

فهرست مطالب

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
6	یافته‌های پژوهشگران: مطالعه نقش مداخله گرایانه رضایت جنسی در تاثیرگذاری عشق ورزی بر رضایت زناشویی	2	نکات مهمی که در دوران نامزدی باید بدانید
7	معرفی کتاب: موفقیت یا شکست در ازدواج (چگونه ازدواجی پایدار داشته باشیم)	4	گزارش پایان نامه: طراحی، ساخت و بررسی اثربخشی الگوی ترکیبی درمان شناختی رفتاری با کمک رایانه و مبتنی بر خانواده در درمان اختلال وسواس- اجبار کودکان



نکات مهمی که در دوران نامزدی باید بدانید

مجتبی حبیبی روانشناس و مشاور در گفت‌وگو با خبرنگار حوزه ازدواج و خانواده گروه اجتماعی باشگاه خبرنگاران جوان، درباره دوران آشنایی پیش از ازدواج اظهار کرد: دوران نامزدی بر خلاف تصور، دوران خوش گذرانی نیست، بلکه دوره دشوار آشنایی برای کسب اطلاعات در یک زندگی چند ساله است.

حبیبی بیان کرد: در این دوران باید به نکاتی توجه داشته باشید که شاید کمتر کسی درباره آنها با شما صحبت کرده باشد. این نکات آنقدر مهم هستند که بی توجهی به آنها می تواند زندگی شما را با بحران مواجه کند.

او درباره اولین نکته ای که باید به آن توجه کنند، تصریح کرد: به حس های خود در رابطه توجه کنید، خشمگین شدن، نداشتن تمایل به یکدیگر و بگومگو، علایم هشداردهنده ای هستند، شاید عده ای تصور کنند این حالت ها در یک رابطه طبیعی است و هر دو طرف به مرور به هم عادت می کنند و وضعیت بهبود می یابد اما اینگونه نبوده و این مساله می تواند زمینه آسیب پس از ازدواج محسوب شود.

این روانشناس ادامه داد: صفات قابل تحمل و غیرقابل تحمل همدیگر را بشناسید و خطوط قرمز غیرقابل چانه زنی و غیرقابل مذاکره، خواسته هایی هستند که باید به اطلاع طرف مقابل برسد تا بدانند در صورتی که از این خطوط قرمز عبور کند، زندگی به پایان خواهد رسید مثلاً اعتیاد و رابطه خارج از زندگی زناشویی از این دست خطوط قرمز است.

این روانشناس با اشاره به اینکه آزارهای روانی را تحمل نکنید، گفت: اگر نامزدتان شما را آنگونه که هستید قبول ندارد و قصد دارد در رفتار شما تغییری ایجاد کند یا برایتان احترام قائل نیست، تردید نکنید بعد از ازدواج و ورود به زندگی زناشویی رفتار شما به هیچ وجه عوض نخواهد شد و مدام در پی بهانه گیری و تغییر دادن شما خواهد.

حیبی با بیان اینکه همه معیارها را بررسی کنید، ادامه داد: بعضی خانواده‌های مذهبی فکر می‌کنند اگر هر دو خانواده به مذهب معتقد باشند، نیازی به بررسی دیگر نکته‌های مهم زندگی نیست، اما سایر عوامل اثرگذار در ازدواج (مثل اشتغال و استقلال فکری) هم باید بررسی شوند.

او اضافه کرد: اگر کسی ادعا کند به دین معتقد است، این لزوماً به معنای عمل کردن او به دستورات دین نیست و چه‌بسا تلقی او از دینداری با تلقی شما کاملاً متفاوت باشد.

این روانشناس با بیان اینکه اولویت‌ها را مشخص کنید، افزود: در دوره نامزدی بررسی کنید اولویت نامزد شما کیست؟ شما در اولویت هستید یا پدر و مادرش و چقدر تحت کنترل آنهاست. آیا آنقدر بلوغ فکری و عاطفی پیدا کرده که از والدین خود جدا شود؟ این مشکل یکی از شایع‌ترین علت‌های جدایی و طلاق در ایران است.

حیبی ادامه داد: وابستگی جوان‌ها به خانواده‌ها مشکلات عدیده‌ای در زندگی زناشویی به وجود می‌آورد و استقلال زندگی مشترک را از بین می‌برد.

