

فهرست مطالب

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
۶	یافته‌های پژوهشگران: ارائه الگوی مفهومی شناسایی ادراک عشق ورزی در دانشجویان مجرد	۲	یادداشت: عوامل تأثیرگذار بر عزت نفس کودکان
۷	معرفی کتاب: غلبه بر خشم در روابط زناشویی	۴	گزارش پایان نامه: کشف فرایند طلاق در ایران و تدوین مدل مشاوره طلاق



یادداشت: عوامل تأثیرگذار بر عزت نفس کودکان

عزت نفس به معنای پذیرش و دوست داشتن خود با در نظر گرفتن نقاط قوت و ضعف خود است. کودکان تا دوران پیش دبستانی عزت نفس بالایی دارند اما هنگامی که وارد مدرسه می شوند و در مورد عملکرد خود در مقایسه با همسالان بازخورد بیشتری دریافت می کنند، عزت نفسشان متمایز می شود و به سطح واقع بینانه تری می رسد. معمولاً این کاهش آن قدر زیاد نیست که برای کودکان زیان بار باشد، زیرا اغلب آن ها می توانند همچنان خصوصیات و توانمندی های خود را به صورت واقع بینانه ارزیابی کنند و برای خود احترام قائل باشند. عواملی که در ادامه توضیح داده خواهد شد می تواند عزت نفس را در کودکان کاهش یا افزایش دهد.

۱. فرهنگ: فرهنگ هایی که تأکید زیادی بر مقایسه اجتماعی دارند باعث می شوند کودکانشان نمره کمتری در عزت نفس بگیرند. این فرهنگ ها در عین حال که فشار رقابتی زیادی برای پیشرفت وارد می کنند ارزش زیادی برای هماهنگی اجتماعی قائل می شوند که کودکان را به این سمت سوق می دهد که از قضاوت مثبت درباره ی خود، خودداری کرده اما دیگران را سخاوتمندانه تحسین کنند. از سوی دیگر ارتباطات سالم و معنادار کودکان باعث ایجاد نوعی حس تعلق در آن ها نسبت به فرد یا گروه می شود که این حس تعلق به آن ها احساس ارزشمندی و عزت نفس می دهد. فرهنگ و والدین اگر به کودکان کمک کنند به جای ارتباطات رقابتی، ارتباطات سالم برقرار کنند، می توانند از آن عشق و توجه به دیگران و سپری کردن زمان لذت بخش را دریافت کنند که در نتیجه تمرکز منفی کودک بر قضاوت های سخت گیرانه و منتقدانه نسبت به خودش از بین می رود و باعث می شود نسبت به خود و اطرافیان دید واقع بینانه تری پیدا کند.

۲. روش‌های فرزندپروری: والدینی که روش فرزندپروری مقتدرانه دارند، فرزندانی پرورش می‌دهند که در مورد خود احساس خیلی خوبی دارند. تربیت محبت‌آمیز و مثبت و تشویق شایستگی‌ها به کودکان این امکان را می‌دهد تا بدانند به عنوان فردی ارزشمند و شایسته مورد قبول هستند. والدین کنترل کننده احساس بی‌کفایتی را به کودکان انتقال می‌دهند که با عزت نفس پایین ارتباط دارد. در مقابل والدین سهل گیر باعث می‌شوند فرزندانشان عزت نفسی داشته باشند که به طرز نامعقول بالاست. این کودکان مشکل سازگاری ازجمله پرخاشگری دارند.

۳. انتساب‌های مرتبط با پیشرفت: انتساب‌ها توجیهات رایج و روزمره‌ی ما برای علت رفتارها هستند. انتساب عملکرد خود به شانس یا تلاش، انتساب‌های رایج ما هستند. رشد شناختی به کودکان پیش‌دبستانی امکان می‌دهد تمام این متغیرها را در توجیه عملکرد از یکدیگر مجزا کنند. کودکانی که عزت نفس بالا دارند، انتساب‌های تسلط گرا می‌کنند. یعنی موفقیت‌ها را به تلاش خود نسبت می‌دهند و درعین حال شکست را به عواملی نسبت می‌دهند که می‌توانند تغییر کنند یا کنترل شوند، مثل تلاش ناکافی یا تکلیف دشوار. در مقابل کودکانی هستند که دچار درماندگی آموخته شده هستند و شکست‌های خود و نه موفقیت خویش را به توانایی نسبت می‌دهند. وقتی آن‌ها موفق می‌شوند نتیجه می‌گیرند عوامل بیرونی مانند شانس مؤثر هستند.

