



ORIGINAL ARTICLE

Received:2019/10/21

Accepted:2019/07/14

Exploring a Family Consolidation Model based on the Lazarus Multifaceted Theory among Couples in Yazd City(Qualitative)

Jalal Iranizadeh(Ph.D.)¹, Hassan Zarei Mahmood Abadi(Ph.D.)², Saeed vaziri(PhD.)³, Seyed Alireza Afshani(P.hD.)⁴

1.PhD student in Counseling, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Yazd Branch,yazd,Iran.

2.Corresponding Author :Associate professor, Deptment of Psychology, Faculty of Psychology and Education Sciences. Yazd University, Yazd. Iran. Email:zareei_h@yahoo.com Tel:09132571279

3.Assistant professor , Department of Education Sciences, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Yazd Branch, Yazd, Iran.

4.Associate professor, Department of Social Welfare , Faculty of Social Sciences, Yazd University, Yazd, Iran.

Abstract

Introduction: Family consolidation leads the society towards its desirable ideals. Therefore, the youth should be encouraged to marry and provided with the necessary trainings on family consolidation. The present qualitative research aimed to develop a family consolidation model based on the Lazarus Multifaceted Model in order to consolidate the family foundation.

Methods:To collect the study information, 19 family therapists and experts were selected by purposive sampling method and interviewed in Yazd province, Iran. The guided qualitative content analysis was used to analyze the data. The interview questions were semi-structured based on the Lazarus theory including components such as behavior, emotion, cognition, senses, relationship, mental imagery, and physical senses. The interviews continued up to the data saturation where no new code was created. Later, the recorded interviews were transcribed, typewritten, and coded. After coding, the qualitative research experts' opinions were asked to determine the content validity of the extracted codes based on the extracted results of the native model.

Results: Data analysis ultimately led to the formation of 14 sub-themes and 7 main themes (behavior, emotion, cognition, senses, relationship, mental imagery, and physical senses). The sub-themes consisted of adherence to the family, intimacy, effective communication, importance of counseling, forgiveness, introversion / extraversion, timing, sensory improvement, family visiting, family ceremony, self-confidence, media impact, diversity in nutrition, exercises, and recreation.

Conclusion: Since family is the best emotional, social, and emotional basis for its members, this research presented a model to educate family consolidation to indvudlas with different problems. This model can also be valuable for therapists and family experts dealing with family members.

Keywords: Lazarus multifaceted model, Family consolidation, Qualitative research

Conflict of interest: The authors declared that there is no Conflict interest.



This Paper Should be Cited as:

Author : Jalal Iranizadeh, Hassan Zarei Mahmood Abadi, Saeed vaziri, Seyed Alireza Afshani. Exploring a Family Consolidation Model based on the Lazarus Multifaceted Theory..... Tolooebehdasht Journal.2020;18(5):27-40.[Persian]



کشف الگوی تحکیم خانواده براساس نظریه لازاروس در زوجین شهر یزد: مطالعه کیفی

نویسندگان: جلال ایرانی زاده^۱، حسن زارعی محمود آبادی^۲، سعید وزیری^۳، سید علیرضا افشانی^۴

۱. دانشجوی دکترای مشاوره دانشکده علوم انسانی واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی یزد، ایران.

۲. نویسنده مسئول: دانشیار گروه روانشناسی و مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه یزد، یزد، ایران.

تلفن تماس: ۰۹۱۳۲۵۷۱۲۷۹ Email:zareei_h@yahoo.com

۳. استاد یار علوم تربیتی، گروه علوم تربیتی واحد یزد دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران.

۴. دانشیار گروه تعاون و رفاه اجتماعی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه یزد، یزد، ایران.

طلوع بهداشت

چکیده

مقدمه: تحکیم خانواده جامعه را به سمت آرمان های مطلوب سوق می دهد. لذا باید جوانان را ابتدا به ازدواج تشویق نمود و روش های استحکام زندگی خانوادگی را به آنها آموخت. بر همین مبنا پژوهش کیفی حاضر با هدف تدوین الگوی تحکیم خانواده براساس مدل چند وجهی لازاروس در تحکیم بنیان خانواده انجام گردید.

روش بررسی: روش تحلیل داده ها به صورت تحلیل محتوای کیفی از نوع هدایت شده می باشد که از راه مصاحبه با ۱۹ نفر از خانواده درمانگران و کارشناسان خانواده استان یزد به عمل آمد. نمونه گیری از نوع هدفمند و سئوالات مصاحبه بصورت نیمه ساختاریافته بر اساس نظریه ی لازاروس شامل رفتار، عاطفه، شناخت، حواس، رابطه، تصویر ذهنی، و سلامت جسمانی بوده است و مصاحبه تا مرحله اشباع اطلاعات پیش رفته تا جایی که دیگر کد جدیدی ایجاد نشده است. سپس متن مصاحبه تایپ و مفاهیم از آنها استخراج و کد گذاری انجام شد بعد از کد گذاری نظر متخصصان تحقیق کیفی پرسیده شد تا روایی محتوایی آن مشخص شود و بر اساس نتایج استخراج شده مدل بومی تدوین گردید.

یافته ها: تجزیه و تحلیل داده ها در نهایت به شکل گیری ۱۴ مضمون فرعی و ۷ مضمون اصلی شامل رفتار، عاطفه، شناخت، حواس، رابطه، تصورات ذهنی و ابعاد جسمانی انجام شد. و مضمون فرعی شامل پابندی به خانواده، صمیمیت، ارتباط موثر، اهمیت دادن به مشاوره، گذشت، درونریزی/برونریزی، وقت گذاری، تقویت حواس، صله رحم، مراسم خانوادگی، اعتماد به نفس، تاثیر رسانه، تنوع در تغذیه، ورزش و گردش می باشد.

نتیجه گیری: با توجه به این که خانواده بهترین مامن و پناهگاه عاطفی، اجتماعی و روانی برای اعضای خود است. لذا در این تحقیق الگویی تدوین شده است. که برای آموزش خانواده هایی که مشکلات مختلفی دارند راه گشا است و برای درمانگران و کارشناسان خانواده که با اعضای خانواده سروکار دارند می تواند ارزشمند باشد.

واژه های کلیدی: درمان چند وجهی لازاروس، تحکیم خانواده، مطالعه کیفی.

