

اثربخشی برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن بر دلزدگی

زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی

زهرا قاسمی*^۱، زهرا میرزانیان^۲، دکتر مژگان حیاتی^۳

۱. کارشناسی ارشد، مشاوره مدرسه، دانشگاه پیام نور، قزوین، ایران (نویسنده مسئول).

۲. کارشناسی ارشد، مشاوره خانواده، دانشگاه پیام نور، قزوین، ایران.

۳. استادیار و عضو هیئت علمی، دانشگاه پیام نور، قزوین، ایران.

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره سوم، شماره بیست و یکم، تیرماه ۱۳۹۷، صفحات ۱۸-۱

چکیده

هدف این پژوهش بررسی اثربخشی برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن بر بهبود دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی بود. این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل زنان مراجعه‌کننده به مرکز خدمات روانشناسی و مشاوره مهرآیین شهر تهران در سال ۱۳۹۷ بودند. ۳۰ نفر زن به‌عنوان نمونه انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی به دو گروه آزمایش و گواه تقسیم شدند. گروه آزمایش به مدت هفت نشست ۱۲۰ دقیقه‌ای برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن را آموزش دیدند. سپس از آن‌ها پس‌آزمون گرفته شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های دلزدگی زناشویی پاینز (۲۰۰۳)، پرسشنامه باورهای ارتباطی غیرمنطقی آیدلسون و اپستاین (۱۹۸۲) و پرسشنامه نگرش به خیانت زناشویی واتلی (۲۰۰۸) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کواریانس چندمتغیره در سطح معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ و نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ صورت گرفت. بررسی‌های آماری نشان داد که دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی پس از برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل به‌طور معنی‌داری کاهش یافته است ($P < 0/05$). بر اساس یافته‌های این پژوهش برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن می‌تواند شیوه مناسبی برای کاهش دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی باشد.

واژگان کلیدی: روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن، دلزدگی زناشویی، باورهای ارتباطی، خیانت زناشویی

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره سوم، شماره بیست و یکم، تیرماه ۱۳۹۷

مقدمه

خانواده یکی از اساسی‌ترین کانون‌های جامعه و شکل‌دهنده‌ی شخصیت‌های درون آن است. مطلوبیت، رضایت، خشنودی، کیفیت و کارکرد بهینه‌ی خانواده، عامل بسیار تأثیرگذاری در شکوفایی رشد و پیشرفت اعضای خانواده است (صادقی، فاتحی زاده، احمدی و اعتمادی، ۱۳۹۴). نهاد خانواده در کنار نهادهای دین، اقتصاد، سیاست و آموزش و پرورش، یکی از پنج نهاد بنیادین اجتماعی است که بسیاری از نیازهای جسمی، روانی و اجتماعی انسان‌ها در چارچوب آن برآورده می‌شود. با این حال زندگی خانوادگی زوجین با خطراتی مواجه است که یکی از این خطرات نگرش زنان به خیانت زناشویی است. خیانت زناشویی پدیده‌ای است که اغلب به خاطر برطرف شدن نیازهای عاطفی یا جنسی فرد، از طریق روابط خارج از حیطه زناشویی به وقوع می‌پیوندد (عبدالملکی، اعظم‌آزاده و قاضی نژاد، ۱۳۹۴). مشکل خیانت زناشویی در جوامع امروزی و نوین رخدادی شایع شده است و همه‌گیرترین چالشی است که پای زوجین را به درمان می‌گشاید (گوردن، بائوکوم و اشنایدرا، ۲۰۰۴؛ به نقل از کمال‌جو، نریمانی، عطادوخت و ابوالقاسمی، ۱۳۹۵). خیانت زناشویی می‌تواند موجب متلاشی شدن کانون خانواده و جدایی زوجین از هم شود (جهان، چودهوری، رحمان، چودهوری، خایر، هوک و رحمان، ۲۰۱۷). زنان درگیری مردان را در خیانت زناشویی ۸۰ تا ۹۸ درصد برآورد کرده‌اند و مردان اظهار داشته‌اند که زنان ۷۰ تا ۹۰ درصد به همسرانشان خیانت می‌کنند. لذا می‌توان گفت مردان بیشتر از زنان در خیانت زناشویی درگیر می‌شوند (کبریوا، دیزی میری، ۲۰۱۵). از طرفی وقتی توقعات عاشقانه محقق نشوند، احساس سرخوردگی مستقیماً به همسر نسبت داده می‌شود و سبب تحلیل رفتن عشق و تعهد می‌شود و فرسودگی یا دلزدگی زناشویی^۱ جایگزین عشق می‌شوند (پیرفلک، سودانی و شفیع‌آبادی، ۱۳۹۳). دلزدگی زناشویی از نوع جسمی زمانی بروز می‌کند که زوجین متوجه می‌شوند به‌رغم تلاش‌هایشان، رابطه‌شان جسمی و جنسی با همسرشان به زندگی معنا نداد و نخواهد داد، آن‌ها در جهانشان تفاوتی احساس نکرده‌اند و از این رو شروع به احساس بیچاره بودن، ناامید بودن و دلزدگی جسمی و جنسی می‌کنند. دلزدگی زناشویی از نوع جسمی به علت مجموعه‌ای از توقعات غیرواقعی از همسر و ازدواج توأم با استرس‌ها، واقعیت‌ها و فراز و نشیب‌های زندگی بروز می‌کند (لینگرن، ۲۰۰۶؛ به نقل از کریمی و خلعتبری، ۱۳۹۶).

دلزدگی عاطفی زمانی بروز می‌کند که یکی از زوجین به‌اندازه طرف دیگر برای رابطه ارزش قائل نیست و یا مهم‌ترین نیازهای یکی از طرفین نادیده گرفته می‌شود، در این صورت رضایت و صمیمیت عاطفی- زناشویی کم‌رنگ شده و یا دلیل باهم بودن از بین