منبع

روانشناسی رشد، جلد اول، نوشته برک، ترجمه سیدمحمدی، انتشارات ارسباران.

گزارش پایان نامه:

کشف فرایند طلاق در ایران و تدوین مدل مشاوره طلاق

پدیدآور: سمیه جابری، استاد راهنما: عذرا اعتمادی، استاد مشاور: مریم فاتحی‌زاده، استاد مشاور: علی ربانی خوراسگانی

پایان نامه دکتری دانشگاه اصفهان، ۱۳۹۹

چکیده:

پژوهش حاضر به منظور کشف فرایند طلاق در ایران و تدوین مدل مشاوره‌ی طلاق انجام شده است. طرح این پژوهش، از نوع ترکیبی - اکتشافی و شامل سه بخش کیفی، ترکیبی و کمی بوده است که طی پنج مرحله اجرا شد. در بخش کیفی که بر اساس روش نظریه‌ی زمینه‌ای انجام گرفت، جمعیت پژوهش شامل زوجین در آستانه‌ی طلاق و مشاوران خانواده و طلاق بود که از میان آنان، بر اساس روش نمونه‌گیری هدفمند و نظری 17 زوج در آستانه‌ی طلاق که در رابطه‌ی آنان، زن آغازگر طلاق بود، 16 زوج در آستانه‌ی طلاق که در رابطه‌ی آنان، مرد آغازگر طلاق بود و 15 مشاور خانواده و طلاق انتخاب شدند. گردآوری داده‌های بخش کیفی از طریق مصاحبه‌های عمیق نیمه ساختاریافته با زوجین در آستانه‌ی طلاق و مشاوران خانواده و طلاق انجام گردید. پس از تحلیل داده‌ها، بر اساس رویکرد سه مرحله‌ای گلیزر، مدل فرایند طلاق حاصل شد. این مدل‌ها برای زوجین در آستانه‌ی طلاق که در رابطه‌ی آنان، زن آغازگر طلاق بود، در 5 مرحله‌ی آغاز غیر رمانتیک، ظهور فکر طلاق، تردید، تصمیم‌گیری سخت و اقدام قانونی حاصل شد. همچنین فرایند طلاق برای زوجین در آستانه‌ی طلاق که در رابطه‌ی آنان، مرد آغازگر طلاق بود، در سه مرحله‌ی کنار آمدن، مقابله کردن و رها کردن ظهور یافت. داده‌های حاصل از مصاحبه با مشاوران خانواده و طلاق نیز مراحل چهارگانه‌ی پیش از تعارض، تعارض پنهان، تعارض آشکار و پایان دادن به تعارض را برای فرایند طلاق نشان داد. سپس در بخش ترکیبی، با یکپارچه کردن مدل‌های بدست آمده برای فرایند طلاق از نظر زوجین در آستانه‌ی طلاق و مشاوران خانواده و طلاق، به جایابی

مفاهیم و مقوله‌های مهم به تدوین مدل مشاوره‌ی طلاق و ساخت پرسشنامه‌ی سنجش امکان سازش یافتگی زناشویی اقدام شد. در بخش کمی پژوهش نیز به منظور سنجش امکان سازش یافتگی زوجین، دو پرسشنامه برای زنان و مردان با ۶۰ و ۴۵ گویه طراحی شد. برای بررسی روایی پرسشنامه‌های مذکور از نظر متخصصان برای بررسی روایی محتوایی و از پرسشنامه‌های وضعیت زناشویی گلوببرک-راست و گرایش به طلاق برای بررسی روایی همگرا و واگرا استفاده شد. برای بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه‌های محقق ساخته، جامعه‌ی آماری، زنان و مردان متأهلی که در یکی از مراحل طلاق بودند، در نظر گرفته شد که از میان آنان ۲۶۲ نفر زن و ۲۰۲ نفر مرد مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ی شهر اصفهان، به روش هدفمند انتخاب شدند. برای بررسی ساختار عاملی پرسشنامه‌ها، تحلیل عاملی تأییدی انجام شد. همچنین به منظور سنجش پایایی پرسشنامه‌های مذکور نیز از روش آلفای کرونباخ و روش بازآزمایی استفاده شد. با توجه به یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر که به کشف مراحل و مقوله‌های مهم در فرایند طلاق زوجین انجامید، می‌توان در بعد پیشگیری از طلاق، به شناسایی مقوله‌های آسیب‌زا در هر مرحله از رابطه‌ی زوجین متعارض پرداخت و از رسیدن زوجین به مراحل آخر فرایند طلاق جلوگیری به عمل آورد. همچنین در بعد درمان، برای زوجین در هر مرحله از فرایند طلاق، بر اساس تشخیص مرحله و مقوله‌های مهم فرایند طلاق بر اساس مدل مشاوره‌ی طلاق ارائه‌شده در این پژوهش، مداخلات درمانی لازم انجام گیرد. همچنین با استفاده از پرسشنامه‌ی سنجش امکان سازش یافتگی زناشویی که در این پژوهش ساخته و اعتباریابی شد، می‌توان در بعد تصمیم‌گیری به متخصصان و زوجین در ایجاد سازش یا یک طلاق کارشناسی شده کمک کرد.