دو ماهنامه علمی پژوهشی

دانشکده بهداشت یزد

سال هیجدهم

شماره پنجم

آذر و دی ۱۳۹۸

شماره مسلسل: ۷۷

تاریخ وصول: ۱۳۹۸/۰۳/۰۸

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۶/۱۱



مقدمه

امروزه متخصصان بر این باورند که پیدایش و تحکیم خانواده به عنوان یک نهاد اجتماعی مقدم بر شکل گیری تمام نهاد های اجتماعی دیگر است و بدان لحاظ که زندگی اجتماعی وبقا وتداوم نسل به جزء با شکل گیری خانواده و ایفای کارکرد های مختلف آن امری ناممکن می باشد .کاملی بیان می دارد که خانواده یک نظام اجتماعی است که رسماً در تمام جوامع مورد پذیرش واقع شده وتوسعه یافته است. مفهوم ساخت اجتماعی غالباً با مفهوم ساخت خانواده وخویشاوندی توأم می باشد.

نقش خانواده به عنوان کوچکترین واحد اجتماعی با کارکرد های مختلف آن می تواند هم از جنبه مثبت (کانون آرامش) وهم از جنبه منفی (آسیب اجتماعی) بسیار تاثیر گذار ومهم باشد. بهداشت روانی جامعه در گرو خانواده به عنوان کانونی مملو از محبت وآرامش برای تحول در رشد توانایی ها واستعدادهای افراد جامعه است که هرگونه آسیبی به آن سبب ایجاد آثار جبران ناپذیری بر افراد جامعه می گردد وسازمان های اجتماعی زیادی را در گیر خود خواهد ساخت هم چنین کالمجین وآنک معتقدند که خانواده یک منظومه باز است که اعضای آن به طور عاطفی به هم پیوسته اند ولی برای گسترش هویت فردی خود نیز تشویق شده اند. فضای چنین خانواده ای پر از عشق وپذیرش بدون قید وشرط هر عضو خانواده است. لذا خانواده می تواند تعارض را حل کند وبا میل ورغبت در خواست کمک اعضای خود را اجابت نماید(۱).خانواده کوچک ترین ودر عین حال موثرترین وپایه دار ترین نهاد اجتماعی وبستری برای رشد قابلیت های

روانی-اجتماعی ومعنوی افراد جامعه است . دربین تمامی نهادها ،سازمان ها وموسسات اجتماعی خانواده مهم ترین، ارزشمندترین واثراثر بخش ترین نقش ها را دارا است (۲). خانواده مهمترین نهاد اجتماعی وزیر بنای زندگی فردی وکانون شکل گیری شخصیت انسانی است(۳).

درمانگران همواره در صدد درمان مشکلات خانواده بوده اند. برای این کار از روش های گوناگونی استفاده کرده اند. در این پژوهش ما در صدد استفاده از درمان چند وجهی لازاروس در تدوین الگوی درمان خانواده هستیم. اصل مهم درمان چند وجهی این است که وسعت اغلب از عمق مهم تر است. هرچه درمانجو پاسخ های کنار آمدن بیشتری را در درمان یاد بگیرد کمتر احتمال داردکه برگشت کند. درمانگران به عنوان هدفی برای تغییر وآموختن فنون به درمانجویان که بتوانند از آن ها برای مبارزه با تفکر معیوب استفاده کنند باید یاد بگیرند در موقعیت های استرس زا آرمیده باشند ومهارت های میان فردی موثر را بیاموزند. یک موضوع خاص را از هر جنبه ی (رفتار، پاسخ های عاطفی، حس ها، تصورات ذهنی، شناخت، روابط بین فردی، داروها)مشخص می کنند درمان جویان بعداً می توانند این مهارت ها را در مورد دامنه وسیعی از مشکلات زندگی روزمره خود به کار برند(۴).

درمان چند وجهی از این نظر که فنون مختلف را درمورد دامنه وسیعی از مشکلات اجرا می کند سیستمی باز است .که التقاط گرایی فنی را ترغیب می کند. درمانگر چند وجهی فونی را از چند نظام درمانگر دیگر اقتباس می کند(۵). اساس رویکرد چند وجهی لازاروس این اصل است که شخصیت پیچیده انسان را



می توان به هفت زمینه عمده عملکرد تقسیم کرد. رفتار، پاسخ های عاطفی، حس ها، تصورات ذهنی، شناخت، روابط بین فردی، داروها، کارکرد های زیستی تغذیه و ورزش (۶-۸) درمان چند وجهی با ارزیابی جامع هفت جنبه عملکرد انسان و تعامل بین آن ها شروع می شود. برای هر وجه باید ارزیابی کامل و برنامه درمان در نظر گرفته شود که نقش های شناختی است که هر جنبه شخصیت را متصل می کند (۹).

اگر چه مطالعات کمی، زیادی بوسیله پژوهشگران داخلی از جمله، سلطانی و غریبی وهم چنین پژوهش گران غربی از جمله استلرزونومروف (۲۰۰۵) ویندلروویندل (۲۰۰۱) دانیل لویز (۲۰۱۴) انجام شده است (۱۲-۱۰). اما در این تحقیق از راه روش کیفی واز نوع اکتشافی موفق به تدوین مدل بومی شدیم. استقبال از مراکز مشاوره روز به روز بیشتر می شود، واهمیت آن در زندگی مردم معنا ومفهوم خاصی پیدا کرده است اما نکته اینجا است که تا چه اندازه درمانگران خانواده از اصول علمی برای درمان زوج ها استفاده می کنند.

هم چنین خانواده ها تاچه میزان می توانند به درمانگران اعتماد لازم برای حل مشکلات آن ها را داشته باشند. در این رابطه بودجه وهم چنین وقت می گذارند ولی شاید به اندازه انتظارشان به نتیجه نمی رسند. به نظر می رسد که استفاده درمانگران از روش های عامرانه، غیر علمی وعدم نامتناسب با فرهنگ استانی موجبات نارضایتی وسلب اعتماد مردم را فراهم کرده است. از این رو در این پژوهش تلاش می گردد تا از رویکرد درمان چند وجهی لازاروس ارزیابی واز آن یک مدل بومی که بتواند به صورت علمی ومتناسب با نیازهای جامعه، بوده و خلاء علمی موجود را پوشش دهد. تدوین واثربخشی

آن برتحکیم خانواده ارزیابی گردد.