1. Gordon, Baucom & Snyder

2. Jahan, Chowdhury, Rahman, Chowdhury, Khair, Huq & Rahman

3. Kubrebwa & Dzimiri

4. couple burnout

5. Lingern

می‌رود (پاینز، نئل، هامر و لکسون^۱، ۲۰۱۱). شروع دلزدگی روان‌شناختی و بی‌رمقی روانی به‌ندرت ناگهانی است و در بیشتر موارد یک پدیده ناگوار یا رخداد‌های جزئی ناراحت‌کننده آغاز می‌گردد، ولی روند آن تدریجی است تا اینکه در ادامه زمانی می‌رسد که زوجین در می‌یابند از نظر روان‌شناختی میلی به هم ندارند (ون پلت^۲، ۲۰۱۰؛ به نقل از همتی، مداحی، خلعتبری و حسینیان، ۱۳۹۶). از طرفی شناخت، تفکرات و باورهای ارتباطی^۳ غیرمنطقی نقش برجسته‌ای در زندگی زناشویی و روابط همسران دارند. شناسایی آن‌ها می‌تواند در آشکار ساختن پیش‌زمینه‌های بی‌ثباتی زندگی زناشویی کارساز باشد. همچنین برداشت‌های منفی همسر، داشتن معیارهای انعطاف‌ناپذیر، تعصب‌های شخصی و سوءتفاهم یا درک نکردن صحبت‌های یکدیگر آن‌طور که هست در اغلب ازدواج‌ها موجب نارضایتی زوجین شده و بر جنبه‌های مثبت ازدواج غلبه می‌یابد (جمشیدی، صاحب‌دل و شکوری، ۱۳۹۵). مطالعات دیدگاه شناختی و ارتباطی در مسائل زناشویی و مطالعه عوامل مؤثر بر آن نشان داده‌اند که شناخت، تفکرات و باورها نقش زیادی در زندگی و روابط همسران ایفا می‌کنند در رویکرد شناختی درمانی بک بر مفروضه‌ها و باورهای مورد در طرح‌واره‌های شناختی زن و شوهر تأکید شده است. به نظر بک وقتی طرح‌واره‌های شناختی تحت تعریفات شناختی قرار می‌گیرند، حکم باورهای غیرمنطقی را پیدا می‌کنند و این باورهای افراطی و بسیار مطلق باعث می‌شوند نظام تفسیری همسران به‌صورت غیرمنطقی و نادرست عمل کند (داریدن^۴، ۲۰۰۳؛ به نقل از جمشیدی، صاحب‌دل و شکوری، ۱۳۹۵). در راستای بهبود مشکلات زناشویی مداخلات متعددی برای بهبود روابط زناشویی ابداع شده است که یکی از این روش‌ها برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن^۵ است که توسط گاتمن ابداع شده است (آجلی لاهیجی و بشارت، ۱۳۹۶).

نظریه گاتمن رویکردی تلفیقی است که از مبانی و اصول اعتقادی نظریه‌های مختلفی سیستمی، وجودی، روانکاوی و رفتاری یاری جسته است. همچنین این رویکرد بر رویکردی وجودی- انسان‌گرایی استوار می‌باشند و بر آگاهی و توجه به اینجا، اکنون و دسترسی به هیجانات برای افزایش صمیمیت و کیفیت روابط زوج‌ها تمرکز دارند (دیوید^۶، ۲۰۱۵). برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن به افراد کمک می‌کند تا افکار، ادراک و رفتارهای زوج‌ها را تغییر دهد. این روش درمانی به شیوه گاتمن درمانگر را قادر می‌سازد تا زوج‌ها را به‌منظور بهبود و رشد روابطشان آموزش دهد. این نوع درمان، درمانگران را در استفاده از رویکردها، ابزارها و فن‌های گوناگون به‌منظور تغییر سیستم و تسهیل دگرگونی‌های درونی روانی فردی و فهم این مسئله که تغییرات در سطح رفتاری چگونه اتفاق می‌افتد، انعطاف‌پذیر می‌سازد. درمان به شیوه گاتمن به دلیل استفاده از نظریه‌های غنی برای

1. Pines, Neal, Hammer & Ickson

2. Van Plet

3. irrational relationship beliefs

4. Dryden

5. Guttman's' systemic- behavioral approach

6. David

گسترش رشد تمامی کارکردها، تفکر و رفتار زوجین، راهبرد درمانی مؤثر هست (عبادی راد و کریمی نژاد، ۱۳۹۶). در مجموع می‌توان گفت در دهه‌های گذشته خیانت زناشویی زوجین گسترش یافته است و شمار زنان و مردانی که در خارج از چهارچوب خانواده با فردی غیر از همسر خود رابطه عاطفی و جنسی برقرار می‌کنند بیشتر می‌شود. لذا بر این اساس ضرورت دارد تا عوامل روان‌شناختی مؤثر بر این پدیده یعنی روابط زناشویی شناسایی شود (کمال‌جو، نریمانی، عطادوخت و ابوالقاسمی، ۱۳۹۵). همچنین بر اساس مطالعات پیشین پژوهشی که اثربخشی برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن بر دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی یافت نشد، لذا در راستای رفع این خلاء پژوهشی به این سؤال پاسخ داده می‌شود که آیا برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن بر دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی مؤثر است؟

روش پژوهش

روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه است. جامعه آماری پژوهش زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی مراجعه‌کننده به مرکز خدمات روانشناسی و مشاوره مهرآیین شهر تهران در سال ۱۳۹۷ بودند. به روش نمونه‌گیری هدفمند پرسشنامه نگرش به خیانت زناشویی بر روی ۱۰۰ نفر زن اجرا و پس از پاسخ به پرسشنامه از میان آن‌ها کسانی که بیشترین نمره میانگین را در پرسشنامه نگرش به خیانت زناشویی به دست آوردند، به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده ۳۰ نفر انتخاب شدند و ۱۵ نفر را در گروه آزمایش و ۱۵ نفر را در گروه کنترل گمارش شدند. با توجه به این مطلب که دلاور (۱۳۹۶) تعداد حجم نمونه حداقل ۱۵ نفر را در هر گروه برای مطالعات مداخله‌ای مناسب می‌داند، در این مطالعه ۳۰ نفر به‌عنوان نمونه پژوهشی انتخاب شدند و به شکل تصادفی در دو گروه گمارش شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش حاضر عبارت خواهند بود از سن آزمودنی ۲۰ تا ۳۰ سال، رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش، نداشتن فرزند و حداقل تحصیلات دیپلم و عدم ابتلا به سوءمصرف مواد مخدر و ملاک‌های خروج از پژوهش حاضر عبارت خواهند بود از غیبت بیش از دو جلسه در برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن، ناتوانی در نوشتن و خواندن، مصرف داروهای روانپزشکی و روان‌گردان و سوءمصرف به مواد مخدر و سیگار بودند. در ادامه جلسات برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن آمده است.

جدول ۱. خلاصه جلسات برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن اقتباس از پژوهش آجلی لاهیجی و بشارت (۱۳۹۶)

نشست	محتوای نشست
اول	بررسی شیوه‌های بهبود رابطه عشقی میان زوجین از راه افزایش شناخت از خود و همسر در گستره‌ای شخصیتی، عاطفی، فلسفی، فکری، علائق و سلیقه‌ها و غیره. شناخت دنیای احساسی و عاطفی همسر و درک نگرانی‌ها و پریشانی‌های وی و افزایش هرچه بیشتر فضای شناختی هریک از همسران درباره یکدیگر.

