



قادری، زهرا؛ رفاهی، ژاله؛ باغبان، محمد (۱۳۹۴). اثر بخشی آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار بر تعهد زوجین. پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره، ۵ (۲)، ۹۹-۸۶.

اثر بخشی آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار بر تعهد زوجین

زهرا قادری^۱، ژاله رفاهی^۲، محمد باغبان^۳

تاریخ دریافت: ۹۲/۱۲/۲۷ تاریخ پذیرش: ۹۴/۲/۱۷

چکیده

هدف: بررسی اثر بخشی آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار بر تعهد زوجین.

روش: این پژوهش به روش نیمه تجربی از نوع پیش آزمون و پس آزمون با گروه آزمایش و کنترل است. جامعه آماری کلیه زوجین شهر بندر عباس می باشد. نمونه ی پژوهش شامل ۲۰ زوج در گروه آزمایش و ۲۰ زوج در گروه کنترل است که از بین ۹۷ زوجی که از میان ۱۸۵ زوج ثبت نام کننده، نمره پایینی در پرسشنامه مولفه های عشق اخذ کرده بودند، با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب گردیدند. پرسش نامه عشق مثلثی یا مولفه های عشق (استرنبرگ) به همراه اطلاعات دموگرافی آزمودنی ها جهت گردآوری داده ها استفاده گردید. داده ها با استفاده از آزمونهای آماری تحلیل کوواریانس و T مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها: یافته ها نشان داد آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار بر افزایش میزان تعهد زن و مرد اثر مثبت و معنادار داشته است. معناداری تفاوت میانگین زن و مرد با استفاده از آزمون T مستقل رد شده و نتیجه حاصل آنکه آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار بر افزایش میزان تعهد زوجین تاثیر معنادار و مثبت دارد.

واژه های کلیدی: مولفه های عشق، رویکرد هیجان مدار، تعهد، صمیمیت، میل

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

۱. استادیار، گروه مشاوره، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی.

۲. استادیار، گروه مشاوره، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی.

۳. دانشجو دکتری مشاوره، باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، (نویسنده مسئول)،

مقدمه

بدیهی است که ازدواج اولین تعهد عاطفی و حقوقی است که در بزرگسالی منعقد می شود و انتخاب همسر و انعقاد پیمان زناشویی نقطه ی عاطفی در رشد و پیشرفت شخص تلقی می گردد. به نظر می رسد سه دلیل اصلی ازدواج در جوامع امروزی عشق، همنشینی و تحقق انتظاراتها است (Omidvar, 1997). یکی از عوامل مهم در ماندگاری و حفظ یک ازدواج، احساس تعهد در زوجین است (Keiyy&et al, 1983, as cited in Tabee emami, 2000)

استنبرگ در مورد تعهد می گوید: تعهد شامل مسئولیت پذیری و وفاداری و وظیفه شناسی میباشد. یعنی اینکه شما تا چه حد سعی میکنید رابطه تان را شاداب و باطراوت نگه دارید. یعنی باور کردن این موضوع که اکثر مشکلات را میتوان با کمک یکدیگر از میان برداشت. یعنی به رسمیت شناخته شدن کسی توسط فرد دیگری که احساسات صادقانه و دلبستگی به وی دارد (Sternberg, 1988, as cited in Rafii & Asghariniya, 2000).

به عنوان اولین اشخاصی بودند که تعهد در ارتباط زناشویی را مورد بررسی قرار دادند. آن ها به این نتیجه دست یافتند که تعهد به طور فزاینده ای مربوط به تنظیم زناشویی می باشد (Deen&, Spainer, 1974). ترهاگ و اسونسون^۱ بیان کردند که دو جزء از تعهد در زندگی زناشویی لازم است این دو جزء تحت عنوان تعهد ابزاری و تعهد شخصی می باشد. آن ها چنین فرض کردند که ازدواج های دارای تعهد شخصی دارای قید و بندهای نزدیک تر و خصوصی تر هستند و دارای عشق بیشتر و مشکلات کمتری می باشند (as cited in Abassi molid, 1999).

در تعریف تعهد، جانسون (Johnson, 1999) تعهد شخصی را به معنی علاقه و تمایل فرد برای تداوم رابطه ی زناشویی، که مبتنی بر جاذبه و رضایتمندی زناشویی می داند؛ یا در جایی دیگر هارمون (Harmon, 2005) تعهد زناشویی را حدی می داند که در آن افراد دیدگاه بلند مدتی روی ازدواجشان دارند، برای رابطه شان فداکاری می کنند، برای حفظ و تقویت همبستگی و اتحادشان قدم برمی دارند و با همسرشان حتی هنگامی که ازدواجشان پاداش دهنده نیست، می مانند. آماتو (Amato, 2004) نیز معتقد است که تعهد زناشویی به این معنی است که زوجین تا چه حد برای روابط زناشویی خود ارزش قائل هستند و چقدر برای حفظ و تداوم ازدواجشان انگیزه دارند.

