

اثر روان‌درمانی وجودی مبتنی بر فرهنگ ایرانی - اسلامی بر کیفیت روابط بین فردی زوجین

محمدرضا دایی جعفری^۱، اصغر آقایی^{۲*}، سید حمید آتش‌پور^۲، سید عباس شفتی^۳

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، خوراسگان، ایران

^۲ گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، خوراسگان، ایران

^۳ گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

چکیده

درمانگران وجودی بر روابط برای بقای انسان تأکید می‌کنند زیرا انسان‌ها همواره با یکدیگر در ارتباط هستند و همین روابط هستند که به انسان‌ها شکل تعریفی از آن‌ها ارائه می‌دهند. بر این اساس هدف از پژوهش حاضر تأثیر روان‌درمانی وجودی مبتنی بر فرهنگ ایرانی - اسلامی بر کیفیت روابط بین فردی زوجین بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون همراه با گروه گواه بود. شرکت‌کنندگان تعداد ۲۰ زوج بودند که به شیوه‌ی در دسترس از میان زوج‌های مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره استان اصفهان انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه روابط بین فردی بود. نتایج تحلیل داده‌های روش مانکوا نشان داد که روان‌درمانی وجودی بر کیفیت روابط بین فردی در مؤلفه‌های توجه به خود، برنامه‌ریزی برای حل مشکلات و سبک‌های ارتباطی در سطح ($p < 0/01$) اثربخش بودند. شواهد حاصل نشان داد که روان‌درمانی وجودی مبتنی بر فرهنگ ایرانی - اسلامی در سالم‌سازی عشق و عاطفه و روابط بین فردی زوجین ایرانی نقش مؤثری دارد.

کلیدواژه‌ها: روان‌درمانی وجودی مبتنی بر فرهنگ ایرانی - اسلامی؛ کیفیت روابط بین فردی؛ زوجین؛ آگریستانسیال

مقدمه

انسان موجودی فانی است که به دلیل خودآگاهی، می‌داند روزی خواهد مرد. با این حال، تنها با اندیشیدن و تأمل درباره این فناپذیری است که می‌تواند چگونه زندگی کردن را بیاموزد. از این رو هرکسی باید با مسائل ابدی و لاینحل مربوط به دلواپسی‌های غایی خویش مواجه شود: مرگ، آزادی، تنهایی و معنا. دیدگاه روان‌درمانی وجودی^۱ قصد دارد تا با عزمی راسخ در پیچ و خم ژرف‌ترین و عذاب‌آورترین مسائل و تجربیات زندگی پا به پای انسان‌ها به پیش برود. رویکرد هستی‌گرا عمیق‌ترین پرسش‌های مربوط به ماهیت انسان و ماهیت اضطراب، تنهایی، ارزشها و معنا را به چالش می‌کشد و نیز در اصل با پرسش‌های مربوط به مسئولیت، خلاقیت و عشق سر و کار دارد. (یالوم و جالسون، ۲۰۱۱). آنچه وجودگرایی را از بسیاری دیدگاه‌ها دیگر شاخص می‌کند توجه به برخی از جنبه‌های فلسفی از جمله مقدم دانستن وجود بر ماهیت، تلاش انسان برای یافتن معنای زندگی، مخالفت با جداسازی‌های عینی از ذهنی و خصوصاً آزادی و احساس مسئولیت و دست‌یابی به خود راستین و اصالت وجودی دانست.

رویکرد وجودی ما را در پاسخ به این سوال یاری می‌کند: چگونه ممکن است یک فرد با دیگری ارتباط برقرار کند؟ ماهیت انسان‌ها چیست که افراد بر اساس آن می‌توانند با یک دیگر ارتباط داشته باشند، یک دیگر را به عنوان یک موجود درک کنند، توجهی اصیل نسبت به آسایش و شکوفا شدن یک دیگر داشته باشند و اعتمادی اصیل را تجربه نمایند (رولو می، ۱۳۹۵). ما به دنبال کسانی می‌گردیم که با آنها یک آشیانه بسازیم؛ یعنی جایی که ما در آن احساس راحتی و آسایش کنیم، جایی که احساس کنیم خودمان هستیم و زندگی مان در آرامش باشد. وقتی که چنین آشیانه‌ای مکانی شود برای مشاخره، ارتباطات غلط و سوء تفاهم‌ها و علاوه بر اینها وقتی که خیانت‌ها به ساختار رابطه‌ی ما حمله کنند، آنگاه در ما حس عظیمی از اندوه، خشم و آزرده‌گی به وجود می‌آید. در این مرحله است که ما به دنبال درمانگر روابط می‌رویم تا با کمک او بتوانیم از کل ماجرا سر در بیاوریم.

