

نقش واسطه ای همدلی همسران در ارتباط بین الگوهای فراغت

با خرسندی و ثبات ازدواج

خدامراد مؤمنی^۱

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۳/۰۴/۲۹

محمد سجاد صیدی^۲

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۴/۰۳/۳۱

خدیدجه رضایی^۳

محمد ابراهیمی^۴

چکیده

هدف این پژوهش تعیین جایگاه همدلی همسران به عنوان متغیر واسطه‌ای در ارتباط بین فعالیت‌های فراغتی با شادی و ثبات ازدواج بود. روش پژوهش از نوع همبستگی بود؛ بدین منظور ۲۷۰ نفر از متأهلان شهرستان کرمانشاه مشروط به گذشت چهار سال از زندگی مشترک آنها به روش خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. مقیاس راهبردهای حفظ رابطه (RMSM)، شادکامی زناشویی (MHM)، نیمرخ فراغت خانواده (FLAP) و ثبات ازدواج ابزار استفاده شده در این پژوهش بودند. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل مسیر استفاده شد. تحلیل داده‌ها نشان داد که الگوهای تعادلی و هسته‌ای فراغت با همدلی همسران و همدلی با ثبات ازدواج و رضایتمندی زناشویی رابطه دارد. همچنین همدلی همسران نقش واسطه‌ای در ارتباط الگوهای فراغت خانواده با رضایتمندی و ثبات زناشویی ایفا می‌کند. می‌توان چنین استنباط کرد که فعالیت‌های فراغتی توسط اعضای خانواده طبق ساختار خاص خود، محرک اصلی برانگیزنده حس همدلی طرفین و تبیین‌کننده کیفیت روابط همسران و نهایتاً ثبات و تداوم ازدواج است.

کلید واژه: فراغت خانواده و همدلی، رضایتمندی و ثبات ازدواج، زمینه‌های ثبات ازدواج.

۱- Khmomenti2000@yahoo.com

۲- sey110@hotmail.com

۳- khadije.rezaee@chmail.ir

۴- m-eb1@live.com

۱- دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه رازی

۲- نویسنده مسئول: دانشجوی دکتری دانشگاه خوارزمی

۳- دانش آموخته کارشناسی دانشگاه رازی

۴- دانش آموخته کارشناسی ارشد دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخش

مقدمه

از جمله متغیرهایی که به نظر می‌رسد زندگی زوجی و خانوادگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، فعالیت‌های فراغتی و تفریحی است. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد فراغت و تفریح، پیامدهای مثبتی در ازدواج و خانواده دارد؛ از جمله افزایش رضایتمندی، ثبات، شادکامی و کارکرد مناسب (صیدی و باقریان، ۱۳۹۰؛ زبریسکی^۱ و مک کرمیک^۲، ۲۰۰۱؛ ارثنر^۳ و مانسینی^۴، ۱۹۹۰؛ هلمن^۵ و اپرسون^۶، ۱۹۸۴). فراغت خانواده، فعالیتی هدفمند است که زن و شوهر، عامدانه طراحی می‌کنند و موجب بهبود روابط خانوادگی و زوجی می‌شود (صیدی و باقریان، ۱۳۹۰). زبریسکی و مک کرمیک (۲۰۰۱) بر این باورند که سامانه خانواده بسته به نیاز خود به ثبات و تغییر از یکی از الگوهای فراغتی هسته‌ای و یا تعادلی استفاده می‌کند. آنها با بیان اینکه روابط متقابل کنش و واکنش‌های ثبات و تغییر در نیازهای خانواده نقش مهمی دارد. آنان الگوی کارکردی تعادلی و هسته‌ای فراغت خانواده^۷ را ایجاد کردند که دو الگوی متفاوت از فراغت را در بافت خانواده معرفی می‌کند. الگوی هسته‌ای فراغت خانواده با فعالیت‌هایی مشخص می‌شود که خانواده‌ها به طور رایج و مکرر، و هر روزه در آنها شرکت می‌کنند و در عین حال کم هزینه و نسبتاً در دسترس است. فعالیت‌های هسته‌ای می‌تواند اموری مثل صرف دسته‌جمعی شام، بازی با لغات و یا تماشای دسته‌جمعی تلویزیون را شامل شوند (آگاته^۸، زبریسکی، ایگت و پاف^۹، ۲۰۰۹؛ زبریسکی، ۲۰۰۰). الگوهای تعادلی فراغت

-
- 1 - Zabriskie
 - 2 - McCormick
 - 3 - Orthner
 - 4 - Mancini
 - 5 - Holman
 - 6 - Epperson
 - 7 - core and balance model of family leisure
 - 8 - Agate
 - 9 - Eggett

خانواده بدیع، نامعمول و با فراوانی کمتری رخ می‌دهد (زبریسکی و مک کرمیک، ۲۰۰۱). آنها معمولاً در منزل انجام نمی‌شود و اغلب نیازمند صرف زمان، نیرو، و منابع زیادی است. فعالیتهای هسته‌ای می‌تواند مسافرت‌های خانوادگی، پیک‌نیک، رفتن به ماهیگیری و... را در بر گیرد (آگاته، زبریسکی، و ایگت، ۲۰۰۸؛ زبریسکی، ۲۰۰۰).

