

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي وَيَسِّرْ لِي اَمْرِي وَاخْلُ عُنُقَةً مِنْ لِسَانِي يَفْقَهُوا قَوْلِي



دانشگاه الزهرا

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد

رشته ی روانشناسی عمومی

عنوان :

تاثیر آموزش زبان عشق به مادران بر بهبود تعامل مادر_فرزندی و کاهش خشم کم
توانان ذهنی

استاد راهنما :

دکتر فریده عامری

استاد مشاور :

دکتر غلامرضا دهشیری

پژوهشگر :

زهرا حیدری

بهمن ماه، ۱۳۹۶

ب

کلیه ی دستاوردهای این تحقیق متعلق به دانشگاه الزهرا (س) است.

تقدیم به:

آمان که برایم عشق را معنا کرده اند

پدرم،

مادرم،

برادرانم...

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي لَا يَبْلُغُ مِدْحَتَهُ الْقَائِلُونَ وَلَا يُحْصِي نِعْمَاءَهُ الْعَادُّونَ وَلَا يُؤَدِّي حَقَّهُ الْمُجْتَهِدُونَ
الَّذِي لَا يُدْرِكُهُ بَعْدُ الْهَمَمِ وَلَا يَنَالُهُ غَوْصُ الْفِطَنِ. اللَّهُمَّ لَكَ حَمْدًا يَكُونُ أَرْضَى الْحَمْدِ لَكَ وَ
أَحَبَّ الْحَمْدِ إِلَيْكَ وَأَفْضَلَ الْحَمْدِ عِنْدَكَ، حَمْدًا لَا يُحْجَبُ عَنْكَ وَلَا يُقْصَرُ دُونَكَ، حَمْدًا لَا
يَنْقَطِعُ عَدَدُهُ وَلَا يَفْتَنِي مَدَدُهُ.

سپاس خداوندی را که سخنوران از ستودن او عاجزند و حساب گران از شمارش نعمت های او ناتوان
و تلاش گران از ادای حق او درمانده اند. خدایی که افکار ژرف اندیش ذات او را درک نمی کند و
دست غواصان دریای علوم به او نخواهد رسید. خدایا برای توست سپاسی که نزد تو رضایت بخش
ترین، محبوب ترین و ممتازترین باشد. سپاسی که از تو پوشیده نباشد و از رسیدن به پیشگاهت باز
نماند. سپاسی که شمارش آن پایان نپذیرد و تداوم آن از بین نرود.

(حضرت امیر؛ خطبه ۱ و ۱۶۰ نهج البلاغه)

سپاس از هدیه ی ارزشمند خدا؛ مادرم و حامی و پشتیبان زندگی ام؛ پدرم
که همواره پا به پایم آمده اند و بهترین مشوق، در راه های پر فراز و نشیب زندگی ام بوده اند.
با سپاس از دکتر عامری و دکتر دهشیری که همیشه راهنمایم بوده اند؛
و دکتر بیجاری و دکتر چراغ ملایی که هیچگاه از یاری دریغ نکرده اند.

چکیده:

این پژوهش در نظر داشت با استفاده از برنامه‌ی آموزشی محقق ساخته تحت عنوان زبان عشق، آموزش‌هایی با هدف بهبود تعامل مادر-فرزندی و کاهش خشم فرزندان مبتلا به کم‌توانی ذهنی، به مادران ارائه دهد. به این منظور ۲۸ مادر و فرزند مبتلا به کم‌توانی ذهنی به شیوه‌ی داوطلبانه در پژوهش شرکت داشتند که حضور مشارکت‌کنندگان در گروه‌های کنترل و آزمایش به صورت تصادفی صورت گرفت. پس از اینکه پرسشنامه‌ی خشم و پرسشنامه‌ی رابطه‌ی مادر-فرزندی توسط اعضای هر دو گروه تکمیل گردید، به مادران گروه آزمایش طی هشت جلسه‌ی دو ساعته زبان عشق آموزش داده شد که در این مدت، گروه کنترل آموزشی دریافت نکرده است. پس از اتمام آموزش‌ها، اجرای پس‌آزمون و جمع‌آوری داده‌ها؛ از روش آماری تحلیل کوواریانس برای تحلیل داده‌ها و بررسی نتایج پس‌آزمون استفاده شد. نتایج تحلیل کوواریانس در مقیاس رابطه‌ی مادر-فرزندی نشان دهنده‌ی معنادار بودن تفاوت نمرات دو گروه آزمایش و کنترل بوده است. همچنین نتایج تحلیل کوواریانس در مقیاس خشم نشان داد که تفاوت نمرات بین دو گروه آزمایش و کنترل معنادار بوده است. به طور کلی نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد آموزش زبان عشق به مادران و استفاده‌ی مادران از زبان اصلی عشق فرزند، سبب بهبود تعامل مادر-فرزندی و کاهش خشم کم‌توانان ذهنی خواهد شد.

