مقاله پژوهشی
مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان
دوره ۲۲، آذر ۱۴۰۲، ۹۷۸-۹۶۳

اثربخشی بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر کاهش سرخوردگی و بی‌ثباتی زناشویی: یک مطالعه نیمه تجربی

زینب شمسایی[۱]، کیومرث کریمی[۲]، مریم اکبری[۳]

دریافت مقاله:۱۴۰۲/۰۴/۲۱ ارسال مقاله به نویسنده جهت اصلاح: ۱۴۰۲/۰۶/۲۰ دریافت اصلاحیه از نویسنده: ۱۴۰۲/۰۸/۲۳ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۸/۲۷

چکیده

زمینه و هدف: خشونت خانگی با پیامدهای مخرب سلامتی همراه بوده و می‌تواند زندگی زناشویی را تحت‌الشعاع قرار دهد. بر همین اساس پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر کاهش سرخوردگی و بی‌ثباتی زناشویی انجام شد.

مواد و روش‌ها: این یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه و پیگیری سه ماهه بود. جامعه آماری شامل تمامی زنان درگیر خشونت خانگی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۴۰۰ بود که بر اساس روش نمونه‌گیری هدفمند، تعداد ۳۰ نفر انتخاب شده و به صورت تصادفی در گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) جایگزین شدند. ابزار اندازه‌گیری پرسش‌نامه سرخوردگی زناشویی Kayser (۱۹۹۳) و بی‌ثباتی زناشویی Edward و همکاران (۱۹۸۷) بود. گروه آزمایش ۱۴ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای و به مدت ۷ هفته متوالی (هر هفته ۲ جلسه) تحت آموزش برنامه مبتنی بر خشونت خانگی قرار گرفت و گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. تجزیه و تحلیل داده‌های آماری با استفاده از روش تحلیل واریانس آمیخته صورت گرفت.

یافته‌ها: نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها نشان داد که بعد از مداخله، اثر بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر کاهش سرخوردگی ($F=۵۸۰/۴۵۲$، $\eta=۰/۹۵۴$، $P<۰/۰۰۱$) و بی‌ثباتی زناشویی ($F=۴۲۵/۰۰۹$، $\eta=۰/۹۳۸$، $P<۰/۰۰۱$) زنان معنی‌دار بود و این اثرات مثبت در دوره پیگیری پایدار ماند.

نتیجه‌گیری: مطالعه حاضر نشان داد که بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر کاهش سرخوردگی و بی‌ثباتی زناشویی زنان مؤثر است. بنابراین، استفاده از این رویکرد جهت کاهش مشکلات زناشویی زنان پیشنهاد می‌گردد.

واژه‌های کلیدی: خشونت خانگی، سرخوردگی زناشویی، بی‌ثباتی زناشویی، زنان

۱- دانشجوی دکتری، گروه روانشناسی، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران
۲- (نویسنده مسئول) استادیار، گروه روانشناسی، واحد مهاباد، دانشگاه آزاد اسلامی، مهاباد، ایران
تلفن: ۰۴۴-۴۲۳۳۸۶۰۸، دورنگار: ۰۴۴-۴۲۳۳۳۰۰۰، پست الکترونیکی: q.karimi@iau-mahabad.ac.ir
۳- استادیار، گروه مشاوره، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

مقدمه

خشونت خانگی (Domestic violence) به عنوان شایع‌ترین نوع خشونت علیه زنان، هر نوع اقدام خشونت‌آمیز جنسیتی است که با پیامدهای متعدد مخرب سلامتی همراه است [۱] و یکی از مشکلات اصلی بهداشت عمومی به شمار می‌رود که تأثیرات منفی زیان‌باری بر سلامت جسمی، روانی و تولید مثل زنان قربانی خشونت دارد [۲]. زنانی که خشونت خانگی را تجربه می‌کنند علائم پزشکی و استرس بیشتری دارند و در مقایسه با زنانی که قربانی خشونت خانگی نیستند بیشتر در معرض سوء مصرف مواد هستند [۳]. خشونت خانگی علاوه بر قربانی کردن زنان، کودکان را هم در معرض تهدید و تأثیر قرار خواهد داد و می‌تواند پیامدهای جبران‌ناپذیری بر جای بگذارد. از جمله پیامدهای خشونت خانگی، سرخوردگی زناشویی (Marital frustration) و بی‌ثباتی زناشویی (Marital instability) است. هنگامی که شریک زندگی انتظارات مبهم و نامعقول داشته باشد و احساس شکست و تردید ایجاد کند، نیاز به شایستگی فرد سرخورده می‌شود و زمانی که شریک زندگی سرد و طردکننده باشد، باعث سرخوردگی می‌شود [۴]. سرخوردگی زناشویی، کاهش تدریجی دلبستگی عاطفی همسر است که با احساس بیگانگی، بی‌علاقگی و بی‌تفاوتی زوجین به یکدیگر و جایگزینی عواطف منفی به جای عواطف مثبت همراه می‌باشد. این سرخوردگی زناشویی در نوع شدید، منجر به فروپاشی رابطه می‌شود [۵]. از میان عوامل مؤثر بر سرخوردگی، چهار عامل بیشترین تأثیر را بر سرخوردگی دارد که شامل شیوه‌های نامناسب حل تعارض، وجود یک همسر کنترل‌گر، اسنادهای مکرر همسر برای مشکلات زناشویی و فقدان صمیمیت عاطفی می‌باشد [۶].

سرخوردگی زناشویی معمولاً بی‌ثباتی زناشویی را ایجاد می‌کند که متمایل به انحلال ازدواج است [۷]. در تعریف بی‌ثباتی زناشویی می‌توان گفت که این اصطلاح برای مشخص کردن گرایش یک زوج به انحلال ازدواج اشاره دارد [۸]. بی‌ثباتی زناشویی، موقعیتی را نشان می‌دهد که زوج‌ها با داشتن دلیل یا دلایل خاصی تصمیم به طلاق می‌گیرند. این پدیده با فکر کردن فرد یا زوج درباره طلاق یا جدایی و با انجام اعمالی که به پایان ازدواج گرایش دارد، مشخص می‌شود. بی‌ثباتی ازدواج حالت‌های شناختی، رفتاری و هیجانی افراد را در ازدواج تحت تأثیر قرار می‌دهد و بر نگرش افراد نسبت به ازدواج نیز تأثیرگذار است [۹]. بیشترین چالش در روابط زناشویی میزان بالای بی‌ثباتی زناشویی است. به نظر می‌رسد که بی‌ثباتی زناشویی همچنان افزایش یافته است تا حدی که به نظر می‌رسد بسیاری از زوج‌های متأهل از نظر روحی و جسمی رنج می‌برند [۱۰]. از سوی دیگر تفاوت‌های جنسیتی در بی‌ثباتی زناشویی وجود دارد [۱۱]. تفاوت فرهنگی، اجتماعی، روانی، اقتصادی و تعارض از جمله عوامل مرتبط با بی‌ثباتی زناشویی در افراد متأهل است [۱۲].