دوم	آموزش شیوه‌های مؤثر در افزایش مهر، احترام و تعاملات مثبت میان زوجین، احیای احساس‌های مثبت، افزایش قدرشناسی، بالا بردن توانایی درک برتری‌ها و خوبی‌های همسر، پرداختن به فلسفه زندگی و تاریخچه ازدواج و جایگزینی نگرشی مثبت‌تر به همسر.
سوم	تمرکز بر نزدیک شدن به همدیگر و افزایش ابعاد بی‌آلایشی، شیوه‌های کارآمد گوش دادن و سخن گفتن و به عبارتی مهارت‌های ارتباطی کارآمد و همچنین شیوه‌های جلب توجه و مهر بیشتر از سوی همسر و درنهایت بررسی عوامل ایجادکننده سردی در پیوند و زدایش‌ها آن‌ها.
چهارم	آموزش اهمیت پذیرش نفوذ همسر از سوی شوهران و شریک کردن همسر در تصمیم‌گیری‌ها و احترام قائل شدن برای نظرات و احساس‌های وی، انجام تمرین‌هایی برای بررسی ریخت‌های مقاومت مردان برای شریک شدن در قدرت تصمیم‌گیری با همسرانشان، راه‌های افزایش ابراز عاطفی و کنار آمدن.
پنجم	آموزش شیوه‌های زدایش مشکلات قابل حل، شناسایی روال آغاز مشاجرات، آموزش به‌کارگیری سازوکارهای جبرانی، توجه به کنش و واکنش بدنی خود در هنگام مشاجرات، آموزش شیوه‌های گوناگون آرام‌سازی و نیز راه‌های رویارویی با مشکلات قابل حل ویژه.
ششم	راه‌های کنار آمدن مشکلات دائمی و غیرقابل حل، توجه به رؤیاهای و دلایل پنهانی و ژرف این مشکلات، تمرین‌هایی برای آشکار ساختن مفهوم رؤیاهای، کار روی موارد به بن بست رسیده، آرام کردن یکدیگر و شیوه هماوایی درباره مشکلات غیرقابل حل.
هفتم	توانمندسازی همسران برای حلق مشترک در زندگی زناشویی خویش از راه خلق زندگی درونی از جانب زن و شوهر، تمرین‌هایی برای رسیدن به ارزش‌ها و نقاط مشترک از راه بررسی نمادها، آیین‌های شخصی، نقش‌ها، اهداف و آیین‌های خانوادگی.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه دلزدگی زناشویی: این پرسشنامه برای اندازه‌گیری میزان دلزدگی زناشویی در بین زوجین توسط پابنز (۲۰۰۳) طراحی شده است. این پرسشنامه شامل ۲۰ سؤال می‌باشد که نشان‌دهنده دلزدگی زناشویی است و دارای سه جزء اصلی دلزدگی جسمی (خستگی ذهنی^۱ با سؤالات ۴، ۱، ۷، ۱۰، ۱۶)، دلزدگی عاطفی (خستگی هیجانی^۲ با سؤالات ۲، ۳، ۵، ۹، ۱۱، ۱۳، ۱۷) و دلزدگی روان‌شناختی (خستگی ذهنی^۳ با سؤالات ۶، ۸، ۱۲، ۱۴، ۱۵، ۱۸، ۱۹، ۲۰) می‌باشد (همتی، مداحی، خلعتبری و حسینیان، ۱۳۹۶). تمام گویه روی یک مقیاس هفت امتیازی از هرگز تا همیشه پاسخ داده می‌شود که سطح ۱ معرف عدم تجربه عبارت موردنظر و سطح ۷ تجربه زیاد عبارت موردنظر است. به‌صورت که هرگز نمره ۱، یک‌بار طی مدتی طولانی نمره ۲، بندرت نمره ۳، گاهی نمره ۴، معمولاً نمره ۵، غالباً نمره ۶ و همیشه نمره ۷ تعلق می‌گیرد (اسدی، فتح‌آبادی و شریفی، ۱۳۹۲). نمره بالاتر در این

1. physical exhaustion

2. emotional exhaustion

3. mental exhaustion

مقیاس نشان‌دهنده دلزدگی بیشتر فرد است (مهدویان، اصغری ابراهیم‌آباد و قناعت باجگیرانی، ۱۳۹۳). ارزیابی اعتبار پرسشنامه نشان داد که در این پرسشنامه همسانی درونی بین متغیرها در دامنه‌ی ۰/۸۴ و ۰/۹۰ است. روایی آن به وسیله‌ی همبستگی‌های منفی با ویژگی‌های ارتباطی مثبت به تائید رسیده است (اسدی، فتح‌آبادی و شریفی، ۱۳۹۲). نسخه‌های ترجمه‌شده این پرسشنامه به‌طور موفقیت‌آمیز در مطالعات بین فرهنگی در نروژ، مجارستان، مکزیک، اسپانیا، پرتغال، فنلاند و اسرائیل استفاده‌شده است (پاینز، ۲۰۰۳). همچنین ضریب پایایی با روش باز آزمایی در یک دوره یک‌ماهه برابر با ۰/۷۶ محاسبه‌شده است و پایایی با آلفای کرونباخ در دامنه‌ی بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ محاسبه‌شده است و روایی هم‌زمان این پرسشنامه با پرسشنامه تعارضات زناشویی ضریب همبستگی ۰/۵۱ بوده است (مهدویان، اصغری ابراهیم‌آباد و قناعت باجگیرانی، ۱۳۹۳). همچنین پایایی آلفای کرونباخ آن در پژوهش همتی، مداحی، خلعتبری و حسینیان (۱۳۹۶) ضریب ۰/۸۹ به‌دست‌آمده است. همچنین ارزیابی ضریب اعتبار مقیاس دلزدگی زناشویی نشان داد که آن دارای یک همسانی درونی بین متغیرها در دامنه ۰/۸۴ و ۰/۹۰ است (نازک‌تبار، حسینی درونکلایی و بابایی، ۱۳۹۵). در این پژوهش بر روی برای بررسی همسانی درونی پرسشنامه بر روی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی ضریب آلفای کرونباخ کل سؤالات ۰/۹۱ به دست آمد.

پرسشنامه باورهای ارتباطی غیرمنطقی: پرسشنامه باورهای ارتباطی^۱ در مورد روابط زناشویی توسط آیدلسون و اپستاین^۲ (۱۹۸۲) ساخته‌شده است. این پرسشنامه باهدف ارزیابی میزان باورهای ارتباطی غیرمنطقی در رابطه زناشویی از ابعاد «باور به مخرب بودن مخالفت^۳ با سؤالات ۱، ۶، ۱۱، ۱۶، ۲۱، ۲۶، ۳۱، ۳۶»، «توقع ذهن‌خوانی^۴ با سؤالات ۲، ۷، ۱۲، ۱۷، ۲۲، ۲۷، ۳۲، ۳۷»، «عدم تغییرپذیری همسر^۵ با سؤالات ۳، ۸، ۱۳، ۱۸، ۲۳، ۲۸، ۳۳، ۳۸»، «کمال‌گرایی جنسی^۶ با سؤالات ۴، ۹، ۱۴، ۱۹، ۲۴، ۲۹، ۳۴، ۳۹» و «باور به تفاوت‌های جنسیتی^۷ با سؤالات ۵، ۱۰، ۱۵، ۲۰، ۲۵، ۳۰، ۳۵، ۴۰» تشکیل شده است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت از «کاملاً غلط نمره ۰»، «غلط نمره ۱»، «شاید غلط نمره ۲»، «شاید درست نمره ۳»، «درست نمره ۴» و «کاملاً درست نمره ۵» امتیازدهی می‌شود (کلال قوچان عتیق، ۱۳۹۵)؛ اما این شیوه نمره‌گذاری در مورد سؤالات ۱، ۶، ۱۱، ۲۱، ۲۶، ۳۱، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸، ۴۹، ۵۰ معکوس شده و به‌صورت از «کاملاً غلط نمره ۵»، «شاید غلط نمره ۴»، «شاید غلط نمره ۳»، «شاید درست نمره ۲»، «درست نمره ۱» و «کاملاً درست نمره ۰» نمره‌گذاری می‌شود. با جمع زدن امتیازات مربوط به عبارت هر خرده مقیاس، نمره خرده مقیاس مربوط محاسبه و با جمع کردن نمره هر خرده مقیاس، نمره کل باورهای ارتباطی محاسبه می‌شود. در این پرسشنامه نمره بالا نشان‌دهنده داشتن باورهای غیرمنطقی در روابط زناشویی است. نمره‌های هر خرده مقیاس توسط جدولی محاسبه می‌گردد (مظاهری و پوراعتماد، ۱۳۸۰؛ به نقل از شهرستانی، دوستکام، رهباردار و مشهدی، ۱۳۹۱). در پژوهش‌های