منبع: باشگاه خبرنگاران جوان

<https://www.yjc.ir>

گزارش پایان نامه: طراحی، ساخت و بررسی اثربخشی الگوی ترکیبی درمان شناختی رفتاری با کمک رایانه و مبتنی بر خانواده در درمان اختلال وسواس - اجبار کودکان

گزارش پایان نامه: دانشگاه فردوسی مشهد، مقطع دکتری، 1398

پدیدآور: دکتر مریم دلاوری

استاد راهنما: دکتر علی مشهدی، اساتید مشاور: دکتر علی کیمیایی و دکتر مژگان خادمی

چکیده: هدف از پژوهش حاضر طراحی، ساخت و بررسی اثربخشی الگوی ترکیبی درمان شناختی رفتاری با کمک رایانه و مبتنی بر خانواده در درمان اختلال وسواس - اجبار کودکان می باشد. این پژوهش در قالب چهار مطالعه انجام شد. در مطالعه اول اثربخشی یک راهنمای عملی درمان شناختی رفتاری اختلال وسواس دوران کودکی به عنوان راهنمای پایه مورد ارزیابی قرار گرفت. با استفاده از مقیاس اختلال وسواس یل بران 20 کودک مبتلا به اختلال وسواس 8 تا 12 ساله به عنوان نمونه انتخاب شدند و به تصادف در دو گروه آزمایش (10 نفر) و کنترل (10 نفر) قرار گرفتند. سپس مقیاس انطباق خانواده و مقیاس اثر وسواس بر کودک اجرا شد. سپس، کودکان و خانواده های آنها در گروه آزمایش تحت درمان 12 جلسه ای با راهنمای عملی شناختی رفتاری متمرکز بر آموزش خانواده قرار گرفتند. همه مقیاس ها در پس آزمون برای هر دو گروه اجرا شد. نتایج تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر نشان داد که پس از این مداخله انطباق خانواده، شدت وسواس و اختلال در عملکرد کودکان گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل کاهش معنادار داشت. در مطالعه دوم با توجه به چالش های اجرای راهنمای عملی پایه، چالش های درمان های سنتی و نقایص برنامه های رایانه ای موجود قبلی و بر اساس مولفه های راهنمای عملی پایه و مولفه های چند رسانه ای سناریوی برنامه در دو بخش کودک و خانواده نوشته شد و بعد از آن ساخت برنامه آغاز شد. در مطالعه سوم نسخه پیش الگوی برنامه رایانه ای که شامل دو بخش از قسمت کودک و یک بخش از قسمت خانواده بود به نظر سنجی گذاشته شد.

بدین منظور از 11 کودک 8 تا 12 ساله و والدین آنها خواسته شد که بعد از تماشای نسخه پیش‌الگو به سوالات پرسشنامه محقق ساخته ارزیابی نگرش و قابلیت اجرایی پاسخ دهند. نتایج نشان‌دهنده رضایت شرکت‌کنندگان از برنامه و شخصیت‌ها بود. در نهایت نسخه نهایی برنامه بعد از تغییرات اعمال شده با عنوان برنامه قهرمانان جزیره تهیه گردید. در مطالعه چهارم اثربخشی برنامه رایانه‌ای قهرمانان جزیره در درمان اختلال وسواس در یک طرح مورد منفرد با سه شرکت‌کننده مورد ارزیابی قرار گرفت. با استفاده از مقیاس اختلال وسواس یل‌بران 3 کودک مبتلا به اختلال وسواس 8 تا 12 ساله به عنوان نمونه انتخاب شدند. سپس مقیاس انطباق خانواده و مقیاس اثر وسواس بر کودک اجرا شد. بعد از آن لوح فشرده برنامه به آنها داده شد. شرکت‌کنندگان باید پنج مرحله ابتدایی برنامه را در منزل تکمیل می‌کردند و تمرین‌های مواجهه را با حضور روانشناس انجام می‌دادند. مقیاس‌های اختلال وسواس یل‌بران، انطباق خانواده و اثر وسواس بر کودک بعد از اتمام پنج مرحله از درمان، بعد از اتمام درمان و یک ماه بعد از درمان در پیگیری اجرا شدند. همچنین کودک و خانواده بعد از اتمام برنامه به پرسشنامه ارزیابی رضایت و موانع برنامه رایانه‌ای نیز پاسخ دادند. نتایج حاصل از تحلیل نگاره‌ای سه شرکت‌کننده این مطالعه نشان داد که شدت نشانه‌های اختلال وسواس، انطباق خانواده با نشانه‌های وسواس و اختلال در عملکرد کودک پس از جلسات درمان به تدریج کم شده و نشان‌دهنده‌ی تاثیر قابل ملاحظه درمان بر کاهش نمرات مقیاس‌های فوق می‌باشد و در مرحله پیگیری نیز این کاهش باقی مانده است. نتایج حاصل از ارزیابی قابلیت اجرایی نسخه کامل نشان داد که والدین و کودکان رضایت بالایی از ظاهر کلی برنامه داشتند و آن را یک روش جذاب و آسان برای یادگیری می‌دانستند. بنابراین برنامه رایانه‌ای قهرمانان جزیره می‌تواند یک برنامه مقرون به صرفه و اثربخش در درمان کودکان مبتلا به اختلال وسواس باشد.