Mousavi و همکاران در پژوهشی نشان دادند که آموزش هم‌زمان کیفیت بخشی زندگی کاری و غنی‌سازی زندگی زناشویی از سرریز شدن مشکلات کاری و خانوادگی به یک دیگر پیشگیری می‌نماید [۹]. هم‌چنین با بهبود روابط در خانواده و کار، به یکدیگر نیز سرایت پیدا می‌کنند و در نتیجه تعارضات و بی‌ثباتی زناشویی را کاهش می‌دهند.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

هم‌چنین، Bahmani و همکاران در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که مشاوره زوجی مبتنی بر مدل سرخوردگی Kayser می‌تواند در کاهش سرخوردگی زناشویی اثربخش باشد [۶]. در واقع با توجه به این که خشونت در درون خانواده واقعیت تلخ و آزاردهنده‌ای است که هر روز بر وسعت و دامنه آن افزوده می‌شود و برای بسیاری از زنان و سایر اعضاء محیط خانواده را به جهنمی تبدیل کرده است که آتش خشم، دشمنی، کینه و انتقام در آن هر لحظه شعله‌ورتر می‌شود [۱۳]؛ لذا خلاء پژوهشی در زمینه مداخله مبتنی بر خشونت خانگی وجود دارد و بیشتر ضرورت می‌یابد. بر طبق جستجوهای انجام شده، تاکنون مطالعه‌ای در داخل کشور به تبیین اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر کاهش سرخوردگی زناشویی و بی‌ثباتی زناشویی زنان نپرداخته است. لذا انجام این پژوهش می‌تواند دست آوردهای تلویحی مهمی برای نظام روان‌شناسی کشور، مراکز مشاوره و مرتبط با خانواده به دنبال داشته باشد. بنابراین، هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر کاهش سرخوردگی و بی‌ثباتی زناشویی زنان بود.

مواد و روش‌ها

روش پژوهش حاضر از نوع کاربردی و نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه و پیگیری سه ماهه بود که با کد اخلاق IR.IAU.SDJ.REC.1400.019 در کمیته اخلاق تصویب شده است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی زنان درگیر خشونت خانگی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۴۰۰ بود که از این جامعه ابتدا با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند به غربالگری افراد با خشونت خانگی بالا پرداخته شد و از آن‌جا که در روش‌های آزمایشی حداقل ۱۵ نفر برای هر گروه توصیه شده است [۱۴]، از بین داوطلبان واجد شرایط و بر اساس نمونه‌گیری هدفمند (کسب نمرات بالا یعنی بیشتر از ۱۲۰ در پرسش‌نامه خشونت خانگی) تعداد ۳۰ نفر انتخاب شده و به صورت تصادفی (با روش قرعه‌کشی) در گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) جایگزین شدند.

ملاک ورود به پژوهش شامل شرکت در جلسات آموزشی، تمایل شرکت‌کنندگان و رضایت کتبی، دامنه سنی ۲۰ تا ۴۰ سال، عدم ابتلاء به اختلالات روان‌شناختی (همانند افسردگی و اضطراب) و بیماری‌های مزمن جسمانی (همانند آسم و آلرژی، دیابت و سرع). عدم شرکت هم‌زمان در سایر گروه‌های مشاوره‌ای و درمانی و توانایی در جواب دادن به پرسش‌نامه‌ها بود و هم‌چنین ملاک خروج از پژوهش غیبت بیش از دو جلسه در جلسات پروتکل آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی و تمایل نداشتن به ادامه همکاری و عدم تکمیل پرسش‌نامه‌ها بود.

در نهایت گروه آزمایش ۱۴ جلسه (هر هفته ۲ جلسه به مدت ۶۰ دقیقه) توسط متخصص آموزش دیده زیر نظر اساتید راهنما و مشاور با مدرک دکترای روان‌شناسی بالینی تحت آموزش برنامه مبتنی بر خشونت خانگی در یکی از مراکز مشاوره شهر شیراز قرار گرفت و گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد و در لیست انتظار باقی ماند. اعضای هر دو گروه در هر سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون بعد از دو ماه و پیگیری بعد از سه ماه از اجرای پس آزمون،

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

پرسش‌نامه سرخوردگی زناشویی و بی‌ثباتی زناشویی را تکمیل کردند.

نمونه‌گیری بدین صورت بود که پس از صدور مجوز از سوی دانشگاه آزاد اسلامی واحد سنندج به مراکز مشاوره شهر شیراز مراجعه شد. پس از مشخص شدن مراکز با اعلام فراخوان در هر یک از مراکز مشاوره متناسب با حجم نمونه از بین افراد داوطلب واجد شرایط و ملاک‌های ورود به پژوهش، تعداد ۳۰ نفر پس از بررسی نمره خشونت خانگی و بعد از بیان و اهمیت و ضرورت پژوهش انتخاب شد. در نهایت با رعایت ملاحظات اخلاقی و بیان اهداف پژوهش و کسب اجازه از افراد شرکت‌کننده در پژوهش، رضایت آن‌ها جهت شرکت در پژوهش اخذ گردید و این اطمینان به افراد داده شد که تمام اطلاعات محرمانه هستند و برای امور پژوهشی استفاده خواهند شد. هم‌چنین، به منظور رعایت حریم خصوصی، نام و نام خانوادگی شرکت‌کنندگان ثبت نشد. فرم اطلاعات جمعیت شناختی شامل سن، سطح تحصیلات، وضعیت اقتصادی و رتبه تولد بود.

پرسش‌نامه خشونت خانگی (Domestic violence questionnaire): این پرسش‌نامه توسط Mohseni Tabrizi و همکارش در سال ۱۳۹۱ تدوین شده و میزان خشونت خانگی علیه زنان را اندازه‌گیری می‌کند. دارای ۶۰ سؤال است که نمره‌گذاری پرسش‌نامه دو قسمت است و بر اساس طیف لیکرت به این صورت است: ۳۱ سؤال آن به صورت همیشه (۴)، اغلب اوقات (۳)، گاهی (۲)، به ندرت (۱)، هیچ‌وقت (۰) و ۲۹ سؤال آن به صورت کاملاً موافق (۴)، موافق (۳)، بی‌نظر (۲)، مخالف (۱)، کاملاً مخالف (۰) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات از صفر تا ۲۴۰ متغیر است. هر چقدر آزمودنی در این پرسش‌نامه امتیاز بالاتری کسب کند نشان دهنده میزان خشونت خانگی بیشتر است و بر عکس نمرات پایین، میزان خشونت خانگی کمتر را نشان می‌دهد. نمره ۰ تا ۶۰: خشونت خانگی علیه زنان کم است. نمره ۶۱ تا ۱۲۰: خشونت خانگی علیه زنان متوسط است و نمره بالاتر از ۱۲۰: خشونت خانگی علیه زنان زیاد است. روایی صوری و محتوایی پرسش‌نامه توسط سازندگان تأیید شده و جهت تعیین پایایی پرسش‌نامه به ۲۰ نفر از واحدهای مورد مطالعه پرسش‌نامه داده شد و پس از یک هفته مجدداً پرسش‌نامه به آنان داده شد و ضریب همبستگی سؤالات به دست آمد که برابر ۰/۹ بود و هم‌چنین ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۳ به دست آمد که به این ترتیب پایایی پرسش‌نامه نیز تأیید شد [۱۵]. در پژوهش حاضر نیز میزان پایایی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۷۷ به دست آمد.