واژه‌های کلیدی: کم‌توان ذهنی، عشق، زبان عشق، رابطه‌ی والد-فرزندی، رابطه‌ی مادر-فرزندی، خشم.

فصل اول : کلیات پژوهش

مقدمه	۱
بیان مساله	۲
اهمیت مساله	۶
هدف پژوهش	۷
فرضیه ی پژوهش	۸
تعریف نظری واژگان پژوهش	۸
عشق	۸
رابطه والد_ فرزندى	۸
خشم	۸
کم توان ذهنی	۹
تعریف عملیاتی	۱۱
رابطه ی والد_ فرزندى	۱۱
خشم	۱۱

فصل دوم : مروری بر پیشینه پژوهش

بخش اول : عشق	۱۳
تعریف لغوی عشق	۱۳
عشق از زبان صاحب نظران	۱۳
مولفه های عشق	۱۴
چهار دیدگاه در زمینه ی عشق	۱۵
۱. عشق به عنوان اتحاد	۱۵

۱۵عشق به عنوان تعلق خاطر شدید
۱۶عشق به عنوان ارزش نهادن
۱۶دیدگاه ناظر به عاطفه
۱۷انواع عشق از نظر اریک فروم
۱۷نظریه مزلو درباره ی نیازها و جایگاه عشق در نظریه اش
۲۰عشق در دیدگاه مزلو
۲۱ابراز عشق
۲۳پنج زبان عشق
۲۴زبان اول عشق : کلام تایید آمیز
۲۸زبان دوم عشق: تماس جسمی
۲۹زبان سوم عشق: وقت گذاشتن برای یکدیگر
۳۲زبان چهارم عشق: خدمت به یکدیگر
۳۴زبان پنجم عشق : هدیه دادن
۳۵هدف از معرفی پنج زبان عشق
۳۶بخش دوم : رابطه مادر_ فرزندی
۳۶رابطه در لغت و اصطلاح
۳۶نقش کیفیت رابطه ی والد_ فرزندی بر دل بستگی فرزند و پیدایش سبک فرزندپروری
۳۷پیدایش دل بستگی
۳۷سبک های دل بستگی
۳۹روابط عاطفی و سبک های فرزندپروری
۴۱سیراب نشدن از عشق، زمینه ای برای ایجاد تعارض والد_ فرزندی
۴۲آسیب های ناشی از تعارض رابطه ی والد_ فرزندی
۴۲عوامل موثر بر بهبود رابطه والد_ فرزندی
۴۳عوامل تاثیر گذار بر استحکام رابطه ی والد_ فرزندی

۴۶	بخش سوم : خشم
۴۶	تعریف لغوی خشم
۴۶	تعریف اصطلاحی خشم
۴۶	مولفه های خشم
۴۷	متغیر هایی که در شدتِ خشم نقش دارند
۴۷	علائم و نشانه های وقوعِ خشم
۴۹	الگوهای رفتاری افراد در زمان تجربه ی خشم
۴۹	الگوهای نادرست
۴۹	الگوی درستِ ابرازِ خشم؛ رفتار جرات مندانه
۵۰	چه زمانی خشم، مشکل تلقی می شود
۵۰	آسیب های متمرکز بر جسم
۵۱	آسیب های متمرکز بر روان
۵۱	خشم از دیدگاه اسلام و منابع اسلامی
۵۲	کظم غیظ چیست؟ مدیریت خشم است یا سرکوب کردنِ خشم؟
۵۲	روش های مدیریت خشم در اسلام
۵۴	پیشینه ی پژوهش
۵۴	الف) پژوهش ها در خارج کشور
۵۶	ب) پژوهش ها در داخل کشور

