

پنجمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت نگر



رویکرد روانشناسی مثبت نگر در استحکام خانواده

رئیس حسن رئیس سعدی

^۱ دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس/ r_saadiedu@yahoo.com

نبیل رئیس سعدی، فاخره رئیس سعدی

چکیده

هدف از این پژوهش بررسی رویکرد روانشناسی مثبت نگر در استحکام خانواده بوده است. روش پژوهش از نوع پژوهش های مروری می باشد که با بررسی و گردآوری پژوهش های داخلی و خارجی در ده سال گذشته بر روی موضوع مورد مطالعه و جمع بندی توسط پژوهشگر ارائه شده است. یافته های این پژوهش نشان داد که آموزش های مبتنی بر رویکرد مثبت نگر که توسط مارتین سلیگمن پدر روانشناسی مثبت پایه گذاری شده است، می تواند بر صمیمیت زوجین، کاهش تعارضات زناشویی، امید به زندگی در خانواده و در نتیجه استحکام روابط در خانواده ها تاثیر گذار باشد. لذا اینگونه نتیجه گیری شد که رویکرد مثبت نگر با استفاده از دیدگاه خوش بینی و نظریه دیدگاه مثبت بر مولفه های مرتبط با روابط بین فردی در خانواده، روابط زوجین و محکم تر شدن هر چه بیشتر خانواده کمک کننده می باشد و می توان از آن در جهت ارائه آموزش به خانواده های آسیب پذیر و جلوگیری از طلاق و فروپاشی کانون خانواده نیز استفاده کرد.

واژگان کلیدی: روانشناسی مثبت نگر، استحکام خانواده، بررسی مروری.

مقدمه

خانواده^۱ همیشه و همه جا و در بین تمامی جوامع بشری به عنوان اساسی ترین نهاد اجتماعی زیربنای جوامع و منشاء فرهنگها، تمدن ها و تاریخ بشر بوده است. پرداختن به این بنای مقدس بنیادین و حمایت و هدایت آن به جایگاه واقعی و متعالی خود، همواره سبب اصلاح خانواده بزرگ انسانی و غفلت از آن موجب دور شدن بشر از حیات حقیقی و سقوط به ورطه هلاکت و ضلالت بوده است. انسان ها در زندگی خود، از دیگران تأثیر می پذیرند و بر آنها تأثیر می گذارند (خدایاری فرد، ۱۳۸۹). در یک خانواده، از والدین گرفته تا فرزندان، در شکل گیری شخصیت و خلق و خوی یکدیگر مؤثر واقع می شوند. محیط اجتماعی جامعه، رسانه ها، مطبوعات و همه اعضا و عناصر حاضر در صحنه اجتماع که در ارتباط با فردند، در پرورش روحیه و

^۱ family