چون این نظریه مبنای فرهنگ اروپایی را دارد لذا وجوه مشترک فرهنگی وعوامل مؤثرتر آن ها مشخص نموده ومتناسب با دیدگاه فرهنگی خودمان مدلی طراحی شود که جوابگوی خانواده های مذهبی استان، مشاوران ومتخصصان این حوزه باشد تا با تلاش کمتر وروش مؤثر تر به این هدف مهم برسند.

روش بررسی

روش تحلیل داده ها به صورت تحلیل محتوا کیفی از نوع هدایت شده است. فرآیند جمع آوری،تحلیل داده ها وتلفیق رویکردهای کیفی در بسیاری از مراحل فرآیند پژوهش را جهت می دهد. نمونه گیری از نوع هدفمند بوده و به روش مصاحبه با ۱۹نفر از خانواده درمانگران و کارشناسان خانواده استان یزد که ۱۰سال به بالا کار درمانی با خانواده ها را داشته واز طرفی متاهل ودارای حداقل یک فرزند بودند بصورت مصاحبه نیمه ساختار یافته شرکت کردند. سئوالات مصاحبه براساس نظریه چند وجهی لازاروس تهیه شده است. نظریه لازاروس شامل (رفتار،عاطفه، شناخت، حواس، رابطه، تصویر ذهنی وسلامت جسمانی) می باشد. در این مرحله انجام مصاحبه ها تارسیدن به مرحله ی اشباع داده ها یعنی زمانی که کدها وطبقات جدید به دست نیامده انجام گرفته است. ابزار اصلی در پژوهش حاضر مصاحبه عمیق نیمه ساختار یافته در زمینه تحکیم بنیان خانواده است. زمان هر مصاحبه بین ۲۰ تا ۳۰ دقیقه طول کشید. معیار ورود به پژوهش شامل کار درمانی با خانواده های یزدی به مدت ۱۰ سال به بالا بود. جزء دو مورد که به دلایل شخصی خودشان حاضر به مصاحبه نبودند بقیه موارد در مصاحبه به خوبی همکاری نمودند. وجوابگویی بسیار رضایت بخش بود.



و این اقدام تا رسیدن به اشباع داده ها یعنی تا زمانی که داده های جدیدی از سخنان مشارکت کنندگان استخراج نگردید ادامه یافت. در مجموع با ۱۹ نفر از خانواده درمانگران و کارشناسان خانواده استان که سال ها با خانواده ها کار کرده اند مصاحبه به عمل آمد.

این پژوهش به مطالعه نظریه علمی لازاروس می پردازد. و هدف این طرح کیفی متوالی آن است که به یک مدل بومی برسد. مرحله نخست سوال های کیفی را از طریق مصاحبه براساس نظریه چند وجهی لازاروس تهیه نموده است. که نظریه لازاروس شامل (رفتار، عاطفه، شناخت، حواس، رابطه، تصویر ذهنی و سلامت جسمانی) می باشد. و از خانواده درمانگران و کارشناسان خانواده مصاحبه ای به عمل آمد.

جهت تجزیه و تحلیل مصاحبه ها از روش تحلیل محتوا استفاده شد. اساس این رویکرد بعد از انجام هر مصاحبه و ضبط آن، ابتدا متن روی کاغذ پیاده شد. سپس چندین بار مرور تادرک کلی از آن حاصل گردید جهت تبیین، روشن سازی، طبقه بندی و رفع هر گونه عدم توافق و تناقضات موجود فرایند برگشت به متون و یا مراجعه به شرکت کنندگان به طور مرتب و به صورت رفت و برگشت مکرر ادامه یافت. در هر مرحله و با پیشرفت کار تحلیل ترکیبی و کلی تر شکل گرفت تا مضامین و درون مایه های حاصل به بهترین نحو ممکن با هم ارتباط یابند.

در این مرحله انجام مصاحبه ها تا رسیدن به مرحله اشباع ادامه پیدا کرد و بعد برای کد گذاری و رسیدن به درون مایه ها تلاش گردید.

بعد از طراحی اولیه سئوالات مصاحبه به صورت نیمه ساختار یافته و براساس سازه های تئوری چند وجهی لازاروس، تهیه

و سپس مورد تایید متخصصان و اساتید روش کیفی و نیز مشاوران قرار گرفت. و سپس به رفع اشکالات و تهیه برنامه نهایی برای اجرایی شدن مصاحبه ها اقدامات اولیه صورت گرفت. اجرای مصاحبه ها در مراکز آموزشی و دانشگاه ها و انجمن ها بود که بعد از ضبط کامل و با اجازه مشارکت کنندگان کار تایپ آن ها آغاز شد. تایپ نمودن مصاحبه ها، مطالعه ی سطر به سطر مصاحبه های تایپ شده، استخراج واژه ها و عبارات اصلی نگارش کدهای مختصر، کوتاه نمودن کدگذاری ها با توجه به متن صورت گرفت و نمونه ای از متن ابتدا تبدیل به مفهوم و سپس به کد تبدیل شد. سپس کدگذاری کنترل گردید. و با استفاده از متن تایپ شده در نرم افزار Word با تحلیل داده های کیفی کدگذاری باز شده و تجزیه و تحلیل گردید. لازم به ذکر است که مصاحبه کننده در حد امکان و زمان اختصاص داده شده از طرف مصاحبه شوندگان مصاحبه ها را انجام داد. مصاحبه از اول دی شروع و تا آخر اسفند ادامه پیدا کرد. استادان مشاور کیفی در مورد مصاحبه و کدگذاری داده ها همکاری و نظارت کردند. در این مطالعه تمام نکات اخلاقی لازم رعایت گردید و با کد اخلاقی IR.IAU.YAZD.REC.1398.007 مورد تایید قرار گرفت.

یافته ها

در پژوهش حاضر تعداد ۱۹ نفر از خانواده درمانگران و کارشناسان خانواده استان در مصاحبه نیمه ساختار یافته شرکت کردند. که بعد از تجزیه و تحلیل داده ها و در نهایت به شکل گیری ۱۴ مضمون فرعی ۷ مضمون اصلی که شامل " رفتار، عاطفه، شناخت، حواس، رابطه، تصورات ذهنی، ابعاد جسمانی است". این مضامین اصلی و فرعی در جدول ۱ ارائه شده است.