فصل سوم : روش تحقیق

۶۰	طرح پژوهش و طرح آزمایش
۶۰	جامعه آماری
۶۰	روش نمونه گیری و تعداد نمونه
۶۰	ملاک ورود

۲۱ روند پژوهش
۶۳ ملاحظات اخلاقی در پژوهش
۶۳ شرح مختصری از جلسات
۶۳ جلسه اول
۶۴ جلسه دوم
۶۴ جلسه سوم
۶۵ جلسه چهارم
۶۵ جلسه پنجم
۶۶ جلسه ششم
۶۶ جلسه هفتم
۶۷ جلسه هشتم
۶۸ ابزار اندازه گیری
۶۸ پرسشنامه خشم
۶۸ روایی و پایایی آزمون
۶۸ نمره گذاری آزمون
۶۸ پرسشنامه رابطه والد _ فرزندی
۶۹ روایی و پایایی آزمون
۶۹ نمره گذاری آزمون
۶۹ روش های آماری

فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها

۷۱ ویژگی های جمعیت شناختی شرکت کنندگان پژوهش
۷۳ آمار توصیفی
۷۵ آمار استنباطی

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۷۸	فرضیات پژوهش و یافته ها
۷۹	نتیجه گیری و تبیین
۸۶	محدودیت ها
۸۷	پیشنهادات
۸۷	پیشنهادات کاربردی
۸۷	پیشنهاد های پژوهشی

منابع

۸۹	منابع فارسی
۹۶	منابع لاتین

پیوست ها

۹۹	برنامه آموزشی زبان عشق
۱۲۳	پرسشنامه ی خشم
۱۲۴	پرسشنامه ی رابطه ی مادر_ فرزند
۱۲۶	چکیده انگلیسی

فصل اول

کلیات پژوهش

مقدمه :

انسان در گروه زنده می ماند؛ این امر، ذات انسان است و خانواده اولین گروهی می باشد که انسان آن را تجربه می کند. خانواده نظام عاطفی پیچیده ای است که دست کم سه نسل را در برمیگیرد و ناگزیر است بدون توجه به سنتی یا مدرن بودن، سازگاری یا ناسازگاری و ساخت کارآمد یا آشفته ای که دارد خود را تا حد امکان به صورت گروهی کارآمد و توانا درآورد؛ به شکلی که بتواند نیازها و اهداف جمعی اعضای خود را برآورده سازد (گلدنبرگ و گلدنبرگ^۱، ۲۰۰۰؛ ترجمه حسین شاهی و همکاران، ۱۳۸۹). یکی از مهمترین نیازهای اعضا مراقبت و حمایت است؛ بنابراین یکی از وظایف عمده ی خانواده، حمایت و مراقبت از اعضای خویش است.