در تعاریف مختلف تعهد آنچه بیشتر حائز اهمیت می باشد مدل های مختلفی است که طی آن تعهد

تعریف شده است، از مدل‌های مرتبط با تعهد زناشویی می‌توان به مدل سرمایه‌گذاری^۱ که بر فرایند تعهد زناشویی به اندازه شرایط زوال رابطه تمرکز دارد، یا مدل فسخ و پیوستگی زناشویی، تحت عنوان نیروهای سوق دهنده و نیروهای مانع شونده؛ و یا مدل وابستگی^۲، پیامدهای تعاملات اجتماعی بر اساس پاداش‌هایی که فرد دریافت می‌کند یا هزینه‌هایی که وی باید متحمل شود، تا رضایت بخش یا غیر رضایت بخش باشد، یا تعهد در مدل استرنبرگ به مثابه اینکه تعهد یکی از مولفه‌های عشق است، اشاره کرد.

بعد از شیدایی اوایل ازدواج و پس از آن که شور روزهای نخست فروکش می‌کند، توجه به رفاه و خوشبختی همسر، مهم‌ترین نیروی پیوند دهنده‌ی روابط زن و شوهر می‌شود. گرچه بعضی از زوج‌ها در آغاز زندگی مشترک خود را نسبت به رابطه‌ی زناشویی متعهد می‌دانند، اما ممکن است میزان تعهد آنها آن قدر نباشد که در برابر طوفان‌های ناگزیر و ناشی از ناملايمات زندگی مقاومت کنند (Rezaii, 2000).

حال آنچه مهم است، چگونگی ایجاد و افزایش تعهد در زوجین می‌باشد؛ رویکرد هیجان‌مدار، یک مدل سیستماتیک کوتاه مدت است، که حوزه‌های درون‌روانی و بین‌فردی را با یکدیگر ترکیب می‌کند. منشاء این رویکرد، روان‌درمانی انسان‌گرا و هستی‌گرا بوده و زیربنای نظری آن، عشق بزرگسالی^۳ شاور^۴، سبک‌های دلبستگی بالبی و مفاهیم آشفتگی زوجین^۵ گاتمن^۶ می‌باشد (Honarparvaran, 2012). این رویکرد می‌تواند بر محورهای مختلفی از فرد تأثیر بگذارد و می‌تواند با این تأثیر گزارای راه‌حلی برای افزایش تعهد زناشویی باشد.

رویکرد هیجان‌مدار از دیدگاه سبک‌های دلبستگی نیز به روابط، نگاه می‌کند و دلبستگی به دیگران را بعنوان هدف سلامتی در نظر می‌گیرد (این سلامتی به وسیله مراقبت و حمایت^۷ افراد از یکدیگر، در هنگامی که آنان به مراقبت و حمایت نیاز دارند، مشخص می‌گردد). جانسون معتقد است که تعارضات زوجین، به دلیل کشمکش در پیوستگی^۸ آنان به یکدیگر بوجود می‌آید. نتیجه این کشمکش، ناکامی^۹، جدایی^{۱۰} و پیوندهای ناایمن^{۱۱} است (Honarparvaran, 2012).

1. The Investment Model
2. Interdependence Theory
3. Adult love
4. Shaver
5. Marital Distress
6. Gottman
7. Caring & Support
8. Connectedness
9. Failures
10. Separation
11. Insecure Bond

وقتی دلبستگی یکی از زوجین آسیب ببیند، درماندگی و آشفتگی در روابط ایجاد می شود، صمیمیت پایین آمده و تعهد کاهش می یابد. با آموزش این رویکرد به زوجین می توان علاوه بر آموزش سبکهای دلبستگی و همچنین هیجانان اولیه و ثانویه، از گامهای هیجان مدار استفاده نمود تا با دادن آگاهی بیشتر در یک فرایند مشاوره ای صمیمیت را افزایش و تعهد را پایدار کرد.

فرایند تغییر در زوج درمانی هیجان مدار در نه گام انجام می گیرد. چهار گام اول شامل ارزیابی^۱، بهم زدن تعامل چرخه های منفی و بحران زدایی از چرخه های مشکل دار تعاملی است. سه مرحله میانی در برگیرنده تغییر موقعیت های تعاملی^۲ به سوی پیوستگی های جدید^۳ بوده و دو مرحله آخر به تحکیم تغییرات^۴ در زندگی زوجین، می پردازد (Johnson & Whiffen, 1999).

از جمله عواملی که بر رضایت زناشویی تأثیر دارد تعهد، صمیمیت و میل زوجین است. این اعتقاد وجود دارد که مشکلات مربوط به صمیمیت و تعهد باعث میشود زوجها به دنبال مشاوره زناشویی، و یا بعضا به دنبال طلاق باشند. لذا باید روشها و راهبردهایی برای افزایش این بعد مهم و باارزش در روابط زناشویی احیا شود.