فلاسفه وجودی بر اهمیت مسئله رابطه برای بقای انسان تأکید می‌کنند. استدلال قاطعانه آن‌ها این است که خصوصیات فردی نسبت به مسئله رابطه، در جایگاه بعدی قرار دارد. یعنی رابطه بر خصوصیات فردی مقدم و از اهمیت بیشتری برخوردار است. علت این ادعا

* پست الکترونیک نویسنده مسئول: aghaeipsy@gmail.com

مقاله حاضر بر گرفته از پایان‌نامه محمد رضا دایی جعفری در مقطع کارشناسی ارشد است.

آن است که انسان‌ها همواره با یکدیگر در ارتباط هستند و دقیقاً همین روابط هستند که به انسانها شکل می‌دهند و تعریفی از آن‌ها ارائه می‌کنند: ما چیزی جز یک جنبه، یک عنصر (نشانه) یا بخشی از یک بافت وسیع تر نمی‌باشیم. بر اساس رویکرد روان‌شناسی وجودی، ما یکی از کانال‌هایی هستیم که از طریق آنها زندگی جریان دارد. ما رگی هستیم که بواسطه آن، زندگی خود را نشان می‌دهد. به معنای دقیق کلمه، ما همواره در ارتباط هستیم، همواره در یک بافت قرار داریم، همواره با چیزهایی که ما را احاطه کرده اند ارتباط داریم و همواره چیزهایی که با آنها ارتباط داریم تعریفی از ما ارائه می‌دهند. داشتن رابطه برای بقای ما ضروری است و الهام بخش کارهایی است که انجام می‌دهیم (امی ون دورزن و سوزان یاکوو، ۱۳۹۵).

ازدواج اولین تعهد عاطفی و حقوقی است که در بزرگسالی منعقد می‌شود. انتخاب همسر و انعقاد پیمان زناشویی نقطه عاطفی در رشد و پیشرفت شخصی تلقی می‌شود. سه دلیل اصلی ازدواج در جامعه امروزی عشق، همشینی و تحقق انتظارات است. مطالعه زندگی زناشویی بر این امر دلالت دارد که الگوهای متعددی در عملکرد موفقیت آمیز ازدواج‌ها وجود دارد. اما بعضی از قواعد مشترک، عبارتند از: ۱- همسران در یک زندگی زناشویی موفق، بادوام و توأم با رضایت به همدیگر احترام می‌گذارند. هر یک از همسران بعضی ویژگی‌ها یا توانایی‌های قابل احترام را در دیگری می‌یابد و هر چقدر میزان احترام‌گذاری به همدیگر وسیع تر باشد، زندگی زناشویی رضایت‌مندانه‌تر خواهد بود. ۲- همسران نسبت به همدیگر بردبار هستند، آنها درک می‌کنند که احتمال خطر کردن در خودشان وجود دارد، انسان‌ها را آسیب‌پذیرتر می‌بینند و به این ترتیب می‌توانند قصور و کوتاهی دیگری را بپذیرند. ۳- همسران بر پایه اعتقاد متقابل به تشریک مساعی می‌پردازند. تشریک مساعی بر اعتقاد متقابل زوج‌های دارای زندگی زناشویی با ثبات و رضایت بخش بنیان نهاده شده است و به آنها امکان صرف وقت، انرژی، رغبت و اطمینان به درگیر شدن در فعالیت‌ها و کارهای فرعی خارج از محیط زناشویی را می‌دهد. ۴- در یک ارتباط زناشویی توأم با حس همکاری و مشارکت ممکن نیست، در تمام موارد زن و مرد با هم موافق باشند، اما می‌تواند به راحتی مخالفت خود را اعلام کنند و این امر مورد پذیرش قرار می‌گیرد و با هم به دنبال راه‌هایی می‌گردند که مورد تأیید هر دو قرار گیرد (دایی جعفری و همکاران، ۱۳۹۵).

