

اثربخشی آموزش واقعیت درمانی گلاسر بر دلزدگی و خیانت زناشویی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره

فهیمه رضوانی عبدالآباد^۱، وحید منظری توکلی^{۲*}

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۹/۱۳ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۴/۱

خلاصه

مقدمه: دلزدگی و خیانت زناشویی، بیانگر آسیب در روابط عاطفی زوجین است. واقعیت درمانی از تکنیک‌هایی است که می‌تواند در این زمینه به زوجین کمک کند و بر سلامت روان تأکید دارد. این تحقیق با هدف تعیین اثربخشی واقعیت درمانی گلاسر بر دلزدگی زناشویی و خیانت زناشویی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر رفسنجان انجام شد.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر شبه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری، زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره خانواده شهر رفسنجان در نیمه دوم سال ۱۳۹۷ بودند. با روش نمونه‌گیری در دسترس، ۴۰ نفر انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه قرار گرفتند. گروه آزمایشی در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، آموزش واقعیت درمانی گلاسر شرکت کردند. در گروه کنترل مداخله‌ای صورت نگرفت. پرسشنامه‌های خیانت زناشویی مارک و اتلی، و دلزدگی زناشویی پاینز، قبل و بعد از اجرای مداخله توسط شرکت‌کنندگان تکمیل شد. داده‌ها توسط آزمون کوواریانس تحلیل گردیدند.

یافته‌ها: میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون متغیر خیانت زناشویی در گروه آزمایش $11/07 \pm 139/35$ و در گروه کنترل $12/31 \pm 140/22$ ، در پس‌آزمون برای گروه آزمایش $10/19 \pm 120/26$ و برای گروه کنترل $10/39 \pm 138/93$ بود. میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون متغیر دلزدگی زناشویی در گروه آزمایش $7/74 \pm 90/15$ و در گروه کنترل $7/63 \pm 91/04$ ، در پس‌آزمون برای گروه آزمایش $8/43 \pm 73/64$ و برای گروه کنترل $7/51 \pm 89/91$ بود. میانگین نمره دلزدگی زناشویی و خیانت زناشویی پس از مداخله بین دو گروه تفاوت معنی‌دار داشت ($p < 0/05$).

نتیجه‌گیری: براساس نتایج، می‌توان از واقعیت‌درمانی گلاسر در کاهش دلزدگی و خیانت زناشویی زوجین دارای مشکلات ارتباطی بهره برد.

واژه‌های کلیدی: واقعیت درمانی گلاسر، دلزدگی زناشویی، خیانت زناشویی

۱- کارشناس ارشد، گروه روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رفسنجان، رفسنجان، ایران.

۲- استادیار، گروه علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، ایران. (نویسنده مسئول)

پست الکترونیکی: v.manzari@ut.ac.ir، تلفن: ۰۹۱۲۴۹۷۶۳۲۹

مقدمه

خانواده، به عنوان یک نهاد اجتماعی اولیه، سلامت فرد و بقای جامعه را تأمین و تضمین می‌کند. خانواده بر اساس تعاملات و روابط گسترده، فعالیت‌های روان‌شناختی افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. ساختار خانواده، نوع کنش‌های بین فردی و میزان تعارضات زناشویی بر سلامت افراد اثرگذار است [۱]. ارتباط میان زوجین می‌تواند یک فضای ایده‌آل برای رشد فراهم کند و یا بالعکس، ارتباطات به شکل نادرست پیش رود و باعث ایجاد مشکلات و دلزدگی زناشویی گردد [۲]. دلزدگی از روابط عاطفی به مرور زمان اتفاق می‌افتد و از این رو، زوجین شروع به احساس پوچی و دلزدگی می‌کنند و خستگی بدنی، هیجانی و روانی ایجاد می‌شود [۳]. دلزدگی زناشویی، ناشی از عدم تناسب بین انتظارات و واقعیت است و میزان آن به میزان سازگاری زوجین و باورهایشان بستگی دارد [۴].