الگوی تعادلی و هسته‌ای بیان می‌کند که خانواده‌هایی که نیازمند ثبات هستند به سمت الگوهای هسته‌ای فراغت، و خانواده‌هایی که نیازمند تغییر هستند به دنبال الگوهای تعادلی فراغت هستند. کیفیت ارتباط نیز در این بین نقش آسان‌کننده این جابه‌جایی را ایفا می‌کند (اسمیت^۱، فریمن^۲، زبریسکی، ۲۰۱۰). نتایج برخی مطالعات نشان می‌دهد زوج‌هایی که باهم در فعالیتهای فراغتی شرکت می‌کنند، ارتباطی باکیفیت‌تر و قدرتمندتر را تجربه می‌کنند و در مقابل مشکلات، سرسختی و ثبات بیشتری از خود نشان می‌دهند (اسمیت، و همکاران ۲۰۱۰ و صیدی، پور ابراهیم، باقریان و منصور، ۱۳۹۰). هیل^۳ (۱۹۸۸) در مطالعه ملی خود، که پنج سال طول کشید، کشف کرد رابطه مثبت معناداری بین فعالیتهای فراغتی مشترک و میزان کم طلاق و جدایی (ثبات ازدواج) وجود دارد؛ این نتیجه با کنترل موارد اثرگذار بر ثبات ازدواج (همچون تعداد فرزندان و سن) به دست آمد؛ در عین حال کراوفورد^۴، کراوفورد^۴، هاتس^۵، هاستون^۶ و جورج^۷ (۲۰۰۲)؛ هاوکس^۸ (۱۹۹۱) و اسمیت، اسنایدر^۹، مانسما^۱ (۱۹۸۸) نشان دادند که رضایتمندی از ازدواج در زن و

-
- 1 - Smith
 - 2 - Freeman
 - 3 - Hill
 - 4 - Crawford
 - 5 - Houts
 - 6 - Houtson
 - 7 - George
 - 8 - Hawks
 - 9 - Snyder

شوهرهایی که اوقات فراغتشان را با هم و در فعالیتهای خوشایند صرف می‌کنند، بیش از زوجهایی است که این‌گونه عمل نمی‌کنند که این امر در زوجهای جوان بیشتر مشهود است. با اینکه پژوهشهای مختلف از کم و کیف رابطه فراغت خانواده با متغیرهایی همچون رضایتمندی و ثبات ازدواج پرده برداشته است، هیچ‌کدام به متغیرهای واسطه‌ای نپرداخته‌اند که در این بین ایفای نقش می‌کند.

همدلی از ارکان ایجاد رابطه مناسب و اثربخش (راجرز، ۱۳۸۷) و نیز زندگی زناشویی است (پالری^۱، ریگالیا^۲، فینچام^۳، ۲۰۰۵؛ فینچام، پالری، ریگالیا، ۲۰۰۲). بوربا^۴ (۲۰۰۱) همدلی را شناخت احساسات دیگران تعریف می‌کند و بر حسب نتیجه تحقیق وی، افراد همدل، هیجان‌ات مثبتی نسبت به دیگران دارند (خنده، لبخند و هیجان‌زدگی)؛ با دیگران تعاملات سازنده‌ای دارند (همکاری، مشارکت، عاطفه)؛ مراودات کلامی اثربخشی دارند (گوش کردن، تحسین و تشویق) و نسبت به تعاملات غیرکلامی (زبان بدن، حالات چهره، تن صدا و اشارات) نیز حساس هستند. همدلی نیروی بر انگیزاننده رفتارهای اجتماعی و رفتارهایی است که انسجام گروهی را در پی دارد. (جولیفی و فارنیگتن، ۲۰۰۴). به جرأت می‌توان گفت که میان متغیرهای مربوط به خانواده، همدلی بیشترین ضریب اهمیت را به خود اختصاص داده است که نمی‌توان براحتی از آن چشم‌پوشی کرد. مطالعه‌ای که استفورد و کانری (۱۹۹۱) انجام دادند، به منظور تعیین راهبردهایی صورت گرفت که زوجها برای حفظ رابطه‌شان به کار می‌گیرند، پنج راهبرد مشخص شد که همدلی همسران از جمله آنها است که شاخصی از پذیرش و عشق است.

1 - Monsma
2 - Paleari
3 - Regalia
4 - Fincham
5 - Borba

با توجه به این مباحث، هدف این پژوهش، ارائه یافته‌های جدیدی در مورد نقش متغیرهای اثرگذاری نظیر فراغت خانواده و نیز همدمی طرفین بر رضایتمندی از رابطه و ثبات ازدواج است. همچنین این پژوهش به دنبال تعیین نقش واسطه‌ای همدمی همسران در روابط بین فراغت با رضایتمندی و ثبات ازدواج است.

