تربیتی به روابط عاطفی زوجین در آموزه‌های دینی»، در: تربیت اسلامی، س ۸، ش ۱۷، ص ۷۵-۱۰۱.
- قاسمی، سیمین؛ و اعتمادی، عدرا (۱۳۹۵). «رابطه بین پای‌بندی مذهبی و بخشش با کیفیت روابط زوجین و خانواده همسر در زنان». در: روان‌شناسی و دین، س ۹، ش ۳۴، ص ۹۷-۱۱۰.

- قائمی امیری، علی (۱۳۷۳). نظام حیات خانواده در اسلام، تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، چاپ پنجم.
- قشیری نیشابوری، مسلم بن حجاج (بی تا). صحیح مسلم، بیروت: دار الفکر.
- قمی، عباس (۱۳۸۳). سفینه البحار و مدینه الحکم والآثار، قم: انتشارات اسوه.
- کاظمیان، سمیه؛ شریعتی، سید صدرالدین؛ اسماعیلی، معصومه؛ و فرح‌بخش، کیومرث (۱۳۹۲). «طراحی الگوی آموزش حل تعارض خانواده بر مبنای دیدگاه انسان‌شناسانه آیت‌الله جوادی آملی»، در: فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، دوره ۴، ش ۱۳، ص ۱۱-۳۴.
- کراجکی، محمد بن علی (۱۳۶۸). کنز الفوائد قم: دار الذخائر.
- کلینی، محمد بن یعقوب (۱۳۷۹). الفروع من الکافی، تصحیح: علی‌اکبر غفاری، تهران: دار الکتب الاسلامیه، چاپ‌خانه حیدری.
- مجلسی، محمدباقر (۱۳۸۹). بحار الانوار، تهران: دار الکتب الاسلامیه، چاپ چهارم.
- مصطفوی، سید جواد (۱۳۸۵). بهشت خانواده: هماهنگی عقل و فطرت با کتاب و سنت در مسائل زوجیت، مشهد: هاتف، چاپ هفدهم، ج ۱.
- نجفی یزدی، محمد (۱۳۸۵). اخلاق در خانواده و تربیت فرزند، قم: شکوری.
- نریمانی، محمد؛ پرزور، پرویز؛ عطادخت، اکبر؛ و عباسی، مسلم (۱۳۹۴). «نقش بهزیستی معنوی و پای‌بندی مذهبی در پیش‌بینی رضامندی زناشویی پرستاران»، در: مجله بالینی پرستاری و مامایی، س ۴، ش ۲، ص ۱-۱۰.
- نظری، علی محمد (۱۳۸۸). مبانی زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی، تهران: انتشارات اولیا و مربیان.
- نوری طبرسی، حسین بن محمد تقی (۱۳۶۶). مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، بیروت: مؤسسه آل‌البتیت لاحیاء التراث.
- یوسف‌زاده، صدیقه؛ نامنی، فاطمه؛ گل‌مکانی، ناهید؛ نجف‌نجفی، مونا؛ ابراهیمی، مهدی؛ و مدرس‌غروی، مرتضی (۱۳۹۲). «بررسی تأثیر آموزش‌های جنسی مبتنی بر آموزه‌های دینی بر سازگاری زناشویی زنان متأهل»، در: مجله زنان، ماملی و نازایی، س ۱۶، ش ۸۴، ص ۱۰-۱۹.
- Amato, P. R.; Hohmann-Marriot, B. (2007). "A Comparison of High and Low Distress Marriages That End in Divorce", in: *Journal of Marriage and Family*, 62: 621-638.
- Bookwala, J.; Sobin, J.; Zdaniuk, B. (2005). "Gender and Aggression in Marital Relationships: A Life-span Perspective", *Sex Roles*, 52: 797-596.
- Braithwaite, S. R.; Coulson, G. L.; Spjut, K.; Dickerson, W.; Beck, A. R.; Dougal, K.; Debenham, C.; & Jones, D. (2015). "The Influence of Religion on the Partner Selection



- Strategies of Emerging Adults", in: *Journal of Family Issues*, 36 (2): 212-231.
- David, P.; Stafford, L. (2015). "A Relational Approach to Religion and Spirituality in Marriage: The Role of Couple's Religious Communication in Marital Satisfaction", in: *Journal of Family Issues*, 36 (2): 232-249.
- Davison, S. N.; & Johngr, G. S. (2012). "The Relationship between Spirituality, Psychological Adjustment to Illness, and Health-related Quality of Life in Patients with Advanced Chronic Kidney Disease", in: *Journal of Pain and Symptom Management*, 45 (2): 170-8.
- Elison, C. G.; Burdette, A. M.; & Wilcox, W. B. (2010). "The Couple That Prays Together: Race and Ethnicity, Religion, and Relationship Quality among Working-age Adults", in: *Journal of Marriage and Family*, 72: 963-975.
- Fincham, F. (2003). "Marital Conflict: Correlates, Structure and Content", in: *American Psychological Society*, 12 (10): 23-27.
- Fuller, J. N.; Frost, A. M. H.; & Burr, B. K. (2015). "Exploring the Impact of Religiosity and Socioeconomic Factors on Perceived Ideal Timing of Marriage in Young Adults", in: *Journal of Student Research*, 4 (1): 120-129.
- Lindsey, E. W.; Caldera, Y. M.; & Tankersley, L. (2009). "The Long term Effect of Parental Divorce: Marital Role Expressions", in: *Journal of Divorce and Remarriage*, 14: 91-105.
- Mahoney, A.; Cano, A. (2014). "Introduction to the Special Section on Religion and Spirituality in Family Life: Pathways between Relational Spirituality, Family Relationships and Personal Well-being", in: *Journal of Family Psychology*, 28 (6): 735-73.
- Miller, R. B.; Hollist, C. S.; Olsen, J.; & Law, D. (2013). "Marital Quality and Health over Years: A Growth Curve Analysis", in: *Journal of Marriage and Family*, 75 (3): 667-680.
- Patterson, J.; Hayworth, M.; Turner, C.; & Raskin, M. (2001). "Spiritual Issues in Family Therapy: A Graduate-level Course", in: *Journal of Marital and Family Therapy*, 26: 199-210.
- Rauer, A., & Volling, B. (2015). "The Role of Relational Spirituality in Happily-married Couples' Observed Problem-solving", in: *Journal of Psychology of Religion and Spirituality*, 7 (3): 239-249.
- Yong, M. E.; & Long, L. L. (1998). *Counseling and Therapy for Couples*, New York: Brooks/Cool Publisher Company.

