رویش روان شناسی، سال۱۲، شماره۱، شماره پیاپی ۸۲، فروردین ۱۴۰۲
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),12(1), 2023

اثربخشی آموزش غنی‌سازی روابط‌زناشویی مبتنی بر هیجان در دوران بارداری بر همدلی‌عاطفی، ادراک‌انصاف و تمایلات‌جنسی زوجین جوان

The effectiveness of emotion-based marital relationship enrichment training during pregnancy on emotional empathy, perception of fairness, and sexual desires of young couples

سحر ضیاء
دانشجوی کارشناس ارشد، گروه روان- شناسی بالینی، واحد -اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.
دکتر سحر صفرزاده (نویسنده مسئول)
استادیار، گروه روان- شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.

Sahar Zia
M. A. Student, Department of Clinical Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran.
Dr. Sahar Safarzadeh*
Assistant Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran.
Safarzadeh1152@yahoo.com

چکیده
هدف از انجام این پژوهش،تعیین اثربخشی آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان در دوران بارداری بر همدلی‌عاطفی، ادراک انصاف و تمایلات‌جنسی زوجین جوان شهر اهواز بود. روش پژوهش حاضر، نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون_ پس‌آزمون و گروه‌گواه بود. جامعه‌آماری پژوهش‌حاضر کلیه زوجین‌جوان دارای زن باردار ۲۲ تا ۳۱ ساله، مراجعه‌کننده به بیمارستان و مطب‌های خصوصی پزشکان زنان و زایمان شهر اهواز در سال۱۴۰۰ بودند که از میان آنها۳۰ زوج داوطلب و واجد شرایط در چهارچوب نمونه‌گیری هدفمند گزینش و به شیوه تصادفی در دوگروه آزمایش و گواه (هرگروه ۱۵زوج یا ۳۰ نفر) گمارده شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس همدلی عاطفی (مهرابیان و اپستین، ۱۹۷۲،EES)، پرسشنامه ادراک انصاف (پری، ۲۰۰۴،PEM) و پرسشنامه تمایل جنسی (هالبرت، ۱۹۹۲، HSDQ) استفاده شد. برای گروه آزمایش ۸ جلسه ۱۸۰ دقیقه‌ای آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی بصورت گروهی اجرا شد و در گروه گواه مداخله‌ای صورت نگرفت. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش تحلیل‌کورانس چندمتغیری استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که با کنترل اثر پیش آزمون تفاوت معناداری بین دو گروه در همدلی عاطفی، ادراک انصاف و تمایلات جنسی در مرحله پس آزمون وجود دارد($P<0/05$). از یافته‌های فوق می‌توان نتیجه گرفت که آموزش غنی‌سازی روابط‌زناشویی مبتنی بر هیجان در دوران بارداری بر بهبود همدلی‌عاطفی، ادراک‌انصاف و تمایلات‌جنسی زوجین جوان مؤثر است.

واژه‌های کلیدی: *آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی، ادراک انصاف، تمایلات جنسی، همدلی عاطفی.*

Abstract
The purpose of this research was to determine the effectiveness of emotion-based marital relationship enrichment training during pregnancy on emotional empathy, perception of fairness, and sexual desires of young couples in Ahvaz City. The method was a quasi-experimental pretest-posttest design with a control group. The statistical population of the current research was all young couples with pregnant women aged 22 to 31 who were referring to the hospital and private offices of obstetricians and gynecologists in Ahvaz City in the year 2022, that Among them, 30 volunteer-qualified couples were selected in the framework of purposeful sampling and randomly assigned to two experimental and control groups (15 couples or 30 people in each group). The emotional empathy scale (Mehrabian and Epstein, 1972, EES), Fairness Perception Questionnaire (Perry, 2004, PEM), and Sexuality Questionnaire (Halbert, 1992, HSDQ) were used to collect data. For the experimental group, 8 sessions of 180 minutes of marital relationship enrichment training were implemented as a group, and no intervention was done in the control group. Descriptive statistical methods and univariate and multivariate correlation analysis were used to analyze the data. The research results showed that by controlling the effect of the pre-test, there is a significant difference between the two groups in emotional empathy, perception of fairness, and sexual desires in the post-test stage ($P<0.05$). From the above findings, it can be concluded that emotion-based marital relationship enrichment training during pregnancy effectively improves emotional empathy, perception of fairness, and sexual desires of young couples.

Keywords: *marital relationship enrichment training, Marital Relationships, Perception of Fairness, Sexual Desires, Emotional Empathy.*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت : شهریور ۱۴۰۱** | **پذیرش: اسفند ۱۴۰۱** | **ویرایش نهایی: فروردین ۱۴۰۲**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

مقدمه

یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر بر پایدار زندگی پس از ازدواج میزان کیفیت‌روابط زناشـــویی زوجین از زندگیشـــان می‌باشـــد (روز[1] و همکاران، ۲۰۱۹). کیفیت روابط زناشویی نقش مهمی در ایجاد استحکام زندگی‌زناشویی دارد و می‌تواند زوجین را از مشکلات بین فردی در امان نگه‌دارد (هاسـون-اوهایون[2] و همکاران، ۲۰۱۹). در عین‌حال در طول زندگی هر زن مراحلی وجود دارد که تأثیرات عمیقی بر وی می‌گذارد. بارداری گرچه شادی بخش‌ترین دوره زندگی یک زن محسوب می‌شود ولی سرشار از تغییرات مهم تشریحی فیزیولوژیک روانی و اجتماعی است (زارعی و همکاران، ۱۴۰۰). البته تغییرات روان‌شناختی و تکاملی در دوران بارداری بسته به مرحله بارداری در نوسان است (فتحی و همکاران، ۱۳۹۸). در این بین سلامت زنان در روابط زوجی، تضمین‌کننده سلامت خانواده و جامعه می‌باشد ولی باید دانست سلامت جسمی و روانی زنان پس از زایمان تحت تأثیر قرار می‌گیرد (آقابیگی و خانجانی وشکی، ۲۰۲۱). یکی از عواملی که در تعامل همسران در دوران بارداری موثر است، همدلی عاطفی[3] می‌باشد. به‌طور تجربی تایید شده‌است که کیفیت‌روابط بین شخصی افراد پیوند عمیقی با ابعاد روان‌شناختی، عاطفی و جسمانی بهزیستی دارد (رشید و بیات، ۱۳۹۷، درخشی‌پور و عسکریان، ۱۳۹۸).