از جمله عواملی که فرض می شود کیفیت زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد، میزان صمیمیت و تعهد در ازدواج می باشد برای والدین و فرزندان بین زن و شوهر عامل تعیین کننده ای برای داشتن ارتباطات زناشویی و خانوادگی بسیار محکم است. تعهد را باید محصول یک جریان رشد در رابطه دانست فرایندی که قبل از ازدواج شروع می شود و بعد از آن هم ادامه می یابد و حتی جاودان می گردد.

در مطالعات متعددی از جمله تحقیقات احمدی و ثنایی (Ahmadi & Sanaii, 2012) عنوان نمودند که اثربخشی زوج درمانی هیجان محور بر تنظیم هیجان و تعهد زناشویی معنادار بوده و بیان نمود رویکرد هیجان مدار باعث بهبود و افزایش تعهد زوجین شده است. مشاک (Mashak, 1999) نیز در پژوهش خود رابطه سبکهای عشق (تعهد، صمیمیت، میل) با رضایت زناشویی را معنادار دانسته و حیاتی، اعتمادی، تبریزی و بروجعلی (Hayatii, Etemadi, Tabrizi, Borjalii, 1998) تأثیر رویکرد هیجان مدار بر میزان رضایت زناشویی را که از فاکتورهای مهم ایجاد یک تعهد پایدار می باشد را مثبت و معنادار اعلام نموده اند.

1 . Assesehunt
2 . Change In Interrogational Positions Cycles
3 . New bonding
4 . Consolidation of Change

رویکرد هیجان مدار بیان می‌دارد با توجه به سیر صعودی آمار طلاق در کشور، خصوصاً در زوج‌های جوان و افزایش روز افزون کشمکشها و تعارضات خانواده‌ها، درمان و مشاوره تخصصی زوجین از ضرورت و اولویت خاصی برخوردار است. از آنجایی که مردم ایران به هیجانات، اهمیت زیادی می‌دهند و برای آنان عواطف از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است، زوج درمانی هیجان مدار می‌تواند بطور قابل ملاحظه‌ای سبب بهبود و افزایش رضایتمندی در روابط زوجین و سلامت روان آنها گردد (Honarparvaran, 2012). رویکرد هیجان مدار به روابط زوجین از دیدگاه هیجانات و سبکهای دلبستگی نگاه می‌کند و هیجانات و نظریه دلبستگی عناصر اصلی این رویکرد می‌باشد.

آموزش در رویکرد هیجان مدار از اهمیت خاصی برخوردار است، همانگونه که هنرپروان (Honarparvaran, 2012). مراحل آموزش هیجان را اینگونه عنوان می‌کنند:

- ۱) بالا بردن آگاهی هیجانی
 - ۲) پذیرش تجربه هیجانی
 - ۳) کمک به زوجین برای بیان احساسات خود در غالب کلمات
 - ۴) کمک به زوجین به منظور کشف واکنش‌های هیجانی
 - ۵) تسهیل ارزیابی هیجانات
 - ۶) شناسایی باورها و نگرش‌های مخرب
 - ۷) تسهیل پذیرش هیجانات و نیازهای سازگارانه
 - ۸) کمک به زوجین برای پیدا نمودن پاسخ‌های هیجانی جایگزین
 - ۹) تسهیل انتقال هیجانات ناسازگارانه و باورهای مخرب به هیجانات سازگارانه و سالم
- و مک کی، وود و برانتلی (Mc key, Wood, Berantli, 2011) مهارتهای نظم بخشی هیجان را در ۹ گام و یک گام برنامه هفتگی اینگونه عنوان می‌کنند:
- ۱) هیجانهایتان را بشناسید.
 - ۲) بر موانع هیجانهای سالم غلبه کنید.
 - ۳) آسیب پذیری جسمی تان را کاهش دهید.
 - ۴) آسیب پذیری شناختی تان را کاهش دهید.

- ۵) هیجان های مثبت تان را افزایش دهید.
- ۶) بدون قضاوت به هیجانهایتان ، توجه آگاهانه نشان دهید.
- ۷) با هیجانهایتان روبرو شوید.
- ۸) برعکس تمایل های شدید هیجانی تان، عمل کنید.
- ۹) مشکلات را حل کنید.
- ۱۰) برنامه هفتگی

حال با توجه به موارد اشاره شده در بالا این نکته استخراج می شود که اهمیت و ضرورت تحقیق در حوزه تعهد زناشویی با رویکرد هیجان مدار مطلوب بوده و از این رو هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار بر تعهد زناشویی زوجین بود ، که بدان منظور فرضیه زیر تدوین شد: آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار بر تعهد زوجین تاثیر معنی داری دارد.