می توان گفت اساسی ترین نیاز انسان از همان روزهای اول تولد و مرحله ی نوزادی، وجود مادری است که به وسیله ی او تغذیه کند، آموزش ببیند، محافظت شود و با وجود او طعم عشق و محبت را بچشد. نیاز به روابطی از این دست، در مراحل بعدی رشد نیز همچنان پابرجا خواهد ماند و زمینه ساز احساس امنیت، استقلال، مسئولیت، پذیرش و عشق خواهد شد (آرین، ۱۳۹۳). در اثر همین روابط است که نخستین شناخت کودک از ارتباط با جهان اطرافش شکل می گیرد (هلت^۲، ۲۰۱۲). با تولد اولین فرزند، نظام خانواده که متشکل از گروهی دو نفره بوده است وارد مرحله ی جدیدی خواهد شد که در این مرحله اعضای سابق گروه باید بتوانند بدون رها کردن وظیفه ی حمایت متقابل از یکدیگر، به وظایف خود در قبال فرزند؛ همچون پرورش و اجتماعی کردن او بپردازند. به مرور زمان و با رشد فرزند، نیازهای او و وظایف والدین در برابر او دستخوش تغییراتی می شود که به تبع آن در زیر مجموعه ی زن و شوهری نیز _ برای تطبیق با وظایف جدید _ باید شاهد تغییراتی باشیم. می توان گفت در جامعه ی پیچیده ی امروزی که شاهد شکاف بین دو نسل هستیم و این شکاف هربار در فواصل کوتاهتر و کوتاهتری بروز پیدا می کند، دشواری انجام وظایف پدر و مادری بیشتر شده است (مینوچین^۳، ۱۹۷۴؛ ترجمه ثنایی ۱۳۸۹) و یکی از مسائلی که در زمان کنونی با آن مواجه هستیم تغییر در استحکام روابط والدین و فرزندان است. پررنگ شدن نقش گروه همسالان، دوستان،

1 - Goldenberg & Goldenberg

2 - Holt

3 - Minuchin

فضای مجازی و ... رابطه ی والدین و فرزندان را کمرنگ و کمرنگ تر کرده و حتی در مواردی والدین را به خارج از صحنه هدایت کرده است. این درحالی است که رابطه ی والد _ فرزندی بسیار مهم و حیاتی است و اساس تحول عاطفی فرزندان را تشکیل می دهد و در تمام مراحل عمر خودنمایی می کند (موسوی، جلوپاری و تبریزی؛ ۱۳۹۲). بی توجهی و فقدان ارتباط مناسب بین والدین و فرزندان، به سلامت روانی و محیطی فرزندان لطمه خواهد زد و آنها را با کمبودهای انگیزشی، عاطفی و مشکلات روانی روبرو می سازد (بیرن^۱، ۲۰۰۵)؛ از این رو می توان گفت که عصر حاضر یکی از پرمخاطره ترین اعصار برای والدین و فرزندان می باشد.

بیان مساله :

خانواده چیزی بیش از مجموعه افرادی می باشد که در یک فضای مادی و روانی خاص به سر می برند. این خانواده است که توانایی کسب «هویت» را به اعضای خود می دهد. هویتی که متشکل از دو رکن می باشد، حس تعلق و در عین حال حس مجزا بودن. مینوچین (۱۹۷۴)، ترجمه ثنائی، (۱۳۸۹) در این باره معتقد است:

«حس تعلق از برون سازی کودک با گروه خانواده و مفروضات او درمورد الگوهای مراوده ای در ساخت خانواده سرچشمه می گیرد که طی وقایع مختلف زندگی ثبات و استمرار دارد. حس مجزا بودن و تفرد از راه مشارکت در زیر مجموعه های مختلف خانواده در زمینه های متفاوت خانوادگی و مشارکت در گروه های برون خانوادگی حاصل می شود.» (صفحه ی ۷۷)

بنابراین خانواده خاستگاه تکامل روانی و اجتماعی اعضا و فرزندان است که به وسیله ی دلبستگی های عاطفی نیرومند، دیرپا و متقابل اعضا نسبت به یکدیگر، به حیات خود ادامه می دهد. خانواده ی برخوردار از کارکرد سالم، علاوه بر حفظ حیات خود به عنوان یک گروه اجتماعی، زمینه ساز رشد و شکوفایی توان بالقوه ی اعضای خود نیز خواهد بود (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۲۰۰۰؛ ترجمه حسین شاهی و همکاران، ۱۳۸۹). در جریان این رشد و پرورش، والدین نسبت به فرزندان سه وظیفه به