همدلی عاطفی به معنای ارتباط عاطفی با دیگران و ســـهیم شـــدن در حالات عاطفی آن‌هاســـت (جهاندوســـت دالنجان و همکاران، ۱۳۹۹). همدلی عاطفی عنصری ضروری برای زندگی زوجین است، زیرا که این مؤلفه پاسخ‌دهی به احساسات را تسهیل می‌کند و فرایند زیر بنایی شـادی و نشـاط در محیط خانواده اسـت (هادیان و امینی، ۱۳۹۸). پهلیوانلی و اکی زر[4] (۲۰۲۰) نشـان‌داد که سـطح رضـایت زناشویی افراد متأهل روستایی بیشتر از افراد ساکن در مناطق شهری است. بر اساس این پژوهش میزان همدلی عاطفی زوجین می‌تواند بر رضـایت زناشـویی مؤثر باشـد. همچنین تحقیقات اخیر نشـان داده‌اسـت که همدلی عاطفی منجر به رفتارهای حل تعارض دوسـتانه‌تر می‌شـود و کسـانی که همدلی پایین دارند به احتمال بیشـتری از نشـانه‌های افسـردگی رنج می‌برند (بنیک[5] و همکاران، ۲۰۱۹). همدلی عاطفی که همان توانایی عاطفی و شـناختی حالات دیگران اسـت، در زندگی زناشـویی باعث می‌شـود زوجین نتیجه تعارض را منصفانه‌تر و رضـایت‌بخش‌تر ادراک کند، بنابراین بر کیفیت رابطه زناشـویی تأثیر مثبتی خواهدداشـت (کانراس[6] و همکاران، ۲۰۱۸). بر اسـاس تحقیق اسپاراتو[7] و همکاران (۲۰۲۰) درک دیگران و همدلی شناختی و توجه همدلانه با افزایش رفتارهای جامعه پسند و روابط مناسب و رضایت زن و شوهرها رابطه دارد. از سوی دیگر علاوه بر همدلی عاطفی در دوران بارداری، برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهند ادراک انصاف[8] می‌تواند به عنوان عاملی موثر بر رضـایت‌مندی زناشـویی باشـد (مرتضـایی و رضـازاده، ۱۳۹۹). امروزه تحولات سـریع اجتماعی سـبب تغییر سـاختار خانواده و روابط اعضای آن با یکدیگر شده که نتیجه این امر تمایل بیشتر زن به انصاف و عدالت در روابط زوجین است؛ از این رو انصاف یک عامل مهم در روابط سالم است و اهمیت آن در ازدواج به اندازه‌ای است که در سازگاری زناشویی و احساس حمایت اجتماعی زوجین و تقویت احسـاس صـمیمیت و کاهش خیانت زناشـویی اثر می‌گذارد (اسـتادعباسـی و صـفرزاده، ۱۴۰۱). به نظر می‌رسـد در زمان بارداری با توجه به شـرایط جسـمی و روانی زنان، ادارک انصـاف و عدالت تقسـیم‌کار خانگی در رابطه زناشـویی به جای مبادله برابر کار، تأثیر مثبت بر رضایت زناشویی دارد (عباس‌پور و قنبری، ۱۳۹۷). در پژوهشی به منظور بررسی تأثیر تقسیم کارهای خانه بر رضایت زناشویی در زوجین دو درآمدی، دریافتند که ادراک انصاف در تقسیم کارهای خانه ارتباط تنگاتنگی با رضایت زناشویی دارد (کرامر و پاک[9]، ۲۰۱۸).

درعین‌حال دوران بارداری، بعلت عدم وجود آگاهی در زمینه فیزیولوژی بارداری و همچنین انجام فعالیت جنســـی در این دوران، و اعتقادات و باورهای غلطی که ممکن اسـت از محیط اطراف به مادران منتقل شـود، نگرش و عملکرد جنسـی آنها می‌تواند تحت‌تأثیر قرار گیرد و به علت ترس از صـدمه به جنین و یا از دسـت رفتن حاملگی یا عواقب ناشـی از آن، فعالیت جنسـی برخی زنان طی دوران بارداری متوقف می‌شود و به دنبال آن تبعات زیادی برای زنان و همسرانشان به بار می‌آورد. ولی باید دانست در اولویت قرار دادن تمایلات‌جنسی

1. Rose
2. Hasson-Ohayon
3. Empathy
4. Pehlivanli & İkizer
5. Bennik
6. Konrath
7. Spataro
8. Perception Of Equity
9. Kramer & Pak

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

امری واقع‌بینانه است، چراکه مشکل می‌تواند اثرات مختلف در دیگر جنبه‌های زندگی شخصی و اجتماعی داشته‌باشد؛ به‌طوری که برخی از اختلالات و درگیری‌ذهنی عزت‌نفس پایین، شکست و شرایط دیگر زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد (شایان و همکاران، ۱۳۹۸). مطالعات نشان می‌دهد ۶۸٪ زنان در طول دوران بارداری، در روابط زناشویی خود دچار اختلال می‌شوند (کاظمی و همکاران، ۱۳۹۹).

از سوی دیگر در دوران بارداری به دلیل تغییرات هورمونی و گاهاً توجه و تمرکز زیاد به سلامت‌جسمانی مادر و جنین، میزان روابط غنی و سالم بین زوجین که می‌تواند منجر به همدلی و ادراک انصاف در امور زناشویی و سازگاری در روابط ایشان گردد نادیده گرفته می‌شود. زوجین در این موقعیت غافل از آن هستند که کاهش روابط می‌تواند به مرور زمان افزایش یافته و پس از تولد نوزاد منجر به سردی طرفین و یا طلاق عاطفی گردد. از این رو نیاز به آگاهی از عملکرد مطلوب و مناسب در دوران بارداری امری مهم و ضروری می باشد. یکی از روش‌های علمی افزایش کارکردهای روابط زناشویی در دوران بارداری را می‌توان برنامه غنی‌سازی زندگی‌زناشویی باتمرکز بر هیجان[1] دانست. این بسته آموزشی، برنامه‌ای است معطوف بر آموزش مهارت‌های ارتباطی می‌باشد (جانسون[2]،۲۰۱۹) و مشخص شده مؤثر است بر؛ ایجاد رضایت زناشویی (نقش[3] و همکاران، ۲۰۱۹)، آشنایی زوجین با پیوندهای دلبستگی و شیوه ایجاد دلبستگی ایمن میان زوجین (صادقی[4] و همکاران، ۲۰۲۱)، گسترش عملکرد و رضایت‌جنسی (لندیس[5] و همکاران، ۲۰۱۸)، بخشش (امیرخانی و فروردین، ۲۰۲۱)، آشنایی زوجین با نیازهای دلبستگی و چگونگی بهبود پیوندهای دلبستگی‌خود (جانسون، ۲۰۱۹) و در نهایت ارائه گفتارها در زمینه حفظ بی‌آلایشی و احیای زندگی جنسی به‌ویژه پس از تولد فرزند (ستوده و همکاران، ۱۳۹۹، ریتن‌بورد[6] و همکاران، ۲۰۱۹ و جونز[7] و همکاران، ۲۰۱۸). مطالعات نشان می‌دهد غنی‌سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان باعث بهبود مسئولیت‌پذیری زوجین (جمعه‌پور و محمودی‌پور، ۱۳۹۷)، صمیمیت‌زوجین و کاهش تعارضات‌زناشویی (یوسفی و کریم‌نژاد، ۲۰۱۸) و کاهش استرس در روابط زوجین (خدامرادی و اسماعیلی، ۱۳۹۸) می‌گردد. همچنین غزنوری و نیکنام (۱۳۹۸) طی پژوهشی نشان‌دادند زوج‌درمانی مبتنی بر هیجان بر سبک دلبستگی و زیرمقیاس های آن یعنی نزدیکی، وابستگی و اضطراب و همچنین بر رضایت‌مندی جنسی اثربخش می‌باشد. همچنین در نقش و همکاران (۲۰۱۹) نیز مشخص شد برنامه غنی‌سازی روابط زناشویی یکی از روش‌های مناسب افزایش انتظارات صحیح بین همسران و صمیمیت بین آنان در دوران بحران است.

با توجه به روندی که در دوران بارداری از تغییرات فیزولوژیکی و باورهای خاص مرتبط با این دوره در زوجین ایجاد می‌شود، و می تواند منجر به کاهش کارکردها در روابط زناشویی مانند ترس از روابط جنسی و یا کاهش سطح همدلی بین آنها گردد و احتمالاً این مسئله منجر به بحران در دوران بارداری و روابط زناشویی بعد از آن گردد، آگاهی بخشی و آموزش مهارت غنی‌سازی روابط زوجین در این دوران امری بسیار مهم و ضروری می‌نماید. با توجه به اینکه در تحقیقات قبلی مستقیماً به مسئله سطوح مؤثر مثل تمایلات‌جنسی زوجین و همدلی عاطفی ایشان و ادراک انصاف ناشی از روابط با همسر پرداخته نشده‌است، از این رو، بر اساس مطالب فوق هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان در دوران‌بارداری بر همدلی عاطفی، ادراک انصاف و تمایلات جنسی زوجین جوان بود.