1. relationship belief inventory

2. Eidelson & Epstein

3. destructiveness of disagreement

4. mind reading expectation

5. unchangeability of spouse

6. sexual perfectionism

7. gender differences

خارج کشور پایایی پرسشنامه از طریق همسانی با آلفای کرونباخ ضریب $0/81$ و به روش بازآزمایی بافاصله یک ماه ضریب $0/89$ با فاصله دو ماه ضریب $0/91$ به دست آمده است (هولت، ماتانا، اچمیدت، داکس و بروفی و مینار^۱، ۲۰۱۶). در این پژوهش بر روی برای بررسی همسانی درونی پرسشنامه بر روی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی ضریب آلفای کرونباخ کل سؤالات $0/88$ به دست آمد.

پرسشنامه نگرش به خیانت زناشویی: پرسشنامه نگرش به خیانت زناشویی توسط واتلی (۲۰۰۸) برای بررسی نگرش به خیانت زناشویی ساخته شده است. پرسشنامه ابزار دارای ۱۲ سؤال می‌باشد که نمره‌گذاری آن به صورت ۷ درجه‌ای از به شدت موافقم تا به شدت مخالفم نمره‌گذاری می‌شود. به این صورت که بسیار مخالفم ۱ نمره، تا حدودی مخالفم ۲ نمره، کمی مخالفم ۳ نمره، نمی‌دانم ۴ نمره، کمی موافقم ۵ نمره تا حدودی موافقم ۶ نمره، بسیار موافقم ۷ نمره تعلق می‌گیرد. سؤالات شامل جملاتی راجع به احساسات منفی و مثبت نسبت به مقوله خیانت است که آزمودنی بنا بر احساس خود به جملات نمره یک تا هفت می‌دهد. در واقع پرسشنامه خیانت، مقدار تمایل و میزان پذیرندگی یا ردکنندگی را از منظر افراد متخلف می‌سنجد. بالاترین امتیاز ۸۴ به معنی پذیرنده خیانت و کمترین ۱۲ به معنی ردکننده خیانت است (سواری و طلایی‌زاده، ۱۳۹۴). ضریب آلفای کرونباخ نمره کل پرسشنامه $0/79$ ذکر شده است (کرمی و زکی‌بی، محمدی و حق شناس، ۱۳۹۳). جهت بررسی روایی این آزمون در ایران، از روایی ملاکی از (نوع واگرا) استفاده شده است. به همین منظور، پرسشنامه جهت‌گیری مذهبی آلپورت به کار گرفته شد روایی واگرا با جهت‌گیری مذهبی درونی، با $0/29$ و جهت‌گیری مذهبی بیرونی $0/16$ به دست آمد (سیدعلی تبار، قنبری، زاده محمدی و حبیبی، ۱۳۹۳). در پژوهش برای تعیین پایایی پرسشنامه خیانت زناشویی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که برای کل پرسشنامه برابر $0/70$ به دست آمد (سواری و طلایی‌زاده، ۱۳۹۴). همچنین در پژوهش بر روی زنان ساکن شهر کرج آلفای کرونباخ پرسشنامه ضریب $0/89$ گزارش شده است (عجم، ۱۳۹۵). در پژوهش بر روی والدین (زوج) دانش‌آموزان پیش‌دبستانی و دبستانی شهرستان پلدختر ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه $0/85$ گزارش شده است (یوسفی، کریمی‌پور و امانی، ۱۳۹۵). در خارج کشور نتایج حاکی از اعتبار مطلوب پرسشنامه بوده است به طوری که آلفای کرونباخ آن $0/80$ سنجیده شده است (واتلی، ۲۰۰۸). همچنین روایی سازه پرسشنامه با روش همبستگی سوال-نمره کل بررسی شده که ضرایب همبستگی بین $0/75$ تا $0/78$ مثبت و معنی‌دار در سطح $0/05$ به دست آمده است که نشان از روایی سازه پرسشنامه است و همچنین پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ضریب $0/81$ محاسبه شده است (توپلو-دمیرتاس و فیچمن^۲، ۲۰۱۷). در این پژوهش بر روی برای بررسی همسانی درونی پرسشنامه بر روی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی ضریب آلفای کرونباخ کل سؤالات $0/81$ به دست آمد.

1. Holt, Mattanah, Schmidt, Daks, Brophy, Minnaar & Rorer

2. Toplu-Demirtaş & Fincham

یافته‌ها

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیره با حذف اثر پیش‌آزمون در سطح معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ و نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ صورت گرفت. قبل از تحلیل آماری داده‌ها مفروضه‌های آن بررسی شد. یکی از پیش‌فرض‌ها این بود که تعداد متغیرهای وابسته از تعداد اعضای نمونه در هر گروه کمتر بود که این پیش‌فرض برقرار شد. پیش‌فرض بعدی طبیعی بودن توزیع متغیرهای وابسته بود که نتایج که آزمون شاپیرو-ویلک غیر معنی‌دار بود و مفروضه برقرار شد ($P > 0/05$). نتایج آزمون باکس جهت بررسی پیش‌فرض دیگر این آزمون یعنی تساوی واریانس-کوواریانس از لحاظ آماری معنی‌دار نبود ($P > 0/05$) و این به معنی برقراری مفروضه تساوی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس می‌باشد. نتیجه آزمون کرویت بارلت در سطح معناداری ۰/۰۰۱ برقرار بود.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی به تفکیک گروه و مرحله

متغیرهای وابسته	سنجش	میانگین \pm انحراف معیار		نرمال بودن	
		آزمایش	گواه	آماره Z	معنی‌داری
دلزدگی جسمی	پیش‌آزمون	۱/۱۱۳ \pm ۲۳/۳۳	۱/۳۳۵ \pm ۲۲/۷۳	۰/۱۱۳	۰/۱۱۸
	پس‌آزمون	۱/۲۸۰ \pm ۱۷/۷۳	۱/۵۹۵ \pm ۲۲/۶۰	۰/۶۱۱	۰/۰۵۷
دلزدگی عاطفی	پیش‌آزمون	۰/۹۶۱ \pm ۲۱/۰۷	۰/۸۸۴ \pm ۲۱/۰۷	۰/۲۱۵	۰/۱۱۳
	پس‌آزمون	۱/۱۷۵ \pm ۱۸/۳۳	۱/۶۸۵ \pm ۲۱/۴۷	۰/۵۶۴	۰/۰۵۹
دلزدگی روان‌شناختی	پیش‌آزمون	۱/۱۲۵ \pm ۲۱/۴۷	۱/۱۷۵ \pm ۲۱/۳۳	۰/۱۴۹	۰/۱۵۱
	پس‌آزمون	۱/۷۶۵ \pm ۱۷/۶۰	۱/۵۳۴ \pm ۲۰/۹۳	۰/۲۱۴	۰/۱۱۰
باور به مخرب بودن مخالفت	پیش‌آزمون	۱/۴۵۷ \pm ۱۵/۱۳	۲/۶۱۵ \pm ۱۵/۱۳	۰/۱۵۹	۰/۰۹۱
	پس‌آزمون	۱/۴۵۶ \pm ۱۳/۵۳	۲/۸۲۵ \pm ۱۴/۸۷	۰/۱۵۰	۰/۰۸۷
باور به توقع ذهن‌خوانی	پیش‌آزمون	۱/۴۹۶ \pm ۱۶/۳۳	۱/۹۵۷ \pm ۱۴/۴۰	۰/۱۵۴	۰/۰۵۴
	پس‌آزمون	۱/۴۷۴ \pm ۱۲/۲۰	۲/۴۱۶ \pm ۱۳/۵۳	۰/۱۷۸	۰/۰۵۱
باور به عدم تغییرپذیری همسر	پیش‌آزمون	۳/۰۲۱ \pm ۲۵/۱۳	۲/۱۷۱ \pm ۲۳/۰۰	۰/۱۵۱	۰/۰۸۳
	پس‌آزمون	۲/۲۵۱ \pm ۱۸/۲۷	۳/۹۵۸ \pm ۲۲/۳۳	۰/۱۸۳	۰/۰۶۲
پس‌آزمون	۱/۴۵۷ \pm ۱۶/۱۳	۵/۰۸۸ \pm ۱۹/۲۰	۰/۱۵۶	۰/۰۸۷	