روش:

روش پژوهش، جامعه آماری، نمونه:

روش این تحقیق به صورت نیمه تجربی از نوع پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل و آزمایش بود. جامعه ی آماری شامل کلیه والدین دانش آموزان ابتدایی و متوسطه شهر بندر عباس در سال تحصیلی ۹۲-۹۳ بوده که از طریق اطلاع رسانی و فراخوان در مدارس ثبت نام نموده اند. روش نمونه گیری از نوع هدفمند است. گروه نمونه مورد مطالعه کلیه نفرات ثبت نام کننده به تعداد ۱۸۵ زوج بودند که پرسشنامه را پر کرده و از بین آنها ۹۷ زوج که نمره پایین کسب نموده اند و شرایط تحقیق را داشتند انتخاب شدند. از میان آنها ۴۰ زوج که نمره پایینی را اخذ نموده اند به صورت تصادفی انتخاب و این ۴۰ زوج را بعد از همسازی و همگن نمودن به دو گروه ۲۰ زوجی آزمایش و گواه تقسیم گردید (با در نظر گرفتن واریانسهای برابر).

ابزار سنجش

پرسشنامه عشق مثلثی^۱ توسط استرنبرگ با هدف بررسی و ارزیابی ساختار عشق بر اساس مولفه های صمیمیت، هوس و تعهد ساخته شد. که در آن ۴۵ سوال داشته که سه مولفه عشق را می سنجد. ۱۵ جمله اول

1 . Triangular Love Questionnaires

صمیمیت، ۱۵ جمله بعدی هوس و ۱۵ جمله آخر تعهد را می‌سنجد. هر فرد سوال را می‌خواند و از مقیاسی بین ۱ تا ۹ که شامل ۳ تعریف، اصلاً، به طور متوسط و به طور کامل را تشکیل می‌دهد به خود نمره می‌دهد. سپس مجموع نمرات هر گروه ۱۵ تایی جمع می‌شود و مقابل نام گروه نوشته می‌شود. بهترین نمرات را فردی دریافت می‌کند که برای هر ۳ گروه نمره ای بالاتر از حد میانگین کسب کند و تفاوت میان نمره های هر گروه، میزان دارا بودن آن صفت از مثلث عشق را بیان می‌کند و اگر نمرات ضعیف و قوی باشد نشان می‌دهد ۳ عنصر مثلث عشق در اضلاع خود دارای برابری و تناسب نیستند، (Ganji, 2001). استنبرگ همبستگی خرده مقیاس ها در این سوالات را ۲۱/ تا ۶۵/ به دست آورد و همبستگی درون مقیاس ها نیز بالا بوده و ضریب پایایی برای کل این آزمون را نیز ۹۰/ به دست آورد (as cited in Hatami, 2010). قمرانی و طباطبایی (Ghomrani and Tabatabaei, 2006) پایایی پرسشنامه مثلث عشق استنبرگ را با استفاده از آلفای کرونباخ ۹۲/ به دست آوردند.

همچنین روایی پرسشنامه مثلث عشق استنبرگ را با استفاده از محاسبه همبستگی مولفه ها با نمره کل برای سه مولفه صمیمیت، هوس و تعهد به ترتیب ۶۶/، ۹۲/ و ۷۷/ به دست آوردند ($p < .001$). در این پژوهش پایایی پرسشنامه مثلث عشق استنبرگ با استفاده از آلفای کرونباخ ۹۱/ به دست آمد دو نمونه از پرسش های این پرسشنامه عبارت اند از: همسرم را از نظر عاطفی خیلی حمایت می‌کنم. خیلی خودم را به همسرم نزدیک احساس می‌کنم.

روش اجرا و تحلیل

پس از مشخص شدن گروههای گواه و آزمایش و اجرای پیش آزمون برای دو گروه، برنامه آموزش رویکرد هیجان مدار برای گروه آزمایش به تعداد ۸ جلسه ۱/۵ ساعته با سرفصل های جدول ۱ اجرا گردید. بعد از پایان مجدد پرسشنامه بین هر دو گروه اجرا شد.

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده های به دست آمده از تحلیل واریانس، رگرسیون خطی و تحلیل کوواریانس استفاده شد و در ادامه برای بدست آمدن رابطه زوجی از آزمون تی مستقل استفاده گردید. برای انجام تجزیه و تحلیل داده های تحقیق از نرم افزار کامپیوتری ^۱ spss نسخه ۱۹ استفاده شده است.

جدول ۱: پروتکل آموزشی رویکرد هیجان مدار

ردیف	جلسه	هدف
۱	اول	آشنایی گروه با یکدیگر-آشنایی گروه با EFT و خاستگاه های آن - آموزش گام اول و دوم EFT
۲	دوم	بررسی تکالیف - آموزش گام سوم و چهارم EFT
۳	سوم	بررسی تکالیف - تمرین مهارتها و فنون یاد گرفته شده
۴	چهارم	بررسی تکالیف - آموزش گام پنجم و ششم EFT
۵	پنجم	بررسی تکالیف - آموزش گام هفتم EFT
۶	ششم	بررسی تکالیف - تمرین مهارتها و فنون یاد گرفته شده
۷	هفتم	بررسی تکالیف - آموزش گام هشتم و نهم EFT
۸	هشتم	جمع بندی -تمرین مهارتها و فنون یاد گرفته شده- ارزیابی کلی

