

## آموزش مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر رضایت زناشویی زوجین متقاضی طلاق

مقاله پژوهشی

رقیه کشاورز هدایتی<sup>۱\*</sup>، محمدرضا کشاورزی<sup>۲</sup>، عبدالله شفیعی آبادی<sup>۳</sup>

**مقدمه:** امروزه افراد بسیاری در شبکه‌های اجتماعی مجازی جذب شده‌اند و این نفوذ و گستردگی، شبکه‌های اجتماعی مجازی را به بخشی از زندگی روزمره افراد تبدیل کرده لذا این پژوهش با هدف پژوهش حاضر تعیین آموزش مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر رضایت زناشویی انجام گرفت.

**روش پژوهش:** پژوهش حاضر یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را زوجین شاغل در ادارات دولتی منطقه ۱۲ شهر تهران در سه ماهه اول سال ۱۳۹۵ تشکیل دادند. روش نمونه‌گیری به شیوه در دسترس بود؛ به این صورت از بین زوجین متقاضی طلاق که به دادگاه مفتوح شهر تهران مراجعه کردند ۱۶ زوج به صورت تصادفی در دو گروه شامل ۸ زوج در گروه آزمایش و ۸ زوج در گروه کنترل قرار گرفتند. جهت گردآوری داده‌های پیش آزمون و پس آزمون ابزار پژوهش شامل مقیاس زناشویی انریچ (۱۹۸۳) بود. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی را دریافت کردند. برای تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها از تحلیل کوواریانس استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج پژوهش حاضر نشان داد آموزش مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر افزایش میزان رضایت زناشویی در افراد گروه آزمایش مؤثر بوده است.

**نتیجه‌گیری:** مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی، از طریق افزایش خودآگاهی هر یک از زوجین، باعث آگاهی به نیازها، توقعات و امیال شخصی می‌شود؛ این آگاهی به نوبه خود، و از طریق مهارت‌های ارتباطی، به همسر ابراز شده و باعث درک متقابل می‌گردد که این روند، باعث افزایش رضایت زناشویی می‌شود.

**کلیدواژه:** ازدواج، رضایت، زناشویی، شبکه‌های اجتماعی

تاریخ پذیرش نهایی: ۱۳۹۹/۱۱/۱۲

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۷/۱۴

**استناد:** رقیه کشاورز هدایتی، محمدرضا کشاورزی، عبدالله شفیعی آبادی. آم وزش مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر رضایت زناشویی زوجین متقاضی طلاق، خانواده و بهداشت، ۱۳۹۹؛ ۱۰(۴):۶۵-۵۵

<sup>۱</sup> . نویسنده مسئول، کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی، گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

ORCID: 0000000314024380

<sup>۲</sup> . استادیار گروه مشاوره، واحد الکترونیک، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران، mohammadrezakeshavarzi@gmail.com

<sup>۳</sup> . استاد گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران، ashfiabadi@yahoo.com، ORCID: 0000000178327474

© حقوق برای مؤلف (آن) محفوظ است. این مقاله با دسترسی آزاد در خانواده و بهداشت تحت مجوز کرییتو کامنز (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) منتشر شده که طبق مفاد آن هرگونه استفاده غیر تجاری تنها در صورتی