وقتی یکی از زوجین متوجه می‌شود که به آرمان‌های خود دست نیافته است، به سمت خیانت زناشویی گرایش می‌یابد. در خیانت زناشویی، یکی از همسران تمایلی به برقراری ارتباط با همسرش نداشته و با فرد دیگری ارتباط برقرار می‌کند [۵]. خیانت زناشویی متمایز از رفتاری است که صرفاً شامل ارتباط با فرد دیگری، غیر از همسر است. از نظر Glasser تعارض زناشویی ناشی از انتخاب رفتارهای غیرمسئولانه و نادرست در روابط زناشویی است و تضاد خواسته‌های زوجین و غیرواقعی بودن خواسته‌هاست که موجب بروز تعارض در زندگی زناشویی می‌شود [۶]. ارتباط با شخصی غیر از شریک خود ممکن است به صورت جسمانی یا عاطفی باشد، اما نتیجه نهایی این است که زمان صرف شده بین یکی از زوجین با فردی خارج از رابطه زناشویی و انرژی و منابعی که برای حفظ رابطه دیگر صرف می‌شود، موجب تضعیف صمیمیت و انرژی در رابطه‌ی اولیه خواهد شد [۴].

یکی از درمان‌هایی که می‌تواند به کاهش خیانت زناشویی و زوجین کمک نماید، واقعیت درمانی می‌باشد. این نوع درمان، یکی از روش‌های درمانی نوظهور است که طی آن، رویارویی با واقعیت، پذیرش رفتارهای صحیح و ناصحیح خود و در نهایت رسیدن به موفقیت ملاک می‌باشد [۷]. واقعیت درمانی از تکنیک‌هایی است که می‌تواند به زوجین کمک کند

و در آن بر سلامت روان تأکید شده است. این روش درمانی نگاه مثبت‌گرایانه به فرد و قبول مسئولیت‌های وی دارد [۸]. نتایج تحقیق Goodarzi Rad، نشان داد واقعیت‌درمانی مبتنی بر نظریه Glasser در کاهش تعارضات زناشویی تأثیر مثبت دارد و همچنین سبب افزایش انعطاف‌پذیری زناشویی و تعهد اجتماعی زوجین شد [۲] اما اثربخشی بسته آموزشی مستخرج از این نظریه بر دلزدگی و خیانت زناشویی بررسی نشده است. نتایج تحقیق Borna و همکاران نشان داد که واقعیت‌درمانی بر رضایتمندی زناشویی در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی‌داری ایجاد نکرد [۹]. نتایج تحقیق Deldade، نشان داد آموزش واقعیت‌درمانی در زوجین باعث افزایش مؤلفه‌های سازگاری زناشویی می‌گردد [۱۰].

هدف رویکرد واقعیت‌درمانی این است که به زوجین تعلیم دهد تا تمایلات و نیازهای خود و همسرشان را بدانند و کوشش کنند تا انتخاب درست و منطقی داشته باشند. با توجه به این‌که در جست‌وجوی محققین، پژوهشی در این زمینه یافت نشد، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی واقعیت درمانی Glasser بر دلزدگی زناشویی و خیانت زناشویی زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر رفسنجان طراحی شد.

مواد و روش‌ها

روش این پژوهش، شبه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش را کلیه زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر رفسنجان در نیمه دوم سال ۱۳۹۷ (حدود ۲۰۰ نفر) تشکیل دادند. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بودند از: سن ۲۰ تا ۵۰ سال، سپری شدن حداقل ۲ سال از تاریخ ازدواج و داشتن سلامت روانی و جسمانی. معیارهای خروج از پژوهش نیز شامل سابقه بستری در بیمارستان‌های روانی، سابقه بیماری‌های جسمانی و عدم پاسخگویی صحیح به پرسشنامه‌های پژوهش بود. در پژوهش‌های از نوع آزمایشی، حجم نمونه حداقل ۱۵ نفر در هر گروه توصیه می‌شود [۱۱]. در این پژوهش برای این‌که نمونه معنی‌دار باشد از ظرفیت حداکثر ۲۰ نفر برای هر گروه استفاده شد. روش نمونه‌گیری به صورت در