۰/۰۶۱	۰/۱۶۱	۵/۴۵۷±۱۸/۵۳	۱/۷۱۰±۱۰/۹۳	پس آزمون	باور به کمال‌گرایی جنسی
۰/۰۶۶	۰/۱۵۰	۴/۷۶۴±۲۱/۱۳	۱/۴۵۷±۱۸/۱۳	پیش آزمون	باور به تفاوت‌های جنسیتی
۰/۱۱۰	۰/۱۵۹	۵/۲۷۵±۲۰/۴۰	۲/۵۶۳±۱۲/۰۰	پس آزمون	

جدول ۲ میانگین و انحراف معیار دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی به تفکیک گروه و مرحله را نشان می‌دهد که در این جدول آماره‌های نرمال بودن بررسی شده است که دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی و ابعاد آن‌ها توزیع نرمال داشتند.

فرضیه اول: برنامه روان آموزشی مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن بر بهبود دلزدگی زناشویی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی مؤثر است.

جدول ۳. خلاصه آزمون‌های چندمتغیره پس آزمون دلزدگی زناشویی و ابعاد آن

آزمون‌ها	مقادیر	آزمون F	معنی داری	ضریب تأثیر	توان آماری
اثر پیلایی	۰/۸۵۱	۶۸/۶۲۴	۰/۰۰۱	۰/۸۵۱	۰/۹۹۹
لامبدای ویلکز	۰/۱۰۰	۶۸/۶۲۴	۰/۰۰۱	۰/۸۵۱	۰/۹۹۹
تی هوتلینگ	۸/۹۵۱	۶۸/۶۲۴	۰/۰۰۱	۰/۸۵۱	۰/۹۹۹
بزرگترین ریشه روی	۸/۹۵۱	۶۸/۶۲۴	۰/۰۰۱	۰/۸۵۱	۰/۹۹۹

جدول ۳ خلاصه آزمون‌های چندمتغیره پس آزمون دلزدگی زناشویی و ابعاد آن را نشان می‌دهد که آماره چندمتغیره مربوطه یعنی لامبدای ویلکز در سطح ۰/۹۹ درصد معنی دار می‌باشد ($P < ۰/۰۱$ و $F = ۶۸/۶۲۴$). بعد از این به بررسی این موضوع باید پرداخته شود که آیا هرکدام از متغیرهای وابسته به‌طور جداگانه از متغیر مستقل اثر پذیرفته است یا خیر؟ به‌منظور مقایسه میانگین نمرات پس آزمون دلزدگی زناشویی و ابعاد آن بعد از کنترل اثر پیش آزمون در دو گروه از آزمون تجلیل کواریانس چندمتغیره (مانکوا) استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج کواریانس چندمتغیره پس آزمون دلزدگی زناشویی و ابعاد آن

متغیرهای وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره آزمون F	معنی داری	ضریب تأثیر	توان آماری
دلزدگی جسمی	۱۳۷/۴۶۷	۱	۱۳۷/۴۶۷	۱۵۲/۲۹۴	۰/۰۰۱	۰/۸۵۹	۰/۹۹۹
دلزدگی عاطفی	۱۳۷/۴۹۱	۱	۱۳۷/۴۹۱	۴۴/۷۹۰	۰/۰۰۱	۰/۶۴۲	۰/۹۹۹
دلزدگی روانشناختی	۷۴/۹۷۹	۱	۷۴/۹۷۹	۲۵/۰۷۱	۰/۰۰۱	۰/۵۰۱	۰/۹۹۸

چنانچه در جدول ۴ مشاهده می شود بین میانگین نمره پس آزمون دلزدگی زناشویی و ابعاد آن با کنترل اثر پیش آزمون تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارتی می توان گفت که استفاده از برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن به طور معنی داری موجب کاهش دلزدگی جسمی [$F=152/294$ و $P<0/01$] دلزدگی عاطفی [$F=44/790$ و $P<0/01$] و دلزدگی روانشناختی [$F=25/071$ و $P<0/01$] در مرحله پس آزمون شده است؛ بنابراین فرضیه اول مبنی بر اینکه برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن بر بهبود دلزدگی زناشویی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی مؤثر است. فرضیه دوم: برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن بر بهبود باورهای ارتباطی غیرمنطقی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی مؤثر است.

جدول ۵. خلاصه آزمونهای چندمتغیره پس آزمون باورهای ارتباطی غیرمنطقی و ابعاد آن

آزمونها	مقادیر	آزمون F	معنی داری	ضریب تأثیر	توان آماری
اثر پیلایی	۰/۷۰۶	۹/۱۱۸	۰/۰۰۱	۰/۷۰۶	۰/۹۹۸
لامبدای ویلکز	۰/۲۹۴	۹/۱۱۸	۰/۰۰۱	۰/۷۰۶	۰/۹۹۸
تی هوتلینگ	۲/۴۰۰	۹/۱۱۸	۰/۰۰۱	۰/۷۰۶	۰/۹۹۸
بزرگترین ریشه روی	۲/۴۰۰	۹/۱۱۸	۰/۰۰۱	۰/۷۰۶	۰/۹۹۸

جدول ۵ خلاصه آزمونهای چندمتغیره پس آزمون باورهای ارتباطی غیرمنطقی و ابعاد آن را نشان می دهد که آماره چندمتغیره مربوطه یعنی لامبدای ویلکز در سطح ۰/۹۹ درصد معنی دار می باشد [$F=9/118$ و $P<0/01$]. بعد از این به بررسی این موضوع باید پرداخته شود که آیا هر کدام از متغیرهای وابسته به طور جداگانه از متغیر مستقل اثر پذیرفته است یا خیر؟ به منظور مقایسه

میانگین نمرات پس آزمون باورهای ارتباطی غیرمنطقی و ابعاد آن بعد از کنترل اثر پیش آزمون در دو گروه از آزمون تحلیل کواریانس چند متغیره (مانکوا) استفاده شد که نتایج آن در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶. نتایج کواریانس چندمتغیره پس آزمون باورهای ارتباطی غیرمنطقی و ابعاد آن