روش پژوهش

این پژوهش را از نظر هدف می‌توان جزء پژوهشهای کاربردی به شمار آورد. از نظر میزان کنترل پژوهشگر بر متغیرهای پژوهش از نوع غیرآزمایشی و در واقع نوع همبستگی است. شرکت‌کنندگان در این پژوهش ۲۷۰ نفر از متأهلان ساکن شهرستان کرمانشاه در سال ۱۳۹۲ بودند. نمونه‌گیری به روش خوشه‌ای چند مرحله‌ای انجام شد به این صورت که در ابتدا سه منطقه از مناطق ششگانه شهرداری، تصادفی انتخاب شد. در مرحله بعد از هر منطقه سه محله، تصادفی انتخاب، سپس پرسشنامه‌ها در سطح محله توزیع شد. پرسشنامه‌ها عمدتاً با مراجعه به در منازل و بعضاً در مکانهای عمومی نظیر پارکها و فروشگاهها توزیع شد. ابتدا توضیحاتی در مورد هدف کلی پژوهش، و رازداری در همه مراحل پژوهش به شرکت‌کنندگان داده، و سپس پرسشنامه‌ها در اختیار یکی از زوجین قرار داده، و پس از پاسخگویی در حضور پژوهشگران در زمان معین بازگردانده شد. برای دستیابی به اهداف پژوهش از روش تحلیل مسیر^۱ استفاده شد. در واقع با استفاده از تحلیل مسیر می‌توان مسیرهای معنادار و قوی را شناسایی کرد.

ابزار

راهبردهای حفظ رابطه (RMSM): در این پژوهش به منظور اندازه‌گیری متغیر همدلی از خرده مقیاس اطمینان و دلگرمی ابزار راهبردهای حفظ رابطه استفاده شد. این ابزار به منظور سنجش کمی راهبردهای حفظ رابطه اولین بار توسط استافورد و کانری (۱۹۹۱) ساخته شد و بعد کانری و استافورد (۱۹۹۲) آن را اصلاح کردند. نسخه اصلی از ۲۹ گویه تشکیل شده بود که فعالیت‌های محافظت‌کننده از رابطه را اندازه می‌گرفت که افراد انجام می‌دادند. مثبت‌گرایی، باز و راحت بودن، اطمینان و دلگرمی دادن و شبکه‌های اجتماعی و تقسیم وظایف، پنج راهبرد حفظ رابطه‌ای بود که این ابزار اندازه می‌گرفت. در نسخه تصحیح‌شده این ابزار، که توسط استافورد و همکاران (۲۰۰۰) تهیه شد، دو راهبرد نصیحت کردن و مدیریت تعارض به ابزار افزوده شد و جمع گویه‌ها به ۳۳ رسید. روایی صوری، روایی پیش بین و روایی سازه در مطالعات مختلف به تأیید پژوهشگران رسیده است (کانری، استافورد و سمیک، ۲۰۰۲). کانری و همکاران (۲۰۰۲) میانگین ضریب پایایی در ۱۲ مطالعه برای خرده مقیاس اطمینان و دلگرمی ۰/۸۱ و برای فرم ایرانی آن در این مطالعه ۰/۸۷ محاسبه شد.

خرسندی زناشویی (MHM): این ابزار از هفت گزاره درباره ازدواج افراد تشکیل شده که در یک طیف لیکرتی هفت درجه‌ای (بشدت موافق تا بشدت مخالف) مقیاس بندی شده است. این ابزار از گزاره‌هایی مثل «اگر بار دیگر زندگیم تکرار شود، باز با همین شخص ازدواج می‌کنم»، تشکیل شده است. نمره بیشتر در این مقیاس نشان می‌دهد که افراد خرسندی و شادکامی بیشتری را در ازدواجشان تجربه می‌کنند. در پژوهش (لورنز، ۲۰۰۸) پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۵ و برای فرم ایرانی آن در این پژوهش نیز ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمد.