دسترس بود و شرکت‌کنندگان به‌طور تصادفی ساده در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. ابتدا در مورد تحقیق و هدف از انجام آن به زوجین توضیح داده شد و زوجین با رضایت در این پژوهش شرکت کردند. همچنین، در مورد محرمانه بودن اطلاعات به آن‌ها اطمینان لازم داده شد. سپس متغیرهای دزدگی زناشویی و خیانت زناشویی با استفاده از پرسشنامه‌ها بررسی شدند. واقعیت‌درمانی، در طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای یک جلسه) به زوجین گروه آموزش در یکی از مراکز مشاوره شهر رفسنجان آموزش داده شد. در گروه کنترل مداخله‌ای صورت نگرفت. یک ماه پس از اتمام آموزش، مجدداً پرسشنامه‌های دزدگی زناشویی و خیانت زناشویی به عنوان پس‌آزمون توسط هر دو گروه تکمیل گردید. ملاحظات اخلاقی این پژوهش شامل موارد ذیل بود: الف) شرکت‌کنندگان با اختیار و تمایل خود در پژوهش شرکت کردند. ب) درباره اصول رازداری و محرمانه بودن هویت و اطلاعات شرکت‌کنندگان به آنان اطمینان داده شد ج) شرکت‌کنندگان در هر زمان که از ادامه مشارکت منصرف می‌شدند، می‌توانستند آزادانه گروه را ترک نمایند. ابزارهای ذیل جهت جمع‌آوری اطلاعات استفاده شد.

پرسشنامه دزدگی زناشویی: مقیاس دزدگی زناشویی یک ابزار خودسنجی است که توسط Pines (۱۹۹۶) برای اندازه‌گیری درجه دزدگی زناشویی در بین زوج‌ها ساخته شده است [۱۲]. این پرسشنامه ۲۰ سؤال دارد که شامل ۳ خرده مقیاس خستگی جسمی (احساس خستگی، سستی و داشتن اختلالات خواب) ۷ سؤال، از پا افتادن عاطفی (احساس افسردگی، ناامیدی، در دام افتادن) ۶ سؤال و از پا افتادن روانی (احساس بی‌ارزشی، سرخوردگی و خشم به همسر) ۷ سؤال می‌باشد. این موارد با یک مقیاس لیکرت ۷ امتیازی پاسخ داده می‌شوند. سطح ۱ معرف عدم تجربه، و سطح ۷ معرف تجربه زیاد عبارت مورد نظر است. حداقل نمره در این پرسشنامه ۲۰ و حداکثر ۱۴۰ است. برای محاسبه نمره پرسشنامه، ابتدا نمره سؤالات ۱، ۲، ۴، ۵، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸ و ۲۱ با یکدیگر جمع می‌شوند. سپس، نمره سؤالات ۳، ۶، ۱۹ و ۲۰ با هم جمع شده و از عدد ۳۲ کم می‌شوند. در نهایت، نمرات حاصل از مرحله اول و دوم با یکدیگر جمع شده

و بر ۲۱ تقسیم می‌شوند. اعداد بزرگتر بیانگر میزان دزدگی بالاتر خواهند بود. طراحان پرسشنامه، همسانی درونی بین متغیرها را در دامنه ۰/۸۴ و ۰/۹۰ گزارش کردند. روایی پرسشنامه از طریق بررسی همبستگی‌های مثبت با ویژگی‌های ارتباطی مانند: نظر مثبت در مورد ارتباط، کیفیت مکالمه، احساس امنیت، خود شکوفایی، احساس هدفمندی، کشش و جاذبه عاطفی نسبت به همسر و کیفیت رابطه جنسی آنها به تأیید رسیده است. این پرسشنامه از همسانی درونی و ضریب پایایی رضایت‌بخشی برخوردار است و برای اندازه‌گیری میزان دزدگی زناشویی مناسب می‌باشد [۱۲]. این مقیاس توسط Navidi (۱۳۸۴) روانسنجی شده و آلفای کرونباخ آن ۰/۸۶ به دست آمد. روایی آن نیز مطلوب گزارش شد [۱۳].