پرسش‌نامه سرخوردگی زناشویی (Marital burnout questionnaire): پرسش‌نامه سرخوردگی زناشویی ۲۱ سؤالی توسط Kayser با هدف ارزیابی سطح سرخوردگی یا نبود عواطف نسبت به همسر ساخته شده و شامل سه بعد است. بعد دلبستگی با سؤال‌های ۱، ۳، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۶ و ۲۱؛ بعد بیگانگی هیجانی با سؤال‌های ۱۰، ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۱۸، ۱۹ و ۲۰ و بعد حمایت هیجانی با سؤال‌های ۲، ۴، ۱۱، ۱۴ و ۱۷ سنجیده می‌شود. دامنه نمره‌های این مقیاس از ۲۱ تا ۸۴ و دارای طیف لیکرت ۴ گزینه‌ای (بسیار درست= نمره ۱ تا نادرست= نمره ۴) می‌باشد. میانگین نمرات در این پژوهش

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

۴۴/۷ و انحراف استاندارد آن ۹/۲۱ بوده است. نمرات بالاتر از میانگین به عنوان سرخوردگی بالا در نظر گرفته شده است. گزینه‌های ۱، ۳، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۱، ۱۴، ۱۶ و ۲۱ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. در مطالعه Kayser روایی ملاکی پرسش‌نامه از طریق همبستگی مثبت با مقیاس ناپایداری زناشویی (r=۰/۵۴) و همبستگی منفی با سیاهه سنجش فردی صمیمت (r=-۰/۵۶) مورد تأیید قرار گرفت و پایایی از طریق روش آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه ۰/۹۶۶ به دست آمد [۱۶]. در پژوهشی که توسط Kohi و همکاران انجام شد آلفای کرونباخ کل سؤال‌ها ۰/۸۸ به‌دست آمد و روایی محتوایی آن نیز توسط پنج نفر از متخصصان گروه مشاوره دانشگاه اصفهان تأیید شد [۷]. در پژوهش حاضر نیز میزان پایایی از طریق روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۷۹، دلبستگی ۰/۷۲، بیگانگی هیجانی ۰/۸۰ و حمایت هیجانی ۰/۷۴، به دست آمد.

پرسش‌نامه بی‌ثباتی زناشویی (Marital instability questionnaire): پرسش‌نامه عدم ثبات زناشویی توسط Edward و همکاران در سال ۱۹۸۷ ساخته شده است. شاخص بی‌ثباتی ازدواج یک ابزار ۲۲ سؤالی است که برای اندازه‌گیری عدم ثبات زناشویی و خصوصاً مستعد طلاق بودن تدوین شده است. این مقیاس را مصاحبه‌گر می‌تواند به سهولت اجرا نموده و ظرف چند دقیقه نمره‌گذاری کند. دامنه نمره‌های این مقیاس از ۰ تا ۸۸ متغیر است. نمره‌گذاری بر اساس طیف لیکرت چند گزینه‌ای هرگز= ۰، گاهی= ۱، اغلب اوقات= ۲ و خیلی اوقات= ۳ می‌باشد. کسب نمرات بالا توسط آزمودنی در این مقیاس بی‌ثباتی زناشویی و نمرات پایین به معنای ثبات زناشویی است. شاخص بی‌ثباتی ازدواج از روایی پیش بین بسیار خوبی برخوردارست. روایی ملاکی پرسش‌نامه از طریق همبستگی مثبت آن با مقیاس‌های مربوط به مشکلات و اختلافات زناشویی و همبستگی منفی آن با مقیاس مربوط به تعامل و خرسندی زناشویی مورد تأیید قرار گرفته است و پایایی از طریق روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۳ به دست آمد [۱۷]. این آزمون در ایران توسط Yari pour بر روی ۵۰ زوج متقاضی طلاق در که به مرکز مداخلات مشاوره خانواده ارجاع داده شده بودند (به عنوان گروه آزمایش) و ۵۰ زوج غیر ارجاعی بر اساس احتمال طلاق بالا (به عنوان گروه کنترل) اجرا شد. برای محاسبه ضریب اعتبار این ابزار از روش همبستگی بین دو نیمه برای ارزیابی قابلیت اعتبار آزمون استفاد کرد و ضریب اعتبار را ۰/۷۰ گزارش نمود و روایی پیش‌بین آن ۰/۸۵ گزارش شد [۱۸]. در پژوهش حاضر نیز میزان پایایی از طریق روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۰ به دست آمد.

بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر اساس آموزش مفاهیم نظریه انتخاب [۱۹]، حل تعارض Gottman [۲۰] و ایماگوتراپی [۲۱] تدوین شده است. جهت بررسی روایی محتوا، برنامه مداخله‌ای مورد نظر به تأیید ۸ نفر از متخصصان حوزه روان‌شناسی و مشاوره با سابقه فعالیت حداقل ده سال در مراکز مشاوره رسید. روایی محتوایی (Content validity) در خصوص اهداف و محتوای جلسات تدوین شده در پژوش مورد تأیید واقع شد. به طور مشخص در روایی محتوایی مقادیر به دست آمده از پاسخ‌های گروه متخصصین در دو شاخص ضرورت (Content validity ratio;

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

CVR) و ارتباط (Content validity index; CVI) نشان می‌دهد، برنامه تدوین شده به صورت همه جانبه سازه مورد نظر را مورد سنجش قرار می‌دهد. به منظور به دست آوردن ضریب روایی بسته آموزشی از متخصصان خواسته شد تا محتوای برنامه طراحی شده را با توجه به مقیاس سه درجه‌ای ضروری (نمره ۲)، مفید (نمره ۱) و غیر ضروری (نمره ۰) درجه‌بندی کنند، سپس بر اساس فرمول لاوشه (Lawshe) این ضریب محاسبه شد [۲۲]. بر اساس تعداد متخصصانی که سؤالات را ارزیابی کرده بودند (۸ نفر)، مقدار شاخص روایی محتوای بسته آموزشی ۱ به دست آمد که نشان‌دهنده ضریب محتوای بالا و مناسب بود. فرآیند هر جلسه متشکل از: ۱- وارسی تکالیف جلسه قبل. ۲- آموزش مستقیم به روش سخنرانی. ۳- بحث گروهی. ۴- چالش فکری. ۵- جمع‌بندی جلسه و تکنیک‌هایی همچون: بازسازی شناختی (Cognitive restructuring)، بارش فکری (Brain storming)، الگوسازی (Modeling) در طول جلسات مورد استفاده قرار گرفت. خلاصه محتوای جلسات آموزشی و فعالیت‌های انجام شده در گروه آزمایش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱- جلسات بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی به زنان درگیر خشونت خانگی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۴۰۰