مضامین اصلی و فرعی از نظریه لازاروس

سازه های اصلی از نظریه لازاروس	سازه های فرعی استخراج شده
رفتار	پایبندی به خانواده
	صمیمیت
	ارتباط موثر
عاطفه	اهمیت به جلسات مشاوره
شناخت	گذشت
	درونریزی/برونریزی
حواس	وقت گذاری
	تقویت حواس
رابطه	صله رحم
	مراسم خانوادگی
تصورات ذهنی	اعتماد به نفس
	تاثیر رسانه ها
ابعاد جسمانی	تنوع در تغذیه
	ورزش و گردش

یکی از مضامین اصلی این تحقیق "رفتار" است که خود شامل دو مضمون فرعی (پایبندی به خانواده و صمیمیت) می باشد. پایبندی به خانواده: خانواده یکی از مهم ترین ارکان جامعه محسوب می شود. پایبندی به آن وجلوگیری از بی بندوباری و هم چنین ارتقاء جایگاه و تحکیم آن از جمله مسائلی است که به آن سفارش فراوان شده است. خانواده به عنوان کوچک ترین نهاد اجتماعی، آسیب پذیر ترین گروه در برابر آسیب های اجتماعی است به طوری که اکثر مشکلات و آسیب ها ابتدا در خانواده بروز پیدا می کند. بی شک با در نظر گرفتن پایبندی به اصول و ضوابط لازم می توان تا حد زیادی زمینه سلامت خانواده و سعادت و جاودانگی را برای خویش فراهم نمود (۱۳). در این زمینه مشارکت کننده ۵ اظهار نمود: "خانواده های یزدی پایبندی به خانواده در آن ها زیاد است. نسبت به شریک زندگی خود مقید و به او احترام می گذارند".

صمیمیت: تعریف "استرنبرگ" از صمیمیت یک نزدیکی، روابط شخصی و عاشقانه یا هیجانی با شخص دیگر است که مستلزم شناخت و درک عمیق از فرد دیگر و همین طوری افکار و احساساتی است که نشانه ی تشابه با یکدیگر است



صمیمیت یک فرایند تعاملی است. محور این فرایند، شناخت، درک، پذیرش، همدلی با احساسات فرد دیگر، قدردانی یا پذیرش دیدگاه منحصر به فرد یک شخص دیگر است. صمیمیت تنها یک تمایل یا آرزو نیست بلکه یک نیاز اساسی و واقعی انسان است. "استرنبرگ" هشت بعد صمیمیت زوجین را بعد عاطفی، روانشناختی، عقلانی، جنسی، جسمانی، معنوی، زیبا شناختی و اجتماعی - تفریحی می داند. شدت کلی نیاز به صمیمیت و ابعاد هشت گانه ی آن برای فرد متفاوت با دیگران است و افراد با توجه به تفاوت های فردی در شدت و صمیمیت با یکدیگر تفاوت دارند (۱۴). در این زمینه مشارکت کننده ۲ اظهار نمود که "خانواده های یزدی با یکدیگر صمیمی هستند و جو بسیار صمیمی بین اعضاء وجود دارد." دومین مضمون اصلی تحقیق حاضر عاطفه است که خود شامل دو مضمون فرعی، ارتباط موثر، اهمیت جلسات مشاوره می باشد. ارتباط موثر: ارتباط موثر باعث کسب آرامش در خانواده و بین اعضای آن می شود و نقش شریان حیات بخش به زندگی را دارد که در تمام قسمت های زندگی رسوخ می کند "استیری" با بیان اینکه ارتباط موثر زوجین با یکدیگر بستری برای توسعه پایدار یک کشور است، گفت در قرآن معاشرت پسندیده با همسر حتی در جایی که مورد علاقه فرد نباشد سفارش شده است و سبب برخورداری از خیر کثیر به شمار می رود. استیری با بیان اینکه چند عامل در ارتباط بین زوجین تاثیر گذار است متذکر شد: اولین عامل در ارتباط بین زوجین پیش زمینه ای است که آن ها از والدین خود الگو گرفته اند. وضعیت خلقی و هیجانی را از دیگر عوامل در برقراری ارتباط می داند (۱۵).

در این زمینه مشارکت کننده ۳ اظهار نمود که: "برای حل مشکلات خود با یکدیگر صحبت می کنند و بسیار گرم و صمیمی هستند"

اهمیت دادن به جلسات مشاوره: پیشرفت فناوری موجب گردیده است تا انسان کارها را سریع تر به انجام برساند. این سرعت مشکلاتی را برای انسان پدید آورده است، بدین معنا که سرعت ودقتی که در انجام دادن امور بر اثر پیشرفت فناوری عاید بشر شده است موجب بروز برخی از بیماری ها و ناراحتی های خانوادگی و روانی و تضعیف روابط و ارزش های انسانی گردیده است (۱۶). لذا بشر برای حل مشکلات خود و خانواده باید از متخصصان حوزه ی علوم انسانی کمک بگیرد تا بتواند از مشکلات و ناراحتی های خود بکاهد. و به سر منزل مقصود که همان زندگی سالم و ایده آل است دست یابد. در این زمینه مشارکت کننده ۶ اظهار نمود که: "برای حل مشکلات خود از متخصصان و درمانگران استفاده می کنند." سومین مضمون اصلی تحقیق حاضر شناخت است که خود شامل دو مضمون فرعی شامل گذشت، درونریزی / برونریزی می باشد.

گذشت: یکی از مهم ترین عوامل تحکیم روابط بین زوجین مسئله ی گذشت است برخی زوج ها به طور مداوم از هم دلگیر بوده و نسبت به هم بغض و کینه دارند این وضعیت باعث می شود که زوج ها از هم دور شوند و رابطه ی بین آن ها سرد باشد. تا آنجا که می توانید از اشتباهات همسرتان چشم پوشی کنید و او را ببخشید بخشش می تواند به تقویت و تحکیم روابط کمک کند (۱۷) در این زمینه مشارکت کننده ۱۰ اظهار نمود که: "گذشت عامل اصلی موفقیت مردم یزد شده است" در این زمینه



مشارکت کننده ۱۸ نیز اظهار نموده که: "گذشت از ناحیه خانم های یزدی بیشتر است".

