

بررسی اثربخشی آموزش غنی سازی روابط زناشویی بر کاهش احساس تنهایی و دلزدگی

زناشویی زنان متأهل با گرایش به خیانت

فاطمه معتمدی^۱، باب اله بخشی پور^۲

۲- کارشناسی ارشد مشاوره خانواده

۱- دکتری مشاوره- استادیار دانشگاه پیام نور

چکیده: هدف از این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش روش غنی سازی روابط زناشویی بر کاهش احساس تنهایی و دلزدگی زناشویی در زنان متأهل با گرایش به خیانت می باشد. پژوهش حاضر جزء پژوهش های کاربردی و روش آن نیمه آزمایشی به صورت پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری، شامل کلیه ی زنان متأهل شهر تنکابن در سال ۱۳۹۸ بودند که در فراخوان عمومی شرکت نموده و ۴۰ نفر از ایشان که نمره بالاتر از میانگین در پرسشنامه گرایش به خیانت به دست به آوردند، بصورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. برای گروه آزمایش ۸ جلسه آموزش برگزار گردید. ابزار گردآوری داده ها در این تحقیق شامل: پرسشنامه دلزدگی زناشویی (CBM)، پرسشنامه احساس تنهایی (SELSA-S) و پرسشنامه نگرش به خیانت (ATIS) بود. در بررسی نتایج از اطلاعات به دست آمده علاوه بر روش های آمار توصیفی (جدول فراوانی، نمودار، میانگین و انحراف معیار)، از تحلیل کوواریانس و نرم افزار SPSS نیز استفاده شد. تجزیه و تحلیل یافته ها نشان داد غنی سازی روابط زناشویی به روش گاتمن در مرحله پس آزمون بر میانگین نمره کلی دلزدگی ($F=32/925$; $P=0/001$) و احساس تنهایی ($F=39/937$; $P=0/001$) اثر داشته است. بر اساس این نتایج، می توان چنین گفت که غنی سازی روابط زناشویی به روش گاتمن بر کاهش دلزدگی و کاهش احساس تنهایی (رومانتیک و اجتماعی) زنان با گرایش به خیانت تأثیر دارد. اما بر کاهش احساس تنهایی خانوادگی در زنان با گرایش به خیانت تأثیر ندارد. بنابراین میتوان نتیجه گرفت که آموزش روش غنی سازی روابط گاتمن بر کاهش دلزدگی زناشویی و احساس تنهایی زنان متأهل با نگرش به خیانت موثر است.

واژگان کلیدی: غنی سازی روابط زناشویی- دلزدگی زناشویی- احساس تنهایی- گرایش به خیانت