یافته‌های پژوهشگران:

ارائه الگوی مفهومی شناسایی ادراک عشق ورزی در دانشجویان مجرد

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زناشویی مبتنی بر مدل گاتمن بر الگوهای ارتباطی زنان انجام گرفت. پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی و به شیوه پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه می‌باشد. نمونه پژوهش حاضر را ۱۵ زن واجد شرایط از زنان شهرستان شهریار در سال ۱۳۹۷ تشکیل می‌دادند که به شیوه داوطلبانه انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. در مرحله پیش‌آزمون، دو گروه به وسیله پرسشنامه الگوهای ارتباطی کریستنسن و سالاولی (۱۹۸۴) مورد ارزیابی قرار گرفتند. سپس مهارت‌های ارتباطی مبتنی بر مدل گاتمن در ۱۰ جلسه، ۹۰ دقیقه‌ای برای گروه آزمایش اجرا گردید، اما گروه گواه مداخله‌ای دریافت نکرد. پس از پایان جلسات آموزشی از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی و تحلیل کوواریانس استفاده گردید. تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که بین زنان دو گروه آزمایش و گواه از لحاظ سبک الگوهای ارتباطی تفاوت معناداری وجود دارد و آموزش مهارت‌های زناشویی مبتنی بر مدل گاتمن باعث بهبود الگوهای ارتباطی و مؤلفه‌های آن‌ها در زنان گروه آزمایش شده است. آموزش مهارت‌های زناشویی مبتنی بر مدل گاتمن باعث بهبود الگوهای ارتباطی زنان می‌گردد. می‌توان از این شیوه آموزشی در جهت بهبود مهارت‌هایی ارتباطی در بین زوجها استفاده کرد.

منبع: کریمی، اصغر؛ احمدی، صدیقه؛ و زهراکار، کیانوش (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های زناشویی به روش گاتمن بر الگوهای ارتباطی زنان. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۱۱(۴۴)، ۲۷۸-۲۵۳.



تألیف: و. رابرت نی

ترجمه: آزیتا زمانی

تعداد صفحه: ۳۰۴

انتشارات: ارجمند

توضیح: اگر رابطه زناشویی تان به میدان نبرد بدل شده است، اگر مدام از خود می پرسید چطور حس صمیمیت و اعتماد جای خود را به این همه خصومت و خشونت داد، اگر خشم همسرتان دارد رابطه را مسموم می کند، این کتاب را بخوانید. دکتر رابرت نی، متخصص خشم، تکنیک های شسته و رفته ای را برای پاسخ مؤثر به شیوه های نابه جا و نامؤثر ابراز خشم همسر پیش پای تان می گذارد. می آموزید که چگونه پاسخ معمول تان به طور ناخواسته می تواند باعث پاداش دهی به رفتارهای بد شود. این کتاب برای مواجهه با جلوه های گوناگون خشم گام به گام شما را راهنمایی می کند. استراتژی های این کتاب با ریشه در علم روان شناسی، در عین سادگی بسیار مؤثر است. آن ها را در مورد همسری که دوستش دارید، امتحان کنید.

دکتر دبلیو رابرت نی، روان‌شناسی بالینی است که در چند شهر آمریکا مطب خصوصی دارد و دانشیار دانشکده پزشکی دانشگاه جرج تاون است. او هزاران متخصص را در زمینه بهداشت و سلامت ذهنی آموزش داده تا روی مدیریت خشم و مشکلات زناشویی بیماران کار کنند.