یکی از عوامل مهم در حفظ روابط سالم خانواده نقش ارتباط می‌باشد. ارتباط به عنوان یک نیروی حیاتی و پویا به رشد و تکامل خانواده سالم و رضامند سهولت می‌بخشد. با تغییرات همواره نقش‌ها در خانواده‌های امروزی، ایجاد توازن بین خود مختاری و صمیمیت، حمایت، مذاکره، انتقاد به طریقه مثبت، درک سایر اعضای خانواده از خصوصیات با اهمیت خانواده سالم و موفق است و توسعه و تداوم رفتارهای ارتباطی انعطاف‌پذیر یکی از روش‌های رسیدن به زندگی خانوادگی پویا و سالم است. مطالعه‌ی روابط زوجین به روشن شدن چهارچوب‌های ساختاری که روابط زوجین بر اساس شکل می‌گیرد کمک می‌کند. پی‌آمدهای منفی مشکلات در میان زوجین که در سطوح فردی، خانوادگی و اجتماعی خود را نشان می‌دهد باعث شده که پژوهشگران و درمان‌گران نسبت به این موضوع حساس باشند و تا کنون مداخلات متعددی با رویکردهای گوناگون به منظور کاهش مشکلات موجود در میان زوجین انجام شده است.

به عنوان مثال، نتایج پژوهش‌های غفوری و همکاران (۱۳۹۲) حاکی از اثر بخشی روان‌درمانی معنوی مبتنی بر بخشودگی در کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت مندی از ارتباط در زوجین شهر مشهد بود. همچنین صادقی و همکاران (۱۳۹۲) گزارش داده‌اند که آموزش‌های به شیوه تحلیل روابط متقابل توانسته است سبک‌های عشق ورزی را بهبود ببخشد. عزیزی، مومنی و حجت‌خواه (۱۳۹۳) در نتایج مطالعات خود بر روی زوجین شهر کرمانشاه بیان کرده‌اند که طرحواره درمانی^۱ می‌تواند در بهبود باورهای ارتباطی غیر منطقی و سازگاری زوجین موثر واقع شود.

مرور پیشینه‌های پژوهش نشان می‌دهد که مداخله‌های انجام شده بیشتر حول محور درمان‌های موج اول و دوم بوده و می‌توان گفت به تازگی درمان‌های موج سوم و همچنین دیدگاه‌های روانشناسی مثبت‌نگر^۲ پا به این عرصه پژوهش‌های میدانی گذاشته‌اند، ولی نکته حائز اهمیت که پژوهش حاضر را به صورت ویژه از سایر پژوهش‌ها متمایز می‌سازد این حقیقت می‌باشد که تا کنون هیچ پژوهشی با رویکرد روانشناسی وجودی به بررسی و مطالعه روابط زوجین به کار نرفته است. از این رو پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به این سوال هستیم که آیا روان‌درمانی وجودی مبتنی بر فرهنگ ایرانی_اسلامی بر روابط بین فردی زوجین تاثیر معناداری دارد؟

روش

شرکت کنندگان

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل می باشد. جامعه آماری این پژوهش را کلیه زوجینی که در تابستان و پاییز ۱۳۹۵ به مراکز مشاوره استان اصفهان مراجعه نمودند را تشکیل دادند. از میان مراکز مشاوره در استان اصفهان ۳ مرکز به شیوه تصادفی انتخاب گردیدند و در این مراکز با حضور پژوهشگران زوجینی که به این مراکز آمده بودند به شیوه در دسترس به عنوان نمونه انتخاب و در روند پژوهش قرار گرفتند. با توجه به اینکه در تحقیقات آزمایشی حداقل ۱۵ نفر برای هر گروه توصیه شده است (دلاور، ۱۳۸۷) و با در نظر گرفتن این احتمال که ریزش نمونه وجود خواهد داشت، تعداد ۴۰ زن و مرد (۲۰ زوج) انتخاب شدند. پس از نمونه گیری اولیه با استفاده از روش انتساب تصادفی شرکت کنندگان در دو گروه آزمایش (۱۰ زوج) و کنترل (۱۰ زوج) واگذار شدند. بعد از پیش آزمون برای هر دو گروه، برای گروه آزمایش مداخلات روان درمانی وجودی در طی ۱۳ جلسه آموزشی ۹۰ برگزار شد، اما گروه کنترل هیچ مداخله ای را دریافت نکرد. در پایان برای هر دو گروه پس آزمون اجرا شد.