روش

روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون_ پس‌آزمون و گروه گواه بود. جامعه‌آماری پژوهش شامل کلیه زوجین دارای زن باردار مراجعه‌کننده به بیمارستان و مطب‌های خصوصی پزشکان زنان و زایمان شهر اهواز در ۶ ماه دوم سال ۱۴۰۰ بودند. گروه نمونه با توجه به ملاک‌های ورود، تعداد ۳۰ زوج (۶۰ نفر) بین ۲۲ تا ۳۱ سال به صورت نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ زوج) و گواه (۱۵ زوج) قرار گرفتند. پس از آن پیش‌آزمون بر هر دو گروه اجرا شد و مداخله‌ی آزمایشی پروتکل

1. Marriage Enrichment Program With Focus On Excitement
2. Johnson
3 . Naghsh
4. Sadeghi
5. Landis
6. Writtenborn
7. Jones

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

برنامه غنی‌سازی زندگی زناشویی با مبتنی بر هیجان جلالی شاهکوه و همکاران (۱۳۹۶)، بصورت گروهی و به مدت ۸ جلسه ۱۸۰ دقیقه‌ای یک بار در هفته برای گروه آزمایش اعمال شد. ملاک‌های ورود به پژوهش حاضر عبارت بود از: باردار‌بودن فرزند اول، ماه بارداری مادر بین ۳ تا ۶ ماه، نداشتن پیشینه سقط جنین و یا مرده‌زایی، بارداری خواسته، سن زوجین بین ۲۲ تا ۳۱ سال، سطح تحصیلات حداقل دیپلم، نبود فاصله فیزیکی و تصمیم به جدایی در زوج، نبود پیشینه بیماری جسمی (دیابت، تالاسمی عمده، بیماری قلبی) و بیماری روان شناختی تشخیص داده شده بر اساس گزارش شخص و پروند پزشکی، و ملاک‌های خروج شامل؛ غیبت بیش از دو جلسه در جلسات غنی‌سازی، ابراز عدم تمایل به ادامه همکاری در تحقیق و عدم شرکت در جلسات آموزشی روان‌شناختی از سوی یکی از زوجین بود. در این پژوهش به منظور رعایت اصول اخلاقی پژوهش از تمام شرکت‌کنندگان رضایت شرکت در پژوهش کسب گردید و به آنها اختیار داده‌شد که در هر مرحله از تکمیل پرسشنامه درصورت عدم‌تمایل به همکاری، از پژوهش خارج شوند و کلیه پرسشنامه‌ها بدون ذکر نام اخذ گردید و تعهد داده شد که نتایج بصورت کلی گزارش شود. پژوهش حاضر دارای کداخلاق از کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز به شماره IR.IAU.AHVAZ.REC.1401.022 بود. در نهایت داده‌های پژوهش به روش تحلیل مسیر و با استفاده از نرم‌افزار SPSS ویرایش۲۴ و AMOS ویرایش ۲۴ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

ابزار سنجش

مقیاس همدلی عاطفی (EES)[1]: این ابزار توسط مهرابیان و اپستین[2] (۱۹۷۲؛ نقل از صیدی[3] و همکاران، ۲۰۱۹) ساخته شده و یک مقیاس ۳۳ گویه ای است و پاسخ های عاطفی فرد به واکنش‌های عاطفی دیگران را در طیف ۹ درجه‌ای لیکرت (از کاملاً مخالف – ۱تاکاملاً موافق ۹) می‌سنجد. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در مقیاس همدلی به ترتیب ۳۳ و ۲۹۷ خواهد بود. این مقیاس شامل خرده مقیاس های همدلی واکنشی، همدلی بیانی، همدلی مشارکتی، اثرپذیری عاطفی، ثبات عاطفی، همدلی نسبت به دیگران، کنترل می باشد. در پژوهش مهرابیان و اپستین (۱۹۷۲؛ نقل از صیدی و همکاران، ۲۰۱۹)، پایایی مقیاس با ضریب آلفای‌کرونباخ ۰/۸۴ گزارش شد که مشخص شد از همسانی مطلوبی برخوردار می‌باشد. به منظور تعیین ضریب روایی سازه، پس از تحلیل عاملی، ضریب همبستگی نمره کل آزمون با خرده مقیاس های آن محاسبه و به عنوان شاخص روایی در نظر گرفته شد که به این شکل بوده است همدلی واکنشی (۰/۶۵)، همدلی بیانی (۰/۵۰)، همدلی مشارکتی (۰/۴۹)، اثرپذیری عاطفی (۰/۴۷)، ثبات عاطفی (۰/۳۹)، همدلی نسبت به دیگران (۰/۴۰). ضریب پایایی این مقیاس در پژوهش حاضر با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به‌دست آمد.

پرسشنامه ادراک‌انصاف (PEM)[4]: این پرسشنامه توسط پری[5] (۲۰۰۴) تهیه شده است و به ارزیابی انصاف در ۴حیطه می پردازد. آزمودنی براساس یک درجه بندی ازنوع لیکرت در دامنه ای از ۱ (بسیار ناعادلانه از نظر من) تا ۵ (بسیارناعادلانه ازنظر همسرم) نظرش را در خصوص ادراک انصاف خود در این چهارحیطه بیان می‌کند براین اساس حداقل نمره ۴و حداکثرنمره۲۰ گزارش می‌شود. پری (۲۰۰۴) در بررسی خود پایایی این مقیاس را باروش آلفای‌کرونباخ ۰/۵۵گزارش کرده و از همسانی درونی مناسبی برخوردار بوده است. سیاحی و سیاحی[6] (۲۰۲۱) پایایی پرسشنامه حاضر را به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۵ گزارش کردند و برای محاسبه روایی، همبستگی پرسشنامه را با کیفیت زندگی زناشویی ۰/۸۹ بدست آوردند. در پژوهش حاضر پایایی پرسشنامه ادراک انصاف از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۳، بدست آمد.

پرسشنامه تمایل‌جنسی هالبرت (HSDQ)[7]: این پرسشنامه ۲۵ گویه‌ای، توسط هالبرت (۱۹۹۲) ساخته شده است. هرآیتم به وسیله مقیاس درجه‌بندی لیکرت با ۵درجه (۰=همیشه الی ۴=هرگز) نمره‌گذاری می‌شود. سوال‌های ۲۰، ۱۹، ۱۸، ۱۷، ۱۳، ۱۲، ۱۰، ۹، ۸، ۷، ۵، ۳، ۱بطور معکوس (همیشه=۴تاهرگز=۰) نمره‌گذاری می‌شود. کمینه و پیشینه نمره تمایل جنسی، بین صفر تا۱۰۰می‌باشد، که نمره بالا حاکی از میزان بالای تمایل جنسی در آزمودنی‌ها است. هالبرت (۱۹۹۲) پایایی پرسشنامه تمایل جنسی را به شیوه بازآزمایی دوماهه ۰/۸۶ بدست‌آورد. ضریب همسانی‌درونی پرسشنامه تمایل‌جنسی هالبرت با استفاده از روش آلفای‌کرونباخ ۸۹/. بود. در ایران نیز یوسفی و همکاران (۱۳۹۲) پایایی پرسشنامه را به روش تصنیف ۰/۹۲ و به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ گزارش داد و برای محاسبه روایی

1. Emotional Empathy Scale (EES)
2. Mehrabian & Epstein
3 . Saidi
4 . Fairness Perception Questionnaire (PEM)
5. Perry
6 . Sayahi & Sayahi
7 . Hulbert Sexual Desire Questionnaire (HSDQ)

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

همگرا، پرسشنامه حاضر را با پرسشنامه خودابرازی جنسی همبسته کردند و همبستگی را ۰/۷۲۴ در سطح ۰/۰۰۰۱ محاسبه نمودند. در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۰ به‌دست‌آمد.