نیمرخ فراغت خانواده^۱: نیمرخ فراغت خانواده میزان شرکت در فعالیتهای فراغتی خانواده را بر مبنای الگوی تعادلی و هسته‌ای کارکرد فراغت خانواده (زیبریسکی، ۲۰۰۰) اندازه‌گیری می‌کند. پاسخ‌دهندگان باید فعالیتهای فراغتی را مشخص کنند که با اعضای خانواده انجام می‌دهند که در چهارده نوع فعالیت جدا دسته‌بندی شده است. هفت دسته از فعالیتها نشان می‌دهد الگوهای هسته‌ای فراغت خانواده است (از قبیل شام خوردن اعضای خانواده، بازیهای خانگی، تماشای تلویزیون و ویدئو در منزل) و هفت دسته دیگر نشان‌دهنده الگوهای تعادلی فراغت خانواده است (از قبیل فعالیتهای بیرون از منزل، گردشگری، فعالیتهای مخاطره‌جویانه و رخدادهای اجتماعی). در هر سؤال از پاسخ‌دهنده در مورد شرکت او در یکی از فعالیتهای مربوط به آن دسته سؤال می‌شود. اگر پاسخ بله بود، پاسخ‌دهنده باید مقیاسهای ترتیبی تخمینی فراوانی («حدوداً چند مرتبه») و طول مدت («حدوداً چقدر طول می‌کشد؟») را برای هر دسته فعالیت تکمیل کند. نمره‌گذاری برای این آزمون با محاسبه مقیاسهای ترتیبی فراوانی و طول مدت در هر دسته و سپس جمع نمره‌های دسته‌های مربوط به فعالیتهای هسته‌ای برای نمره فعالیتهای فراغتی خانواده و جمع نمره‌های دسته‌های مربوط به فعالیتهای فراغتی برای نمره فعالیتهای فراغتی خانواده و جمع این دو برای نمره کل به دست می‌آید. این مقیاس ویژگیهای قابل قبول روان‌سنجی از قبیل شواهد مربوط به روایی سازه، روایی محتوایی، پایایی درونی را از خود نشان می‌دهد (اسمیت و همکاران، ۲۰۱۰؛ زیبریسکی، ۲۰۰۰) و پایایی باز آزمایشی برای خرده مقیاس هسته‌ای ($R=0.74$) و برای تعادلی ($R=0.78$) و برای نمره کل ($R=0.78$) محاسبه شد (زیبریسکی و مک کرمیک، ۲۰۰۱).

ثبات ازدواج: ثبات ازدواج، ابزاری تک‌گویه‌ای و محقق ساخته است که میزان ثبات و تزلزل ازدواج را مورد سنجش قرار می‌دهد. شرکت‌کنندگان باید به سؤال

«طی چند ماه اخیر چند مرتبه به ذهنتان رسید از همسرتان جدا شوید؟» در یک طیف لیکرتی (هرگز، کمتر، گهگاهی، مرتباً) پاسخ دهند. در این پژوهش، روایی همگرایی این ابزار با ابزار شادکامی زناشویی (MHM) مطلوب (۰/۷۱) و روایی محتوایی این ابزار مورد تأیید متخصصان قرار گرفت؛ هم‌چنین پایایی باز آزمایی با فاصله زمانی یکماهه ۰/۶۴ محاسبه شد.

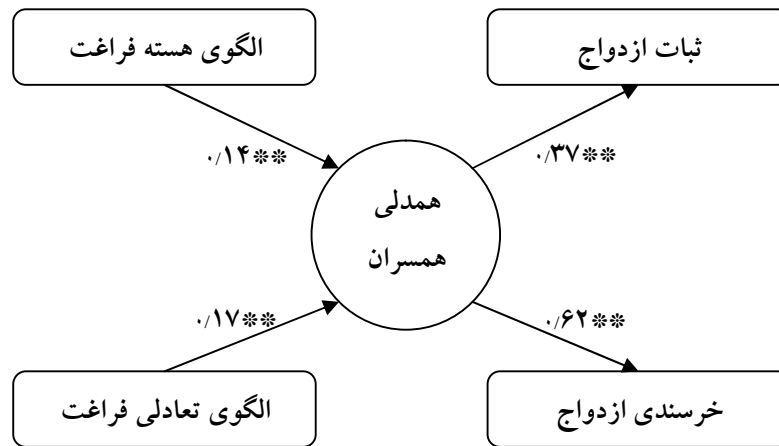
یافته‌ها

برخی ویژگیهای جمعیت شناختی نمونه به شرح است: میانگین سنی شرکت کنندگان ۳۹/۵ سال با انحراف استاندارد ۱۱/۶۵؛ تعداد زن و مرد ۸۷ و ۱۶۵ نفر و سطح تحصیلات برای ۸۳ نفر (۳۰/۷) زیر دیپلم، ۷۶ نفر (۲۸/۱) دیپلم، ۶۳ نفر (۲۳/۳) کاردانی و کارشناسی و ۲۰ نفر (۷/۴) ارشد و دکتری.

مسیرهای مستقیم و غیر مستقیم بین متغیرها با واسطه‌گری متغیر همدمی همسران با کمک نرم افزار AMOS نسخه ۱۸ تحلیل شد که نتایج آن در شکل ۱ آمده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

شاخصها	الگوی هسته‌ای فراغت	الگوی تعادلی فراغت	ثبات ازدواج	همدمی (دلگرمی دادن)	شادکامی ازدواج
الگوی هسته‌ای فراغت					
الگوی تعادلی فراغت	۰/۵۶				
ثبات ازدواج	۰/۲۰	۰/۱۳			
همدمی (دلگرمی دادن)	۰/۲۳	۰/۲۴	۰/۳۷		
شادکامی ازدواج	۰/۲۱	۰/۲۵	۰/۶۵	۰/۶۲	
میانگین	۳۱	۴۵/۷	۶/۳۴	۳۲/۳	۳۸/۲
انحراف استاندارد	۱۷/۳	۲۵/۴	۱/۵	۵/۵	۱۰/۱