1 - Byrne

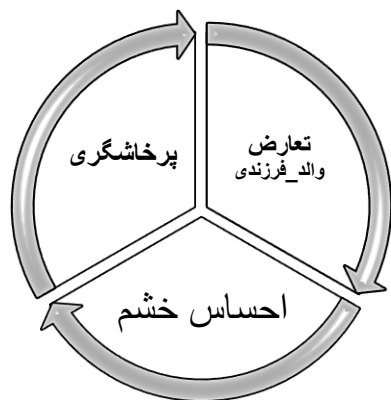
عهده دارند: مراقبت، راهنمایی و کنترل؛ اما اینکه هر یک از وظایف یاد شده به چه نسبتی نمود پیدا می کند وابسته به نیازهای تکاملی فرزند است. وقتی فرزندان خیلی کوچک هستند وظیفه ی تغذیه، حفاظت و مراقبت غالب است. بعدها کنترل و راهنمایی اهمیت بیشتری پیدا می کند و با بزرگتر شدن فرزند به خصوص در دوره ی نوجوانی، انتظارات والدین با انتظارات فرزند برای استقلال متناسب با سن خود، در تعارض قرار می گیرد (مینوچین، ۱۹۷۴؛ ترجمه ثنایی ۱۳۸۹) و می توان همین تعارض را، آغاز کشمکش بین والدین و فرزندان دانست. مسلم است که تعارض در هر رابطه ای؛ همچون رابطه ی زوجین، والد- فرزند و یا معلم- شاگردی می تواند اتفاق بیفتد؛ اما آنچه بسیار مهم است برخورداری از مهارت های لازم برای مقابله با تعارض والد- فرزند می باشد. به این دلیل که از یک سو روابط نزدیک بین والدین و فرزندان، حمایت اجتماعی را برای اعضای خانواده افزایش می دهد و همین امر باعث ارتقای سلامت ذهنی افراد، بالا رفتن شادکامی و بهبود عملکرد دستگاه ایمنی خواهد شد (کار^۱، ۲۰۰۴؛ ترجمه پاشاشریفی و نجفی زند، ۱۳۸۵) و از سویی دیگر تعارض در رابطه ی والد- فرزند بخصوص در نوجوانی می تواند زمینه ساز مشکل در کسب استقلال و خودمختاری در بزرگسالی شود (کار، ۲۰۰۰؛ ترجمه ی تبریزی، ۱۳۸۹). نوع رفتار فرزندان در مواجهه با مسائل و سازگاری روانی آنها نیز تحت تاثیر کیفیت رابطه ی والدین با آنها می باشد (هارتوت و پاور^۲، ۲۰۰۰) و مشکل در این رابطه می تواند در سازگاری روانی فرزندان خلل ایجاد کند و حتی زمینه ساز مشکلات روانپزشکی شود. هرچه این رابطه از کیفیت پایین تری برخوردار باشد و تعارض در این روابط دیده شود به همان نسبت، میزان هیجانات منفی و مشکلات و اختلالات رفتاری فرزندان نیز افزایش خواهد یافت (مرادی و صناعی، ۲۰۰۸) و از آنجا که مشکلات رفتاری می توانند به رشد شخصی صدمه بزنند، فرصت های یادگیری و رفتارهای سازگاران را کاهش دهند و کیفیت زندگی شخصی را تحت تاثیر قرار دهد؛ می توان آنها را خطرناک تلقی کرد.

مرادی و صناعی (۲۰۰۸) بیان داشتند کیفیت پایین روابط والدین و فرزند؛ تجربه ی عواطف و هیجانات منفی را در فرزندان افزایش خواهد داد و کار (۲۰۰۴)؛ ترجمه پاشاشریفی و نجفی زند، (۱۳۸۵) از غم، ترس، خشم و اضطراب به عنوان هیجان منفی یاد می کند. می توان خشم و غم را از