یافته ها

یافته های توصیفی حاصل از ابزارهای پژوهش در مراحل پیش آزمون و پس آزمون در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول شماره ۲: میانگین و انحراف استاندارد متغیر تعهد در پیش و پس آزمون

متغیرها	گروه	تعداد (نفر)	میانگین	انحراف استاندارد
تعهد زن	پیش آزمون	آزمایش	۵۴٫۸	۸٫۳
		گواه	۵۴٫۹	۱۰٫۹
	پس آزمون	آزمایش	۱۲۳٫۴	۴٫۵
		گواه	۵۴٫۵	۱۰٫۳
تعهد مرد	پیش آزمون	آزمایش	۵۴٫۷	۹٫۹
		گواه	۵۴٫۹	۱۰
	پس آزمون	آزمایش	۱۲۶٫۱	۳٫۵
		گواه	۵۳٫۵	۱۱

همان گونه که مشاهده می شود میانگین گروه آزمایش و کنترل تفاوت چشم گیری داشته که معناداری این تفاوت ها در ادامه بررسی می گردد.

جدول ۳: آزمون لوین گروه آزمایش و کنترل مولفه‌ی تعهد زن

متغیرها	سطح معناداری (sig)	درجه آزادی گروه کنترل (df)	درجه آزادی گروه آزمایش (df)	مقدار F
زن	.۳۳۵	۳۸	۱	.۹۵۳
شوهر	.۲۷۶	۳۸	۱	۱,۲

همان گونه که در جدول ۳ مشاهده می‌شود در این آزمون واریانس‌ها در سطح ۰/۰۵ همگن بوده و این امکان را به ما در استفاده از تحلیل کوواریانس در تحلیل داده‌ها می‌دهد.

جدول ۴: تحلیل کوواریانس گروه آزمایش و کنترل مولفه‌ی تعهد زن

متغیرها	منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی (df)	میانگین مجزورات	آماره آزمون (F)	سطح معناداری (sig)	تا (Eta)
زن	اثر پیش‌آزمون	۳۰۰,۱	۱	۳۰۰,۱	۲۲,۴	۰/۰۰۰۵	.۳۸۵
	اثر هیجان‌مدار	۴۸۹۹,۱	۱	۴۸۹۹,۱	۳۶۷,۲	۰/۰۰۰۵	.۹۱۱
	خطا	۴۸۰,۳	۳۶	۱۳,۳			
	کل تصحیح شده	۴۹۹۰۳,۹	۳۹				
مرد	اثر پیش‌آزمون	۷۷۷,۵	۱	۷۷۷,۵	۲۷,۳	۰/۰۰۰۵	.۴۳۲
	اثر هیجان‌مدار	۴۵۳۳,۴	۱	۴۵۳۳,۴	۱۵۹,۶	۰/۰۰۰۵	.۸۱۶
	خطا	۱۰۲۲,۱	۳۶	۲۸,۳			
	کل تصحیح شده	۵۵۲۷۵,۱	۳۹				

همان گونه که در جدول فوق مشاهده می‌شود مقدار آماره آزمون برابر تحلیل کوواریانس در این مولفه ۰/۰۰۰۵ می‌باشد. بنابراین بین تعهد در دو گروه کنترل و آزمایش در مرحله پس‌آزمون پس از حذف تاثیر پیش‌آزمون تفاوت معنا دار وجود دارد و آموزش هیجان‌مدار بر تعهد در سطح یک درصد تاثیر معنا دار دارد. همچنین ضریب اتا در این آزمون در متغیر زن (۰/۹۱۱). Eta= است که این مفهوم بیانگر این موضوع می‌باشد که حدود ۹۱ درصد از تفاوت‌های مشاهده شده در تعهد زن در مرحله پس‌آزمون مربوط به تاثیر آموزش هیجان‌مدار بوده است. و در ادامه

ضریب اتا در این آزمون در متغیر شوهر ($\text{Eta} = .816$) است که این مفهوم بیانگر این موضوع می‌باشد که حدود ۸۱ درصد از تفاوت‌های مشاهده شده در تعهد مرد در مرحله پس آزمون مربوط به تاثیر آموزش هیجان مدار بوده است.

جدول ۵- آزمون تی مستقل جهت بررسی تفاوت میانگین نمرات تعهد زن و شوهر (زوجین)

آزمون لوین		آزمون تی T		
مقدار F	سطح معناداری (sig)	مقدار T	درجه آزادی گروه کنترل (df)	سطح معناداری (sig)
.023	.881	.819	38	.418

همانگونه که مشاهده می‌شود مقدار T مشاهده شده در آزمون لوینی که دارای مقدار $F = .023$ و سطح معناداری $\text{Sig} = .881$ است برابر با $T = .819$ و سطح معناداری $\text{Sig} = .418$ می‌باشد که در سطح معنی داری $P < .01$ معنی دار نمی‌باشد. بدین معنی که در میزان تعهد زن و مرد (زوجین) تفاوت وجود ندارد. نتیجه حاصل اینکه آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار بر افزایش میزان مولفه‌ی تعهد زوجین تاثیر معنادار و مثبت دارد.