** $P < 0.01$, * $P < 0.05$

شکل ۱: ضرایب مسیر الگو

نتایج تحلیل مسیر نشان می‌دهد همدمی همسران توانست نقشی واسطه‌ای را هم در رابطه بین الگوی هسته‌ای و تعادلی فراغت با ثبات و نیز کیفیت ازدواج ایفا کند. همچنین الگوهای فراغت بویژه الگوی تعادلی، توانست از طریق متغیر همدمی همسران، واریانس بیشتری در متغیر خرسندی از ازدواج ایجاد کند. برای تعیین ضرایب و معناداری تأثیرات غیر مستقیم از آزمون BOOTSTRAP استفاده شد. بر همین اساس اثر غیر مستقیم الگوی هسته‌ای فراغت بر ثبات ازدواج (INDIRECT EFFECT=0/06, $P < 0/05$)؛ اثر غیر مستقیم الگوی هسته‌ای فراغت بر کیفیت ازدواج (INDIRECT EFFECT=0/09, $P < 0/05$)؛ اثر غیر مستقیم الگوی تعادلی فراغت بر ثبات ازدواج (INDIRECT EFFECT=0/07, $P < 0/05$)؛ اثر غیر مستقیم الگوی تعادلی فراغت بر کیفیت ازدواج (INDIRECT EFFECT=0/11, $P < 0/05$) به دست آمد.

بحث و نتیجه گیری

زندگی سازنده و سالم به ایجاد تعادل بین کار، فراغت و فعالیتهای روزمره منوط است (واین و کریشناگیری، ۲۰۰۵؛ زونکر، ۲۰۰۵، ترجمه نظری و همکاران، ۱۳۹۰). امروزه با تغییر الگوهای ازدواج و تغییر در سنتهای روابط خانوادگی و میزان روز افزون طلاق و تأثیرات فناوری بر نظام خانواده، متخصصان خانواده به دنبال رفع این معضلات و ارتقا بخشی بهداشت روانی، توجه خود را بر کشف و یا خلق عوامل تأثیر گذار بر روابط زن - شوهر و والد - فرزند متمرکز می کنند. ازدواج به جای اینکه صرفاً پیوندی دو نفره باشد، معرف دگرگونی در دو نظام جا افتاده خانوادگی و تکوین خرده نظام جدید در داخل هر یک از آنهاست. با توجه به اینکه امروزه زوجین با سنتهای خانوادگی وابستگی رسمی کمتری دارند و الگوهای کمتری برای تقلید در اختیار دارند و از طرفی فرض بر این است که جدای افرادی که به لحاظ روانی و شخصیتی تیپ ضد اجتماع و یا آزارگر تلقی می شوند، بقیه افراد خواستار برقراری تعامل سازنده و مؤثر دو سویه با دیگران هستند؛ بنابراین ریشه اختلافات خانوادگی را می توان ناآگاهی و یا کم توجهی زوجین از به کار بستن راهبردهایی برای تعاملات خوشایندتر در نظر گرفت. به نظر می رسد ارتباط سالم و سازنده غنیمتی است که فقط باید در خانواده های متعادل جستجو گردد. جای شبهه نیست که قطعاً خانواده هایی که از نظر بیشتر ویژگیها، بدنه خانواده های متعادل را دارا هستند، زمینه را برای فراهم آمدن ارتباط مؤثر ایجاد می کنند (شرفی، ۱۳۷۳).

این پژوهش با هدف تدوین الگوی پیش بینی کیفیت و ثبات ازدواج بر مبنای فراغت خانواده^۱ و میزان همدمی بین زوجین انجام شد. نتایج تحلیلها نشان می دهد که فراغت خانواده پیش بینی کننده مثبت و معنی دار برای خرسندی و ثبات ازدواج است ($B=0/14$ ، $B=0/17$)؛ اگرچه الگوی تعادلی فراغت رابطه قوی تری از الگوی

هسته‌ای با همدلی همسران داشت. هم‌چنین معلوم شد که متغیرهای فراغت خانواده (الگوی هسته‌ای فراغت و الگوی تعادلی فراغت) با واسطه نقش همدلی، خرسندی و ثبات ازدواج را افزایش می‌دهد و تعامل آنها در تبیین واریانس ثبات ازدواج سهم بیشتری دارد. پژوهشی مشابه به منظور تدوین الگویی در این رابطه با این متغیرها صورت نگرفته است؛ اما بررسی جداگانه این متغیرها در پژوهشهای پیشین، سودمندی این متغیرها را در کارایی کارکرد خانواده محرز ساخته است (آرنر و منسینی، ۱۹۹۱؛ هولمن و اپیرسون، ۱۹۸۴؛ زیرسکی و مک‌کورمیک، ۲۰۰۱؛ کراوورد و همکاران؛ ۲۰۰۲؛ لی^۱ و برگاوا^۲، ۲۰۰۴؛ جانسون^۳، زیرسکی و هیل، ۲۰۰۶؛ آگاته و همکاران، ۲۰۰۹)؛ به این دلیل یافته این پژوهش با پژوهشهای یاد شده همسو است.