1 - Carr

2 - Hartos & power

جمله هیجانات منفی ناشی از تعارض با والدین دانست. کار معتقد است پرخاشگری، تعارض با نظام اجتماعی بزرگتر، مصرف مواد مخدر و الکل از جمله روش ها، برای ابراز خشم ناشی از اندوه است. طبق گفته ی کار، می توان به پرخاشگری به عنوان نمود رفتاری خشم اشاره کرد و این پرخاشگری حاصل از خشم ناشی از تعارض، می تواند در تشکیل یک حلقه ی معیوب مشکل ساز در روابط والد_فرزندی موثر باشد (شکل ۱). بدین شکل که تعارض در روابط والد_فرزندی علاوه بر تجربه ی سایر هیجانات منفی توسط فرزند، می تواند سبب خشم شود و این خشم به شکل پرخاشگری و یا خشم فروخورده خود را نشان خواهد داد. نمود رفتاری خشم به شکل پرخاشگری، سبب مشکلات بیشتر در روابط والد_فرزندی خواهد شد و به تعارض بین والدین و فرزندان دامن خواهد زد. برای شکستن این حلقه ی معیوب باید یکی از عناصر مشکل ساز این حلقه؛ یعنی خشم، پرخاشگری و یا تعارض را با استفاده از روشی مناسب حذف کرد.



شکل ۱: حلقه معیوب ایجاد شده

با اطمینان نمی توان مشخص کرد که در ایجاد تعارض والد_فرزندی، والدین نقش پررنگتری دارند یا فرزندان؛ اما می توان گفت عدم مهارت در حل مسائل بین فردی و **عدم آگاهی والدین و فرزندان از مهارت های ارتباطی**، از اصلی ترین موارد زمینه ساز تعارضات و ناسازگاری ها می باشد که می توان با آموزش مهارت های ارتباطی، در جهت بهبود تعامل والد_فرزندی و کاهش خشم گام برداشت. یکی از مهمترین مهارت های ارتباطی که کمتر مورد توجه قرار گرفته است مهارت در برقرار کردن روابط عاطفی است. این درحالی است که جنبه ی عاطفی یک رابطه است که آن رابطه

را مستحکم نگه می دارد. به همین دلیل است که گلدنبرگ (۲۰۰۰)؛ ترجمه حسین شاهی و همکاران، (۱۳۸۹) می گوید حتی زمانی که یکی از اعضای خانواده موقتا یا دائما نسبت به خانواده اش احساس بیگانگی کند باز هم هرگز نمی تواند واقعا پیوند خود را با خانواده اش قطع کند؛ چون تنها پول، غذا و سرپناه اعضای یک خانواده را کنار هم نگه نداشته است بلکه عشق، محبت، همیاری و سایر نیازهای غیرملموس است که سبب این پیوند قوی شده است. او معتقد است محبت و وفاداری از مهمترین ویژگی خانواده ها می باشند و همین ویژگی ها خانواده را از سایر نظام های اجتماعی متمایز می کنند. اریک برن^۱ (۱۹۸۱)؛ ترجمه فصیح، (۱۳۷۹) نیز بر اهمیت محبت، عشق و روابط عاطفی تاکید دارد و در این باره می نویسد: «به تجربه ثابت شده است که محرومیت احساسی حتی در بزرگسالان، علاوه بر نوزادان و کودکان، ممکن است باعث روان پریشی موقت شود.»

می توان گفت اهمیت برقراری روابط عاطفی بر هیچ پدر و مادری پوشیده نیست. اغلب والدین سعی بر نشان دادن علاقه ی خود به فرزند دارند و در این راه همواره تلاش می کنند؛ اما مشکل از جایی شروع می شود که این محبت فقط در درون پدر و مادر است و فرزندان آن طور که باید محبت و عشق را؛ به طور خالص نمی بینند، نمی شنوند و لمس نمی کنند. والدین مهر و محبت و شفقت را در درون خود حبس می کنند و فقط گاه گاهی آن را نشان می دهند، آن هم نه به شکلی که فرزند خواهان آن است (پاپ ورث^۲، ۲۰۰۴)؛ ترجمه گاهان، (۱۳۹۱). چاپمن^۳ (۲۰۰۰)؛ ترجمه موحد، (۱۳۹۲) معتقد است که مشکل در برقراری روابط عاطفی از آنجا ناشی می شود که با وجود تلاش های والدین، فرزندان عشق و محبت را احساس نمی کنند! او همین امر را، زمینه ساز تعارض والد-فرزندی و حتی مشکلات رفتاری فرزندان می داند و معتقد است که راه حل این مشکل این است که والدین بیاموزند به زبان عشق با فرزندشان صحبت کنند. با توجه به نظر روانشناسی از جمله فروم^۴ (۱۹۵۶)؛ ترجمه سلطانی، (۱۳۹۴)، برن (۱۹۸۱)، ترجمه فصیح، (۱۳۷۹)، کار (۲۰۰۴)؛ ترجمه پاشاشریفی و نجفی زند، (۱۳۸۵) و چاپمن (۲۰۰۰) در زمینه ی اهمیت ابراز محبت والدین در بهبود کیفیت روابط والدین و فرزندان، می توان این فرضیه را مطرح کرد که اگر والدین در جهت ابراز