جلسات	محتوای مداخله
جلسه اول	معرفی اعضاء، تشریح اهداف، برقراری رابطه حسنه و ایجاد جو توأم با اعتماد و امنیت، آشنایی با گروه نمونه، آشنایی با درمان‌گر و اهداف تحقیق، آشنایی با مقررات و قوانین جلسه، آشنایی زوج‌ها با فرایند، اهداف، قواعد حاکم بر جلسات، فواید برنامه آموزشی، انجام پیش آزمون.
جلسه دوم	تبیین مشکلات بر اساس نظریه انتخاب گلاسر و نظریه حل تعارض گاتمن و نظریه غنی‌سازی روابط زوجین برای صمیمیت زناشویی، تشریح علل تعارضات و کاهش صمیمیت و کنترل‌گری زناشویی و بیان دیدگاه و تجارب درباره کنترل‌گری و صمیمیت و تعارضات زناشویی.
جلسه سوم	تبیین کنترل درونی و بیرونی، تشریح هفت عادت مخرب کنترل‌گری، انتقاد، سرزنش، گلایه، غرغر، تهدید، تنبیه و حق حساب (و پیامدهای آن، بیان تجارب اعضاء در خصوص هفت عادت مخرب کنتر ل‌گری).
جلسه چهارم	چگونگی کنار گذاشتن هفت عادت مخرب کنترل‌گری و جایگزین نمودن آن با هفت عادت سازنده (مهرورزی، گوش دادن، حمایت، تشویق، احترام، اعتماد، پذیرش و گفتگو) و پیامدهای آن.
جلسه پنجم	تعارض و حل تعارض بر اساس هشت گام حل تعارض گاتمن: اصل اول (بهبود بخشیدن به نقشه‌های مهر و محبت) از طریق افزایش شناخت خود و همسر در حوزه‌های شخصیتی و عاطفی شناختی و غیره. اصل دوم (افزدون بر محبت‌ها و تحسین‌ها) احیای احساسات مثبت، افزایش قدرشناسی، بالا بردن توانایی درک محاسن همسر، اصل سوم (به جای پشت کردن به هم، به سوی هم قدم بردارید). تمرکز بر نزدیک شدن به همدیگر و افزایش ابعاد صمیمیت، شیوه‌های مؤثر گوش دادن و صحبت کردن و هم‌چنین شیوه‌های جلب توجه و محبت بیشتر از سوی همسر و در نهایت بررسی عوامل ایجاد کننده سردی در رابطه و رفع آن‌ها.
جلسه ششم	اصل چهارم (بگذارید همسرتان به شما نفوذ داشته باشد) آموزش اهمیت پذیرش نفوذ همسر از سوی شوهران و شریک کردن همسردر تصمیم‌گیری‌ها و احترام قائل شدن برای نظرات و احساسات وی. اصل پنجم (حل کردن مشکلات حل شدنی)، آموزش شیوه‌های رفع مشکلات قابل حل، شناسایی سبک شروع مشاجرات، آموزش به کارگیری اقدامات جبرانی، توجه به فیزیولوژی خود در طول مشاجرات.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

جلسه هفتم	اصل ششم (غلبه بر مشکلات دائمی): راه‌های غلبه بر مشکلات دائمی و غیر قابل حل، توجه به رؤیاها و دلایل پنهانی و عمیق این مشکلات، تمرین‌هایی برای کشف رؤیاها، کار روی موارد به بن بست رسیده، توافق بر روی مشکلات غیرقابل حل. اصل هفتم (تحقق مفهوم مشارکت): توان‌مندسازی همسران برای خلق مفهومی مشترک در زندگی زناشویی خویش از طریق خلق زندگی درونی توسط هر دو زوج، تمرین‌هایی جهت رسیدن به ارزش‌ها و نقاط مشترک از طریق بررسی نمادها، آداب، نقش‌ها، اهداف و آیین‌های خانوادگی.
جلسه هشتم	سپردن تعهد به همسر و اعضای گروه برای استفاده از بینش کسب شده در جلسات برای بهبود رابطه، مشخص نمودن تصویر ذهنی از یک رابطه عشقی ارضاءکننده و ایده‌آل، تعیین ویژگی‌های مطلوب موجود در رابطه و ویژگی‌های مورد آرزوهای اصلی دوران کودکی و نحوه واکنش به آن‌ها؛ روش: بازگشت به خانه کودکی و مرور خاطرات بررسی سبک دلبستگی زوجین و الگوی برقراری ارتباط، نوشتن ویژگی‌های مثبت و منفی والدین و تأثیر آن بر فرد، بررسی نیازهای برآورده نشده مربوط به پیوند عاطفی و دلبستگی.
جلسه نهم	افزایش خود آگاهی: اهداف: مرور خاطرات دوران کودکی و کشف ساختار ایماگو (تصویر ذهنی از خود) فرد؛ بررسی تاریخچه روابط صمیمانه و الگوهای ارتباطی، کشف ناکامی.
جلسه دهم	شناخت عمیق همسر: بررسی انتظارات و نیاز همسر برای ایجاد و حفظ پیوند عاطفی، بررسی برنامه‌های پنهان ذهن و تأثیر آن بر روابط فعلی زوج‌ها. روش: نوشتن ویژگی‌های مثبت و منفی همسر، مقایسه خصوصیات همسر با تصویر ذهنی خود (ایماگو) بررسی نیازهای عاطفی برآورده نشده همسر، بررسی تأثیر متقابل تصویر ذهنی خود با ویژگی‌های همسر، بحث و توضیح در مورد عاشق شدن از دیدگاه تصویرسازی ارتباطی.
جلسه یازدهم	یادگیری مکالمه آگاهانه: شناخت زخم‌های عاطفی یکدیگر، آشنایی با نیازها و مشکلات یکدیگر، ارسال پیام‌های مؤثر و روشن به یکدیگر. روش: مرور و در میان گذاشتن نتایج جلسه اول تا سوم، آموزش و تمرین روش مکالمه آگاهانه، بررسی تعریف هر یک از زوج‌ها از صمیمیت، بررسی انتظارات زوج‌ها از همدیگر برای صمیمیت بیشتر و رفتارهای صمیمیانه.
جلسه دوازدهم	بستن راه‌های خروجی: ایجاد تعهد مشترک و اطمینان از با هم بودن، شناسایی تعارض‌های زوجین و سبک‌های حل تعارض آنان، افزایش سطح صمیمیت و ارضاء نیازها. روش: مشخص کردن راه‌های خروجی) راه‌های فرار از حل تعارض (خود و همسر، برنامه‌ریزی برای بستن راه‌های خروجی و توافق‌نامه متقابل، آموزش و تمرین روش‌های سازنده حل تعارض).
جلسه سیزدهم	تجدید خاطرات عاشقانه و بهبود رابطه. مرور رفتارها و خاطرات خوب گذشته، آشناسازی و توجیه زوجین با تفاوت‌های موجود در (ابعاد صمیمیت زن و مرد، تعیین روش‌های فعلی خشنود کردن همسر، مشخص کردن نیازها و آرزوهای برآورده نشده، ارائه هدیه‌های غیرمنتظره).
جلسه چهاردهم	جمع‌بندی و نتیجه‌گیری: تکمیل پس آزمون به منظور تعیین میزان دست‌یابی به اهداف یادگیری مشخص شده در پیش آزمون و به کار بستن یادگیری‌های جدید در زندگی روزمره.

داده‌های جمع‌آوری شده، با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ تجزیه و تحلیل شد. به منظور تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی (شامل تعداد، درصد، میانگین و انحراف معیار)، آزمون t مستقل، آزمون مجذور کای، آزمون مقایسات چندگانه Bonferroni، پیش فرض‌های آماری (شامل آزمون ناپارامتریک Kolmogorov-Smirnov، Levene و Box's M) و تحلیل واریانس آمیخته استفاده شد. سطح معنی‌داری در آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

نتایج

اطلاعات جمعیت شناختی مربوط به گروه نمونه نشان داد که میانگین و انحراف معیار سن برای گروه آزمایش و گواه به ترتیب ۵/۸۰ ± ۲۹/۱۹ و ۵/۴۵ ± ۲۹/۸۲ سال بود. نتایج آزمون t مستقل نشان داد که از لحاظ سن بین دو گروه

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

آزمایش و گواه تفاوت معنی‌داری وجود ندارد (P=۰/۷۸۳). در گروه آزمایش و گروه گواه به ترتیب ۳۳/۳۳ و ۲۶/۶۶ درصد شرکت‌کنندگان دارای تحصیلات زیر دیپلم بودند و در گروه آزمایش ۴۶/۶۶ درصد وضعیت اقتصادی ضعیف و در گروه گواه ۵۳/۳۳ درصد دارای وضعیت اقتصادی ضعیف بودند. در گروه آزمایش ۵۳/۳۳ درصد جزء فرزند سوم و به بعد خانواده و در گروه کنترل ۴۶/۶۶ درصد فرزند سوم و به بعد خانواده بودند. نتایج آزمون مجذور کای نشان داد که بین گروه آزمایش و گواه از نظر توزیع فراوانی سطح تحصیلات، وضعیت اقتصادی و رتبه تولد تفاوت آماری معنی‌داری وجود ندارد (P>۰/۰۵) (جدول ۲).