جدول ۱. ساختار جلسات برنامه غنی‌سازی زندگی زناشویی با تمرکز بر هیجان (جلالی شاهکوه و همکاران، ۱۳۹۶)

جلس	موضوع	هدف	روش	تکلیف
اول	آشنایی با اعضا و ساختار جلسات ومهارتهای ارتباطی زوجین	- معارفه گروه واعضابا یکدیگر -آشنایی باروش کاروساختارجلسات -درک مهارتهای موثرارتباط زوجین -شناسایی ارتباط خوب و بد -یادگیری مهارت ارائه و دریافت بازخورد	-جزوه -ایفای نقش مربی و دستیار -ایفای نقش زوجین -سخنرانی -تکالیف تعاملی -بحث آزاد	-تمرین مهارت های کلیدی -ارزیابی خود -ارائه ودریافت بازخورد ارتباطی زوجین
دوم	آشنایی با چرخه های نگرانی رابطه	-نگاه به رابطه از زاویه جدید - آشناشدن با چرخه های تعاملی خود و نامگذاری آن -درک چگونگی تاثیر زوجین بر یکدیگر -درک چگونگی یکی شدن رفتار زوجین برای ایجاد چرخه	-جزوه - سخنرانی -ایفای نقش مربی و دستیار -ایفای نقش زوجین -تکالیف تعاملی -بحث آزاد	-مطالعه جزوه -شناسایی چرخه های تعاملی خوددر موقعیت های مختلف
سوم	پیوندهای دلبستگی	-توسعه پیوند عاطفی -شناسایی ترس های خود -مواجه شدن با عواطف منفی	-جزوه - سخنرانی -ایفای نقش مربی و دستیار -ایفای نقش زوجین -تکالیف تعاملی -بحث آزاد	-مطالعه جزوه -انجام تمرین در زمینه تکیه گاه ایمن و توسعه پیوند ایمن -شناسایی ترس های خود
چهارم	بررسی سابقه دلبستگی زوجین	-شناسایی انتطارات وباورهای دلبستگی زوجین -شناسایی وتشخیص سابقه دلبستگی هریک زوجین و تاثیر آن بر روی رفتارآن ها	-جزوه - سخنرانی -ایفای نقش مربی و دستیار -ایفای نقش زوجین -تکالیف تعاملی	-مطالعه جزوه -درمیان گذاشتن رفتارهای مقابله ای با همسر
پنجم	آموزش هیجانات	-شناسایی هیجانات -تمیزدادن هیجانات اصلی و واکنش پذیر -شناسایی رابطه هیجان - رفتار و افکارزوجین در چرخه های منفی	-جزوه - سخنرانی - پرسش و پاسخ -ایفای نقش زوجین -تکالیف تعاملی	-مطالعه جزوه -اختصاص دادن زمان برای به اشتراک گذاشتن هیجان -رفتار و افکار باشریک زندگی
ششم	گوش دادن به احساسات اصلی خود و همسر	- شناسایی هیجانات اصلی خود وهمسر -شناسایی واکنش های عمیق نسیت به درک چگونگی احساسات عمیق خودنسبت به همسر	- سخنرانی - پرسش و پاسخ -تکالیف تعاملی	-مطالعه جزوه -کشف عواطف اصلی خود -کامل کردن جدول چگونگی تاثیر هیجانات ورفتارهای زوجین بر یکدیگر
هفتم	نیازهای دلبستگی و بهبود پیوند دلبستگی	-شناسلیی نیازهای دلبستگی هریک از زوجین -کاهش حساسیت وواکنش پذیری در رابطه -تقویت کردن پیوند دلبستگی	- سخنرانی-جزوه - پرسش و پاسخ -تکالیف تعاملی	-مطالعه جزوه وتمرین در زمینه مکالماتی در جهت پیوند دادن رابطه و دستورالعمل های برای همسر شنونده

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

هشتم	حفظ صمیمیت و احیای زندگی جنسی خود	-درک اهمیت رابطه جنسی در زندگی زناشویی -اشناشدن با اختلالات عملکرد جنسی و باورهای غلط درباره ان -صحبت درباره مسائل جنسی -صحبت درباره مشکلات جنسی	- ایفای نقش -سخنرانی-جزوه-تکلیف تعاملی	-مطالعه جزوه -کامل کردن جدول مربوط به رابطه جنسی

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان در پژوهش شامل۳۰ زوج (۶۰ نفر) بودند که در گروه آزمایش ۱۵ زوج (۳۰ نفر) حضور داشتند و در این گروه میانگین سنی زنان ۲۵/۴ با انحراف‌استاندارد ۴/۷ و میانگین سنی همسرانشان ۲۹/۶ سال سن با انحراف استاندارد ۵/۲ بود و همچنین ۱۰ نفر (۶۶ ٪) زنان شاغل و ۱۴ نفر(۹۴ ٪) همسرانشان هم شاغل بودند. از نظر سطح تحصیلی زنان، ۳ نفر(۲۰ ٪) دیپلم و زیر دیپلم، ۱ نفر(۷ ٪) کاردانی، ۹ نفر (۶۰ ٪) کارشناسی و ۲نفر (۱۳ ٪) کارشناسی ارشد و بالاتر بودند و همسرانشان نیز ۱ نفر(۷ ٪) دیپلم و زیر دیپلم، ۱۲ نفر (۸۰ ٪) کارشناسی و ۲نفر (۱۳ ٪) کارشناسی ارشد و بالاتر بودند. در گروه گواه نیز ۱۵ زوج (۳۰ نفر) حضور داشتند و در این گروه میانگین سنی زنان ۲۴/۷ با انحراف استاندارد ۵/۱ و میانگین سنی همسرانشان ۲۹/۱ سال سن با انحراف استاندارد ۴/۵ بود. همچنین ۸ نفر (۵۳ ٪) زنان شاغل و ۱۴ نفر(۹۴ ٪) همسرانشان هم شاغل بودند. از نظر سطح تحصیلی زنان گروه گواه، ۱ نفر(۷ ٪) دیپلم و زیر دیپلم، ۱۱ نفر (۷۳ ٪) درصد کارشناسی و ۳ نفر(۲۰ ٪) کارشناسی ارشد و بالاتر بودند و همسرانشان نیز ۱ نفر(۷ ٪) دیپلم و زیر دیپلم، ۱ نفر(۷ ٪) کاردانی، ۱۰ نفر (۶۶ ٪) کارشناسی و ۳ نفر (۲۰ ٪) کارشناسی ارشد و بالاتر بودند. میانگین و انحراف معیار مربوط به متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه‌ها در پیش آزمون و پس آزمون در جدول ۲ نشان داده شده‌است.