1 - Eric Berne

2 - Papworth

3 - Chapman

4 - Fromm

درست محبت آموزش ببینند _ ابرازی متناسب با علاقه ی فرزند در نحوه ی دریافت محبت_، می توان احساس دریافت محبت را در فرزندان بهبود بخشید و با بهبود این احساس، کیفیت روابط والد_ فرزند را بالا برد. با بالا رفتن کیفیت رابطه ی والدین و فرزندان، حلقه ی معیوب ذکر شده شکسته خواهد شد و به تبع آن احتمال کاهش خشم و پرخاشگری نیز افزایش خواهد یافت.

اهمیت مساله :

تعارض بین والدین و فرزندان در سنین مختلف و در خانواده هایی با فرهنگ ها، وضعیت اقتصادی و موقعیت اجتماعی متفاوت دیده می شود که تاثیرات مخربی را بر روند رشد فرزند می گذارد. پژوهش های صورت گرفته نیز تاکید بر اهمیت رابطه ی مناسب بین والدین و فرزندان دارند و نقصان این رابطه را زمینه ساز مشکلاتی می دانند که پرخاشگری تنها یکی از آنها است. در این بین یکی از گروه هایی که بیشتر در معرض تعارض والد_ فرزند قرار می گیرند کم توانان ذهنی هستند. از آنجا که کم توانان ذهنی، نقص هایی در عملکرد سازگارانه دارند (راهنمای تشخیصی و آماری اختلال های روانی¹، ۲۰۱۳) و این نقص باعث مشکلاتی همچون محدودیت عملکرد در برقراری روابط با دیگران خواهد شد (گنجی، ۱۳۹۲) نگرانی از بروز فاصله ی والد_ فرزند، درک نکردن همدیگر و مشکل در تعاملات؛ در خانواده های دارای فرزند کم توان ذهنی بیشتر به چشم خواهد خورد. پژوهش ها نشان می دهد که بیش از نیمی از مشکلات خانواده های دارای کم توان ذهنی، مشکلات عاطفی است و بین این مشکلات عاطفی و وجود اختلال رفتاری در فرزندان رابطه ی معناداری وجود دارد (فداکارسوقه و همکاران، ۱۳۹۳). مشکلات عاطفی ذکر شده می تواند زمینه ساز خشم و یا پرخاشگری شود. در این باره میلانی فر (۱۳۹۴) معتقد است عصبانیت و خشم کم توانان ذهنی واکنشی انفجاری به محرومیت و ناکامی است و می نویسد: «خشم، غیظ و یا پرخاشگری شدید ممکن است به علت احساس رنجش عمیق کودک بر اثر بی عدالتی یا تبعیض اولیا باشد ...» بنابراین عدم دریافت مناسب عشق و محبت و ملموس نبودن آن برای فرزند، می تواند یکی از نمودهای بارز بی عدالتی و تبعیض از نظر او قلمداد شود و فرزند مبتلا به کم توانی ذهنی را به سمت

1 - DSM_5

خشم و پرخاشگری سوق دهد. علاوه بر این، مشکلات عاطفی و تعارض در رابطه با والدین می تواند فرزند مبتلا به کم توانی ذهنی را با سرعت بیشتری به سمت گروه های ناهنجار هدایت کند.