ابزار

۱) پرسشنامه کیفیت ارتباط زوجین: این پرسشنامه توسط خوشکام (۱۳۸۵) با استفاده از چارچوب نظری میلر، نانالی و واکمن (برنامه ارتباط زوجین، ۱۹۷۵) طراحی شده است. این پرسشنامه شامل ۳۳ سوال در چهار حیطه می باشد. حیطه اول با نام " توجه کردن به خود " دارای ۵ گزاره، حیطه دوم " توجه کردن به همسر " دارای ۷ گزاره، حیطه سوم " برنامه ریزی برای حل مشکلات " شامل ۶ گزاره و حیطه چهارم " سبک های ارتباطی " شامل ۱۵ گزاره است. نمره فرد در این پرسشنامه از طریق جمع نمرات گزینه ها به دست می آید و گزینه های ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۷، ۲۸، ۲۹ به طور معکوس نمره گذاری میشود. حداقل نمره در این آزمون صفر و حداکثر نمره ۱۶۵ میباشد. پاسخ به سوالات به صورت ۶ گزینه‌ای (اصلاً - بسیار کم - کم - تا اندازه ای - زیاد - بسیار زیاد) میباشد. نمره بیشتر فرد در این آزمون نشانگر کیفیت ارتباط زناشویی بالاتری در او میباشد. ضریب اعتبار پرسشنامه توسط خوشکام (۱۳۸۵) با الفای کرانباخ ۰/۹۰ گزارش شده است. الفای کرانباخ به دست آمده در پژوهش حاضر برای مقیاس کلی کیفیت روابط زوجین ۰/۸۷ به دست آمد.

شیوه اجرا

پس از انتخاب نمونه، شرکت کنندگان بطور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند و پیش آزمون در هر دو گروه آزمایش و کنترل اجرا گردید. سپس برای گروه آزمایش متغیر مستقل، برنامه آموزشی روان درمانی وجودی محقق ساخته طی ۱۳ جلسه ۹۰ دقیقه ای به صورت گروهی انجام گرفت. از ویژگی برنامه آموزشی روان درمانی وجودی باید به این نکته اشاره نمود که این برنامه بر اساس یک پژوهش کیفی به شیوه تحلیل مضمون تهیه گردید و سپس مضامین اصلی با فرهنگ ایرانی اسلامی مطابقت داده شده است. این برنامه آموزشی برای نخستین بار در کشور تهیه و به مرحله اجرا درآمد. در مورد گروه گواه هیچ مداخله ای اعمال نشد. پس از اتمام این جلسات از دو گروه آزمایش و گواه پس آزمون به عمل آمد. مکان برگزاری جلسات آموزشی در مرکز روان شناختی پرتو آفتاب اصفهان بود. در طی جلسات به زوجین گروه آزمایش توصیه شد که تکالیف و تمرینات خودشان را علاوه بر آنکه در حین جلسات آموزشی انجام می دهند در منزل نیز تکرار کنند و در آغاز هر جلسه از افراد باز خورد گرفته می شد. برنامه آموزشی و مداخلات روان درمان وجودی بر این اساس طراحی گردید که هر جلسه مشتمل بر چهار بخش می باشد. در بخش اول ۲۰ دقیقه در مورد فعالیتها و تکالیف جلسه گذشته بحث می شد. در بخش دوم شرکت کنندگان ۳۰ دقیقه آموزش مهارتهای مربوط به تکنیکهای روان درمانی وجودی را فرا می گرفتند؛ و در بخش سوم که ۳۰ دقیقه طول می کشید شیوههای بکار گیری این مهارتها در زندگی روزمره فرد و بکار گیری آن در نحوه ارتباطات بحث می شد و مراجعان ترغیب می شدند که مسائل را به صورت عینی و روشن مطرح کنند و در ۱۰ دقیقه پایانی جلسه نیز تکالیف مربوط به جلسه آتی ارائه می شد و پاسخ گویی به پرسش ها صورت می گرفت. در پایان از هر دو گروه مجدداً پس آزمون گرفته شد و داده های به دست آمده تجزیه و تحلیل شدند.