جدول ۲- مقایسه ویژگی‌های جمعیت شناختی زنان درگیر خشونت خانگی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در گروه آزمایش و گواه در سال ۱۴۰۰

متغیر		گروه آزمایش (n=۱۵)	گروه گواه (n=۱۵)	مقدار P
		تعداد (درصد)	تعداد (درصد)	
سطح تحصیلات	زیر دیپلم	۵ (۳۳/۳۳)	۴ (۲۶/۶۶)	۰/۸۴۷
	دیپلم و فوق دیپلم	۳ (۲۰)	۵ (۳۳/۳۳)	
	لیسانس	۴ (۲۶/۶۶)	۴ (۲۶/۶۶)	
	فوق لیسانس	۳ (۲۰)	۲ (۱۳/۳۳)	
وضعیت اقتصادی	ضعیف	۷ (۴۶/۶۶)	۸ (۵۳/۳۳)	۰/۹۱۵
	متوسط	۵ (۳۳/۳۳)	۴ (۲۶/۶۶)	
	خوب	۳ (۲۰)	۳ (۲۰)	
رتبه تولد	فرزند اول خانواده	۱ (۶/۶۶)	۲ (۱۳/۳۳)	۰/۸۱۹
	فرزند دوم خانواده	۶ (۴۰)	۶ (۴۰)	
	فرزند سوم و به بعد	۸ (۵۳/۳۳)	۷ (۴۶/۶۶)	

آزمون مجذور کای، P<۰/۰۵ اختلاف معنی‌دار

قبل از تحلیل داده‌ها، ابتدا نرمال بودن داده‌ها در متغیر سرخوردگی زناشویی و در بی‌ثباتی زناشویی توسط آزمون ناپارامتریک Kolmogorov-Smirnov تأیید شد (P>۰/۰۵). هم‌چنین، بر طبق آزمون Levene با توجه به مقدار به دست آمده برای متغیر سرخوردگی زناشویی و متغیر بی‌ثباتی زناشویی همگنی واریانس خطا نیز تأیید شد (P>۰/۰۵). هم‌چنین، نتایج آزمون ام باکس (Box's M) جهت بررسی همگنی ماتریس کوواریانس در دو گروه از لحاظ آماری معنی دار نبود. از این رو می‌توان گفت که در هر دو متغیر وابسته پژوهش، فرض همگنی ماتریس‌های کوواریانس مشاهده شده رعایت شده است (برای سرخوردگی زناشویی F=۰/۴۷۹، P=۰/۳۶۸ و برای بی‌ثباتی زناشویی F=۰/۸۷۶، P=۰/۲۳۲).

همان‌طور که نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد، میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در گروه‌های کنترل و آزمایش به تفکیک مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری ارائه شده است. بر اساس نتایج جدول ۳، میانگین نمره سرخوردگی زناشویی و بی‌ثباتی زناشویی در گروه آزمایش در مرحله پس آزمون و پیگیری نسبت به مرحله پیش آزمون، کاهش یافته است.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

جدول ۳- میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش برحسب گروه‌های مورد مطالعه و مراحل اندازه‌گیری در زنان درگیر خشونت خانگی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۴۰۰

متغیر	گروه	پیش آزمون	پس آزمون	پیگیری
نمره سرخوردگی زناشویی	گواه (۱۵ نفر)	۵۷/۲۰ ± ۱۴/۴۱	۵۶/۶۰ ± ۱۳/۸۸	۵۶/۴۰ ± ۱۳/۸۵
	آزمایش (۱۵ نفر)	۵۶/۸۶ ± ۱۳/۶۱	۴۰/۰۰ ± ۱۰/۲۶	۴۰/۱۳ ± ۱۰/۹۳
نمره بی‌ثباتی زناشویی	گواه (۱۵ نفر)	۵۱/۴۰ ± ۱۱/۸۱	۵۱/۲۶ ± ۱۱/۴۶	۵۱/۷۳ ± ۱۱/۸۱
	آزمایش (۱۵ نفر)	۵۱/۴۶ ± ۱۱/۵۲	۴۲/۷۳ ± ۹/۱۸	۴۲/۶۰ ± ۹/۹۲

نتایج آزمون لامبدای ویلکز در جدول ۴ نشان می‌دهد اثر زمان (F=۶/۸۹۶، η=۰/۳۳۸، P=۰/۰۰۴)، اثر گروه (F=۶/۹۵۱، η=۰/۳۵۰، P=۰/۰۰۲) و اثر تعامل زمان و گروه (F=۵/۸۳۹، η=۰/۳۰۲، P=۰/۰۰۸) در متغیر نمره سرخوردگی زناشویی و هم‌چنین اثر زمان (F=۳/۷۳۵، η=۰/۲۱۷، P=۰/۰۳۷)، اثر گروه (F=۵/۴۲۲، η=۰/۲۶۹، P=۰/۰۱۱) و اثر تعامل زمان و گروه (F=۴/۳۵۳، η=۰/۲۴۴، P=۰/۰۲۳) در متغیر نمره بی‌ثباتی زناشویی معنادار است. این یافته بیانگر آن است که بین میانگین نمره‌های حداقل یکی از متغیرهای وابسته، در گروه آزمایش و گواه در سه مرحله آزمایش تفاوت آماری معنی‌داری وجود دارد.

جدول ٤- نتایج آزمون لامبدای ویلکز نمرات سرخوردگی زناشویی و بی‌ثباتی زناشویی در زنان درگیر خشونت خانگی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۴۰۰

متغیر	اثر	ارزش	مقدار F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	مقدار P	مجذور اتا
سرخوردگی زناشویی	**زمان**	۰/۶۶۲	۶/۸۹۶	۲	۲۷	۰/۰۰۴	۰/۳۳۸
	گروه	۰/۶۵۹	۶/۹۵۱	۲	۲۷	۰/۰۰۲	۰/۳۵۰
	زمان و گروه	۰/۶۹۸	۵/۸۳۹	۲	۲۷	۰/۰۰۸	۰/۳۰۲
بی‌ثباتی زناشویی	**زمان**	۰/۷۸۳	۳/۷۳۵	۲	۲۷	۰/۰۳۷	۰/۲۱۷
	گروه	۰/۷۳۱	۵/۴۲۲	۲	۲۷	۰/۰۱۱	۰/۲۶۹
	زمان و گروه	۰/۷۵۶	۴/۳۵۳	۲	۲۷	۰/۰۲۳	۰/۲۴۴