پرسشنامه خیانت زناشویی: مقیاس خیانت زناشویی توسط Whathley در سال ۲۰۰۶ تهیه شده است [۱۴]. این پرسشنامه یک مقیاس تک عاملی می‌باشد و دارای ۱۲ سؤال است که در طیف لیکرت ۷ درجه‌ای از بسیار مخالف (امتیاز کم) تا بسیار موافق (امتیاز ۷) نمره‌دهی می‌شود. سؤالات شامل احساسات منفی و مثبت به مقوله خیانت است و هدف، سنجش نوع احساسات و تفکر افراد نسبت به مسائل مربوط به خیانت زناشویی است. در سؤال‌های ۱۱، ۱۰، ۹، ۴، ۳، ۱ به پاسخ بسیار مخالف، امتیاز ۱ و پاسخ بسیار موافق، امتیاز ۷ داده می‌شود. در سؤال‌های ۱۲، ۸، ۷، ۶، ۵، ۲ نحوه نمره‌گذاری معکوس است، به طوری که به پاسخ بسیار مخالف، نمره ۷ و به پاسخ بسیار موافق، نمره ۱ داده می‌شود. بالاترین امتیاز ۸۴ (به معنی پذیرنده‌ی خیانت) و کمترین امتیاز ۱۲ (به معنی ردکننده‌ی خیانت) می‌باشد. پایایی مقیاس ۰/۸۹ است و روایی آن نیز تأیید شده است [۱۴]. در ایران آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمد و روایی آن با استفاده از تحلیل عاملی تأیید شد. در مطالعه دیگری، آلفای کرونباخ، این پرسشنامه ۰/۸۳ محاسبه گردید و روایی محتوایی آن، ۰/۸۵ گزارش شد که مورد تأیید می‌باشد [۱۵].

واقعیت‌درمانی: آموزش واقعیت‌درمانی بر اساس دستورالعمل‌ها و فنون نظریه واقعیت‌درمانی Glasser در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای برای زوجین گروه آزمایش به صورت مشترک در یکی از مراکز مشاوره شهر رفسنجان انجام شد

[۱۶]. جلسات مداخله به شرح ذیل بود:

جلسه اول: آشنایی زوجین با مفهوم واقعیت درمانی، هویت خود، انواع هویت و ویژگی‌های آن و درگیری عاطفی با اعضای گروه.

جلسه دوم: آشنایی زوجین با چگونگی پذیرش مسئولیت رفتارهای خود و آشنایی اعضا با اهمیت و ضرورت مسئولیت‌پذیری در زندگی.

جلسه سوم: توضیح ماشین رفتار کلی و مؤلفه‌های آن (شناخت، عمل، احساس و فیزیولوژی) و نقش افراد در ماشین رفتار و اهدافشان (استفاده از کارت‌های «خود را بشناسیم»)

جلسه چهارم: آشنایی زوجین با نیازهای اساسی و مؤثر در زندگی واقعی و تأثیر نیازهای اساسی در زندگی و توانایی آن‌ها در انتخاب بهترین شیوه برای دستیابی به نیازهای اساسی.

جلسه پنجم: آشنایی زوجین با چگونگی طرح‌ریزی حل مشکل و برنامه‌ریزی برای زندگی فعلی و در حال حاضر خود.

جلسه ششم: آشنایی اعضا با شیوه تعهد نسبت به انجام دادن و عمل کردن طرح و برنامه‌های انجام شده.

جلسه هفتم: آشنایی زوجین با چگونگی تأثیر تنبیه در فقدان ایجاد رابطه حسنه.

جلسه هشتم: برگزاری پس‌آزمون.

برای تحلیل توصیفی داده‌ها، شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد و آزمون تحلیل کوواریانس به کار رفت. داده‌ها پس از جمع‌آوری با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ تجزیه و تحلیل شدند. سطح معنی‌داری نتایج $p < 0/01$ بود.

یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن شرکت‌کنندگان $31/83 \pm 3/71$ سال بود. سن ۶ نفر (۱۵ درصد) از آزمودنی‌ها بین ۲۰ تا ۳۰ سال، ۱۹ نفر (۴۷/۵ درصد) ۳۱-۴۰ سال و ۱۵ نفر (۳۷/۵ درصد) ۴۱ سال به بالا بود. ۱۰ نفر (۲۵ درصد) از آزمودنی‌ها تحصیلات دیپلم، ۲۵ نفر (۶۲/۵ درصد) لیسانس و ۵ نفر (۱۲/۵ درصد) فوق‌لیسانس و بالاتر داشتند. ۳۲ نفر (۸۰ درصد) شاغل و ۸ نفر (۲۰ درصد) بیکار بودند. ۹ زوج (۲۲/۵ درصد) با یکدیگر نسبت فامیلی داشتند. به منظور استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس، مفروضه‌های این آزمون (شاپیرو و وِلک، لون) بررسی و تأیید شد. نتایج شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ نشان داده شد.