نتایج

در جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد نمرات ابعاد کیفیت روابط زوجین در پیش آزمون و پس آزمون ارایه شده است. به منظور استفاده از آزمون تحلیل واریانس یکراهه برای بررسی نتایج در مورد ابعاد کیفیت ارتباط زوجین، نتایج آزمون لوین به عنوان پیش فرض تساوی واریانسها نشان داد در مورد ابعاد کیفیت ارتباط زوجین، پیش فرض تساوی واریانسها برقرار است. نتایج آزمون تحلیل واریانس

یکراهه نشان داد که بین گروه آزمایش و گروه گواه در هیچ یک از ابعاد کیفیت ارتباط زوجین تفاوت معنادار وجود ندارد ($p > 0.05$). نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری (MANOVA) از ابعاد کیفیت روابط بین فردی از لحاظ آماری معنادار بود و این نشان دهنده تفاوت گروهی در ابعاد کیفیت روابط بین فردی است ($p = 0.01$; $F = 15.53$; $F = 0.65$; اثر پیلائی).

جدول ۱

میانگین و انحراف استاندارد ابعاد کیفیت روابط زوجین در پیش آزمون و پس آزمون					
گروه‌ها	گروه آزمایش		گروه گواه		
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	
توجه به خود	پیش آزمون	۲۲/۲۷	۲/۰۲	۲۳/۴۸	۳/۹۸
	پس آزمون	۲۶/۹	۲/۱۵	۲۳/۴۵	۴/۱۱
توجه به همسر	پیش آزمون	۳۵/۵	۴/۰۳	۳۳/۷	۵/۶۳
	پس آزمون	۳۸/۸۳	۲/۱۷	۳۱/۹	۵/۴۱
برنامه ریزی حل مشکل	پیش آزمون	۲۶	۳/۱	۲۵/۹	۵/۰۲
	پس آزمون	۳۱	۳/۰۴	۲۶/۲۵	۴/۶۴
سبک ارتباطی	پیش آزمون	۶۶/۱۶	۸/۳۸	۷۰/۰۵	۵/۷۳
	پس آزمون	۷۹/۳۸	۶/۶۶	۶۷/۳۵	۶/۵۱

به منظور بررسی تفاوت بین دو گروه با توجه به ابعاد کیفیت روابط بین فردی از تحلیل مانوا استفاده شده است. نتایج تحلیل در جدول ۲ نشان داد بین دو گروه در ابعاد کیفیت روابط بین فردی شامل؛ توجه به خود ($F = 17.95$; $p = 0.01$)، برنامه ریزی برای حل مشکل ($F = 13.55$; $p = 0.01$) و سبکهای ارتباطی ($F = 31.62$; $p = 0.01$) تفاوت معناداری وجود دارد ولی در توجه به همسر تفاوت معنادار وجود ندارد. بدین ترتیب نتیجه می‌گیریم که آموزش مبتنی بر بسته آموزشی - درمانی روان‌شناسی وجودی بر کیفیت روابط بین فردی در زوجین موثر بوده است.

جدول ۲

تحلیل مانوا برای مقایسه دو گروه با توجه به ابعاد کیفیت روابط بین فردی

منبع	متغیر وابسته	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	p	ضریب اتا
گروه	توجه به خود	۱۱۵/۶۸	۱	۱۱۵/۶۸	۱۷/۹۵	۰/۰۰۱	۰/۳۳
	توجه به همسر	۲۰/۸	۱	۶۰۷/۵	۲/۶۳	۰/۱۱۳	۰/۰۷
	برنامه ریزی حل مشکل	۲۱۳/۷	۱	۲۱۳/۷	۱۳/۵۵	۰/۰۰۱	۰/۲۷
	سبکهای ارتباطی	۱۳۷۳/۰۶	۱	۱۳۷۳/۰۶	۳۱/۶۲	۰/۰۰۱	۰/۴۶

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی روان‌درمانی وجودی مبتنی بر فرهنگ ایرانی اسلامی بر کیفیت روابط بین فردی زوجین به مرحله اجرا درآمد. نتایج نشان داد بین دو گروه آزمایش و گواه در ابعاد توجه به خود، برنامه‌ریزی برای حل مشکل و سبک‌های ارتباطی تفاوت معناداری وجود دارد، ولی در بعد توجه به همسر تفاوت معناداری به دست نیامد. بدین ترتیب نتیجه می‌گیریم برنامه آموزشی مبتنی بر روان‌درمانی وجودی بر کیفیت روابط بین فردی در زوجین موثر است.