متغیرهای وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره آزمون F	معنی داری	ضریب تاثیر	توان آماری
باور به مخرب بودن مخالفت	۱۷/۸۷۸	۱	۱۷/۸۷۸	۱۴/۲۰۰	۰/۰۰۱	۰/۳۸۲	۰/۹۵۰
باور به توقع ذهن خوانی	۱۵/۳۳۴	۱	۱۵/۳۳۴	۵/۳۳۵	۰/۰۳۰	۰/۱۸۹	۰/۶۰۱
باور به عدم تغییرپذیری همسر	۸۷/۰۲۴	۱	۸۷/۰۲۴	۸/۲۳۶	۰/۰۰۹	۰/۲۶۴	۰/۷۸۵
باور به کمال گرایی جنسی	۱۲۷/۰۹۳	۱	۱۲۷/۰۹۳	۲۱/۲۴۸	۰/۰۰۱	۰/۴۸۰	۰/۹۹۳
باور به تفاوت های جنسیتی	۲۲۲/۵۳۸	۱	۲۲۲/۵۳۸	۲۷/۲۷۳	۰/۰۰۱	۰/۵۴۲	۰/۹۹۹

چنانچه در جدول ۶ مشاهده می شود بین میانگین نمره پس آزمون باورهای ارتباطی غیرمنطقی و ابعاد آن با کنترل اثر پیش آزمون تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارتی می توان گفت که استفاده از آموزش درمان مبتنی بر پذیرش به طور معنی داری موجب کاهش باور به مخرب بودن مخالفت [$F=14/200$ و $P<0/01$] باور به توقع ذهن خوانی [$F=5/335$ و $P<0/01$]، باور به عدم تغییرپذیری همسر [$F=8/236$ و $P<0/01$]، باور به کمال گرایی جنسی [$F=21/248$ و $P<0/01$] و باور به تفاوت های جنسیتی [$F=27/273$ و $P<0/01$] در مرحله پس آزمون شده است؛ بنابراین فرضیه دوم مبنی بر اینکه برنامه روان آموزشی مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن بر بهبود باورهای ارتباطی غیرمنطقی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی مؤثر است.

بحث و نتیجه گیری

نتایج نشان داد که دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی پس از برنامه روان آموزشی مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل به طور معنی داری کاهش یافته است. بر اساس یافته های این پژوهش برنامه روان آموزشی مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن می تواند شیوه مناسبی برای کاهش دلزدگی زناشویی و باورهای

ارتباطی غیرمنطقی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی باشد. در پژوهش‌های قبلی مطالعه‌ای که اثربخشی برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن بر دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی را نشان داده باشند یافت نشد، اما نتیجه به دست آمده از پژوهش حاضر می‌تواند با نتایج تحقیقات آجلی لاهیجی و بشارت (۱۳۹۶)، گودرزی و بوستانی پور (۱۳۹۲)، مدنی، هاشمی گلپایگانی و غلامعلی لواسانی (۱۳۹۶)، عبادی راد و کریمی نژاد (۱۳۹۶) همسویی داشته باشند.

می‌توان گفت نگرش به خیانت زناشویی در جوامع امروزی و نوین رخدادی شایع و همه‌گیری آن شایع شده است و همه‌گیرترین چالشی است که پای زوجین را به درمان بازکرده است (کمال‌جو، نریمانی، عطادوخت و ابوالقاسمی، ۱۳۹۵). تعهد به‌طور فزاینده مربوط به تنظیم زناشویی می‌باشد. با زیر پا گذاشتن این عهد و پیمان، با پدیده آسیب‌زایی به نام خیانت زناشویی (پیمان شکنی) مواجه خواهیم شد که مانند بسیاری از پدیده‌های اجتماعی، رویدادی چندبعدی می‌باشد و عوامل متعددی در بروز و ظهور آن دخالت دارند، از جمله عوامل مداخله‌گر در پیدایی این پدیده، عوامل شخصیتی و درون فردی و عوامل موقعیتی و محیطی و عوامل بین فردی است (هادی، اسکندری، سهرابی، معتمدی و فرخی، ۱۳۹۵). در تبیین برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن متمرکز بر حل مسئله است. مهارت حل مسئله به‌عنوان راهبردی برای حل تعارض، مستلزم به‌کارگیری آموخته‌های اعضای یگان تصمیم‌گیری است. بسته به بروز تعارض در اثر نگرش به خیانت زناشویی، اعضای خانواده و زوجین از راهبردهای تصمیم‌گیری گوناگونی بهره می‌گیرند. به‌طورکلی، این راهبردها رفتارهای میان فردی را منعکس می‌کنند. گفتگو روی واقعیت‌ها صورت می‌گیرند و بر پایه هماوایی میان زوجین گزینه‌هایی انتخاب می‌شوند. در برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن مهارت حل مسئله به‌عنوان یکی از برجسته‌ترین مهارت‌ها به زوجین آموزش داده می‌شود و تأثیر شگرفی بر زوجین دارد. در تبیین دیگر می‌توان گفت درمانگر برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن را برای تغییر فرآیند همکنش زن و شوهر به کار می‌گیرند. این باور وجود دارد که چنین تغییراتی در پایان درمان راه گشا است و به زوجین کمک می‌کند تا بتوانند مشکلات خود را حل کنند. یکی از مشکلات زنان با نگرش به خیانت زناشویی می‌تواند به دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی اشاره کرد. از اولویت‌های برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن کمک به زن و شوهر است تا حد امکان درباره پیش‌درآمدهای دشوار زندگی خود، حتی در دشواری‌های بسیار ریز و کوچک، ارتباط برقرار کنند و درباره آن گفتگو کنند (آجلی لاهیجی و بشارت، ۱۳۹۶). تغییر حاصل از برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن در دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی مایه کاهش نگرش به خیانت زناشویی در زنان می‌تواند شود. در روشنگری دیگر می‌توان عنوان کرد که شالوده فرآیند وضوح رفتاری، عینیت‌بخشی نام دارد که معمولاً زوج‌هایی که برای درمان مراجعه می‌کنند نمی‌توانند به زبان تغییر سخن بگویند؛ بنابراین، درمانگر به زوج‌ها در بیان روشن خواست‌ها و

چشم‌داشت‌هایشان کمک می‌کند و آشکار است که با داشتن این مهارت، دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی زنان با نگرش مثبت به خیانت زناشویی کاهش پیدا می‌کند. همچنین یکی از بنیادهای زوج‌درمانی نظریه سیستمی رفتاری، برقراری رابطه کارآمد مثبت است. با فرض اینکه زوج‌ها هنگامی به درمان مراجعه می‌کنند که دشواری‌هایشان به بحران رسیده است، به نظر می‌رسد بیشتر احساس خشم و بی‌اعتمادی میان آن‌ها حکم‌فرما باشد تا احساس پذیرش و همکاری؛ بنابراین وظیفه درمانگر آن است که باید اتهام‌ها و گلایه‌های همسران را، از یکدیگر، به کوشش مشترک برای مشکل‌گشایی دگرگون کند. پس از راه احساس پذیرش و شناخت و سرانجام مشکل‌گشایی به شیوه درست، به‌مرورزمان، احساس مثبت درباره همسر جای خود را به‌جای احساس منفی درباره همسر می‌دهد. همسرانی که احساس مثبتی به شوهران خود دارند، نگرش منفی‌تری به خیانت زناشویی دارند و احتمال دارد در آینده نگرش خیانت‌آمیز زناشویی از خود بروز ندهند. در بازگفتی دیگر می‌توان عنوان کرد، در این نظریه در گام‌های سلسله مراتبی کوشش می‌شود تا گفتگوی رودررو میان زن و شوهر با نمودی کارآمد رخ دهد. از این رو با داشتن مهارت گفتگوی رودررو احتمال به بن‌بست رسیدن و ناتوانی در حل مشکلات پایین می‌آید و برآیند اینکه احساس به گونه درست میان زوجین بروز خواهد کرد (آجلی لاهیجی و بشارت، ۱۳۹۶). لذا می‌توان بهبود دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی پس از برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل به‌طور معنی‌دار منطقی است.