همان‌گونه که نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد، در متغیر نمره سرخوردگی زناشویی اثر تعامل زمان و گروه (F=۵۸۰/۴۵۲، P<۰/۰۰۱)، اثر گروه (F=۱۸/۲۵۷، P<۰/۰۰۱) و اثر زمان (F=۱۶/۴۶۰، P<۰/۰۰۱) معنادار می‌باشد. هم‌چنین، در متغیر نمره بی‌ثباتی زناشویی اثر تعامل زمان و گروه (F=۴۲۵/۰۰۹، P<۰/۰۰۱)، اثر گروه (F=۴/۴۹۲، P=۰/۰۴۳) و اثر زمان (F=۴/۱۲۹، P=۰/۰۴۶) معنادار است. اندازه اثر یا میزان تأثیر منابع تغییر بین گروهی، درون گروهی (زمان) و اثر تعاملی برای متغیر نمره سرخوردگی زناشویی به ترتیب ۳۹، ۳۷ و ۹۵ درصد است که به این معنا است به ترتیب ۳۹، ۳۷ و ۹۵ درصد از تغییرات میانگین نمرات سرخوردگی زناشویی از طریق اثرات بین

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

گروهی، درون گروهی و تعاملی قابل تبیین است. هم‌چنین، اندازه اثر یا میزان تأثیر منابع تغییر بین گروهی، درون گروهی (زمان) و اثر تعاملی برای متغیر نمره بی‌ثباتی زناشویی به ترتیب ۱۳، ۱۳ و ۹۳ درصد است که به این معنا است به ترتیب ۱۳، ۱۳ و ۹۳ درصد از تغییرات میانگین نمرات بی‌ثباتی زناشویی از طریق اثرات بین گروهی، درون گروهی و تعاملی قابل تبیین است.

با توجه به مقدار مجذور اتا، ۹۵/۴ درصد تغییرات میانگین نمره سرخوردگی زناشویی و ۹۳/۸ درصد از تغییرات میانگین نمره بی‌ثباتی زناشویی در طی مراحل، ناشی از شرکت در جلسات بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بوده است.

جدول ۵- نتایج تحلیل واریانس آمیخته نمرات سرخوردگی زناشویی و بی‌ثباتی زناشویی در زنان درگیر خشونت خانگی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۴۰۰

متغیر	منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	مقدار P	مجذور اتا
سرخوردگی زناشویی	زمان و گروه	۸۷۶۰۹/۵۷۳	۲	۴۳۸۰۴/۷۸۶	۵۸۰/۴۵۲	< ۰/۰۰۱	۰/۹۵۴
	گروه	۲۷۵۵/۶۲۲	۱	۲۷۵۵/۶۲۲	۱۸/۲۵۷	< ۰/۰۰۱	۰/۳۹۵
	زمان	۲۳۹۲/۷۰۹	۲	۱۱۹۶/۳۵۴	۱۶/۴۶۰	< ۰/۰۰۱	۰/۳۷۲
بی‌ثباتی زناشویی	زمان و گروه	۷۳۲۷۳/۷۱۴	۲	۳۶۶۳۶/۸۵۷	۴۲۵/۰۰۹	< ۰/۰۰۱	۰/۹۳۸
	گروه	۷۷۴/۴۰۰	۱	۷۷۴/۴۰۰	۴/۴۹۲	۰/۰۴۳	۰/۱۳۸
	زمان	۷۴۸/۵۲۳	۲	۳۷۴/۲۶۱	۴/۱۲۹	۰/۰۴۶	۰/۱۳۲

بررسی میانگین‌ها در جدول ۶ نشان می‌دهد که تفاوت بین میانگین‌های نمرات سرخوردگی زناشویی در مرحله پیش آزمون و پس آزمون در سطح ۰/۰۱۶ و پیش آزمون و پیگیری در سطح ۰/۰۱۷ معنی‌دار است و هم‌چنین تفاوت بین میانگین‌های نمرات بی‌ثباتی زناشویی در مرحله پیش آزمون و پس آزمون در سطح ۰/۰۱۱ و در مرحله پیش آزمون و پیگیری در سطح ۰/۰۲۹ معنی‌دار است، اما تفاوت بین میانگین‌های نمرات سرخوردگی زناشویی در پس آزمون و پیگیری در سطح ۱/۰۰۰ و میانگین نمرات بی‌ثباتی زناشویی در پس آزمون و پیگیری در سطح ۱/۰۰۰ معنادار نیست که نشان از ماندگاری بسته آموزشی در طول زمان است.

با مراجعه به جدول ۲، مشخص می‌شود که گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل نمرات پایین‌تری (عملکرد بهتری) را در مراحل پس آزمون و پیگیری در متغیر نمرات سرخوردگی زناشویی و بی‌ثباتی زناشویی داشته‌اند. به طوری که میانگین نمره سرخوردگی زناشویی در گروه آزمایش در مرحله پس آزمون (۴۰/۰۰) و پیگیری (۴۰/۱۳) نسبت به مرحله پیش آزمون (۵۶/۸۶) و میانگین نمره بی‌ثباتی زناشویی در گروه

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

آزمایش در مرحله پس آزمون (۴۲/۷۳) و پیگیری (۴۲/۶۰) نسبت به مرحله پیش آزمون (۵۱/۴۶) کاهش یافته است.

به عبارت دیگر، با توجه به معنی‌داری آزمون Bonferroni در مقایسه زوجی پیش آزمون-پس آزمون (اثر مداخله)، پس آزمون-پیگیری (ثبات مداخله) و پیش آزمون-پیگیری (اثر زمان) بین گروه‌های مورد مطالعه (آزمایش و گواه) و موقعیت (پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری) در میانگین نمرات سرخوردگی و بی‌ثباتی زناشویی تفاوت معنادار وجود دارد.

جدول ٦- نتایج آزمون تعقیبی Bonferroni برای مقایسه مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری متغیرهای پژوهش در زنان درگیر خشونت خانگی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۴۰۰

متغیر	مراحل	اختلاف میانگین	خطای معیار	مقدار P
سرخوردگی زناشویی	پیش آزمون-پس آزمون	۸/۷۳۳	۲/۹۰۱	۰/۰۱۶
	پیش آزمون-پیگیری	۸/۷۶۷	۲/۹۲۱	۰/۰۱۷
	پس آزمون-پیگیری	۰/۰۳۳	۳/۵۳۳	۱/۰۰۰
بی‌ثباتی زناشویی	پیش آزمون-پس آزمون	۴/۴۳۳	۲/۱۴۹	۰/۰۱۱
	پیش آزمون-پیگیری	۴/۲۶۷	۱/۵۳۴	۰/۰۲۹
	پس آزمون-پیگیری	۰/۱۶۷	۱/۵۰۷	۱/۰۰۰

P<۰/۰۵ اختلاف معنی‌دار

بحث

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر کاهش سرخوردگی و بی‌ثباتی زناشویی زنان انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر کاهش سرخوردگی و بی‌ثباتی زناشویی مؤثر است و به عبارتی برنامه مداخله‌ای توانایی کاهش میانگین هر دو متغیر وابسته یعنی سرخوردگی و بی‌ثباتی زناشویی را داشته است و این نتایج در مرحله پیگیری نیز ماندگار ماند. بر اساس جستجوهای انجام شده در زمینه مطالعات ناهمسو پژوهشی که منطبق با بر موضوع پژوهش حاضر باشد، یافت نشد؛ اما از نظر کلی با یافته Bahmani و همکاران [۶] که در پژوهشی به این نتیجه رسیدند سبک‌های حل تعارض، پرخاشگری، فقدان صمیمیت، عدم رضایت جنسی، باورهای ارتباطی و تحریف‌های شناختی از عوامل مؤثر بر سرخوردگی زناشویی به شمار می‌روند. Ahmadzadehaghdam و همکاران [۲۳] نیز دریافتند که زوج درمانی با رویکرد طرحواره درمانی بر سرخوردگی و تعهد زناشویی در زوجین معنادار است. هم‌چنین، Hariri و همکاران [۲۴] نشان دادند که زوج‌درمانی ایماگوتراپی به‌واسطه درک فرایندهای ناخودآگاه و ترکیب بصیرت و عمل به افزایش ثبات زندگی زناشویی زوجین جانباز منجر می‌شود. شواهد پژوهشی مورد اشاره به نوعی از اثربخشی بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر سرخوردگی و بی‌ثباتی زناشویی زنان حمایت می‌کنند.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