" درونریزی /برونریزی: طبق نظر یونگ دو نگرش یا جهت گیری نسبت به شخصیت وجود دارد که درونگرایی و برونگرایی نامیده می شوند. این اصطلاحات به ترتیب به جهت گیری فرد نسبت به دنیای بیرونی، عینی، یعنی نگرش برونگرا یا جهت گیری شخص نسبت به جهان درونی، ذهنی یعنی نگرش درونگرا دلالت دارند. هر شخص در عین حال از هر دو نگرش متضاد برخوردار است. ولی معمولا یکی از آن ها مسلط و نمایان و دیگری پیرو و در ناخود آگاه او در جهت درونگرایی خواهد بود (۱۸). در این زمینه مشارکت کننده ۱ اظهار نمود که: "زن های یزدی در ابراز هیجانات خود منفعلانه عمل می کنند" و برای تحکیم زندگی خود هیجانات خود را درون ریزی می کنند "هم چنین مشارکت کننده شماره ۸ اظهار نمود که: "مرد ها در ابراز هیجانات خود تکانش گری عمل می کنند".

چهارمین مضمون اصلی تحقیق حاضر حواس است که خود شامل دو مضمون فرعی شامل وقت گذاری و تقویت حواس می باشد. وقت گذاری: وقتی شوهر سهم توافقی خود از کار منزل را انجام نمی دهد. معمولا زن حس می کند که به او بی احترامی شده و کسی از او حمایت نمی کند. قطعا این حس منجر به انزجار و نارضایتی از ازدواج می گردد خیلی از شوهر ها هم درک نمی کنند چرا امور خانه از نظر زنان آنقدر سخت است. شوهر ها به عمد تنبلی نمی کنند برخی از آنها در خانه های سنتی بزرگ شده اند و پدران شان به هیچ عنوان کار خانه انجام نمی داده اند.

یک مرد ممکن است به ظاهر از این تصور حمایت کند که زمانه تغییر کرده است. و انصاف نیست که زنان بعد از بازگشت از اداره یک شیفت هم در خانه کار کنند و مردان استراحت نمایند (۱۹). آداب و رسوم لزوما نباید خاص دوران کودکی یا تاریخ خانوادگی شما باشد شما می توانید آداب خاص خود را خلق نمایید آداب جدید می توانند رسوماتی باشند که خانواده آن ها را نداشته است می توانید این مورد را در برنامه ی هفتگی خود بگنجانید (۴). در این زمینه مشارکت کننده ۹ اظهار نمود که: "مرد ها همیشه سرکارند و برای خانواده ی خود وقت نمی گذارند. در کارهای خانه کمک نمی کنند".

تقویت حواس: برخلاف خانم ها که افرادی شنیداری هستند و از طریق شنیدن (کلمات مهربانانه، ستایشگرانه و عاشقانه) تحریک و خرسند می شوند. آقایان افرادی دیداری هستند و به ظاهر همسرشان بسیار اهمیت می دهند. (البته نه جزئیات) متأسفانه بسیاری از خانم ها پس از ازدواج چندان به ظاهر خود اهمیت نمی دهند و بدنشان از فرم و قالب قبلی خارج می شود. مهم این نیست که بدنشان همانند مانکن ها شود. چون همسران این چنین شما را انتخاب کرده است بلکه همینکه فرم و هیكل خود را خوب حفظ کنید و اگر مشکل قابل رفعی وجود داشته باشد آن را اصلاح کنید کافی خواهد بود. مسئله دیگر توجه به وضعیت ظاهر و آرایش در منزل است از این نظر بایستی برحسب شرایط، ذائقه و سلیقه خود و همسران در خانه سنگ تمام بگذارید در همین رابطه برحسب تفکر و بینش همسران و نیز عرف جامعه پوشش و آرایش مناسب را در جمع ها و مجامع عمومی رعایت کنید (۲۰).



که: "با خانواده ی همسر احساس راحتی می کنند و بین خانواده ی خود و همسر فرقی نمی گذارند"

مراسم خانوادگی: انسان موجود اجتماعی و مغز او نیز یک مغز اجتماعی است امروزه نواحی مربوط به شناخت اجتماعی در مغز انسان به خوبی مشخص شده است که عبارتند از نواحی در لوب پیشانی و گیجگاهی شیار گیجگاهی فوقانی و شیار میان آهیانه ای (پس سری) که این خود بر نقش دید و بازدید و تعاملات اجتماعی در عملکرد های مغزی، شناختی و سلامت روان تاکید می کنند برگزاری یک میهمانی خانوادگی دلایل مختلف و متنوعی دارد که برخی از آن ها عبارتند از: جشن تولد، تعطیلات، میهمانی سالگرد ازدواج عید های بزرگ، نوروز یا تجدید دیدار، شب یلدا، این دید و بازدید ها بر مناطق فوق تخصصی مغز و عملکرد شناختی انسان تاثیر بسزایی می گذارد و محققان و روانشناسان بر آن صحه می گذارند (۲۲). در این زمینه مشارکت کننده ی ۱۱ اظهار نمود که: "توجه به روز مادر و اعیاد و مراسم های خاص برای دید و بازدید اهمیت دارد" در این زمینه مشارکت کننده ی ۵ نیز اظهار نمود که: "رابطه با اقوام و شرکت در مراسم های مختلف مثل جشن تولد و اعیاد و شب یلدا در بین مردم یزد زیاد دیده می شود".

ششمین مضمون اصلی تحقیق حاضر تصورات ذهنی است که خود شامل دو مضمون فرعی شامل، اعتماد به نفس و تاثیر رسانه ها می باشد. اعتماد به نفس: میزان ارزیابی و خوشنودی شخص نسبت به توانایی ها و ویژگی ها و ارزش های خودش را عزت نفس یا اعتماد به نفس و به کلامی ساده تر خود باوری گفته می شود. اعتماد به نفس یکی از کلیدهای طلایی و اساسی برای رسیدن به موفقیت در زندگی است کسی که اعتماد به نفسش را

در این زمینه مشارکت کننده ۱۴ اظهار نمود که: "یک موزه در خانه درست کرده تا همسرشان از آن لذت ببرد و به تحریک حواس توجه دارند." پنجمین مضمون اصلی تحقیق حاضر رابطه است که خود شامل دو مضمون فرعی شامل، صله ی رحم و مراسم خانوادگی می باشد.