جدول۲. میانگین و انحراف معیار همدلی عاطفی، ادراک انصاف و تمایلات جنسی در گروه‌های آزمایش و گواه، در مراحل پیش‌آزمون، پس آزمون

متغیرها	گروه	جنسیت	پیش آزمون		پس آزمون	
			میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
همدلی عاطفی	آزمایش	زن	۱۸۴/۱۲	۱۰/۰۲	۱۹۳/۹۳	۹/۹
		مرد	۱۸۳/۸۵	۱۰/۰۷	۱۹۱/۹۱	۹/۲۸
		کل	۱۸۳/۹۸	۱۰/۰۳	۱۹۲/۹۵	۹/۵۹
	گواه	زن	۱۸۴/۲۹	۹/۲۵	۱۸۳/۹	۱۰/۵۱
		مرد	۱۸۴/۰۵	۱۰/۱۴	۱۸۴/۱۵	۱۰/۲۳
		کل	۱۸۴/۱۷	۹/۶۹	۱۸۴/۰۲	۱۰/۳۷
ادراک انصاف	آزمایش	زن	۱۱/۰۸	۳/۸۱	۱۴/۴۸	۳/۲۵
		مرد	۱۱/۹۱	۲/۵۲	۱۵/۹۵	۲/۹۳
		کل	۱۱/۴۹	۳/۱۶	۱۵/۲۱	۳/۰۸
	گواه	زن	۱۱/۷۲	۳/۰۵	۱۱/۹۵	۲/۹۲
		مرد	۱۲/۰۷	۲/۸۱	۱۲/۳۷	۲/۴۱
		کل	۱۱/۸۹	۲/۰۲	۱۲/۱۶	۲/۶۷
تمایلات جنسی	آزمایش	زن	۵۳/۷۶	۸/۰۸	۶۱/۹۵	۸/۵۸
		مرد	۵۴/۸۳	۸/۴۹	۶۲/۹۸	۹/۰۹
		کل	۵۴/۲۹	۸/۲۸	۶۲/۴۶	۸/۸۳
	گواه	زن	۵۳/۲۱	۸/۵۲	۵۳/۶۳	۹/۵
		مرد	۵۴/۵۱	۹/۰۴	۵۳/۹۴	۸/۷۴
		کل	۵۳/۷۱	۸/۸۷	۵۳/۸۹	۹/۱۲

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

نتایج جدول ۲ میانگین و انحراف معیار زنان، همسرانشان و نمره کل در متغیرهای همدلی عاطفی، ادراک انصاف و تمایلات‌جنسی در گروه آزمایش در پیش آزمون و پس آزمون را بصورت روند افزایشی نسبت به گروه گواه نشان می‌دهد. در گروه آزمایش بصورت کلی همدلی‌عاطفی در پیش آزمون ۱۸۳/۹۸(۱۰/۰۳) و پس آزمون ۱۹۲/۹۵(۹/۵۹) بود که در مقایسه با در گروه گواه بصورت کلی در پیش آزمون ۱۸۴/۱۷(۹/۶۹) و پس آزمون ۱۸۴/۰۲(۱۰/۳۷) افزایش یافت و تفاوت معنی‌داری در گروه آزمایش دیده‌شد ولی در گروه گواه تفاوت معنی‌داری بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون در متغییر همدلی عاطفی وجودنداشت. در عین حال در گروه آزمایش بصورت کلی ادراک انصاف در پیش آزمون ۱۱/۴۹(۳/۱۶) و پس آزمون۱۵/۲۱(۳/۰۸) بود که در مقایسه با در گروه‌گواه بصورت کلی در پیش آزمون۱۱/۸۹(۲/۰۲) و پس آزمون۱۲/۱۶(۲/۶۷) افزایش یافت و تفاوت معنی داری در گروه آزمایش دیده شد ولی در گروه گواه تفاوت معنی داری بین پیش آزمون و پس آزمون در متغییر ادراک انصاف وجودنداشت. همچنین در گروه آزمایش بصورت کلی تمایلات‌جنسی در پیش‌آزمون۵۴/۲۹(۸/۲۸) و پس‌آزمون۶۲/۴۶(۸/۸۳) بود که در مقایسه با در گروه گواه بصورت کلی در پیش آزمون۵۳/۷۱(۸/۸۷) و پس آزمون۵۳/۸۹(۹/۱۲) افزایش یافت و تفاوت معنی داری در گروه آزمایش دیده شد ولی در گروه گواه تفاوت معنی داری بین پیش آزمون و پس آزمون در متغییر تمایلات‌جنسی وجود نداشت.

جهت آزمون فرضیه‌های پژوهش از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغییره استفاده شده است. قبل از انجام تحلیل ابتدا باید نرمال بودند داده‌ها جهت انجام پارامتریک آزمایش شود. رابطه بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون برای ۳ متغیر در همدلی عاطفی، ادراک انصاف و تمایلات جنسی به ترتیب برابر r=۰/۹۳، r=۰/۵۷ و r=۰/۹۱ به‌دست آمد. با توجه به داده‌های به‌دست آمده، مفروضه‌ی خطی بودن برای متغیرهای همدلی عاطفی، ادراک انصاف و تمایلات جنسی برقرار می‌باشد. همچنین همبستگی بین پیش‌آزمون‌های هر ۳ متغیر با یکدیگر در دامنه ای بین ۰/۱۰ تا ۰/۳۸ (p>۰/۰۵) تا به دست آمد (p<۰/۰۵). با توجه به همبستگی های به‌دست آمده، می توان گفت که مفروضه عدم همخطی چندگانه بین متغیرهای کمکی (کوواریت‌ها)، رعایت شده است. همچنین آزمون لوین در هر سه متغیر همدلی عاطفی(Sig=۰/۷۴)، ادراک انصاف(Sig=۰/۹۹)، و تمایلات‌جنسی(Sig=۰/۷۰)، غیرمعنی‌دار می باشند. در نتیجه فرض همگنی واریانس ها تأیید می شود. تعامل بین متغیرهای کمکی (پیش‌آزمون‌ها) و وابسته (پس‌آزمون‌ها) در سطوح عامل (گروه‌های آزمایش و گواه) معنی‌دار نیست. بنابراین فرض همگنی رگرسیون رعایت شده‌است. همچنین سطح معنی داری آزمون کولموگروف- اسمیرونوف از مقدار ۰/۰۵ بیشتر است (همدلی عاطفی ۰/۲۰، ادراک انصاف ۰/۱۷ و تمایلات جنسی ۰/۲۰)، لذا پیش فرض نرمال‌بودن توزیع متغیرها رعایت شده است، پس استفاده از تحلیل کوواریانس بلامانع می‌باشد.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل کواریانس چندمتغیری

نام آزمون	مقدار	F	df فرضیه	df خطا	سطح معنی داری	اندازه اثر	توان آماری
اثر پیلایی	۰/۹۳۷	۱۱۴/۶۸	۳	۲۳	۰/۰۰۱	۰/۹۳	۱/۰۰
لامبدای ویلکز	۰/۰۶۳	۱۱۴/۶۸	۳	۲۳	۰/۰۰۱	۰/۹۳	۱/۰۰
اثر هتلینگ	۱۴/۹۵	۱۱۴/۶۸	۳	۲۳	۰/۰۰۱	۰/۹۳	۱/۰۰
بزرگترین ریشه روی	۱۴/۹۵	۱۱۴/۶۸	۳	۲۳	۰/۰۰۱	۰/۹۳	۱/۰۰

مندرجات جدول ۳ نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و گواه از لحاظ متغیرهای وابسته در سطح P≤۰/۰۵ تفاوت معنی‌داری وجود دارد و می‌توان گفت که حداقل در یکی از متغیرهای وابسته (همدلی عاطفی، ادراک انصاف و تمایلات جنسی) بین دو گروه، تفاوت معنی‌دار وجود دارد. جهت پی بردن به این تفاوت سه تحلیل کواریانس در متن مانکوا صورت گرفت.