به عقیده ون‌دورزن و آدامز (۲۰۱۱) انسان‌ها وضعیت ارتباطی نسبی دارند، هیچ کس نمی‌تواند جدا از روابطش وجود داشته باشد. اساس همه روابط انسانی نیاز به تعلق، عشق ورزیدن، تصدیق و ارج نهادن است. رابطه سالم به وسیله وابستگی متقابل، حساب‌شده و ارتباط وجودی که بر اساس اصیل بودن و عشق دوطرفه بنا شده باشند مشخص می‌گردد (ون‌دورزن، ۲۰۱۵). روان‌درمانی وجودی به زوجین کمک می‌نماید تا در جریان یک ارتباط پویا بیشتر خود را بشناسند. با نیازها، معناها و ارزش‌های درونی و بنیادی خود آشنا گردند و آن‌ها را در عمق وجود خود کاوش نمایند. همچنین به زوجین آموزش داده می‌شود تا چالش‌های موجود در روابط خود را شناسایی نمایند،

از زاویه دید خود به مسئله پردازند و سپس تلاش نمایند تا از زاویه فرد دیگر و همچنین زاویه دید یک سوم شخص به مسئله پردازند تا از این طریق به تمام جنبه‌های یک مسئله و چالش آشنا گردند و سپس با پذیرش نقش و مسئولیت خود در جهت کاهش چالش‌های به وجود آمده در بطن رابطه خود اقدام نمایند. این بررسی‌ها خیلی سریع دیدگاه هریک از طرفین را درباره نگرش‌ها و مشکلات خود و طرف مقابل را تغییر می‌دهد. البته ذکر این نکته ضروری است که در طی انجام این بررسی‌ها، درمانگر به هریک از طرفین احترام کامل می‌گذارد و علاوه بر این برای انجام این بررسی‌ها تقاضاهای یکسانی از هر دو طرف می‌کند. مراجعین می‌توانند آزادانه حرف‌هایشان را به زبان خودشان بیان کنند و ارتباطی را با بافتی وسیع‌تر ایجاد کنند. به عنوان درمانگر همواره نقش یک فرد مبتدی را بازی می‌کنیم. این حالت به ما کمک می‌کند کمتر فکر کنیم مطالب را می‌دانیم و به این ایده که تصور فهمیدن به خودی خود نقطه مقابل درمان است متعهد بمانیم. بنابراین درمانگران وجودی این پیغام را به شرکای زندگی می‌دهند که مانند در رابطه نیازمند داشتن ذهنی باز و پذیرش طرز رفتار طرف مقابل می‌باشد و علاوه بر این درک متقابل یکدیگر مانند عملی ماجراجویانه است که ارزش دست زدن به آن را دارد. مبادرت به شناخت فردی که قبلا او را نمی‌شناختیم و هیچ گاه نیز سعی در شناخت او نداشته‌ایم، کاری است ماجراجویانه که مواهب فراوانی را برای ما در آینده در پی خواهد داشت (دایی‌جعفری و همکاران، ۱۳۹۵).

در تبیین نهایی می‌توان گفت دیدگاه وجودی با تمرکز بر روابط و نقش هر فرد در ایجاد یک رابطه سالم و اصیل به زوجین کمک می‌نماید تا با حالتی مسئولانه و همچنین خلاقانه در جهت کاهش چالش‌های موجود در روابط خود اقدام نمایند. از سوی دیگر در پژوهش حاضر بعد توجه به همسر از تفاوت آماری معناداری برخوردار نبوده است. ضمن آنکه دلایل گوناگونی را می‌توان در شکل‌گیری این یافته مدنظر قرار داد، می‌توان گفت از اهداف اساسی درمان‌های وجودی کشف وجود و خودشناسی عمیق است. دیدگاهی که فرد آزادانه به شناخت خویش و مفروضه‌های بنیادی وجود خویش می‌پردازد. آزادی فردی مضمونی استوار و عمیق در اندیشه‌های اگزستانسیال به شمار می‌رود. بر این اساس می‌توان نتیجه‌گیری کرد زوجین به دور از کنترل و هرگونه اعمال فشار و نظری اجازه داده‌اند تا دیگری به شناخت خویش پردازند و هر یک از زوجین بیشتر تمرکز خود را بر شناخت خویش نهاده است. پژوهش حاضر برای نخستین بار به بررسی تاثیر برنامه‌های رواندرمانی وجودی به مسئله زوجین مسائل واب بین فردی در این جامعه پرداخته است از این رو عدم وجود همسویی و غیرهمسویی با مقالات و پژوهش‌های مرتبط از مهمترین محدودیت بشمار می‌رود.