پژوهشها در این زمینه بدون تناقض گزارش کرد که شوهران و همسرانی که در سرگرمی و اوقات فراغتشان با همدیگر سهیم می‌شوند، نسبت به کسانی که این‌گونه نیستند، خرسندی و رضایت زناشویی بیشتری دارند (هولمن و جکوارت، ۱۹۸۸؛ میلر، ۱۹۷۶؛ آرنر، ۱۹۷۵؛ اسمیت، اسنایدر و مانسما، ۱۹۸۸). شواهد طولی هم هست که نشان می‌دهد حتی زمانی که سایر عوامل احتمالی مؤثر بر ثبات زناشویی کنترل شود، همچنان رابطه معنی‌داری قوی بین مشارکت در اوقات فراغت و میزان طلاق و جدایی وجود دارد (هیلز^۴، ۱۹۸۸).

در توجیه نتایج باید گفت مسلم است ثبات زندگی مشترک در دراز مدت در گروی داشتن مهارتها و آمادگیهای مرتبط است. مطابق با الگوی فراغت خانواده (زابرسکی و مک‌کورمیک، ۲۰۰۱) چنین به نظر می‌رسد که الگوی هسته‌ای و

1 - Lee

2 - Bhargava

3 - Johnson

4 - Hill's

تعادلی هر دو عنصر ضروری زندگی خانواده است و هر کدام به گونه‌ای به تداوم زندگی مشترک کمک می‌کند. فعالیت‌های هسته‌ای فراغت خانواده، احساس نزدیکی و همکاری اعضای خانواده را می‌طلبد و پیوستگی اعضای خانواده را حفظ می‌کند؛ اما فعالیت‌های تعادلی فراغت خانواده چالش‌انگیز و رشدگرایانه است ضمن اینکه مانع رکود و دلزدگی می‌شود و خانواده را در رویارویی با بحران‌های انتقالی و موقعیت‌های جدید، توانمند و انعطاف‌پذیر می‌سازد.

بر اساس الگوی انسجام و انطباق‌پذیری خانواده (السون، ۲۰۰۰)، خانواده بر حسب نیاز خود به سمت یکی از ابعاد انسجام (نزدیکی و صمیمیت اعضا) و انطباق‌پذیری (قاعده‌مندی و مرزبندی بین اعضا) حرکت می‌کند. حرکت بموقع و سریع خانواده، ثبات و رضایتمندی آن را در طول زمان موجب می‌شود. زیرسکی (۲۰۰۰) بر این باور است که الگوی تعادلی فراغت به عنوان ابزاری مهم، بعد انطباق‌پذیری و الگوی هسته‌ای فراغت، بعد انسجام آن را تأمین خواهد کرد.

در ارتباط با نقش همدلی، مشخص است که همدلی، شناخت احساسات دیگران، (بوربا، ۲۰۰۱) و عامل برانگیزاننده مشارکت و رفتارهای مراقبتی اعضای خانواده و مانع شکل‌گیری رفتار پرخاشگرانه است. با توجه به همبستگی متغیر فراغت خانواده و همدلی به نظر می‌رسد این دو، نقش دو سویه متقابلی با هم داشته باشد به طوری که همدلی گرایش به مشارکت در فعالیت‌های فراغتی بین زوجین را تقویت می‌کند که زمینه‌ساز همفکری زوجین در برنامه‌ریزیها و تصمیم‌گیریهای زندگی مشترک است و حل مسائل دشوار و تنش‌زا را آسان می‌سازد و بالعکس فعالیت‌های فراغتی، همدلی را تقویت خواهد کرد.

در کل می‌توان گفت وقتی افراد در معرض وضعیتی قرار می‌گیرند که به آنها امکان تجربه احساس لذت‌بخش را می‌دهد به احتمال بیشتری به دیگران کمک می‌کنند؛ در برخورد با دیگران دوستانه رفتار، و تشریک مساعی بیشتری می‌کنند و