مجاز است که به اثر اصلی به نحو مقتضی استناد و ارجاع داده شده باشد

خانواده، یکی از نهاد‌های مهم در جوامع به‌خصوص در جامعه ایران محسوب می‌شود که اگر از عملکرد مناسبی برخوردار باشد، اعضای خانواده نیز از سلامت و بهزیستی برخوردار خواهند بود. نهاد خانواده به زیرمجموعه‌هایی تقسیم می‌شود که اصلی‌ترین آن، نظام زناشویی است که نقطه وصل آن، پیمان ازدواج است (۱). خانواده سنگ بنای بزرگ جامعه بشری به شمار می‌رود که در پایداری روابط اجتماعی و رشد هر یک از اعضای آن، دارای نقش اساسی است (۲). ازدواج به عنوان مهم‌ترین و عالی‌ترین رسم اجتماعی برای دستیابی به نیازهای عاطفی افراد، همواره تأیید شده است (۳). ازدواج یکی از مهم‌ترین رسوم اجتماعی است که طی تصمیمات مهم و احساسی که افراد اتخاذ می‌کنند نسبت به حقوق یکدیگر متعهد می‌شوند به طوری که نیازهای عاطفی و ایمنی یکدیگر را برآورده سازند، چنان‌که تعهد به عنوان یک مفهوم حائز اهمیت موضوع بسیاری از پژوهش‌ها بوده است (۴). لازمه تقویت زندگی خانوادگی، ثبات و دوام آن و نوع نگرش و طرز تعامل زوج‌ها با یکدیگر است و مطالعه روابط زوج‌ها به روشن شدن چهارچوب‌های ساختاری که رابطه زوج‌ها در آن شکل می‌گیرد کمک می‌کند (۵). در بیش‌تر جوامع، بررسی کیفیت روابط زناشویی نقش اساسی در ارزیابی کیفیت کلی ارتباط‌های خانوادگی دارد. از این‌رو، کیفیت روابط زناشویی مفهومی چندبعدی است که شامل ابعاد گوناگون ارتباط‌های زوجی، مانند سازگاری، رضایت، شادمانی و انسجام می‌شود (۶). زوج‌هایی که با یکدیگر سازگار و موافق‌اند از زندگی زناشویی خود نسبتاً رضایت دارند، از ویژگی‌های شخصیتی شریک زندگی خود نیز ابراز رضایت می‌کنند، از مصاحبت با خانواده خود لذت می‌برند، به‌همراه یکدیگر به حل مشکلات زندگی می‌پردازند و درنهایت از زندگی زناشویی و جنسی خود رضایت‌مندند. انتظار می‌رود ازدواج سازگار برای مدت زمان طولانی دوام آورد و برای هر دو زوج رضایت‌بخش باشد (۷).

ازدواج یک رابطه مبتنی بر شکیبایی بین یک زن و مرد بالغ به عنوان دو فرد منحصر به فرد است، لذا روابط بین این دو، نقش کلیدی در ابعاد مختلف زندگی آن‌ها داشته، بر شیوه زندگی آن‌ها تأثیرگذار بوده و مبنای رضایت زناشویی زوجین قرار می‌گیرد (۸). رضامندی زناشویی که مهم‌ترین و اساسی‌ترین عامل پایداری و دوام زندگی مشترک است، عبارت است از وجود یک رابطه دوستانه همراه با حسن تفاهم و درک یکدیگر و وجود یک تعادل منطقی بین نیازهای مادی و معنوی زوجین (۹).

از منظر بین‌فردی، نیازهای بین‌فردی ارضا نشده به ویژه در روابط زوجین بر استفاده بیش از حد از اینترنت اثرگذار است (۱۰) و به نظر می‌رسد استفاده بیش از حد هر یک از زوجین از شبکه‌های اجتماعی هر یک زوجین، موجب دور شدن آن‌ها از یکدیگر و کاهش رضایت زناشویی می‌شود (۱۱). یافته‌های پژوهش رجایی و حیدری (۱۲) بیان‌گر رابطه بین اعتیاد به اینترنت با رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل زن و مرد بود. این پژوهش‌گران نتیجه گرفتند لازم است که افراد میزان استفاده خود از اینترنت را مدیریت نموده تا به‌واسطه استفاده خارج از میزان به‌هنگار، دچار اعتیاد به اینترنت نگردیده تا از این رهگذر رضایت زناشویی آنان نیز تحت تأثیر منفی قرار نگیرد.

امروزه با استفاده از اینترنت، بهره‌گیری اطلاعات زیاد در کمترین زمان و برقراری ارتباط گفتاری، نوشتاری و دیداری با هزینه‌ای نسبتاً کم امکان‌پذیر شده است. افراد بسیاری در شبکه‌های اجتماعی مجازی جذب شده‌اند و این نفوذ و گستردگی، شبکه‌های اجتماعی مجازی را به بخشی از زندگی روزمره افراد تبدیل کرده است؛ حتی اگر این عضویت به معنی فعال بودن این کاربران نباشد، دگرگونی در تعاملات و زندگی آن‌ها را موجب می‌شود. عصر جدید، عصر ارتباطات انسانی است و ابعاد گوناگونی را دربرمی‌گیرد (۱۳). کاهش محدودیت‌های زمانی و مکانی عصر حاضر، نسبت به زمان‌های پیشین، گویای ورود بشر به عصر جدیدی از ارتباطات است که «ابرایانه‌ها»، ایفاگران اساسی‌ترین نقش در آن هستند. بیرون رفتن بشر از ارتباطات چهره به