منابع

- خوشکام، سمیرا؛ احمدی، سید احمد و عابدی، محمدرضا. (۱۳۸۵). تاثیر آموزش ارتباط بر روابط زوجین شهر اصفهان. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۶ (۲۴)، ۱۳۶-۱۲۳.
- دایی جعفری، محمد رضا؛ آقای، اصغر؛ آتش پور، سید حمید و شفتی، سید عباس. (۱۳۹۵). تدوین بسته آموزشی_درمانی روان‌شناسی وجودی مبتنی بر فرهنگ ایرانی و اثر بخشی آن بر کیفیت روابط بین فردی، معنای زندگی، نگرش‌های عاشقانه و بهزیستی روان‌شناختی در زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان).
- دلاور، علی. (۱۳۸۷). روش‌های تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی، انتشارات دانشگاه پیام نور، چاپ اول.
- رولومی. (؟؟؟). کشف وجود (روان‌شناسی وجودی). ترجمه سید محمد باقر حسینی فیاض (۱۳۹۵). تهران: انتشارات دانژه.
- صادقی، مسعود؛ احمدی، سید احمد؛ بهرامی، فاطمه و اعتمادی، عذرا. (۱۳۹۲). بررسی تاثیر آموزش به شیوه تحلیل رفتار متقابل بر سبک‌های عشق و رزی زوجین. پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری، ۲ (۵)، ۷۱-۸۱.
- عزیزی، ر. مومنی، خ. حجت خواه، م. (۱۳۹۳). اثربخشی طرحواره درمانی بر بهبود باورهای ارتباطی و سازگاری زناشویی زوجین با مشکلات زناشویی شهر کرمانشاه. وزارت علوم، تحقیقات و فناوری دانشگاه رازی - دانشکده اقتصاد و علوم اجتماعی.
- غفوری، سمانه؛ مشهدی، علی و حسن آبادی، حسین. (۱۳۹۲). اثربخشی روان‌درمانی معنوی مبتنی بر بخشودگی در افزایش رضایتمندی زناشویی و کاهش تعارضات زوجین شهر مشهد. مجله اصول بهداشت روانی، ۱۵ (۱)، ۴۵-۵۷.
- ون دورزن، ا. یاکوو، س (؟؟؟). درمان وجودی روابط (کاربرد رویکرد روان‌شناسی اگزستانسیال در درمان وجودی روابط). ترجمه: محمد رضا دایی جعفری، سید حمید آتش پور، مریم لولاک، مرضیه رشیدی راد، مجید علی قاسمی (۱۳۹۵). اصفهان: انتشارات ره آورد آفتاب.
- یاکوو، س. ویکسل دیکسون، ک (؟؟؟). درمان‌های وجودی (۱۰۰ تکنیک و نکته کلیدی در درمان‌های وجودی). ترجمه سید حمید آتش پور، محمد رضا دایی جعفری، گیتا حسینی نژاد (۱۳۹۵). زیر چاپ.
- Van Deurzen, E. (2015). Structural Existential Analysis (Sea): A Phenomenological Research Method for Counseling Psychology. *Counseling Psychology Review*, 29 (2), 54-66.
- Van Deurzen, E., & Adams, M. (2011). *Skills in existential counselling and psychotherapy*. London: Sage Publications.
- Yalom, I. D., & Josselson, R. (2011). *Existential psychotherapy*. In R.J. Corsini & D. Wedding. (EDs). *Current psychotherapies*. (Ninth edition).