به احتمال کمتری به رفتارهای خصمانه دست می‌زنند و نهایتاً به صورت کارآمدتری تصمیم‌گیری می‌کنند (ایزن و ریو، ۲۰۰۳؛ به نقل از سید محمدی، ۱۳۹۰). به تجربه ثابت شده است که عاطفه مثبت به انعطاف‌پذیری شناختی و حل مسئله خلاق کمک می‌کند. نباید از تأثیر بسزای رویدادهای شادی‌آور از جمله موفقیت در کار، پیشرفت شخصی، پیشروی به سمت هدف، به دست آوردن موفقیت، جلب احترام و مورد محبت و لطف قرار گرفتن یا تجربه احساسهای لذت‌بخش غافل بود (اکمن و فریزن، ۱۹۷۵؛ ایزاردف، ۱۹۹۱؛ شیور و همکاران، ۱۹۸۷؛ به نقل از سید محمدی، ۱۳۹۰) که همه این موارد بر کیفیت ازدواج اثر مثبت قابل ملاحظه‌ای دارد. حال با استنباط از یافته‌های پژوهش می‌توان اهمیت متغیرهای مورد بررسی را در ارتباط با کیفیت و ثبات ازدواج در دو سطح نظری و عملی مورد توجه قرار داد. در سطح نظری این پژوهش می‌تواند هدایتگر پژوهشهای آینده باشد. گزارشهای رسمی سازمان ثبت احوال نشان می‌دهد که نسبت ازدواج به طلاق در ۶ ماهه نخست سال ۱۳۹۲، ۵.۵ (در برابر هر ۵.۵ ازدواج یک طلاق)، و این در حالی است که این نسبت در همین دوره زمانی در استان کرمانشاه در سطح پایین تری (۴.۶) قرار دارد. همین ارگان رسمی گزارش می‌کند که در سال ۱۳۸۳ این نسبت برای کل کشور ۹/۸ و برای استان کرمانشاه ۷/۵ بوده است که این فکر را به ذهن متبادر می‌سازد که ازدواجهای ایرانی در موضعی ضعیف و بی‌ثبات قرار دارد. بنابراین با توجه به اوضاع نامطلوب فعلی در زمینه ازدواج، پژوهشهای گوناگون ضرورت و اهمیت بیشتری می‌یابد. در سطح عملی مشاوران خانواده با توجه به مفاهیم نظری الگوی فراغت خانواده می‌توانند از ظرفیت بالقوه فرهنگ ایرانی به منظور تهیه برنامه‌های آموزشی سلامت محور خانواده استفاده، و بر نقش کمرنگ فعالیت‌های فراغتی دسته جمعی همراه با همدمی برجسته و نقش مؤثر آنها تأکید کنند.

منابع

- برک، لورا. (۱۳۹۱). روانشناسی رشد (از نوجوانی تا پایان زندگی). ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: ارسباران.
- بشارت، محمد علی؛ خدابخش، محمد رضا؛ فراهانی، حجت الله؛ رضازاده، محمد رضا (۱۳۹۰). نقش واسطه‌ای خودشیفتگی در رابطه بین همدلی و کیفیت روابط بین شخصی. فصلنامه روانشناسی کاربردی. ۵(۱): ۲۳-۷.
- حسینی، حسن (۱۳۵۰). جامعه شناسی نظام گسیختگی. خانواده و طلاق. تهران: سلمان. ۱۳۸۶.
- دانش، عصمت؛ حیدریان، مریم (۱۳۸۵). رابطه علاقه و احترام متقابل با رضایت زناشویی همسران در شهرستان قم. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره. ۵(۱۸): ۷۶ - ۵۹.
- راجرز، کارل (۱۹۹۵). راه انسان شدن. ترجمه قاسم قاضی. تهران: نشر جیحون. ۱۳۸۷.
- رحیمی، م؛ یوسفی، ف (۱۳۸۹). نقش الگوهای ارتباطی خانواده در همدلی و خویشنداری فرزندان. فصلنامه خانواده پژوهی. ۶(۲۴): ۴۴۷ - ۴۳۳.
- ریو، جان مارشال (۱۳۹۰). انگیزش و هیجان. ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: ویرایش. شرفی، محمد رضا (۱۳۷۳). خانواده متعادل (آناتومی خانواده). تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان جمهوری اسلامی ایران.
- صیدی، محمد سجاده؛ باقریان، فاطمه (۱۳۹۰). پیش‌بینی سرسختی خانواده توسط فراغت و انجام فرایض دینی در منزل با واسطه‌گری کیفیت ارتباط در خانواده. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده. ۱(۲): ۲۴۲ - ۲۲۶.
- صیدی، محمد سجاده؛ پورابراهیم، تقی؛ باقریان، فاطمه؛ منصور، لادن (۱۳۹۰). رابطه بین معنویت خانواده با تاب‌آوری آن با واسطه‌گری کیفیت ارتباط در خانواده. روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی. ۲(۵): ۸۴ - ۶۷.
- لانگ، لین؛ یانگ، مارک (۲۰۰۷). درمان مسائل زن و شوهری. ترجمه: علی محمد نظری، جواد خدادادی، مسعود اسدی، کبری ناموران، حسین صاحب‌دل. تهران: انتشارات آواری نور. ۱۳۹۲.
- Agate, J. R., Zabriskie, R. B., Agate, S. T., & Poff, R. (2009). Family leisure satisfaction and satisfaction with family life. *Journal of Leisure Research*, 41(2), 205-223.