چهره و ورود به نوع جدیدی از ارتباطات الکترونیکی فوری به حدی در زندگی بشر مهم و تأثیرگذار بوده است (۱۴). با گذر زمان هر نسلی بیش تر با اینترنت آشنا می شود و بیش تر بر آن متکی خواهد بود (۱۵). از بین تمام نهادهای اجتماعی که فرد را برای قبول اقتدار (حکومتی) آماده می کند، در مقام اول خانواده قرار دارد؛ زیرا خانواده یکی از مهم ترین قدرت های تربیتی است که از بازتولید و شخصیت انسان ها مراقبت می کند و این عمل را همان طور انجام می دهد که زندگی اجتماعی آن را درخواست می کند. افراد با خانواده، قابلیت قول رفتارهای اقتداری - که موجودیت جامعه بورژوازی به آن وابسته است - را کسب می کنند. به عبارت دیگر، او معتقد است خانواده، روابط اقتداری را به افراد می آموزد و تنها مکانی است که افراد آن مشکلات خود را به راحتی بیان می کنند. «مکانی که روابط افراد براساس قوانین بازار تنظیم نشده است و افراد، یکدیگر را رقیب در نظر نمی گیرند و این امکان را دارند که «به عنوان کارکرد نباشند؛ بلکه انسان مؤثری باشند». خانواده، اساسی ترین و نخستین نهاد اجتماعی است که پیوند عاطفی بین اعضای خود را با گفتگو و برقراری ارتباط و تعامل کلامی حفظ می کند و مهم ترین کارکرد خود را انجام می دهد که انتقال ارزش ها و اجتماعی نمودن فرزندان است. فضای مجازی، دنیاهایی را به تصویر می کشد که از تخیلات علمی برخاسته اند؛ با این حال برای بسیاری از مردم فضای مجازی بخشی از زندگی روزمره شده است (۱۳).

به نظر می رسد کاهش رضایت زناشویی افراد را به سمت استفاده مخرب از اینترنت به عنوان راهی برای فرار از تنهایی و مواجهه با هیجان های منفی خود سوق می دهد. زمانی که این افراد هیجان های منفی را تجربه می کنند به عنوان راهبرد مقابله ای به اینترنت روی می آورند که در دراز مدت نه تنها مفید واقع نمی شود بلکه شکل اعتیادی و رفتاری مخرب به خود می گیرد و این احتمال وجود دارد که زوجین را در دوری باطل گرفتار سازد که با عواقب منفی بیشتری همراه باشد، که این امر بر لزوم طراحی مداخلات مناسب در این زمینه می افزاید؛ همچنانکه هدف پژوهش حاضر آزمون اثربخشی آموزش مهارت های استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی بر رضایت زناشویی بود.

### روش پژوهش:

پژوهش حاضر یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را زوجین شاغل در ادارات دولتی منطقه ۱۲ شهر تهران در سه ماهه اول سال ۱۳۹۵ تشکیل دادند. روش نمونه گیری به شیوه در دسترس بود؛ به این صورت از بین زوجین متقاضی طلاق که به دادگاه مفتوح شهر تهران مراجعه کردند، ۱۶ زوج براساس پیشنهاد ون وورهایس و مورگان (۱۶) برای حجم نمونه و ملاک های ورود به پژوهش شامل سن ۲۵ تا ۴۵ سال، داشتن سواد حداقل خواندن و نوشتن برای تکمیل پرسشنامه و داشتن حداقل دو سال زندگی مشترک انتخاب شدند؛ بدین صورت که ابتدا در شهرداری منطقه ۱۲ فراخوانی اعلام گردید که قصد انجام چنین پژوهشی وجود دارد. سپس از میان زوجین شاغل شهرداری منطقه ۱۲ که تمایل داشتند در این پژوهش شرکت نمایند تعداد ۱۶ زوج انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه شامل ۸ زوج در گروه آزمایش و ۸ زوج در گروه کنترل قرار گرفتند. ابزارهای پژوهش در این مطالعه عبارتند از:

مقیاس رضایت زناشویی انریچ<sup>۴</sup>. مقیاس زناشویی انریچ که توسط اولسون، فورنیر و دروچمن<sup>۵</sup> ۱۹۸۳ ساخته شده شامل ۴۷ گویه است که ۹ خرده مقیاس موضوعات شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت های اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و فرزندان، اقوام و دوستان و جهت گیری مذهبی را در یک طیف لیکرت ۵ درجه ای از کاملاً موافقم = ۵ تا کاملاً مخالفم = ۱ مورد ارزیابی قرار می دهد (۱۷). فوورس و اولسون (۱۷) برای این ابزار ضرایب آلفای کرونباخ را در دامنه ای از

4. ENRICH Marital Satisfaction Scale

5. Olson, Fournier & Druckman

۰/۷۱ تا ۰/۸۶ و توانایی این آزمون را در تمایز زوجین رضایت‌مند و نارضايت‌مند به‌عنوان شاخصی از روایی واگرایی این ابزار گزارش کردند.