صله ی رحم: یکی از موضوعات بهداشت روانی که بعد از نیازهای فیزیولوژیکی تاکید فراوان روی آن می شود و بین روان شناسان به ویژه انسانگرایان مطرح می باشد "احساس ایمنی" است. آبراهام مزلو روانشناس معروف انسانگرا از اولین کسانی بود که در این زمینه نظراتی را مطرح کرد وی نشانگانی را برای کسانی که احساس ناایمنی می کنند برشمرد که تعدادی از آنها عبارتند از: ۱- احساس طرد شدن: یعنی احساس این که مورد عشق و علاقه دیگران نیست و دیگران با او برخورد سرد و بدون محبت دارند و نیز این احساس که در مورد تنفر و خصومت دیگران واقع شده است. ۲- احساس تنهایی ۳- احساس این که دائما در معرض خطر قرار دارد. مازلو معتقد است که نشانگان سه گانه اولیه احساس ناایمنی هستند که به عنوان علت محسوب می شوند. و بقیه نشانگان ثانویه هستند و در واقع این سه عامل می باشند. صله رحم یا به عبارت دیگر حفظ پیوند های خانوادگی و فامیلی و معاشرت با آن ها می تواند احساس طرد شدن فرد را زایل نماید. فرد با تماس مداوم با اقوام و نزدیکان احساس می کند مورد عشق و علاقه دیگران بوده و از روی محبت و عطوفت با وی رفتار می کند (۲۱). در این زمینه مشارکت کننده ی ۱۲ اظهار نمود که: "صله رحم از قدیم بین مردم یزد وجود داشته است آن ها نگرش مثبت به خانواده خود و همسر دارند" در این زمینه مشارکت کننده ۱۳ نیز اظهار نمود



از دست بدهد زبون، بیچاره وناتون خواهد شد، از امکانات و استعداد های خود بهره برداری نخواهد کرد و ده ها مشکل دیگر گریبان گیرش می شود. علل کاهش اعتماد به نفس نفس انتقادهای مداوم، عدم توجه به تفاوت های فردی، نامناسب بودن شرایط محیط و.... می باشد (۲۳). در این زمینه مشارکت کننده ی ۱۶ اظهار نمود که: "زن جرات نمی کند حرف بزند می ترسد مشکلی پیش بیاید" در این زمینه مشارکت کننده ۶ نیز اظهار نمود که: "در مقایسه بادیگر مردم اعتماد به نفس ما ضعیف است"

تاثیر رسانه ها: تاثیر استفاده از وسایل ارتباط جمعی به دلیل شرایط آن ها و غربی بودن فرهنگ استفاده از آنها یک مسئله است و تاثیر پیام ها و فرهنگ سازی نامناسب شان مسئله ای دیگر . برای مثال وقت گذراندن زیاد با تلویزیون یک مشکل است و فرهنگی که برنامه های نامناسب تلویزیونی منتقل می کنند مشکل جدی تر و تاثیر گسترده رسانه ها از آنجا است که افراد وقت زیادی را در حالی که سراپا چشم و گوش هستند با این رسانه ها می گذرانند. واز سوی دیگر کوچک ترین عنصر صوتی یا تصویری در رسانه دارای کارکرد بیانی ویژه ای است و تاثیر خاصی بر مخاطب می گذارد. در این سیر، ارتباط فرد با رسانه الکترونیکی ویی احساس شکل می گیرد و به دلیل برتری تکنولوژیکی و تجهیز فنی ابزارهای رسانه ای، نوعی بیم فرهنگی، انفعال شخصیتی در فرد ایجاد می شود در نتیجه افراد خانواده به جای گفتگوی صمیمی با یکدیگر با ابزار های الکترونیکی ارتباط برقرار می کنند. ارتباطی که فاقد بار احساسی و عاطفی است. اما آسیب در ارتباط میان فرزندان و والدین و ارتباط زن و شوهر بیشتر خود را نشان می دهد (۱۷). در این زمینه مشارکت

کننده ی ۱۰ اظهار نمود که: "رسانه ها چشم و هم چشمی را در خانواده ها ایجاد می کنند". در این زمینه مشارکت کننده ی ۴ اظهار نمود که: "رسانه ها زمینه ی شادی و غم را در مردم ایجاد می کنند، تاثیر منفی و مثبت بر مردم یزد داشته است".

هفتمین مضمون اصلی تحقیق حاضر ابعاد جسمانی است که خود شامل دو مضمون فرعی شامل، تنوع در تغذیه و ورزش و گردش می باشد. تنوع در تغذیه: تعادل و تنوع رمز تغذیه خوب و مناسب است برای اطمینان از این که خوب غذا می خوریم باید این راز را بدانیم علاوه بر این اگر این دو اصل در برنامه غذایی روزانه فرد خانواده و جامعه رعایت شود می توان با اطمینان گفت که بار بیماری ها کمتر و طول عمر بیشتر می شود. تعادل یعنی مصرف مقادیری از مواد غذایی که ضمن تامین نیازهای بدن، موجب اضافه وزن نشود و انرژی دریافتی به اندازه باشد که به اصطلاح سوخته یا مصرف شود. به این منظور همه ما باید بدانیم غذایی که می خوریم حدودا چه قدر کالری به بدن مان می رساند. تنوع یعنی بدون این که اضافه بخوریم از مواد مختلفی در ۴ گروه اصلی غذایی قرار دارند بهره ببریم. سلول های بدن ما گوناگون هستند و نیازهای متفاوتی دارند و باید از موادی که در ۴ گروه اصلی غذایی قرار دارند بهره ببرند. این ۴ گروه شامل گروه نان و غلات گروه میوه ها و سبزی ها گروه شیر و لبنیات و گروه حبوبات، مغزها و تخم مرغ است (۲۴). در این زمینه مشارکت کننده ی ۱۹ اظهار نمود که: "در بعد تغذیه به سلامتی خود توجه دارند"

ورزش و گردش: سلامت هریک از اعضای خانواده به ویژه زن مستقیما بر تصویر کلی سلامت خانواده تاثیر می گذارد نگرش کلی زن نسبت به جسم و عملکرد فیزیکی بدنش در نگرش های



آن ها می توانیم درک کامل و جامعی از این شخص و محیط اجتماعی اش بدست آوریم (۲۵).