طبق گزارش مرکز آمار ایران، نتایج آخرین سرشماری حاکی از جمعیت هفتاد و پنج میلیون و صد و پنجاه هزار نفری ایران است و متوسط افراد هر خانواده، چهار نفر اعلام شده است (سایت مرکز آمار، ۱۳۹۶). افروز (۱۳۸۹) تعداد افراد کم توان ذهنی هر جامعه را ۲-۳ درصد جمعیت آن جامعه می داند. با محاسبه ای ساده مشخص می شود در جامعه ی ما ۱،۵۰۳،۰۰۰ تا ۲،۲۵۴،۵۰۰ نفر دچار کم توانی ذهنی هستند و حدود ۶،۰۱۲،۰۰۰ _ ۹،۰۱۸،۰۰۰ نفر از افراد جامعه، به عنوان عضوی از خانواده ی کم توان ذهنی با مسائل و مشکلات این افراد مواجه می باشند که این مسائل و مشکلات بر وضعیت روانی آنها نیز بی تاثیر نخواهد بود. این آمار بالا نسبت به جمعیت هفتاد و پنج میلیونی ایران و آسیب پذیرتر بودن این قشر، نشان از اهمیت رسیدگی و ارائه ی راهکاری جهت حل مشکلات این خانواده ها برای رسیدن به آرامش روحی و سلامت روانی دارد. برکسی پوشیده نیست که عدم حل تعارضات رابطه ی والد- فرزند، به خصوص در خانواده های دارای فرزند کم توان ذهنی که جامعه هدف این پژوهش می باشد، می تواند چه نتایج ناخوشایند و وخیمی به بار آورد و به خوبی برهمگان روشن است که باید برای بهبود این رابطه قدم برداشت، عواملی که باعث تعارض شده اند را شناخت و برای کنترل و رفع آنها اقدام کرد.

هدف پژوهش :

در این پژوهش سعی بر این است تا به مادران دارای فرزند کم توان ذهنی، پنج روش ابراز عشق آموزش داده شود تا با کمک این روش ها، فرزند عشق و محبت را به شکل ملموس درک کند و از محبت سیراب شود. این روش ها (تحت عنوان زبان عشق) با هدف بهبود تعامل مادر- فرزند و کاهش خشم کم توانان ذهنی طراحی شده اند.

فرضیه ی پژوهش :

- ۱- آموزش زبان عشق به مادران، سبب بهبود تعاملِ مادر_ فرزند می شود.
- ۲- آموزش زبان عشق به مادران، سبب کاهش خشم کم توانان ذهنی می شود.

تعریف نظری واژگان پژوهش :

عشق^۱:

عشق دلبستگی عاطفی به شخصی دیگر است که از مولفه های زیستی و شناختی تشکیل می شود. استرنبرگ^۲ معتقد است عاشق ماندن فرایندی شناختی دارد و وابسته به این است که فرد تصمیم بگیرد کسی را دوست داشته باشد و به صرف وقت و انرژی برای او بپردازد یا خیر. در واقع این تصمیم فرد است که او را عاشق نگه می دارد (فرانکن^۳، ۱۹۹۸؛ ترجمه شمس اسفند آباد و همکاران، ۱۳۸۴).

رابطه والد_ فرزند^۴:

رابطه به معنای «پیوند چیزی به چیزی، بستگی و ربط دادن» است (معین، ۱۳۸۸). رابطه ی والد_ فرزند یعنی پیوندی که بین والدین و فرزندان وجود دارد و شامل ارتباط یا گفت و شنود بین والدین و فرزندان، همانندسازی با والدین و عاطفه نسبت به یکدیگر می شود (فاین، مورلند و شوبل^۵، ۱۹۸۳؛ ترجمه ثنایی ذاکر، ۱۳۸۷).

خشم^۶:

خشم هیجانی منفی است. از آنجایی که هیجانات منفی فرد را متوجه منابع تهدید می کند و او را برای جنگ و گریز آماده می کند؛ نخستین خط دفاعی انسان ها در برابر تهدیدها محسوب می

1 - Love

2 - Sternberg

3 - Franken

4 - Parent-child relationship

5 - Fine, Moreland & Schwebel

6 - Anger