

تأثیر آموزش تاب آوری بر صمیمیت و سازگاری زناشویی در همسران جانباز

اقبال زارعی^{1*}، آناهیتا فلاحیان²

دانشگاه هرمزگان

کارشناس ارشد دانشگاه آزاد اسلامی سیرجان

چکیده

طی سال های اخیر، تاب آوری جایگاه ویژه ای در حوزه های روان شناسی تحول، روان شناسی خانواده و بهداشت روانی یافته است. از آنجایی که تاب آوری به معنای ظرفیت انعطاف پذیری فرد در مقابله با آسیب های پیرامون خود و توانایی تحمل و سازگاری با بحران های زندگی و غلبه بر آن هاست انتظار می رود بتواند در سازگاری و صمیمیت زوجین در روابط خانوادگی نیز نقش قابل ملاحظه ای ایفا نماید. هدف از پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش تاب آوری بر صمیمیت و سازگاری زناشویی در همسران جانباز بوده است. پژوهش حاضر از نوع مطالعات نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. نمونه این پژوهش شامل 30 نفر از همسران جانبازی است که تحت پوشش بنیاد شهید و امور ایثارگران شهر بندرعباس می باشند که به روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند و سپس به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و کنترل جای گرفتند و برای گروه آزمایشی 9 جلسه برنامه آموزش تاب آوری اجرا شد. به منظور گردآوری اطلاعات از پرسشنامه سازگاری لاک و والاس و مقیاس صمیمیت واکر و تامسون استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از همبستگی پیرسون و تحلیل کواریانس انجام شد. داده ها در سطح اطمینان 95 درصد مورد ارزیابی قرار گرفت. یافته های پژوهش حاکی از آن بود که سازگاری زناشویی با صمیمیت رابطه مثبت معنادار دارد ($P=0/001$ ، $r=0/59$) و آموزش تاب آوری می تواند میزان سازگاری زناشویی ($P=0/02$ ، $F=5/65$) و صمیمیت ($P=0/03$ ، $F=4/86$) را در گروه آزمایشی نسبت به گروه کنترل افزایش دهد. یافته های این پژوهش دانش موجود در خصوص اثرات و پیامدهای تاب آوری در روابط زوجین را گسترش می دهد و تلویحاتی کاربردی در خصوص تدوین برنامه های آموزشی مناسب جهت بهبود روابط زناشویی در خانواده جانبازان در بر دارد.

کلید واژه : تاب آوری، صمیمیت، سازگاری زناشویی