نتیجه

نتایج پژوهش حاضر نشان داد آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار بر افزایش تعهد زوجین تاثیر معنی دار و مثبت دارد. این بخش از نتایج با یافته‌های حاصل از تحقیقات احمدی و ثنائی (Ahmadi, Sanaii, 2012) و مشاک (Mashak, 1999) شاه‌سیاه، بهرامی و محبی (Shahsiah, Bahrami, 2009) موهبی، حیاتی، اعتمادی، تبریزی و برجعلی (Hayatii, Etemadi, Tabrizi, Borjalii, 1998) همسو می‌باشد.

مطالعات احمدی و سنایی (Ahmadi & Sanaii, 2012) از این رو با این تحقیق همسو می‌باشد که اثربخشی زوج درمانی هیجان محور بر تنظیم هیجان و تعهد زناشویی را معنادار اعلام و در تحقیق دیگری با توجه رابطه میل جنسی و تعهد (Shahsiah, Bahrami and Mohebi, 2009) این گونه می‌گوید که با افزایش رضایت جنسی تعهد نیز افزایش می‌یابد. در نتیجه همان گونه که مشاک (Mashak, 1999) رابطه سبکهای عشق (تعهد، صمیمیت و میل) با رضایت زناشویی و حیاتی، اعتمادی، تبریزی و برجعلی (Hayatii, Etemadi, Tabrizi, Borjalii, 1998) تاثیر رویکرد هیجان مدار بر میزان رضایت زناشویی را

بیان می‌کنند این تحقیقات نیز با یافته‌های تحقیق همسو می‌باشد

در مطالعات متعددی از جمله تحقیقات احمدی و ثنایی (Ahmadi & Sanaii, 2012) عنوان نمودند که اثربخشی زوج درمانی هیجان محور بر تنظیم هیجان و تعهد زناشویی معنادار بوده و بیان نمود رویکرد هیجان مدار باعث بهبود و افزایش تعهد زوجین شده است. مشاک (Mashak, 1999) نیز در پژوهش خود رابطه سبک‌های عشق (تعهد، صمیمیت، میل) با رضایت زناشویی را معنادار دانسته و حیاتی، اعتمادی، تیریزی، برجلی (Hayatii, Etemadi, Tabrizi, Borjalii, 1998) تاثیر رویکرد هیجان مدار بر میزان رضایت زناشویی را که از فاکتورهای مهم ایجاد یک تعهد پایدار می‌باشد را مثبت و معنادار اعلام نموده اند.

مطالعات حاکی از آن است که سطح پایین تعهد زناشویی، منجر به عدم رضایت و طلاق میگردد. یکی از کارهایی که خانواده‌ی سالم انجام میدهد، احساس تعهد در قبال دیگر اعضای خانواده است. در خانواده‌های متعهد، اعضا نه تنها خود را وقف آسایش و بهزیستی خانواده میکنند بلکه در رشد و تعالی هر یک از اعضای خود می‌کوشند. به عبارتی متعهد بودن در قبال خانواده، مبنای صرف زمان و انرژی اعضای خانواده برای فعالیتهایی است که به نحوی به خانواده مرتبط و به آنها باز میگردد. به بیان دیگر مطالعات در مورد تعهد نشان میدهد که تعهد باعث حفظ و بقای ارتباط در زندگی زوجین میشود. آماتو (Amato, 2004) معتقد است که تعهد مفهوم مهمی است که باعث جداکردن نظریه‌ی تغییرات اجتماعی از اقتصادی میشود (Shahsiah, et al, 2009)

طبق آمار منتشر شده از سوی سازمان بهزیستی ایران در سال ۱۳۸۷، علت ۶۷٪ از قتل مردان به دست همسرانشان خیانت بوده است. ۳۳٪ مردان هم با واکنش در برابر خشونت و حمله ناگهانی یا تهدید همسر مواجه بوده اند. بنابراین پرداختن حوزه‌های مختلف دانش به مسأله خیانت و تعهد در بروز مشکلات خانوادگی و اجتماعی بیش از پیش اهمیت و ضرورت پیدا میکند (Hasanabadi, Mojarad, Soltanifar, 2011).

تعهد شخصی به معنی علاقه و تمایل فرد برای تداوم رابطه‌ی زناشویی است که مبتنی بر جاذبه و رضایتمندی زناشویی است (Johanson, 1999). زمانی که نیازها و انتظارات چه در بعد عاطفی و چه در بعد جنسی برآورده شود تعهد به رابطه بیشتر می‌گردد. این تعهد می‌تواند در یک دلبستگی ایمن و پاسخ‌گویی صحیح به هیجان‌ات ایجاد شود. از طرفی آموزش رویکرد هیجان مدار به زوجین این فرصت را می‌دهند که به یک شناخت روشن و درک بیشتری از یکدیگر دست یابند و با ایجاد یک دلبستگی ایمن و شناختی کامل از هیجان‌ات یکدیگر با هم رابطه داشته باشند. درک انتظارات و احساسات بنیادین خود و

طرف مقابل، ظرفیتهای زوجین را برای کنار آمدن با تنش های رابطه بیشتر می کند و بنابر این تعهد در رابطه بیشتر می شود.

آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار با در نظر گرفتن زوجین در یک زندگی کار آمد و با توجه به تاکید به روابط آنها در جامعه ای که آگاهی در سطح بسیار مطلوبی نیست می تواند با آموزش رویکرد خود مشکلات را تا حدودی از سر راه گسستگی خانواده ها و خصوصا در شهر بندر عباس با دوری همسران از یکدیگر به مقتضای شغل و اهمیت بحث تعهد به زندگی زناشویی و چگونگی استحکام این رابطه بردارد. شهر بندر عباس و مردم آن از آسیبهای جامعه مستثنی نبوده و بستر هر گونه خیانت در آن فراهم می باشد، چه بسا همسرانی که ماهها به کشور های حاشیه خلیج رفته و یا روزها در دریا به صیادی مشغولند و پس از بازگشت به خانه بستری را می خواهند که تعهد زناشویی را محکم تر کند. آموزش رویکرد هیجان مدار توانست نیازهای همسران را فراهم کرده و در پس آن تعهد زناشویی را افزایش دهد تا آنجا که در این تحقیق نتیجه حاصل این بود که آموزش به شیوه رویکرد هیجان مدار بر افزایش تعهد زوجین تاثیر معنی دار و مثبت دارد.

از محدودیت های این پژوهش نمونه گیری هدفمند و محدودیت در تعمیم و همچنین فرهنگ و نگاه خشک زوجین در روند اجرایی به گونه ای که انجام بعضی از مداخلات در جلسه آموزش را محدود میکرد. با توجه به این محدودیتها پیشنهاد می گردد این تحقیق در جوامع دیگر بررسی و با توجه به فرهنگ اسلامی و وجود حریم هایی در ارتباطات، بعضی از جلسات آموزش به صورت جداگانه برای خانمها و آقایان اجرا تا علاوه بر بیان مشکلات تاثیر گذاری آموزش ها بیشتر باشد. در ادامه همچنین پیشنهاد می شود در خصوص سنجش تعهد در ساختار مولفه های عشق ابزاری تهیه که به صورت شیوا و ساده نگارش، تا متناسب با مولفه مورد نظر قابل فهم برای عموم باشد. پیشنهاد می گردد آموزش های گروهی با مشاوره گروهی تلفیق تا بهره وری این آموزش ها و نتیجه بخشی آنها بیشتر گردد.

تقدیر و تشکر

تشکر می کنم از تمامی دوستان و عزیزانی که مرا در انجام این پژوهش یاری نمودند، و از خداوند بزرگ برای این عزیزان سلامتی و موفقیت آرزو نمودم.

References

- Ahmadi, M., Sanaeizaker, B. (2012). *The effectiveness of emotion focused couple therapy on emotion regulation and marital commitment*. Tehran: psychology and educational sciences college- teacher training university- Tehran. (In Persian)
- Abbasimulid, H. (2009). *examine the relationship between marital commitment and sexual satisfaction in couples of Isfahan city, collection of articles' abstract of the fifth*

