

آموزش مهارت‌های زندگی زناشویی و اثربخشی آن بر کاهش تعارضات زناشویی و صمیمیت در زوجین ناسازگار شهر رشت

فاطمه طوفانی^{۱*}، اعظم آذر افروز^۲

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه تبریز، ایمیل: Barfinf2@yahoo.com

۲- کارشناسی ارشد مامایی-بهداشت مادر و کودک، دانشگاه شیراز، مرکز بهورزی شیراز، ایمیل: a.azary1350@yahoo.com

چکیده

فراگیری و استفاده از مهارت‌های زندگی زناشویی از عوامل مهم افزایش رضایت زناشویی در میان زوجین می‌باشد. هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی زناشویی بر کاهش تعارضات زناشویی در زوجین ناسازگار شهر رشت می‌باشد. روش پژوهش حاضر، آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه پژوهش حاضر شامل کلیه زوجینی می‌باشد که دارای ناسازگاری زناشویی می‌باشند. جهت جمع‌آوری نمونه‌ها، ابتدا با استفاده از شیوه نمونه‌گیری در دسترس، در سطح شهر اطلاع‌رسانی شد و پس از ثبت نام زوجین واجد شرایط در سال ۱۳۹۵، جمع‌آوری شدند همچنین از بین کلیه زوجینی که به مراکز بهداشت روان شهر رشت به علت ناسازگاری زناشویی مراجعه نموده‌اند تعدادی انتخاب گردید که در نهایت از این میان ۴۰ نفر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۲۰ نفره قرار گرفتند و در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون به پرسشنامه تعارضات زناشویی و مقیاس صمیمیت پاسخ دادند. گروه آموزش مهارت‌های ارتباطی را به مدت ۱۰ جلسه ۱/۵ ساعته مورد آموزش مهارت‌های ارتباطی دریافت نمودند. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از آزمون کوواریانس و نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند. تحلیل داده‌ها نشان داد که بین گروه کنترل و آزمایش در مرحله پس‌آزمون در تعارضات و صمیمیت زناشویی تفاوت معناداری وجود دارد. بدین ترتیب می‌توان نتیجه گرفت که آموزش مهارت‌های زندگی زناشویی بر کاهش تعارضات زناشویی و صمیمیت در زوجین ناسازگار تاثیر دارد.

کلمات کلیدی: تعارضات زناشویی، صمیمیت، رشت، SPSS، مهارت‌های زندگی، زوجین ناسازگار.