این پژوهش مانند هر پژوهشی با محدودیت‌هایی مواجه بود. از جمله اینکه زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی شهر تهران نمونه‌های پژوهش را تشکیل دادند؛ بنابراین نتایج به‌دست‌آمده از قابلیت تعمیم کافی برخوردار نیست. عدم پیگیری نتایج پژوهش برای بررسی ماندگار بودن اثرات برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن بر زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی شهر تهران که می‌تواند به‌عنوان یک محدودیت در نظر گرفته شود. کلیه مراحل اجرای پژوهش بر عهده پژوهشگر بود، بر این اساس، این احتمال وجود دارد که در پاسخ زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی شهر تهران به پرسشنامه‌های پژوهش سوگیری‌هایی وجود داشته باشد. از آنجایی که در این پژوهش نتایج پیگیری نشد، لذا پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی با انجام پژوهشی بر روی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی شهر تهران نتایج درمان را پیگیری کنند. به‌عنوان پیشنهادی برای پژوهش‌های آینده، علاوه بر رفع محدودیت‌های این پژوهش، پیشنهاد می‌شود از برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن برای کاهش دیگر مشکلات روان‌شناختی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی استفاده شود. برنامه روان‌آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن می‌تواند به‌عنوان یک درمان غیر دارویی و کم‌هزینه و به‌عنوان یک روش جدید، در بهبود دلزدگی زناشویی و باورهای ارتباطی غیرمنطقی زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی می‌تواند به کار گرفته شود. با توجه به سودمندی این روش، استفاده گسترده از این روش در جامعه زنان متأهل با نگرش به خیانت زناشویی برای

مشکلات آن‌ها پیشنهاد می‌گردد. همچنین پیشنهاد می‌گردد کارگاه‌هایی با محتوای آموزش‌های مبتنی بر نظریه گاتمن پیش، حین و بعد از ازدواج برگزار شود.

منابع

- آجلی لاهیجی، لاله؛ و بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۶). تأثیر شرکت در برنامه روان-آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی- رفتاری گاتمن در سازش یافتگی زوجی و احساس‌های مثبت زوجین. *آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده*، ۳(۱)، ۲۰-۱.
- اسدی، عدالت؛ فتح‌آبادی، جلیل؛ شریفی، فواد. (۱۳۹۲). بررسی رابطه بین دلزدگی زناشویی، باورهای بدکارکردی جنسی و احقاق جنسی در زنان متأهل. *دو فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۳(۴)، ۶۸۴-۶۶۱.
- پیرفلک، مهرداد؛ سودانی، منصور؛ و شفیع‌آبادی، عبدالله. (۱۳۹۳). اثربخشی زوج‌درمانی گروهی شناختی- رفتاری بر کاهش دلزدگی زناشویی. *دو فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۴(۲)، ۲۶۹-۲۴۷.
- سواری، کریم؛ و طلایی زاده، مهین. (۱۳۹۴). مقایسه خیانت زناشویی و هوش هیجانی مطلقین و افراد متأهل عادی شهر اهواز. *دستاوردهای روانشناسی بالینی*، ۱(۲)، ۸۲-۶۷.
- سیدعلی تبار، سیدهادی؛ قنبری، سعید؛ زاده محمدی، علی؛ و حبیبی، مجتبی. (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین روابط جنسی پیش از ازدواج با نگرش به روابط فرا زناشویی. *خانواده پژوهی*، ۱۰(۳۸)، ۲۶۷-۲۵۵.
- شهرستانی، ملیحه؛ دوستکام، محسن؛ رهباردار، حمید؛ و مشهدی، علی. (۱۳۹۱). پیش‌بینی رضایت‌مندی زناشویی از روی متغیرهای باورهای ارتباطی و صمیمیت زناشویی در زنان متقاضی طلاق و عادی شهر مشهد، *فصلنامه زن و فرهنگ*، ۴(۱۴)، ۴۱-۱۹.
- صادقی، مسعود؛ فاتحی زاده، مریم؛ احمدی، سید احمد؛ و اعتمادی، عذرا. (۱۳۹۴). تدوین مدل خانواده سالم بر اساس دیدگاه متخصصان خانواده (یک پژوهش کیفی). *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۵(۱)، ۱۷۰-۱۴۱.
- عبادی راد، سیدمحمد؛ و کریمی نژاد، کلثوم. (۱۳۹۶). اثربخشی زوج‌درمانی شناختی - سیستمی گاتمنی بر تعهد زناشویی زوجین شهر مشهد. *آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده*، ۳(۱)، ۹۲-۷۵.
- عبدالملکی، مریم؛ اعظم‌آزاده، منصوره؛ و قاضی نژاد، مریم. (۱۳۹۴). رابطه استفاده از رسانه‌های جهانی و بازاندیشی مدرن با گرایش به روابط فرازناشویی در بین زوجین شهر قروه. *خانواده پژوهی*، ۱۱(۴۳)، ۳۳۲-۳۰۹.