- Beavers , w.R.,& Hampson , R.B.(2000).The Beavers model of Family Functioning .The Journal of Family Therapy. , 22:128-143.
- Borba, m.(2001).Building moral intelligence :The seven essential virtues that teach children to do the right thing . Usa:Jossey-Bass.
- Connell,H.M.(1972).Depression in childhood.child psychiatry and Human Development,4,71-85.
- Crawford, D. W., Houts, R. M., Huston, T. L., & George, L. J. (2002). Compatibility, leisure, and satisfaction in marital relationships. Journal of Marriage and Family, 64(2), 433-449.
- Cytryn.L., & Mck new ,D.H.(1974).Factors in fluctuating the changing clinical expression of the depressive process in children . American journal of psychiatry.,131,879-881
- Ekman,P.,&Friesen,w.v.(1975).unmasking the face. Englewoodcliffs. NJ:Prentice-Hall
- Fincham, F. D. & Paleari, F. G. & Regalia, C. (2002).Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. Personal relationship. V 9, P; 27-37.
- Goodenow.C.(1993).The psychological sense of school membership among adolescents: scale development and educational. correlates. psychology in schools.30.79-90.
- Hill, M. S. (1988). Marital Stability and Spouses' Shared Time A Multidisciplinary Hypothesis. Journal of Family Issues, 9(4), 427-451.
- Holman, T. B., & Epperson, A. (1984). Family and leisure: A review of the literature with research recommendations. Journal of Leisure Research, 16(4), 277-294.
- Holman, T. B., & Jacquart, M. (1988). Leisure activity patterns and marital satisfaction: A further test. Journal of Marriage and the Family, 50(1), 69-78.
- Isen,A.m.,& Reeve , J.(2003).The influence of positive affect on intrinsic motivation .unpublishedmanuscript, cornell university.
- Johnson , H .A.(2005).The contribution of couple leisure involvement, leisure time, and leisure satisfaction to marital satisfaction. Doctoral dissertation . Brigham Young University.
- Johnson, H. A., Zabriskie, R. B., & Hill, B. (2006). The contribution of couple leisure involvement, leisure time, and leisure satisfaction to marital satisfaction. Marriage & family review, 40(1), 69-91.

- Jolliffe , D.,&farrington , D.P.(2004).Empathy avd offending :A systematic review and meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior* , 9:441-476.
- Lenthall, G. (1977). Marital satisfacation and marital stability. *Journal of Marriage and Family Counseling*. 25-32.
- Miller, B. C. (1976). A multivariate developmental model of marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 38(4), 643-657.
- Olson , D.H., & Barns , H.(2004). *Family communication*. Minneapolis , Life innovations , Inc.
- Orathinkal, J. & Vansteenwegen, A. (2006). The Effect of Forgiveness on Marital Satisfaction in Relation to Marital Stability. *Contemporary Family Therapy*. 28:251–260.
- Orthner, D. K. (1975). Leisure activity patterns and marital satisfaction over the marital career. *Journal of Marriage and the Family*, 37(1), 91-102.
- Orthner, D. K., & Mancini, J. A. (1991). Benefits of leisure for family bonding. In B. L. Driver, P. J. Brown, & G. L. Peterson (Eds.), *Benefits of leisure* (pp. 215-301). State College, PA: Venture.
- Orthner, D.K.,& Mancini, D.A.(1990).leisure impact on family intraction and cohesion . *Journal of leisure . Research* , 22,125-137.
- Paleari, F. G. & Regalia, C.& Fincham, F. D.(2005). Marital Quality, Forgiveness, Emapathy and Rumination: A longitudinal Analysis. *Personality and social Psychology Bulltin*. Vol. 31, N. 3, P:368-378.
- Rieffe, C.,Ketelear, L., & Wiefferink, C.H. (2010). Assessing empathy in young children: construction and validation of an empathy questionnaire (em que). *Personality and in differencs*, in press.
- Ryan,R.M.,& Powelson,C.L.(1991).Autonomy and relatedness .ASfundamental to motivation and education.*journal of Experimental Education* .60.49-66.
- Segrin, C.,& Geanne, F.(2005).*Family Communication* . Mahwah, New Jersy :Lawrence Erlbaum Acsociates
- Shaver.P.,& Hazan,C.(1987).Being lonely ,falling in love :persectives from attachment theory *Jornal of social Behavior and personality*.2,105-124.
- Smith, G. T., Snyder, D. K., Trull, T. J., & Monsma, B. R. (1988). Predicting relationship satisfaction from couples' use of leisure time. *American Journal of Family Therapy*, 16(1), 3-13.

- SOUSA, a.d., McDonald, S., RUSHBY, J. li, S. Dimoska, A., & James, C. (2010). Understanding deficits in empathy after traumatic brain injury: The role of Affective responsivity. *Cortex*, in press
- Wallerstein, J.S., & Kelly, J.B. (1980). *Surviving the break up: How children and cope with divorce*. New York: Basic book.
- Wayne, D.O., & Krishnagiri, S. (2005). Parent leisure: The impact of raising a child with down syndrome. *Occupational Therapy International*, 12(3), 180-194.
- Zabriskie, R.B., & McCormick, B.p. (2001). The influences of family leisure patterns on perception of family functioning. *Family Relations*, 50, 281-289.