**طرح مداخله.** اعضای گروه آزمایش، در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، هفته‌ای یک بار، به صورت گروهی با رویکرد مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی شرکت داده شدند. به اعضای گروه کنترل هیچ‌گونه آموزشی ارائه نشد. در انتهای جلسات آموزشی، پس آزمون روی این گروه اجرا شد. (شرح جلسات مشاوره گروهی در جدول زیر آمده است):

### جدول ۱. شرح جلسات آموزش استفاده از شبکه‌های مجازی

جلسه اول	دستور جلسه: معارفه و ایجاد رابطه حسنه، معرفی خود به عنوان مدرس، معرفی اعضا، بیان قواعد گروهی، اهداف و معرفی کارگاه آموزشی، گرفتن تعهد شفاهی از شرکت‌کنندگان جهت حضور در جلسات، بررسی ضرورت آموختن مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی و تأثیر آن بر روی زندگی زناشویی، اجرای پیش آزمون.
جلسه دوم	موضوع: آموزش استفاده‌های صحیح از شبکه‌های اجتماعی دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش مهارت جستجوی اطلاعات مفید در شبکه‌های اجتماعی، خلاصه بحث، ارائه بازخورد، تعیین تکلیف.
جلسه سوم	موضوع: آموزش استفاده از شبکه‌های اجتماعی برای بهینه‌سازی روابط با همسر. دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش نحوه استفاده از شبکه‌های اجتماعی برای ارتباط مناسب با همسر، خلاصه بحث، ارائه بازخورد، تعیین تکلیف.
جلسه چهارم	موضوع: آموزش اعتمادسازی در شبکه‌های اجتماعی مجازی. دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش اعتمادسازی در شبکه‌های اجتماعی مجازی و تأثیر در روابط وزندگی زناشویی، خلاصه بحث، ارائه بازخورد، تعیین تکلیف.
جلسه پنجم	موضوع: آموزش مواجهه با افراد ناشناس در شبکه‌های اجتماعی مجازی. دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش نحوه مواجهه با افراد ناشناس و بررسی دیدگاه‌های همسر پیرامون تصاویر و مطالب منتشره در شبکه‌های اجتماعی مجازی و آشنایی با اثرات مثبت این مهارت در سازگاری زندگی زناشویی، خلاصه بحث، ارائه بازخورد، تعیین تکلیف.
جلسه ششم	موضوع: شناخت نقاط ضعف و قوت و آشنایی با بخش‌های مختلف شبکه‌های اجتماعی. دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش شناخت نقاط ضعف و قوت و آشنایی با بخش‌های مختلف شبکه‌های اجتماعی، تمرکز بر توانمندی‌ها و محدود تلقی کردن ناتوانی‌ها و تأثیر آن بر روی رضایت و سازگاری زناشویی و روابط زوجین، خلاصه بحث، ارائه بازخورد، تعیین تکلیف.
جلسه هفتم	موضوع: آموزش شناخت افکار و احساسات. دستور جلسه: مروری بر مطالب جلسه قبل، آموزش نحوه برزو احساسات و عواطف با همسر در شبکه‌هایی اجتماعی مجازی، بیان فواید شناخت افکار و احساسات و نقش پراهمیت این مهارت بر روابط زندگی زناشویی، خلاصه بحث، ارائه بازخورد، تعیین تکلیف.

موضوع: جمع‌بندی جلسات قبلی.  
 دستور جلسه: بیان خلاصه مباحث جلسات قبلی، تقدیر از شرکت‌کنندگان، دریافت بازخورد برای کارهای آتی، برگزاری پس‌آزمون.