- عجم، علی اکبر. (۱۳۹۵). تاثیر آموزش‌های مستقیم و غیر مستقیم ماهواره‌ای بر تعارض زناشویی و نگرش به خیانت زناشویی، دو فصلنامه علمی و پژوهشی مطالعات اسلام و روانشناسی، ۱۰(۱۸)، ۱۴۲-۱۲۱.
- کرمی، جهانگیر؛ زکی یی، علی؛ محمدی، امید؛ و حق شناس، شریفه. (۱۳۹۳). نقش عوامل روانی و اجتماعی در پیش‌بینی نگرش به روابط خارج از چهارچوب زناشویی در زنان متأهل و ارائه یک مدل بر اساس عوامل مرتبط. *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، ۱۳(۳)، ۱۵۲-۱۲۹.
- کریمی، بهزاد؛ و خلعتبری، جواد. (۱۳۹۶). اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر دلزدگی زناشویی، رضایت زناشویی و صمیمیت زوجین، *فصلنامه روانشناسی تربیتی*، ۸(۱)، ۷۴-۶۵.
- کلال قوچان عتیق، یاسر. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی گروه‌درمانی مبتنی بر تحلیل رفتار متقابل بر باورهای ارتباطی و دلزدگی دانشجویان پسر متأهل، *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۸(۱)، ۵۷۶-۵۷۰.
- کمال جو، علی؛ نیرمانی، محمد؛ عطادوخت، اکبر؛ و ابوالقاسمی، عباس. (۱۳۹۵). پیش‌بینی روابط فرازناشویی بر اساس هوش معنوی، هوش اخلاقی، رضایت زناشویی و استفاده از شبکه‌های مجازی اجتماعی با نقش تعدیل‌کنندگی جنسیت. *دو فصلنامه علمی و پژوهشی مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۶(۲)، ۶۷-۳۹.
- گودرزی، محمود؛ و بوستانی پور، علیرضا. (۱۳۹۲). بررسی اثربخشی زوج درمانی سیستمی - رفتاری بر افزایش سازگاری زناشویی. *دو فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۳(۲)، ۲۹۷-۲۸۱.
- مدنی، یاسر؛ هاشمی گلپایگانی، فاطمه؛ و غلامعلی لوانسانی، مسعود. (۱۳۹۶). ارائه مدل تلفیقی رویکرد هیجان‌مدار و مدل گاتمن و اثربخشی آن بر احساس تنهایی زنان متأهل. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۶(۶۲)، ۹۸-۸۰.
- مهدویان، راحله؛ اصغری ابراهیم آباد، محمدجواد؛ و قناعت باجگیرانی، سونه. (۱۳۹۳). پیش‌بینی دلزدگی زناشویی از طریق همدم طلبی- دوری‌گزینی در دانشجویان زن متأهل، *پژوهش‌های روانشناسی بالینی و مشاوره*، ۴(۲)، ۱۳۷-۱۲۲.
- نازک تبار، حسین؛ حسینی درونکلایی، سیده‌زهرا؛ و بابایی، انسیه. (۱۳۹۵). تحلیل رابطه سلامت معنوی، نگرش به ارتباط قبل ازدواج و دلزدگی زناشویی زنان متأهل، *فصلنامه علمی و پژوهشی مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، ۱۴(۳)، ۱۱۴-۹۳.
- هادی، سعیده؛ اسکندری، حسین؛ سهرابی، فرامرز؛ معتمدی، عبدالله؛ و فرخی، نورعلی. (۱۳۹۵). مدل ساختاری پیش‌بینی تعهد زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و متغیرهای میانجی خودکنترلی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه (در افراد دارای روابط فرازناشویی عاطفی). *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۷(۲۸)، ۶۰-۳۳.

- همتی، معصومه؛ مداحی، محمدابراهیم؛ خلعتبری، جواد؛ و حسینیان، سیمین. (۱۳۹۶). هم‌سنجی تأثیر شرکت زوجین در نشست‌های روان- آموزشی طرح‌واره درمانی با درمانگری پذیرش و تعهد در بی‌رمقی زناشویی، دو فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، ۷(۱)، ۱۰۳-۱۲۴.
- همتی، معصومه؛ مداحی، محمدابراهیم؛ خلعتبری، جواد؛ و حسینیان، سیمین. (۱۳۹۶). هم‌سنجی تأثیر شرکت زوجین در نشست‌های روان- آموزشی طرح‌واره درمانی با درمانگری پذیرش و تعهد در بی‌رمقی زناشویی، دو فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، ۷(۱)، ۱۰۳-۱۲۴.
- یوسفی، ناصر؛ کریمی‌پور، بنت‌الهدا؛ و امانی، احمد. (۱۳۹۵). بررسی مدل باورهای مذهبی، سبک‌های حل تعارض و تعهد زناشویی با نگرش نسبت به خیانت زناشویی. دو فصلنامه مشاوره کاربردی، ۶(۱)، ۶۴-۴۷.
- Arnocky, S., Pearson, M., & Vaillancourt, T. (2015). Health, anticipated partner infidelity, and jealousy in men and women. *Evolutionary Psychology, 4*, 1-10.
- David, P. (2015). Wedding the Gottman and Johnson Approaches into an Integrated Model of Couple Therapy. *The Family Journal, 23*(4), 336-345.
- Eidelson, R. J., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional belief. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 50*, 715 – 720.
- Holt, L. J., Mattanah, J. F., Schmidt, C. K., Daks, J. S., Brophy, E. N., Minnaar, P. Y., & Rorer, K. (2016). Effects of relationship education on emerging adults' relationship beliefs and behaviors. *Personal Relationships, 23*(4), 723-741.
- Jahan, Y., Chowdhury, A. S., Rahman, S. A., Chowdhury, S., Khair, Z., Huq, K. E., & Rahman, M. M. (2017). Factors involving extramarital affairs among married adults in Bangladesh. *International Journal Of Community Medicine And Public Health, 4*(5), 1379-1386.
- Kubrebwa M., & Dzimiri, W. (2015) Unmaking factors that propel men into extramarital affairs as perceived by men in gweru's mkoba suburb: Zimbabwe. *Scholars Journal of Arts. Humanities and Social Sciences, 3*(1), 252-256.
- Pines, A. M., Neal, M. B., Hammer, L. B., & Icekson, T. (2011). Job burnout and couple burnout in dual-earner couples in the sandwiched generation. *Social Psychology Quarterly, 74*(4), 361-386.
- Pines, A.M. (2003). The female entrepreneur: Buurnout treated using a psychodynamic existential approach. *Clinical Case Studies, 1*(2), 170-180.
- Toplu-Demirtaş, E., & Fincham, F. D. (2017). Dating Infidelity in Turkish Couples: The Role of Attitudes and Intentions. *The Journal of Sex Research, 1*(1), 1-11.

- Whatley, M. A. (2008). Attitudes toward infidelity scale. *J Soc Psychol*, 133, 547-51.



The effectiveness of participation in psycho- educational program based on Guttman's systemic- behavioral approach on couple burnout and irrational relationship beliefs in married women with attitudes towards marital infidelity

Abstract

The aim of this study was to investigate the effectiveness of participation in psycho- educational program based on Guttman's systemic- behavioral approach on couple burnout and irrational relationship beliefs in married women with attitudes towards marital infidelity. The method of the study was quasi-experimental with the pretest, post-test and control group design. The statistical population included women referring to psychiatric and psychological counseling services in Tehran city in year 2018. In the study 30 women with attitudes towards marital infidelity were chosen as samples and randomly were divided in 2 groups of individuals as control and experimental. The experimental groups practiced the participation in psycho- educational program based on Guttman's systemic- behavioral approach for seven 120-minute weekly sessions. Then, post-test was performed for them. For data collecting, the couple burnout of scale Pines (2003), development of a measure of dysfunctional belief scale of Eidelson and Epstein (1982) and attitudes toward infidelity scale of Whatley (2008) were used. Data analysis was done by using multivariate analysis of multi covariance by SPSS 24 software at a significant level less than 0.05. Statistical data analysis illustrated participation in psycho- educational program based on Guttman's systemic- behavioral approach that amounts of couple burnout and irrational relationship beliefs in married women with attitudes towards marital infidelity were significantly decreasing in experimental than control group. According the findings of this study, participation in psycho- educational program based on Guttman's systemic- behavioral approach can be a good approach to decreasing couple burnout and irrational relationship beliefs in married women with attitudes towards marital infidelity.

Keywords: Guttman's systemic- behavioral approach, couple burnout, relationship beliefs, marital infidelity.