- conference of Islamic counseling, family counseling and sexual hygiene*. Tehran: institute of Islamic counseling studies. (In Persian)
- Amato, P.R. (n.d). (2004). Studying marital interaction and commitment with survey data. Retrieved December, from.
<http://www.popcenter.umd.edu/events/mifd/papers/amato.pdf>
- Dean, D.G., & Spanier, G.B. (1974). Commitment: An overlooked variable in marital adjustment. *Sociological forces*, 7, 113-118.
- Elliott, R., & L.S. Greenberg. (2007). The Essence of Process-Experiential /Emotion-Focused Therapy. *American Journal of Psychotherapy*, 61, 241-254.
- Farhbakhsh, K., & Shafiabadi, A. (2006). Love dimensions based on three dimensional theory of love in four groups of couples in Namzadi, Aghd, marriage and parenting stage. *Journal of science and research in psychology*, 30(1), 1-10. (In Persian)
- Ganji, H. (2001). *Personality evaluation*. Tehran: Savalan publication. (In Persian)
- Ghomrani, S., & Tabatabaei, J. (2006). Examine the lovely relationship of Iranian couples and its relationship with marital satisfaction and demographic variables. *Journal of news and researches of counseling*, 17(5), 95-109. (In Persian)
- Greenberg, L. S., & Johnson, S. M. (2000). Different effects of experiential and problem-solving interventions in resolving marital conflict. *Journal of Clinical and Consulting Psychology*, 63, 67-79.
- Harmon, D., K.H. (2005). *Black men and marriage: the impact of spirituality, religiosity and marital commitment on marital satisfaction*. Unpublished doctoral dissertation: Alabama University.
- Hatami, Q. (2010). *Examine the relationship between love factors with marital satisfaction in married teachers of Shiraz city*. MA thesis in counseling: Islamic Azad university of Marvdasht, Iran. (In Persian)
- Hassan Abadi, Hossein, Mojarrad Saeed and Soltanifar, Atefeh (2011). Assessment of the effectiveness of emotion-oriented remedy on marriage adaptability and positive emotions in couples having relationship outside marriage. *Clinical Psychology Researches and Consultancy*, edition 1, 25-38. (In Persian)
- Haiati, M., Etemadi, A., Tabrizi, M., & Borjali, A. (2008). *Examine the effectiveness of emotion focused therapy on marital satisfaction of couples*. *Peikenoor*, 1(1), 1-10. (In Persian)
- Honarparvaran, N. (2012). *Emotion focused therapy in couple therapy*. Tehran: Danje. (In Persian)
- Haonarparvaran, N., Tabrizi, M., Navabinejad, Sh., & Shafiabadi, A. (2012). Effectiveness of training of emotion based approach on sexual satisfaction of couples. *Journal of behavior and thought*. 15(1), 1-10. (In Persian)
- Johnson, M.P. (1999). The tripartite nature of marital commitment: Personal, moral, and structural reasons to stay married. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 160-177.
- Johnson, M.P., Caughlin, J.P., Huston, T. L. (1999). The tripartite nature of marital commitment: personal, moral and structural reasons to stay married. *Journal of marriage and family*, 61(1) 160.
- Johnson, Susan M.; Greenberg, Leslie S. (1985). Emotionally Focused Couples Therapy: An Outcome Study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 11 (3), 313-17.
- Johnson, Susan M & Wittenborn, Andrea K. (2012). New Research Findings on Emotionally Focused Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38 (1), 18-22.

- Johnson, S. (2012). *Practice of emotion focused couple therapy "establishing relationship"* (translated by Bahrami, Fatemeh. Azarian, Zahra. Etemadi ,Azra, Samadi, Shahin). Tehran: Danjeh. (2004). (In Persian)
- Johnson, s. (2010). *Emotion focused couple therapy "bond creation"* (translated by Bita Hoseini). Tehran: Jungle. (In Persian)
- Johanson,Susan (2004).*the practice of emotionally focused couple therapy,creating connection*.brunner-routledge.
- Johnson ,S.M.,& whiffen ,V.E.(1999). Made to measure: Adapting emotionally focused therapy to attachment styles .*journal of clinical psychology :science @ practice* ,6,366-381.
- Kelly,H.H&Thibaut,J.(1983).*Interpersonal relations:A theory of interdependence*.New York:Wiley.
- Mashak, R.(2009). Relationship between love styles and marital satisfaction of married students. Iran: Retrieved August 22, 2013 from <http://www.sid.ir>. (In Persian)
- Matthew, M. Jeffery, W. Jeffery, B. (2011). *Techniques of emotion regulation*, (Translated by Hamidpour, Hasan. Jomepoor ,Hamid. Andooz, Zahra). Tehran: counseling center of Tehran University. (In Persian)
- Naser, Zahra, (2012). *Comparing commitment and marriage satisfaction in various levels of religious adherence of Married Students* , Master s thesis , , Marvdasht Azad University. (In Persian)
- Omidvar, B. (2007). *Examine the training of pre marriage on marital expectations and attitudes of students at the threshold of marriage in Shiraz city*. MA thesis: Esfahan University, Iran. (In Persian)
- Rezaei Javad (2010). *"The impact of Islamic- oriented Method of living, emphasizing on family system on couple's commitment and intimacy in Arak"* ,Master s thesis , Isfahan University(In Persian).
- Rafienia, P and Asgharii, A. (1997). The relationship between different types of love and subjective well-being in Married students.*sal Journal of Family*,3,9. (In Persian)
- Sternberg Robert j (1986).a triangular theory of love.*psychological review* 93(2):119-135
- Sternberg Robert j (1988).*the triangule of love.intimacy passion ,commitment*.new york.basic books.
- Soltani, Azadeh & Javad Molazadeh& Mohammad Mahmoodi& Samaneh Hosseini(2012). A Study on the Effectiveness of Emotional Focused Couple Therapy on Intimacy of Couples . *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 82,(3) , 461° 465.
- Shahsiah, M., Bahrami, F .,& Mohebi, S .(2009). Examine the relationship between sexual satisfaction and marital commitment in couples of Shahreza city. *Journal of mental health principles*, 3(1), 233-238. (In Persian)
- Tabae Emami, Sh. (2010). *Determine and examine the relationship between central and surrounding love features and commitment in married young adults in Isfahan university*. MA thesis in general psychology: Isfahan University, educational sciences university, Iran. (In Persian).