سئوالات مصاحبه از جنبه های مختلف شخصیت براساس نظریه لازاروس تهیه شده است. در رابطه با سئوالات نظر متخصصان به منظور روایی محتوایی گرفته و سپس مصاحبه از ۱۹ نفر از خانواده درمانگران و کارشناسان خانواده استان به عمل آمده است. زمان مصاحبه ۲۰ تا ۲۵ دقیقه طول کشیده است. که بعد از ضبط مصاحبه نوشته شده و مفاهیم استخراج و کد گذاری انجام گردیده است.

که در بعد رفتاری به کد های زیر رسیده ایم که شامل (پابندی به خانواده، صمیمیت) در بعد عاطفی کد های استخراج شده شامل (ارتباط موثر، اهمیت دادن به جلسات مشاوره) در بعد شناخت به کد های زیر رسیدیم که شامل (گذشت، درونریزی و برونریزی) در بعد حواس نیز شامل (تقویت حواس، وقت گذاری برای خود و دیگر اعضای خانواده) بود و هم چنین در بعد روابط شامل (صله ی رحم با اقوام خود و همسر، مراسم خانوادگی) و در بعد تصورات ذهنی (اعتماد به نفس، تاثیر رسانه ها) و در زمینه ابعاد جسمانی از قبیل (تنوع در تغذیه، ورزش و گردش) کد گذاری هایی بود که از راه مصاحبه استخراج شد و در پایان نظر متخصصان در مورد کد های استخراج شده گرفته شده و بر اساس آن ها مدل بومی تدوین گردید.

اگر چه پژوهشی عیناً مشابه این پژوهش یافت نشده اما در نزدیک ترین این پژوهش ها می توان به نتایج مطالعات ذیل اشاره کرد: در تحقیقی که پور موحد در پایان نامه دکترای خود به طراحی و تدوین مدل تحکیم خانواده براساس الگوی مک مستر پرداخته و اثر بخشی آن را بر روی زوجین شهر یزد ارزیابی

کلی او تاثیر مستقیم دارد. زیرا سلامت جسم و روان او روابط اجتماعی وی با دیگران را شکل می دهد. امنیت عاطفی او بر امنیت کلی خانواده می افزاید و بهترین نشانه و پختگی عاطفی او برهوش و توانایی سازگاری با موفقیت های جدید هنگام مواجه با فشارهای و ناراحتی ها با حداقل آسیب پذیری فرد و گروهی است (۲۴). در بسیاری از موارد یک ورزش منظم و پایدار برای شادابی اعضای خانواده می تواند مثر ثمر باشد و امید به زندگی را در افراد بالا ببرد. و آسیب پذیری آن ها را در مقابل بیماری های جسمی و روحی کم نماید (۱۹). در این زمینه مشارکت کننده ی ۱۶ اظهار نمود که: "توجه به ورزش و امید به زندگی در مردم افزایش پیدا کرده است"

بحث و نتیجه گیری

در پژوهش حاضر با استفاده از رهیافت روش کیفی وازراه مصاحبه به دنبال یافتن مدل بومی در رابطه با تحکیم بنیان خانواده پرداخته شده است. برای رسیدن به این هدف از نظریه ی لازاروس استفاده کرده ایم درمان چند وجهی با ارزیابی جامع هفت عملکرد انسان (رفتار، پاسخ های عاطفی، حس ها، تصورات ذهنی، شناخت، روابط بین فردی، داروها) و تعامل بین آن ها شروع می شود. برای هر وجه باید ارزیابی کامل و برنامه درمان در نظر گرفته شود که نقش های شناختی است که هر جنبه شخصیت را متصل می کند.

هدف درمان چند وجهی کاهش رنج روانشناختی رشد شخصی به طور سریع است. ما از برجسب های روانشناختی اجتناب می کنیم و بر نیاز به درمان چند گانه تاکید می کنیم. درمان چند وجهی شخصیت بشر را در وجه های جدا اما متعادل تجزیه می کند. با ارزیابی هر فرد در هر وجه های خاص و ارتباط بین



نموده است. (۲۶) این پژوهش نیز از راه تحقیق تحلیل محتوای کیفی و از نوع هدایت شده وبا توجه به مفاهیم برگرفته از نظریه لازاروس به تدوین مدل بومی پرداخته است.

هم چنین آردیان در پژوهشی که به صورت روش ترکیبی از راه مصاحبه با ۲۷ نفر در چهار گروه زوجین متقاضی طلاق، والدین، مددکاران و مشاوران مرکز مشاوره وقضات دادگستری انجام داد. نمونه شامل افراد متقاضی طلاق بودند که به دادگستری مراجعه نموده اند (۲۷). در پژوهش حاضر نیز از راه تحقیق کیفی واز نوع تحلیل محتوا با درمانگران وگروه فرهنگی استان که سابقه بالای ۱۰ سال کار با خانواده ها را داشتند به تدوین مدل بومی براساس نظریه لازاروس پرداخته است.

تهرانی و همکاران (۱۳۹۲) در تحقیق خود نشان دادند اثر بخشی آموزش گروهی با رویکرد چند وجهی لازاروس در افزایش ابعاد سازگاری زناشویی زنان موثر است.

در این تحقیق که بر روی کلیه زنان مراجعه کننده به کلینک مددکاری در سال ۱۳۹۲ در شهر اسلام شهر انجام شد. روش نمونه گیری دردسترس استفاده شد و ۲۴ زن که سطح سازگاری زناشویی آن ها پایین بود. به عنوان نمونه انتخاب وبه دو گروه آزمایشی و گواه تقسیم شدند. روش پژوهش نیمه آزمایشی بود. در ۱۰ جلسه با مقیاس سازگاری سنجیده واز روش آماری تحلیل کواریانس بررسی شد. ابعاد سازگاری آن ها به طور معناداری در سطح ۰/۰۵ افزایش معناداری داشت (۲۸).

در این تحقیق نیز از راه درمان چند وجهی لازاروس در صدد تدوین مدلی برآمدیم که به تحکیم بنیان خانواده منتهی شود. و براساس آن ۷ مضمون اصلی و ۱۴ مضمون فرعی برای درمان آموزش خانواده ها پردازیم.