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار متغیر دلزدگی زناشویی و خیانت زناشویی در زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر رفسنجان در سال ۱۳۹۷

متغیر	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		p
	انحراف معیار \pm میانگین	انحراف معیار \pm میانگین	بیشترین نمره	کمترین نمره	
دلزدگی زناشویی	۷/۷۴۹۰ \pm ۱/۱۵	۸/۴۳۷۳ \pm ۶/۶۴	۱۳۴	۵۷	* $p < 0/01$
	۷/۶۳۹۱ \pm ۱/۰۴	۷/۵۱۸۹ \pm ۹/۹۱	۱۳۲	۵۹	
خیانت زناشویی	۱۱/۰۷۱۳۹ \pm ۳/۳۵	۱۰/۱۹۱۲۰ \pm ۲/۲۶	۱۶۸	۱۰۴	* $p < 0/01$
	۱۲/۳۱۱۴۰ \pm ۲/۲۲	۱۰/۳۹۱۳ \pm ۳/۹۳	۱۶۶	۱۰۲	

آزمون تی زوجی، * $p < 0/01$ اختلاف معنی‌دار

لوین استفاده شد و پیش‌فرض برابری واریانس‌ها تأیید گردید (جدول ۲).

با توجه به جدول ۱، نمرات پیش‌آزمون دو گروه اختلاف معنی‌دار دارند. در بررسی پیش‌فرض کوواریانس، از آزمون

جدول ۲- آماره‌ی آزمون لون جهت بررسی برابری واریانس‌ها

متغیر	آزمون لوین	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	p
دلزدگی زناشویی	۲/۰۱۵	۱	۲۸	۰/۱۹۱
خیانت زناشویی	۱/۸۲۱	۱	۲۸	۰/۰۸۱

* $p < 0/01$ اختلاف معنی‌دار

این که واقعیت‌درمانی گلاسر بر کاهش دلزدگی زناشویی و خیانت زناشویی مؤثر است، تأیید می‌شود.

نتایج تحلیل کوواریانس نمرات آزمون دلزدگی زناشویی و خیانت زناشویی (جدول ۳) نشان داد سطح معنی‌داری بین گروه‌ها بیشتر از ۰/۰۵ است، در نتیجه، فرضیه تحقیق مبنی بر

جدول ۴ - نتایج تحلیل کوواریانس نمرات آزمون دلزدگی زناشویی و خیانت زناشویی در زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر رفسنجان در سال ۱۳۹۷

متغیر	منابع	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	p	مجذور اتا
	پیش آزمون	۳۲/۶۷	۱	۳۲/۶۷	۸/۳۶	۰/۰۷	۰/۱۱
دلزدگی زناشویی	بین گروه‌ها	۱۲۷/۰۸	۱	۱۲۷/۰۸	۴۲/۱۸*	۰/۰۰۱	۰/۴۹
	خطا	۹/۰۳	۳۷	۰/۲۴	-	-	-
خیانت زناشویی	پیش آزمون	۴۶/۲۸	۱	۴۶/۲۸	۸/۱۸	۰/۰۶	۰/۰۷
	بین گروه‌ها	۱۴۹/۳۴	۱	۱۴۹/۳۴	۴۹/۷۱*	۰/۰۰۱	۰/۵۸
	خطا	۹/۲۶	۳۷	۰/۲۵	-	-	-

* ۰/۰۱ < p اختلاف معنی‌دار

بحث

دارد، احساس یأس و سرخوردگی را کاهش دهند و خشنودی و نگرش مثبت ایجاد کنند، لذا عدم تمایل و بی‌علاقگی کاهش می‌یابد [۴].

همچنین پژوهش حاضر نشان داد واقعیت‌درمانی گلاسر بر کاهش خیانت زناشویی زوجین مؤثر است. نتایج این یافته با تحقیقات Roth و همکاران، همخوان است [۵]. Kelly و همکاران نیز در مطالعه خود اثر واقعیت‌درمانی را بر کاهش خیانت و افزایش صمیمیت زوجین تأیید کردند [۶]. خیانت زناشویی، مجموعه‌ای از رفتارهایی است که به وسیله‌ی آن، یک همسر از ارتباط معمول با همسر خود تخطی کرده و اقدام به تعامل با فرد دیگری غیر از همسر می‌کند [۵].