جدول ۴. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس در متن مانکوا روی میانگین نمره های پس آزمون متغییرها در گروه‌های آزمایش و گواه

متغیر	منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	اندازه اثر	توان آماری
همدلی عاطفی	پیش آزمون	۶۷۸/۴	۱	۶۷۸/۴	۵۷/۱۵	۰/۰۰۱	۰/۶۹	۱/۰۰
	گروه	۷۲۱/۷	۱	۷۲۱/۷	۱۰۱/۸۱	۰/۰۰۱	۰/۸۲	۱/۰۰

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

	خطا	۱۴۹۲۵/۰۱	۵۷	۲۶۱/۸۴			
	پیش آزمون	۱۰۶/۹	۱	۱۰۶/۹	۷۴/۷	۰/۰۰۱	۰/۷۴	۱/۰۰
ادراک انصاف	گروه	۸۷/۳۶	۱	۸۷/۳۶	۴۹/۵	۰/۰۰۱	۰/۶۷	۱/۰۰
	خطا	۱۴۲۲۷/۲	۵۷	۲۴۹/۶				
	پیش آزمون	۴۱۵/۵۹	۱	۴۱۵/۵۹	۱۴۷/۵۵	۰/۰۰۱	۰/۸۵	۱/۰۰
تمایلات جنسی	گروه	۹۵/۸۲	۱	۹۵/۸۲	۸۴/۳	۰/۰۰۱	۰/۵۹	۱/۰۰
	خطا	۹۸۶۱/۵	۵۷	۱۷۳/۰۰۸				

با توجه به مندرجات جدول ۴، مشخص شده است، آموزش غنی سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان باعث بهبود همدلی‌عاطفی، ادراک‌انصاف و تمایلات‌جنسی در گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه شده است($P<۰/۰۵$).

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان در دوران بارداری بر همدلی‌عاطفی، ادراک‌انصاف و تمایلات‌جنسی زوجین جوان شهر اهواز انجام گردید. نتایج پژوهشحاضر نشان‌داد آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان باعث بهبود همدلی‌عاطفی در گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه شده است. این یافته با نتایج پژوهش‌های پهلیوانلی و اکی زر (۲۰۲۰)، بنیک و همکاران (۲۰۱۹) و جانسون (۲۰۱۹) همسو بود. با توجه به تأیید اثربخشی آموزش غنی سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان بر بهبود همدلی عاطفی در زوجین جوان، می توان بیان کرد که در طی یک ازدواج سالم، درک و همدلی بین زن و شوهر وجود دارد و در صورتی که هر یک از طرفین، از قدرت همدلی مطلوبی برخوردار نباشد درک تجارب یکدیگر برای آنها بسیار دشوار خواهد بود (جانسون، ۲۰۱۹). افرادی که از همدلی برخوردارند وقتی فردی در اطراف آنها دچار مشکل می‌شود پاسخ عاطفی و هیجانی نشان می‌دهند و متعاقب آن درصدد رفع آن مشکل برمی‌آیند و در قبال احساسات و زندگی دیگران نوع‌دوستی و همیاری دارند. به طور کلی آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی بصورت هیجان مدار، روشی است که تأکید اصلی آن بر کنترل هیجانات در الگوهای روابط دائمی ناسازگارانه در زوجین می‌باشد. تلاش این آموزش آشکار ساختن هیجانات آسیب‌پذیر در هر کدام از زوجین و تسهیل توانایی زوجین در ایجاد این هیجانات به شیوه‌های ایمن و محبت‌آمیز می‌باشد. از سوی دیگر رویکرد هیجان‌مدار این قابلیت را دارد که با افزایش آگاهی هیجانی، نمادگذاری هیجانی، آگاهی از عاملیت در تجربه و تغییر پردازش‌ها به فرد کمک کند تا روابط بین فردی خود را که مهمترین آنها رابطه با همسر است، تغییر دهد و کنترل بیشتری بر آن داشته‌باشد(بابایی گرمخانی و همکاران، ۱۳۹۷). براین‌اساس با توجه به اینکه در این آموزش، سعی می‌شود هیجانات مورد شناسایی قرار گرفته و به پیام های قابل درک و رفتارهای سازنده تبدیل شوند، پس به تبع آن توانایی همدلی با همسر مخصوصاً در دوران خاص بارداری که زنان در آن حساستر شده می شوند، به مرور زمان افزایش یافته و این نکته خود باعث افزایش صمیمیت و احساس امنیت بین زوجین می گردد که این نکته خود تاییدی بر یافته حاضر است.

همچنین نتایج پژوهش نشان داد، آموزش غنی سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان باعث بهبود ادراک انصاف در زوجین جوان می‌شود. این یافته با پژوهش‌های امیرخانی و فروردین (۲۰۲۱) و یوسفی و کریم‌نژاد (۲۰۱۸) همسو بود. در تبیین یافته حاضر می‌توان استنباط کرد که، آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی، حرکت برای رشد روابط زناشویی است و به تقویت رابطه از طریق ایجاد اهداف برای ازدواج می‌انجامد (جانسون، ۲۰۱۹). این رویکرد آموزشی یک نظریه روانی-آموزشی است که بر پیشگیری تاکید دارد و دربرگیرنده روش هایی مانند تقویت رابطه، برنامه پربارسازی ازدواج، برنامه کاربردی عملی مهارت های مربوط به روابط صمیمانه، برنامه پیشگیری و بهبود ارتباط زوج ها، از طریق درک عدالت و انصاف در روابط می‌باشد (لندیس و همکاران، ۲۰۱۸). درواقع زمانی که زوجین احساس کنند عدالت در روابط آنها حاکم است، هر دوی آنها در رابطه، هزینه و پاداش یکسانی دریافت می‌کنند و با رضایت خاطر بیشتری مسئولیت‌های خود را انجام خواهند داد و این احساس که همسرشان آنها را دوست دارد، باعث احساس رضایت از رابطه و کاهش تعارض و پرخاشگری می‌گردد. با توجه به اینکه یکی از اهداف این رویکرد آموزشی، شناسایی و باز شناختن هیجانات، افکار و رفتارهای زوجین درچرخه های منفی و چگونگی تاثیر آنها بریکدیگر، آموزش گونه های هیجانات و چگونگی شناسایی و درک آنها در خود و همسر است، می‌توان گفت

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

برنامه غنی سازی روابط زوجین سبب افزایش درک‌انصاف و عدالت در آنها، مخصوصاً در زمان بارداری که میزان توجه زنان به روابط با همسر کمتر می‌شود و بیشتر زوجین بر سلامت فرزند تأکید دارند، می‌شود و بر این اساس زوجین آموزش می بینند که نسبت به درک عدالت و انصاف طرف مقابل در روابط، مسئول می باشند و باید در این جهت تلاش کنند.

همچنین نتایج پژوهش نشان‌داد، آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان باعث بهبود تمایلات جنسی در زوجین جوان می‌شود. این یافته با پژوهش‌های خدامرادی و اسماعیلی (۱۳۹۸) و غزنوی و نیکنام (۱۳۹۸) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت، آموزش غنی سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان به زوجین می‌آموزد که آنها قادرند با از بین بردن چرخه‌های تعاملی منفی و جایگزین‌کردن چرخه‌های مثبت تعاملی، مسائل مهم زندگی خود را برای همسرشان افشا نمایند (اسپاراتو و همکاران، ۲۰۲۰) و همچنین در جلسات مداخله، کار بر روی سبک دلبستگی و تمرکز بر آموزش چگونگی گفتگوی جنسی با همسر، باعث افزایش صمیمیت جنسی شرکت‌کنندگان با همسرشان می گردد و اعضا می آموزند که باید به‌صورت واضح و صریح پیرامون نیازها، علائق، اولویت‌ها و خواسته‌های جنسی خود با همسرشان مذاکره نمایند. از این رو طی یک دوره مؤثر آموزش غنی سازی فرد نیازهای جنسی و نوع برخورد با آن را طی دوران بارداری که معمولاً روابط جنسی بصورت معیوب و کم در آن اتفاق می افتد را آموزش می بیند و بر این اساس است که با برخورد مطلوبی که به فرد آموزش داده می‌شود، میزان تمایلات جنسی زوجین افزایش می‌یابد.