در این تحقیق ما در پی یافتن مدلی براساس بوم ومنطقه ی استانی برآمدیم چون استان یزد به عنوان یکی از استان هایی که گرایش های مذهبی در مردم زیاد است.

باید براساس معتقدات مردم وگرایش های دین آنها از توصیه ها وروش های درمانی استفاده نمود لذا ما خواستیم از نظریه ای که پایه غربی دارد متناسب با بوم که مردم در آن زندگی می کنند مدلی را تدوین نماییم که خوشبختانه با کمک اساتید به این کار موفق شدیم .

تحکیم خانواده جامعه را به سمت آرمان های مطلوب سوق می دهد. لذا باید جوانان را ابتدا به ازدواج تشویق نمود. وروش های استحکام زندگی خانوادگی را به آن ها آموخت.

در این تحقیق مدلی را برای آموزش خانواده ها که مشکلات مختلفی دارند، ارائه می کند که زمینه سازکار درمانی درمانگران وگروه های فرهنگی که با خانواده ها سروکاردارند می باشد.

از آنجایی که روش پژوهش حاضر کیفی است تمام محدودیت های پژوهش کیفی از جمله سوگیری های محقق،عدم کنترل اعتبار نتیجه گیری محقق وعدم قابلیت تعمیم پذیری برآن وارد است.

تضاد منافع

نویسندگان اظهار می دارند که در این مفاهیم هیچگونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر وقدردانی

نویسندگان این مطالعه بر خود لازم می دانند که در ابتدا از تمام اساتید ودرمانگران وکارشناسان خانواده استان که داوطلبانه حاضر به مصاحبه شده اند تشکر وقدردانی خود را اعلام کنند.



References

- 1-Pourmovahed Z, Mazloomi Mahmoodabad SS, Zareei Mahmoodabadi H, et al. Deficiency of Self-efficacy in Problem-solving as a Contributory Factor in Family Instability in Yazd (Iran): A Qualitative Study. Iran J Psychiatry. 2018; 13(1):32-9. [Persian]
- 2-Navabinejad S, Shafee Abady A, Aghey J, et al. Basics of counseling and guidance. Tehran: SAMT Publications.2015:7-36.[Persian]
- 3-Zarei Mahmoud Abadi H. Prevention of divorce (concepts of theories and application of a native model). 3rd ed. Yazd: Yazd University Press Center. 2016; 116-21.[Persian]
- 4 Seyed Mohammadi Y. In translation Theory and practice of counseling and therapy. Kerry, G. Tehran: Arasbaran Publication. 2013:375-8.
- 5-Soltani Kh .The Effectiveness of Group Education with Lazarus Multifaceted Approach on Increasing Marital Satisfaction on the Women Members of Dasht Sabz Basij, Robat Karim. [MA thesis]. Allameh Tabatabai University.2010.
- 6-Lazarus AA. Multimodal strategies with adult.in brief therapy with individual and couples. 2000: 24-106.
- 7-Lazarus AA. Multimodal therapy: Aseven-point integration.A casebook of psychotherapy inte – gration.washington DC:American psychological Association.2006;17-28.
- 8-Lazarus AA. Multimodal behavior therapy.in Cognitive behavior therapy: Applyingempirically supported techniques in yourpractice. 2008.342-6.
- 9-Gharibi H .The effectiveness of strategic thinking education on critical thinking, ethical and questioning development of fifth grade students. [PhD thesis]. Tabriz University of Educational ciences.2011.[Persian]
- 10- Javadi M. In translation Styles of Confronting and Coping with Pressure. Davaws DA. 3rd ed. Tehran: Agah Publication.2005; 112-6.
- 11-lope z ,Jody D.Healthy and maladaptive coping strategies among master of social work student.Electronic Theses,Projects,and Dissertations.2014: 23.
- 12-Windle M, windle Re. coping strategesdrining motives, and strees fullife events among middle adolescents : associations with emontional and behavioral problem sand academic functioning . journal of abnormal psychology. 2004;105-56.
- 13-Fatemi SM .Family damage survey. Mashhad: Razavi News Agency;2017.[Persian]



- 14-Mohammadi SB .Pyramid of intimacy of couples. International Database, Shafagna Life.2014 [Persian]
- 15-Estiri F .Effective communication with the wife-the life-giving part of life. the International Qur'an News Agency from Khorasan Razavi.2018. [Persian]
- 16-ShabanAli MR .Development of individual skills. Motammam Website.2019 : [https : // motamem.com](https://motamem.com). [Persian]
- 17-Arab Sheibani F. Family and media. Touba Magazine, Hozeh Information Website .2006 :[https :// hawzah.net](https://hawzah.net). [Persian]
- 18- Pasha Sharifi H, Najfi Zand M. In translation Crime and personality. Eysenck, H ;Tehran: Sokhan Publication.1996:67.
- 19-Gharacheh Daghi M. Seven ethical principles for marriage success. Tehran: Asim Publication. 2014:219.
- 20-Sadatyan A .Matrimonial issues and problems of our publications. Tehran: our and You Publications. 2010:8-57.[Persian]
- 21-Shamloo S.Mental health. Tehran: Growth Publication.1999:117. [Persian]
- 22-Mehdi Nejad B. Nowruz and its impact on health. Educational and Social Quartarely Journal.2018.8-16
- 23- Azar M. Physical and mental maturity in boys. Tehran: Ma va Shoma Publications. 2009.14-16.
- 24-Sheikh al-Esalam R .Two important principles in healthy nutrition. Tebyan Cultural and Informational Institute; 2009:<https://article.tebyan.net>.
- 25-Kerry G .Theory and practice of counseling and therapy, Seyed Mohammadi (Trans.). Tehran: Arasbaran Publication;2013:372-3
- 26-Pour Movahhed Z ،Zareei Mahmoodabadi H•Yassini Ardekani M, et al..Validation of the Family Stability Questionnaire in married couples: a confirmatoey factor analysis Electronic. Physician. 2018;7185-95.[Persian]
- 27-Arderian N .Designing and evaluating an intervention program based on the behavior of the programmed program on the withdrawal of divorce requests from visiting counseling center in Yazd: a mixed-method research approach. PhD dissertation.2016;57.[Persian]
- 28-Tehrani A. The effectiveness of group education or Lazarus multifaceted approach in increasing the dimensions of marital adjustment of women.2013:102-98.[Persian]