کیفیت تعاملات زوجین و بهره‌مندی از سرمایه‌های اجتماعی، در بهبود روابط همسران تأثیر بسزایی دارد و موجب حل تعارض و مشکلات زناشویی می‌شود. زوجینی که با یکدیگر ارتباط عاطفی مناسبی دارند و از راهبردهای حل تعارض بهتری استفاده می‌کنند، می‌توانند اختلافات زناشویی را مدیریت نمایند و رضایت بیشتر و دلزدگی کمتری داشته باشند و در نتیجه به یکدیگر خیانت نمی‌کنند [۱۹]. عدم پذیرش زوجین، موجب فقدان عشق و محبت، کاهش بروز عواطف بین زوجین، افزایش رفتار پر خاشگرانه، عدم همکاری و ارتباط صمیمانه، عدم مسئولیت‌پذیری، کاهش کیفیت ارتباط زوجین، احساس تنهایی، رنجش و افسردگی می‌شود. عدم اعتماد زوجین به یکدیگر، بر تعهد به ازدواج در طول زندگی

نتایج پژوهش نشان داد واقعیت‌درمانی گلاسر بر کاهش دلزدگی زناشویی زوجین مؤثر است. این نتیجه با نتایج Keshavarz Afshar و همکاران، که دریافتند واقعیت‌درمانی و درمان شناختی- رفتاری، دلزدگی زناشویی را کاهش می‌دهد، همخوان است [۱]. تحقیق Goodarzi Rad، تأثیر واقعیت‌درمانی را بر کاهش دلزدگی زناشویی و افزایش تعهد عاطفی زوجین، تأیید کرد. Maskoki نیز اثر واقعیت‌درمانی را در کاهش دلزدگی و افزایش صمیمیت زوجین تأیید کرد [۳]. همچنین، نتایج تحقیق Deldadeh، نشان داد که آموزش واقعیت‌درمانی و مهارت‌های ارتباطی در افزایش سازگاری زوجین، مؤثر است [۱۰]. Yalcin در پژوهش خود دریافت که برنامه‌های مهارت‌های ارتباطی بر کاهش دلزدگی زناشویی زوجین، اثربخش است [۱۸]. اما نتایج پژوهش با نتایج تحقیق Borna و همکاران مبنی بر این‌که واقعیت‌درمانی بر رضایتمندی زناشویی در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی‌داری ایجاد نمی‌کند، متناقض است [۱۰]. دلزدگی زناشویی عدم انطباق بین وضعیتی که وجود دارد و وضعیتی که مورد انتظار است، می‌باشد. در واقعیت‌درمانی باید به زوجین کمک شود تا از طریق بازبینی، قضاوت و طراحی مجدد، رفتارهایی را طراحی کنند که موجب کاهش تعارض و تقویت اصل ازدواج گردد. مسئولیت انتخاب‌های خود را بپذیرند تا بتوانند با کاهش فاصله بین آنچه انتظار دارند و آنچه واقعیت

اثر منفی دارد و منجر به سردی در روابط عاطفی و خیانت می‌شود [۲۰].

مطالعه حاضر همچون سایر پژوهش‌ها، محدودیت‌هایی داشت. جامعه آماری، زوجین شهر رفسنجان بودند، لذا در تعمیم نتایج باید احتیاط کرد. عواملی مانند وجود اختلالات روانی در آزمودنی‌ها، بررسی نشد که ممکن است نتایج را مخدوش کرده باشد. با توجه به این‌که واقعیت‌درمانی گلاسر بر کاهش دلزدگی زناشویی زوجین مؤثر است، پیشنهاد می‌شود به منظور بهبود روابط بین زوجین متقاضی طلاق از این روش استفاده گردد. توصیه می‌شود در مرحله قبل از ازدواج و همچنین برای درمان مشکلات زوجین بعد از ازدواج از آموزش مهارت‌های واقعیت‌درمانی استفاده شود. در اختیار قرار دادن تکنیک‌ها و مباحث آن به صورت کتاب و بروشور علاوه بر آموزش نیز توصیه می‌شود. همچنین، با توجه به این‌که واقعیت‌درمانی گلاسر بر کاهش خیانت زناشویی زوجین مؤثر است؛ پیشنهاد می‌شود برنامه‌ای مدون برای آموزش واقعیت‌درمانی به صورت کارگاه‌های آموزشی توسط سازمان بهزیستی کشور در نظر گرفته شود؛ و صدا و سیما و مسئولان امر تعلیم و تربیت با الگوسازی مناسب در زمینه شیوه به‌کارگیری آموزش واقعیت‌درمانی، بستری مستعد برای آموزشی عینی‌تر، از زمان دبیرستان و دانشگاه در افراد فراهم سازند.