در تبیین یافته اول مبنی بر اثربخشی بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر سرخوردگی زناشویی زنان درگیر خشونت خانگی می‌توان اظهار کرد که در روابط زناشویی ممکن است میزان سرخوردگی زناشویی متفاوت باشد. در بعضی موارد دو طرف (زوجین) سرخوردگی را تجربه می‌کنند، در حالی که در موارد دیگر سرخوردگی تنها در مورد یک فرد است و ممکن است که طرف مقابل علاقه‌مند به او باشد. در یک ازدواج سرخورده احساسات منفی مانند آسیب و خشم رو به افزایش است تا این که به یک حالت سردی منجر می‌شود [۱۷]. هم‌چنان که Kersten اذعان می‌کند از عوامل مؤثر بر سرخوردگی زناشویی خشونت فیزیکی همسر، جدایی فیزیکی و بحث در مورد جدایی از همسر می‌باشد و در واقع زنان در معرض خشونت نسبت به همتایان خود سرخوردگی بیشتری را تجربه خواهند کرد [۲۵]. بر همین اساس، یادگیری مهارت‌هایی همچون سپردن تعهد به همسر برای استفاده از بینش کسب شده در جلسات برای بهبود رابطه، مشخص نمودن تصویر ذهنی از یک رابطهٔ عشقی ارضاکننده و ایده‌آل، تعیین ویژگی‌های مطلوب موجود دررابطه و ویژگی‌های مورد آرزوهای اصلی دوران کودکی و نحوه واکنش به آن‌ها، بازگشت به خانه کودکی و مرور خاطرات بررسی سبک دلبستگی زوجین و الگوی برقراری ارتباط، نوشتن ویژگی‌های مثبت و منفی والدین و تأثیر آن بر فرد، بررسی نیازهای برآورده نشده مربوط به پیوند عاطفی و دلبستگی و در نهایت بررسی عوامل ایجادکننده سردی در رابطه و رفع آن‌ها که در برنامه مداخله‌ای مبتنی بر خشونت خانگی گنجانده شده، می‌توانند میزان سرخوردگی زناشویی زنان را کاهش دهد.

در تبیین یافته دوم مبنی بر اثربخشی بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی بر بی‌ثباتی زناشویی زنان درگیر خشونت خانگی می‌توان اظهار کرد که علایق متفاوت، عدم توانایی در گفتگو با یکدیگر، مشکلات شخصی همسر و عدم توجه کافی، خیانت، خشونت، تفاوت اجتماعی و فرهنگی، عوامل روان‌شناختی، اقتصادی، سلامتی، رابطه جنسی و تعارض از جمله عوامل مؤثر در بی‌ثباتی ازدواج است [۱۳]. ثبات و پایداری ازدواج تا اندازه زیادی به تفکرات و باورهای موجود در رابطه بر می‌گردد و تغییر در نظام باور زوج می‌تواند تغییر در تداوم ازدواج را در پی داشته باشد؛ در واقع باورهای ارتباطی، وجود خشونت در روابط، نقش برجسته‌ای در نبود ثبات و فروپاشی ازدواج ایفا می‌کند [۲۶]. زندگی‌های زناشویی که به دلیل عدم شباهت‌ها و عدم انعطاف‌پذیری میان زن و شوهر در مسائل مختلفی چون ارزش‌ها، اختلاف در دیدگاه‌ها، خلق‌وخوی و علایق دچار تزلزل و نابسامانی می‌گردد و احتمال وقوع طلاق یا جدایی در مورد آن‌ها زیاد می‌شود. با آموزش مهارت‌های مختلف برای افزایش رضایت زناشویی و کاهش تعارضات و اختلافات زناشویی می‌توان تا حدود بسیاری از فراوانی وقوع بی‌ثباتی در زندگی زناشویی جلوگیری کرد و اثرات آن را کاهش داد [۲۷].

زنان شرکت‌کننده در جلسات بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی با یادگیری مهارت‌هایی چون افزایش شناخت خود و همسر در حوزه‌های شخصیتی و عاطفی شناختی، احیای احساسات مثبت، افزایش قدرشناسی، بالا بردن توانایی درک محاسن همسر، تمرکز بر نزدیک شدن به همدیگر و افزایش ابعاد صمیمیت، شیوه‌های مؤثر گوش

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

دادن و صحبت کردن و هم‌چنین شیوه‌های جلب توجه و محبت بیشتر از سوی همسر که در جلسات بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی گنجانده شده، می‌توانند موجب کاهش بی‌ثباتی زناشویی شوند.

محدودیت‌های پژوهش حاضر عبارت بودند از: تمرکز بر روی زنان درگیر خشونت خانگی شهر شیراز که تعمیم یافته‌ها را به بقیه مناطق و شهرهای دیگر با محدودیت همراه می‌کند. هم‌چنین، حجم نمونه پایین و بهره‌گیری از روش نمونه‌گیری هدفمند از محدودیت‌های اصلی پژوهش بود. پیشنهاد می‌شود پژوهش مشابه در شهرها و جامعه‌های آماری دیگر نیز انجام شود تا نتایج حاصل از آن در مقایسه با یافته‌های این پژوهش قرار گیرد.

نتیجه‌گیری

نتایج مطالعه حاضر نشان داد استفاده از بسته آموزشی مبتنی بر خشونت خانگی به عنوان رویکردی کارآمد و مداخله‌ای اثربخش می‌تواند بر کاهش سرخوردگی و بی‌ثباتی زناشویی زنان مؤثر باشد. بنابراین، به‌کارگیری این روش مداخله‌ای به تنهایی یا در ترکیب با سایر برنامه‌های درمانی و آموزشی جهت کاهش مشکلات زناشویی زنان پیشنهاد می‌گردد.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از تمامی شرکت‌کنندگان در این مطالعه (زنان درگیر خشونت خانگی شهر شیراز) و هم‌چنین مسئول پژوهش دانشگاه جهت صدور مجوز که زمینه دسترسی به گروه هدف و انجام پژوهش را فراهم آوردند، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌گردد.

References

[1] Sadegi R, Vizheh M, Zanjari N. Factors related to domestic violence against women in Tehran. *Research Journal of Social Work* 2016; 4(14): 37-66. [Farsi]

[2] Perrin N, Marsh M, Clough A, Desgroppes A, Phanuel CY, Abdi A, et al. Social norms and beliefs about gender based violence scale: a measure for use with gender based violence prevention programs in lowresource and humanitarian settings. *Conflict and Health* 2019; 13(6): 1-12.

[3] Finnbogadóttir H, Baird K, ThiesLagergren L. Birth outcomes in a Swedish population of women reporting a history of violence including domestic violence during pregnancy: a longitudinal cohort study. *BMC Pregnancy and Childbirth* 2020; 20(183): 1-10.