در کل نتایج مطالعه حاضر نشان می‌دهد در دوران بارداری، جهت ارتقای همدلی عاطفی، ادراک انصاف و افزایش تمایلات جنسی در زوجین، از روش غنی سازی روابط زناشویی مبتنی بر هیجان به عنوان عاملی جهت آگاهی دادن به زوجین می‌توان استفاده نمود.

از سوی دیگر بدون شک هر پژوهشی با محدودیت‌هایی روبرو است و تحقیق حاضر نیز محدودیت‌هایی داشته است که به آنها اشاره می‌شود: محدود بودن جامعه‌ی آماری به زوجین مراجعه‌کننده به بیمارستان و مطب های خصوصی پزشکان زنان و زایمان شهر اهوز و روش نمونه گیری هدفمند، امکان تعمیم نتایج به سایر مناطق را با محدویت مواجه می‌کند. استفاده از پرسشنامه جهت جمع آوری داده‌ها، از دیگر محدودیت‌های پژوهش می‌باشد. با توجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می شود جهت تأیید مجدد روابط تعاملی متغیرها، و تعمیم نتایج به کل جامعه، پیشنهاد می‌شود این پژوهش در جامعه و نمونه‌های دیگر شهرها همراه با مرحله پیگیری و روش های نمونه گیری تصادفی انجام شود تا پشتوانه تجربی بیشتری جهت حمایت از پژوهش‌های آینده فراهم گردد. همچنین پیشنهاد می شود اثرات مثبت دیگر رویکرد هیجان مدار در زندگی زوجین مورد شناسایی قرار گیرند. همچنین پیشنهاد می‌شود جهت تعمیم‌پذیری بهتر نتایج این پژوهش روش‌های دیگر جمع آوری داده‌ها مانند مصاحبه استفاده شود. با توجه به اهمیت همدلی عاطفی، ادراک انصاف و تمایلات جنسی و نقش آن در زندگی زناشویی، پیشنهاد می‌شود در کلاس‌های آموزشی پیش از ازدواج به این مؤلفه‌ها و عوامل تأثیرگذار بر آن پرداخته شود، مدل درمانی هیجان مدار به مشاوران و متخصصانی که در زمینه‌ی خانواده مشغول به فعالیت هستند آموزش داده شود، همچنین استفاده از نتایج حاصل از این مطالعه در جهت بهبود همدلی عاطفی، ادراک انصاف، تمایلات جنسی و بسط آن به سایر حوزه‌های زندگی و استفاده از نتایج این پژوهش در مراکز مشاوره‌ی خانواده، مراکز خدمات بهداشت روانی، مراکز مداخله در بحران و دادگاه های خانواده پیشنهاد می‌گردد.

منابع

استادعباسی، س.، و صفرزاده، س. (۱۴۰۱). رابطه سلامت خانواده‌اصلی و ذهن‌آگاهی با رفتارهای فداکارانه، ادراک انصاف و تعهدزناشویی در دانشجویان زن متأهل شهر اهواز .*فصلنامه علمی- پژوهشی زن و جامعه*، ۱۳(۴۹)، ۲۸-۱۷. 10.30495/JZVJ.2021.24680.3214

بابایی گرمخانی، م.، رسولی، م.، و داورنیا، ر. (۱۳۹۷). اثر روج درمانی هیجان مدار بر کاهش استرس زناشویی زوج ها. *مجله علوم پزشکی زانکو*، ۴(۱)، ۵۶-۶۹. https://zanko.muk.ac.ir/article-1-168-fa.pdf

جلالی شاهکوه، س.، مظاهری، م.ع.،کیامنش، ع. ر.، و احدی، ح. (۱۳۹۶). *تدوین بسته آموزشی غنی سازی زندگی زناشویی براساس رویکرد هیجان مدار و بررسی اثربخشی آن بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین تازه ازدواج کرده*. چهارمین کنفرانس بین المللی نوآوری های اخیر در روان‌شناسی، مشاوره و علوم رفتاری، تهران. https://civilica.com/doc/670321/

جمعه پور، م.، و محمودی پور، م. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش برنامه غنی‌سازی زندگی زناشویی بر همدلی هیجانی متعادل و مسئولیت‌پذیری زوجین. آسیب‌شناسی، *مشاوره و غنی‌سازی خانواده*، ۴(۲)، ۲۹-۴۲. 20.1001.1.24234869.1397.4.2.4.6

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

جهاندوست دالنجان، س.، علاءالدینی، ز.، و براتی، ه. (۱۳۹۹). نقش هوش موفق و همدلی عاطفی در رضایت زناشویی با در نظر گرفتن نقش تعدیلگر سن. *فرهنگ مشاوره و روان درمانی (فرهنگ مشاوره)*، *۱۱*(۴۱). ۱۳۹-۱۵۶. 10.22054/QCCPC.2020.44144.2174

خدامرادی، م.، و اسماعیلی، ع. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش غنی سازی زندگی زناشویی بر ترس از صمیمیت و بهبود عملکرد جنسی، *فصلنامه سنجش وپژوهش در مشاوره وروانشناسی*، *۱*(۲)، ۱۰۰-۸۳. 10.52547/jarcp.1.2.85

درخشی پور، س.، و عسکریان، م. (۱۳۹۸). مقایسه اعتماد در روابط بین فردی، همدلی عاطفی و کفایت اجتماعی در بین زنان درون گرا و برون گرا در سازمان نظام مهندسی تهران،*سومین کنفرانس بین المللی نوآوری و تحقیق در علوم تربیتی، مدیریت و روانشناسی*، تهران، https://civilica.com/doc/919691

رشید، خ.، و بیات، ا. (۱۳۹۸). تبیین رابطه ی ابعاد سرمایه های روانشناختی و مؤلفه های همدلی عاطفی با میانجی گری هوش زیباشناسی. *مجله علوم روانشناختی*، *۱۸*(۷۴). ۱۷۱-۱۸۰ 20.1001.1.17357462.1398.18.74.4.1

زارعی، س.، سلیمانی، ا.، و زینالی، ش.(۱۴۰۰). مقایسه نیازهای بنیادین روان‌شناختی، اضطراب حاملگی و رضایت جنسی در زنان باردار با و بدون سابقه سقط‌جنین شهرستان جوانرود. *مجله پرستاری و مامایی*، *۱۹* (۴) :۳۳۸-۳۴۸. http://unmf.umsu.ac.ir/article-1-4082-fa.html

ستوده ناورودی، س. ا.، نیک نام، م.، و فتاحی اندبیل، ا. (۲۰۲۰). اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر پیوستگی، انطباق پذیری، صمیمیت عاطفی، و کیفیت ارتباطی والدین بعد از تولد فرزند نخست .*فصلنامه سلامت روان کودک*،*۷*(۳)،۱۳-۱. 10.52547/jcmh.7.3.2

شایان، آ.، خدابنده لو، ر.، سلطانی، ف.، اسفنده، ک.، معصومی، س.ز.، و محمدی، ی. (۱۳۹۸). ارتباط نگرش و عملکرد جنسی زنان باردار مراجعه کننده به مراکز جامع خدمات سلامت شهرستان همدان. *مجله علمی پژوهان*، *۱۸*(۲)، ۲۰-۲۹. 10.52547/psj.18.2.20

عباس پور، ذ.ا.، و قنبری، ز. (۱۳۹۷). بررسی اثر مستقیم و غیرمستقیم تبعیض جنسیتی بر رضایت زناشویی بامیانجی گری ادراک انصاف. *فصلنامه پژوهش های کاربردی روانشناختی*، *۹*(۴)، ۱۳۸-۱۲۷. 10.22059/JAPR.2019.71006

غزنوی خضرآبادی، ف.، و نیکنام، م. (۱۳۹۸). اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر سبک دلبستگی و رضایتمندی جنسی زوجین. *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند*، *۲۶*(۳)، ۲۱۳-۲۲۵. 10.32592/JBirjandUnivMedSci.2019.26.3.103