نتیجه‌گیری: این پژوهش نشان داد آموزش واقعیت‌درمانی گلاسر بر کاهش دلزدگی و خیانت زناشویی اثر دارد.

استحکام روابط بین زوجین و ارتقای مهارت‌های زندگی موجب رضایت زناشویی و در نتیجه کاهش تعارضات زناشویی می‌شود. زوجین باید برای رشد و توسعه جامعه از سلامت جسمانی و روانی برخوردار باشند. لازمه این سلامت نیز برخورداری از حداقل رضایت و سازگاری در زندگی زناشویی است.

تعارض منافع

نویسندگان اظهار می‌دارند هیچ‌گونه تعارض منافی در مورد این مطالعه وجود ندارد.

سهم نویسندگان

امور مربوط به گردآوری اطلاعات به عهده نویسنده اول و تجزیه و تحلیل داده‌ها به عهده نویسنده دوم بود. همچنین نویسنده دوم بازنگری و نظارت بر اجرای کار را بر عهده داشت.

تشکر و قدردانی

از اساتید محترم و تمامی زوجین شرکت‌کننده در این مطالعه که در انجام این پژوهش ما را یاری کردند، سپاسگزاری می‌شود.

References

1. Keshavarz Afshar H, Safarifard R, Hosseini M, Hodhodi Z. Association between Quality of Family Relationships and Social Anxiety (Investigating the Mediating Role of Family Cohesion). JMUMS 2018;28(166):81-95. [Persian]
2. Goodarzi RA. (dissertation). The effectiveness of Glasser reality therapy and emotion- focused therapy on marital flexibility, reducing marital maladjustment and couple's social commitment in female teachers of elementary school in Dehdasht. Bushehr: Islamic Azad University; 2016: 54. [Persian]
3. Maskoki A. (dissertation). The effectiveness of reality therapy concepts on marital intimacy and reducing marital maladjustment and communication patterns of women affected by spouse infidelity. Kurdistan: Kurdistan University Campus; 2018: 37. [Persian]
4. Rajaei M, Heidari H. Relationship between Internet Addiction and Marital Satisfaction and Disaffection in Married Students of Islamic Azad University, Khomeini Shahr Branch in 2015.