شرکت‌کننده‌ها به صورت شفاهی رضایت خود را اعلام داشتند و جهت اعلام رضایت کتبی فرم رضایت آگاهانه پیش از ورود شرکت‌کننده‌ها به پژوهش به آن‌ها ارائه شد. برای تحلیل داده‌ها از روش آماری تحلیل کوواریانس، آزمون‌های آماری شاپیرو-ویلک، لون و ام‌باکس و آزمون تعقیبی بن‌فرونی و نرم‌افزار SPSS و سطح معناداری ۰/۰۵ و ۰/۰۱ استفاده شده است.

#### یافته‌ها:

میانگین و انحراف معیار سن شرکت‌کنندگان گروه آموزش برابر با  $40/31 \pm 8/36$  و گروه گواه برابر با  $43/47 \pm 8/54$  بود؛ مقایسه میانگین‌های دو گروه با استفاده از آزمون مقایسه گروه‌های مستقل نشان داد که بین میانگین سن دو گروه تفاوت معناداری وجود نداشت.

#### جدول ۲. آماره‌های توصیفی میانگین و انحراف استاندارد رضایت زناشویی

**Table2. Descriptive statistics of mean and standard deviation of marital satisfaction**

رضایت زناشویی		قبل از آموزش		بعد از آموزش	
	میانگین	انحراف	میانگین	انحراف	استاندارد
گروه گواه	۹/۶۳	۲/۸۷	۱۰/۷۳	۲/۶۴	استاندارد
گروه آزمایش	۹/۶۷	۳/۷۳	۱۴/۷۰	۲/۷۹	استاندارد

جدول ۲ نشان می‌دهد میانگین رضایت زناشویی پیش از آموزش به‌طور میانگین ۹/۶۷ و پس از آموزش برابر ۱۴/۷۰ بود و در گروه گواه این میانگین پیش از آموزش برابر ۹/۶۳ و پس از آن برابر ۱۰/۷۳ بود.

#### جدول ۳. آزمون واریانس گروه‌ها با استفاده از آزمون لوین و یکسان بودن شیب خط رگرسیونی گروه‌ها

**Table3. Group variance test using Levin test and uniformity of group regression line slope**

متغیر	مورد	آزمون یکسان	آزمون یکسان
بررسی	بودن	بودن	بودن
	واریانس	شیب خط	رگرسیونی در
	گروه‌ها	گروه‌ها	گروه‌ها
P-value	F	P-value	F
۰/۰۶۳	۳/۶۰۲	۰/۸۸۸	۰/۰۲۰
رضایت زناشویی			

جدول ۳ نشان می‌دهد پیش فرض یکسانی واریانس گروه‌ها و یکسانی شیب خط رگرسیون برای متغیر رضایت زناشویی برقرار بود. در ادامه در جدول زیر نتایج تحلیل کوواریانس در بررسی اثر آموزش مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر میزان رضایت زناشویی بررسی شده است. در این تحلیل، متغیر رضایت زناشویی قبل از آزمون به عنوان کووریت وارد مدل شده تا اثر آن کنترل شود و متغیر آموزش به عنوان متغیر مستقل و اثر گذار وارد مدل شده و متغیر رضایت زناشویی پس از آموزش به عنوان متغیر وابسته وارد مدل شده است. که نتایج به صورت زیر است:

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس در بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر رضایت زناشویی

**Table 4. Results of analysis of covariance in investigating the effect of virtual social networking skills training on marital satisfaction**

متغیر	میانگین مجدورات	F	سطح معناداری	Eta squared	توان	اتا
رضایت زناشویی	۱۵/۲۹۶	۲/۱۱۲	۰/۱۵۲	۰/۰۳۶	۰/۲۹۸	۰/۱۵۴
آموزش	۵۴۶/۹۳۴	۷۵/۵۰۸	<۰/۰۰۰۱	۰/۵۷۰	۱/۰۰۰	-۶/۰۳۸

جدول ۴ نشان می‌دهد اثر آموزش بر رضایت زناشویی درسته ۰/۰۱ معنادار بود؛ بنابراین آموزش مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر میزان رضایت زناشویی اثربخش بوده است. با توجه به مقدار بتا چنین نتیجه‌گیری می‌شود که به‌طور میانگین رضایت زناشویی گروه آزمایش ۶/۰۳۸ واحد بیشتر از گروه گواه بوده است.

#### بحث و نتیجه‌گیری:

نتایج پژوهش حاضر نشان داد آموزش مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر افزایش میزان رضایت زناشویی در افراد گروه آزمایش مؤثر بوده است.