فتحی، آ.ا.، رستمی، ح.، پورفتحیه،ع.، محمدی، ش.، و خانعلیزاده، ر. (۱۳۹۹). بررسی ارتباط رضایت زناشویی و نگرانی‌های دوران بارداری. *مجله پرستاری و مامایی*، *۱۸*(۱)، ۱۱-۱۹ http://unmf.umsu.ac.ir/browse.php?a_code=A-10-2415-2&sid=1&slc_lang=fa

کاظمی، ا.، رعنائی، ف.، و مرادی، ق. (۱۳۹۹). عوامل مرتبط با رضایت زناشویی در زنان باردار شکم اول مراجعه کننده به مراکز جامع سلامت شهر سنندج در سال ۱۳۹۷. *فصلنامه پرستاری، مامایی و پیراپزشکی*،*۶*(۳) :۲۵-۳۵. http://sjnmp.muk.ac.ir/article-1-356-fa.html

مرتضایی، ن.، و رضازاده، س.م. (۱۳۹۹). نقش میانجی تعهد زناشویی در رابطه به این ادراک انصاف و رضایتمندی زناشویی. *فصلنامه پژوهش های کاربردی روان شناختی*،*۱۱*(۴)، ۲۹۲-۲۸۱. 10.22059/JAPR.2021.304979.643553

هادیان، ص.، و امینی، د. (۱۳۹۸). پیش بینی دلزدگی زناشویی بر اساس هوش عاطفی، مهارت های ارتباطی و تعارضات زناشویی زوجین متأهل دانشگاه آزاد همدان. *پژوهش‌نامه زنان*، *۱۰*(۲۷)، ۱۷۹-۲۱۱. https://womenstudy.ihcs.ac.ir/article_4033.html

یوسفی، ن.، کاوه فارسانی، ذ.ا.، شکیبا، ع.، همتی، س.، و نبوی‌حصار، ج. (۱۳۹۲). اعتباریابی پرسشنامه تمایل جنسی هالبرت (HISD). *مجله روان شناسی بالینی و شخصیت*، *۱۱*(۲)، ۱۰۷-۱۱۸. 20.1001.1.23452188.1392.11.2.12.0

Aghabeygi, B., & Khanjani-Veshki, S. (2021). Effectiveness of metacognitive-based intervention on the marital intimacy of the postpartum women. *Journal of Health System Research*, *17*(1), 22-28. 10.22122/jhsr.v17i1.1404

Amirkhani, J., & Farvardin, R. (2021). The effectiveness of enrichment training on forgiveness of spouse's infidelity in women faced with marital infidelity. *Journal of Studies and Research in Behavioral Sciences*, *3*(6), 95-105. http://ensani.ir/file/download/article/1629294065-10286-6-10.pdf

Bennik, E. C., Jeronimus, B. F., & Aan Het Rot, M. (2019). The relation between empathy and depressive symptoms in a Dutch population sample. *Journal of Affective Disorders*, *242*(2), 48-51. 10.1016/j.jad.2018.08.008

Hasson-Ohayon, I., Ben-Pazi, A., Silberg, T., Pijnenborg, G. H., & Goldzweig, G. (2019). The mediating role of parental satisfaction between marital satisfaction and perceived family burden among parents of children with psychiatric disorders. *Psychiatry research*, *271*(1), 105-110. 10.1016/j.psychres.2018.11.037

Hurlbert, D. F., & Apt, C. (1992). Motherhood and female sexuality beyond one year postpartum: A study of military wives. *Journal of Sex Education & Therapy*, *18*(2), 104–114. 10.1080/01614576.1992.11074044

Johnson, S. M. (2019). The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection. Routledge. 10.4324/9780203017999

Jones, D. E., Feinberg, M. E., Hostetler, M. L., Roettger, M. E., Paul, I. M., & Ehrenthal, D. B. (2018). Family and child outcomes 2 years after a transition to parenthood intervention. *Family Relations*, *67*(2), 270-286. 10.1111/fare.12309

Konrath, S., Meier, B. P., & Bushman, B. J. (2018). Development and validation of the single Item Trait Empathy Scale (SITES). *Journal of Research in Personality*, *73*(1), 11-22. 10.1016/j.jrp.2017.11.009

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

Kramer, K. Z., & Pak, S. (2018). Relative earnings and depressive symptoms among working parents. *Gender differences in the Effect of Relative Income on Depressive Symptoms, 78*(11-12), 744-759. 10.1007/s11199-017-0848-6

Landis, M., Peter- Wight, M., Martin, M., & Bodenman, G. (2018). Dyadic coping and marital satisfaction of order spouses in long- term marriage. *Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry, 26*(1), 39-47. 10.1024/1662-9647/a000077

Naghsh, Z., Ebrahimi, A., & Ahmadi, S. J. (2019). The effectiveness of marital relationship enhancement program on improving quality of traumatic couple's satisfaction, living in thirteen district of kabul city. *Journal of Psychological Science, 18*(82), 1111-1119. 20.1001.1.17357462.1398.18.82.3.6

Pehlivanli, E., & İkizer, G. (2020). Marriage in rural or urban areas: A survey of marital satisfaction and initial disorder plans. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, 21*(38), 361-395. 10.21550/sosbilder.593401

Perry, B. J. (2004). *The relationship between equity and marital quality among Hispanics, African American and Caucasians*. Unpublished Doctoral Dissertation, Ohio state University. http://rave.ohiolink.edu/etdc/view?acc_num=osu1078783478

Rose, A., Anderson, S., Miller, R., Marks, L., Hatch, T., & Card, N. (2019). Longitudinal Test of Forgiveness and Perceived Forgiveness as Mediators between Religiosity and Marital Satisfaction in Long-Term Marital Relationships. *The American Journal of Family Therapy, 4*(1), 1-19. 10.1080/01926187.2018.1547667

Sadeghi, S., Taheri, A., Lotfi Kashani, F., & Sharifi, N. (2021). Predicting the Safety Behavior of Health Care Staffs Based on Perceived Stress, Work-life Conflict, and Emotional Intelligence with Mediating Role of Burnout. *Journal of Health, 12*(3), 416-431. 10.52547/j.health.12.3.416

Saidi, S., Ahmadian, H., & Saffarinia, M. (2019). The model of relationship between social perspective taking and self-control with pro-social personality through mediator role emotional empathy. *Journal of Social Cognition, 8*(2), 80-90. 10.30473/sc.2019.40213.2196

Sayahi, L., & Sayahi, M. (2021). Testing the model of marital life Quality through the perception of equity and daily spiritual experiences by mediation of self differentiation in married female teachers. *Journal of Woman and Culture, 13*(49), 95-107. DOR: 20.1001.1.20088426.1400.13.49.7.7

Spataro, P., Calabrò, M., & Longobardi, E. (2020). Prosocial behaviour mediates the relation between empathy and aggression in primary school children. *European Journal of Developmental Psychology, 17*(5), 727–745. 10.1080/17405629.2020.1731467

Wittenborn, A. K., Liu, T., Ridenour, T. A., Lachmar, E. M., Mitchell, E. A., & Seedall, R. B. (2019). Randomized controlled trial of emotionally focused couple therapy compared to treatment as usual for depression: Outcomes and mechanisms of change. *Journal of marital and family therapy, 45*(3), 395-409. 10.1111/jmft.12350

Yousefi, Z., & Karimnezhad, R. (2018). The effectiveness of spouse treating based compassion training on improving family relations, marital conflicts, forgiveness and intimacy among Deaf and Semi-Deaf Couples. *Journal of Woman and Family Studies*, 6(2), 199-223. 10.22051/jwfs.2017.15408.1452

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-31]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.1.7.1]