- Community Health Journal 2017;11(1):69-77. [Persian]
5. Roth KE, Harkins DA, Eng LA. Parental conflict during divorce as an indicator of adjustment and future relationships: A retrospective sibling study. *Journal of Divorce & Remarriage* 2014;55(2):117-38.
 6. Glasser W. *Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry*. 2nd ed. New York: Harper Collins Inc; 2010: 89-94.
 7. Ahadi H, Salehi M, Yoosefi LM, Ahmadi E. Comparison of the efficacy of group intellectual-emotional-behavioral with group reality therapy in increasing general health. *Journal of psychological researches* 2009; 1(2):1-15. [Persian]
 8. Prenzlau S. Using reality therapy to reduce PTSD-related symptoms. *International journal of reality therapy* 2006; 25(2): 23-9.
 9. Borna M, Hasanabadi H, Ghanbari-Hashemabadi B. Appraisal of Effectiveness and Comparison of Emotional-Focused Therapy (EFT) and Reality Therapy on Marital Satisfaction of Couples. *Journal of Clinical Psychology* 2015;7(4):37-44. [Persian]
 10. Deldadeh M, Moaveneslami S. The effectiveness of reality therapy-based interventions on improving marital adjustment among couples suffering from emotional divorce. *Journal of Psychology New Ideas* 2020;5(9):1-10. [Persian]
 11. VanVoorhis CW, Morgan BL. Understanding power and rules of thumb for determining sample sizes. *Tutorials in quantitative methods for psychology* 2007;3(2):43-50.
 12. Pines AM. Adult attachment styles and their relationship to burnout: A preliminary, cross-cultural investigation. *Work & Stress* 2004;18(1):66-80.
 13. Navidi F. (dissertation). The relationship and comparison of reducing marital maladjustment with organizational climate factors in Education staff and Nurses in Tehran. Tehran: Shahid Beheshti University; 2005: 79. [Persian]
 14. Silva A, Saraiva M, Albuquerque PB, Arantes J. Relationship quality influences attitudes toward and perceptions of infidelity. *Personal Relationships* 2017;24(4):718-28.
 15. Heydaripor Sh, Amanolahi A. Personality characteristics and motives of betrayal with tendency to betray in the relationship between married women in Ahvaz. *Proceedings of the 4th National Conference on Counseling and Mental Health; 2016 Feb 1-4; Ghoochan, Iran.* 2016: 47-9. [Persian]
 16. Ashayeri M. (dissertation). Investigating the relationship between personality traits and optimism with attitude to mutual relationship divorce women with history of marital divorce in Shiraz. Kerman: Islamic Azad University; 2015:94. [Persian]
 17. Shafiabadi A, Naseri GR. *Counseling and Psychology Theories*. 7nd ed. Tehran: University Publication Center Inc; 2001:27-9. [Persian]
 18. Lundblad AM, Hansson K. Couples therapy: effectiveness of treatment and long-term follow-up. *Journal of family therapy* 2006;28(2):136-52.
 19. Yalcin BM, Karahan TF. Effects of a couple communication program on marital adjustment. *The Journal of the American Board of Family Medicine* 2007;20(1):36-44.
 20. Wagner A, Mosmann CP, Scheeren P, Levandowski DC. Conflict, Conflict Resolution and Marital Quality. *Paidéia (Ribeirão Preto)* 2019;29:e2919.
 21. Aydın B, Sarı SV, Şahin M. The effect of social networking on the divorce process. *Universal Journal of psychology* 2018;6(1):1-8.

The Effectiveness of Glaser Reality Therapy on Couple Burnout and Marital Infidelity among Couples Admitted to Counseling Centers

Rezvani Abdolabad F¹, Manzari Tavakoli V²

1-MSc, Dept of General Psychology, Islamic Azad University, Rafsanjan Branch, Rafsanjan, Iran.

2- Assistant Prof, Dept of Educational Sciences, Farhangian University, Iran. (Corresponding Author)

Email: v.manzari@ut.ac.ir, Tel: 09124976329

Received: 4 December 2019 Accepted: 22 Jun 2021

Introduction: Couple burnout and marital infidelity indicate damage to a couple's emotional relationship. Reality therapy is a technique that can help couples in this regard emphasizing mental health. The purpose of this study was to evaluate the effectiveness of Glaser reality therapy on couple burnout and marital infidelity of the couples admitted to counseling centers in Rafsanjan.

Materials and Methods: The present study was a quasi-experimental, pretest, posttest with a control group. The statistical population of this study included 200 couples admitted to family counseling centers in Rafsanjan from September 23, 2018, to March 20, 2019. Using the convenience sampling method, 40 people were selected and randomly divided into two groups. The experimental group participated in eight ninety-minute sessions of Glaser Reality Therapy training but the experimental group was not exposed to any intervention. Mark and Atley (2006) and Pain (1996) Marital Infidelity Questionnaires were administered before and after training. Data were analyzed using the analysis of covariance.

Results: The results showed that Glacier reality therapy training reduced marital disgust and marital infidelity ($p < 0.05$).

Conclusion: Reality education intervention affects cognitive, social, behavioral, emotional, and sexual aspects and causes intimacy in couples' relationships.

Keywords: Reality therapy, Marital dissatisfaction, Marital infidelity

Please cite this article as follows:

Rezvani Abdolabad F, Manzari Tavakoli V. The Effectiveness of Glaser Reality Therapy on Couple Burnout and Marital Infidelity among Couples Admitted to Counseling Centers. *Community Health journal* 2021; 15 (2): 21-28.

Funding: This research project received no funding.

Conflict of Interest: None declared.

Ethical Approval: The ethical approval for this study was granted by the Ethics Committee of Islamic Azad University, Rafsanjan Branch. (2474258120)