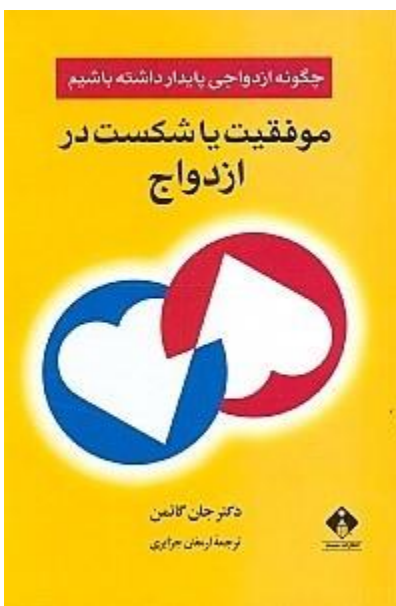
یافته‌های پژوهشگران: مطالعه نقش مداخله گرایانه رضایت جنسی در تاثیرگذاری عشق ورزی بر رضایت زناشویی

نویسندگان: حسین بنی فاطمه، محمد عباس زاده، زهرا رحیمی

منبع: فصلنامه توسعه اجتماعی، 1398، 13(3)، 1-28.

چکیده: رضایت مندی زناشویی می تواند به عنوان یکی از متغیرهای کلیدی در کیفیت زندگی زوجین تاثیرگذار بوده و سبب بهبود روابط بین فردی و پذیرش مسئولیت های اجتماعی از سوی افراد در محیط های کاری شان باشد. بر این اساس هدف کلی این پژوهش مطالعه ی نقش مداخله گرایانه رضایت جنسی در تاثیرگذاری عشق ورزی بر رضایت زناشویی است. روش تحقیق از نوع پیمایشی بوده و ابزار جمع آوری داده ها پرسشنامه های استاندارد است. جامعه ی آماری مورد مطالعه شامل کلیه ی کارکنان متاهل دانشگاه تبریز به تعداد ۸۲۱ نفر است که از این تعداد ۲۶۱ نفر با استفاده از فرمول کوکران و به روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای متناسب انتخاب شده است. بر اساس نتایج به دست آمده از تحقیق حاضر، رضایت جنسی و عشق ورزی دارای رابطه ی مثبت و معنی داری با رضایت زناشویی هستند؛ همچنین متغیر عشق ورزی از طریق تاثیرگذاری مثبت بر متغیر رضایت جنسی موجب افزایش رضایت زناشویی می شود. نتیجه آنکه با توجه به یافته ها، عشق ورزی و رضایت جنسی و آگاهی زوجین در این موارد می تواند باعث افزایش رضایت زناشویی در همه ی ابعاد و به تبع آن استوارتر شدن بنیان خانواده در جامعه گردد.

معرفی کتاب: موفقیت یا شکست در ازدواج



نویسنده: جان گاتمن مترجم: ارمان جزایری

انتشارات: خجسته

سال چاپ: 1387 تعداد صفحه: 336

توضیح: اگر همسرتان را دوست دارید و فکر می‌کنید که ازدواجتان از مسیر درست خارج شده است؛ این کتاب برای شماست. دکتر جان گاتمن، استاد گروه روانشناسی دانشگاه واشینگتن در سیاتل آمریکا است. او با بیش از بیست سال مطالعه بر روی زندگی و روابط زناشویی 2000 زوج، نکات علمی و روش‌هایی را به شما می‌آموزد که با به‌کار بردن آن‌ها، بتوانید به به بهترین صورت با همسرتان به زندگی مشترک خود، ادامه دهید. هم‌چنین، به شما می‌گوید که چگونه رفتارهایی را که موجب زوال زندگی زناشویی‌تان می‌شود، از آن‌ها دوری کنید.