[4] Vanhee G, Lemmens GMD, Stas L, Loeys T, Verhofstadt LL. Why are couples fighting? A need frustration perspective on relationship conflict and dissatisfaction. *Journal of Family Therapy* 2018; 40(1): 4-23.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

[5] Hosseini A, Godarzi M, Ahmadyan H, Yarahmadi Y. Presenting a causal model of divorce in married men referred to counseling centers based on irrelevant communication beliefs and individual differentiation with the mediating role of sexual function and marital frustration. *Psychological Sciences* 2020; 87(19): 361-74. [Farsi]

[6] Bahmani N, Etimadi E, Ahmadi SA, Fatehizadeh M. The effectiveness of couple counseling based on Kaiser's frustration model on reducing couples' marital frustration. *Family Studies* 2017; 14(2): 183-99. [Farsi]

[7] Kohi S, Etamadi E, Fatehizadeh M. Examining the relationship between personality traits and mental health with marital frustration in couples. *Cognitive and Behavioral Science Research* 2013; 4(1): 71-84. [Farsi]

[8] Yousefi Moridan MI, Fallahian H, Mikaeli N. The role of marital burnout, marital instability, and cognitive failure in predicting tendency to divorce in couples. *FPCEJ* 2019; 5(1): 139-54. [Farsi]

[9] Mousavi SM, Samavatian H, Nouri A. The simultaneous effectiveness of work life quality and marital life enrichment on marital conflicts and marital instability among working couples, considering the role of spillover. *Psychological Achievements* 2017; 25(2): 1-20. [Farsi]

[10] Modupe Elizabeth O. Social Factors as Correlates of Marital Instability Among Married Women in Southwest, Nigeria. *International Journal of Academic Research in Business, Arts and Science* 2020; 2(4): 96-107.

[11] Li W. Migration and marital instability among migrant workers in China: A gender perspective. *Chinese Journal of Sociology* 2018; 4(2): 218-35.

[12] Asa UA, Nkan VV. Factors Associated With Marital Instability Among Rural Farming Households in Akwa Ibom State, Nigeria. *European Scientific Journal* 2017; 13(15): 290-9.

[13] Zahra F. Islam and its role in reducing domestic violence against women. *Islamic research on Gender and Family* 2018; 2(3): 39-56.

[14] Delavar A. Research methodology in psychology and educational sciences. The fourth edition of the publication editing. [Tehran]: Virayesh pub; 2021; 132. [Farsi]

[15] Mohseni Tabrizi A, Javadianzadeh M. The situation of domestic violence in married women referred to forensic centers and well-being of Yazd. *J Toloeh Health* 2011; 11(3): 11-24. [Farsi]

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

[16] Kayser K. When love dies: The process of marital disaffection. New York: Guilford Press. 1993; 1: 191.

[17] Edwards JN, Johnson DR, Booth A. Coming apart: A prognostic instrument of marital breakup. *Family Relations* 1987; 36(2): 168-70.

[18] Yari pour A. Effect of Family Counseling Intervention Initiative on Divorce Records in the Courts of Justice of Qom. Master's Degree of Consultation, Islamic Azad University of Roodehen. 2000. [Farsi]

[19] Glasser W. Counseling with Choice Theory: The New Reality Therapy. New York: HarperCollins. 2000; 13: 54-77.

[20] Gottman JM. A theory of marital dissolution and stability. *Journal of Family Psychology* 1993; 7: 57-75.

[21] Mosavi Z, Etemadi O. The Effectiveness of Imago Relationship Training on Negative Marital Attitudes in Couples with Emotional Spouse Abuse. *RBS* 2020; 17(4): 571-9. [Farsi]

[22] Lawshe CH. A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology* 1975; 28: 563-75.

[23] Ahmadzadehaghdam E, Karimisani P, Goudarzi M, Moradi O. The Effectiveness of Couple Therapy with Schema Therapy Approach on Disaffection and Marital Commitment in Couples. *IJPN* 2020; 8(5): 1-13. [Farsi]

[24] Hariri P, Etemadi O, Abedi A. The Effect of Imago Relationship Therapy for Couples on Marital Stability in Veteran Couples. *RBS* 2019; 17(2): 182-92. [Farsi]

[25] Kersten KK. The process of marital disaffection: Interventions at various stages. *Fam Relat* 1990; 39(3): 257-65.

[26] Jamshidi A, Sahebdel H, Shakory Z. Communicational beliefs and degree of marriage instability among the female and male married. *FPJ* 2017; 2(2): 1-14. [Farsi]

[27] Jafari A, Sanai Zakir B, Pashashreifi H, Kerami A. Comparing the effectiveness of Viteker's traditional and experimental communication approaches in reducing the occurrence of divorce in conflicting couples on the verge of divorce. *Quarterly News and Consulting Research* 2012; 9(34): 25-47. [Farsi]

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]

The Effectiveness of an Educational Package Based on Domestic Violence on Reducing Frustration and Marital Instability: A Quasi-Experimental Study

Zeynab Shamsaie[1], Qumarth Karimi[2], Maryam Akbari[2]

Received: 12/07/23 Sent for Revision: 11/09/23 Received Revised Manuscript: 14/11/23 Accepted: 18/11/23

Background and Objectives: Domestic violence is associated with harmful health consequences and can overshadow married life. Based on this, the present study was conducted with the aim of determining the effectiveness of the educational package based on domestic violence on reducing frustration and marital instability.

Materials and Methods: This was a quasi-experimental study with a pre-test and post-test design with a control group and a three-month follow-up. The statistical population included all the women involved in domestic violence who referred to counseling centers in Shiraz in 2021. Based on the purposeful sampling method, 30 people were selected and randomly replaced in the experimental group (15 people) and the control group (15 people). The measurement tool was Kayser's (1993) Marital Frustration Questionnaire and Edward et al.'s (1987) Marital Instability Questionnaire. The experimental group received 14 sessions of 60 minutes for 7 consecutive weeks and the control group did not receive any intervention. The data were analyzed using mixed analysis of variance method.

Results: The results of data analysis showed that after the intervention, the effect of the training package based on domestic violence on reducing frustration ($F=580.452$, $\eta=0.954$, $p<0.001$) and marital instability ($F=425.009$, $\eta=0.938$, $p<0.001$) of women was significant, and these positive effects remained stable during the follow-up period.

Conclusion: The results of the current study showed that the educational package based on domestic violence is effective in reducing frustration and marital instability of women. Therefore, it is recommended to use this approach to reduce women's marital problems.

Key words: Domestic violence, Marital frustration, Marital instability, Women

Funding: This study did not have any funds.

Conflict of interest: None declared.

Ethical approval: The Ethics Committee of Azad University, Sanandaj branch, approved the study (IR.IAU.SDJ.REC.1400.019).

How to cite this article: Shamsaie Zeynab, Karimi Qumarth, Akbari Maryam. The Effectiveness of an Educational Package Based on Domestic Violence on Reducing Frustration and Marital Instability: A Quasi-Experimental Study. *J Rafsanjan Univ Med Sci* 2023; 22 (9): 963-78. [Farsi]

1- PhD Student, Dept. of Psychology, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran
2- Assistant Prof., Dept. of Psychology, Mahabad Branch, Islamic Azad University, Mahabad, Iran, ORCID: 0000-0002-6507-3679
(Corresponding Author) Tel: (044) 42338608 , Fax:(044) 42333000 , E-mail: q.karimi@iau-mahabad.ac.ir
3- Assistant Prof., Dept. of Counseling, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-22]

[DOI: 10.61186/jrums.22.9.963]