رسانه‌های نوین به ویژه اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی عرصه‌هایی تازه در مقابل انسان عصر حاضر گشوده است. تعاملی بودن این شبکه‌های مجازی و اینترنت و قابلیت‌های آن‌ها، این امکان را فراهم آورده که انسان‌ها بتوانند از طریق صفحه کلید با یکدیگر ارتباط پیدا کنند و در فضایی مجازی انواع هویت‌های مجازی را جعل کنند و با این شیوه فضای اینترنت به فضای تعامل میان هویت‌های مجازی تبدیل گردد، در فضای مجازی شبکه‌های اجتماعی اینترنتی، تعاریف فلسفی از هویت، «من» و «خود» تغییر می‌کند. هویت که در فضای مجازی عبارت از مولفه‌هایی متغیر در فضایی متغیر است؛ گاه بیان‌گر آرمان‌های فرد است و گاه جنبه‌های مخفی شخصیت فردی او را می‌نمایاند که در اجتماع زیر نقابی که بر صورت دارد قادر به بیان آن‌ها نیست. از سوی دیگر در عالم واقع یک فرد با یک هویت با طرف مقابل ارتباط برقرار می‌کند اما اینترنت به او این امکان را می‌دهد که بتواند در یک لحظه چند هویت مختلف و گاه متضاد داشته باشد، بنابراین رسانه‌های نوین برای انسان امروزی فضاهایی مجازی پدید آورده‌اند. تعریف و برداشت انسان در عصر حاضر از زمان و مکان دگرگون شده و از این رو در این فضاهای مجازی هویت مجازی یا به عبارت دیگر «من اینترنتی» پدید آمده است (۱۸).

با آمدن شبکه‌های سایبری، شکل جدیدی از زندگی در فضای مجازی شکل گرفت تأثیر غیرقابل انکاری بر روابط اجتماعی افراد برجای گذاشت. این شبکه‌ها یکی از پرتعدادترین رسانه‌ها هستند که مخاطبان بسیاری به خصوص از قشر جوان دارند. ویژگی‌های تعاملی و ایجاد بستر برای ایجاد روابط اجتماعی از دلایل مورد استقبال واقع شدن شبکه‌های سایبری است. افراد در فضای سایبری می‌توانند هویتی کاملاً دلخواه داشته باشند و بر پایه همان هویت دلخواه، ارتباط مجازی خود را با دیگران گسترش دهند. امروزه تغییرات فرهنگی موجب شده که مردم ترجیح دهند در عین تنهایی، ارتباطات گسترده‌ای هم با جهان پیرامون خود داشته باشند که شبکه‌های اجتماعی این خواسته را فراهم کرده است. ویژگی‌های ارتباطات الکترونیکی در فضای سایبری شرایطی متفاوت با روابط رو در رو را برای کاربران فراهم کرده است. تعاملاتی که در این فضا اتفاق می‌افتد، کاربران را با ذهنیت و گرایش جدیدی مواجه کرده و می‌تواند رفتار و تعاملات آن‌ها را در دنیای حقیقی تغییراتی هر چند جزئی بدهد. فضاهای سایبری می‌تواند انگیزه بیشتری را برای کاربران در بازی با هویت، رفتارهای آزمایشی و ارائه تصویری غیر واقعی فراهم سازد. چنین فضایی در عین داشتن تهدیدها و محدودیت‌ها، فرصت‌ها و قابلیت‌های زیادی را به همراه دارد (۱۹).

شبکه‌های اجتماعی مجازی محیط مساعدی را برای مشارکت افراد در جامعه مجازی، برقراری روابط نمادین و کشف مجدد خود و باز تعریف هویت‌های دینی، اجتماعی، سیاسی و ... فارغ از محدودیت‌ها و عوامل سرکوب‌کننده از طریق تعاملات مجازی و نمادین فراهم می‌کنند (۲۰). امروزه فضاهای شبکه‌های مجازی تعاملات متفاوتی با شکل سنتی میان افراد برقرار ساخته است که این امر تأثیر غیرقابل انکاری بر روابط اجتماعی افراد به جای گذاشته است لذا افراد فارغ از الزاماتی چون جنسیت، طبقه، قوم، نژاد و مکان با یکدیگر ارتباط برقرار کرده و بر این اساس هویت‌های جدیدی از خود نشان می‌دهند لذا در این فضا انسجام، انطباق و پذیرش اجتماعی کاربران کاهش یافته و افراد بعد از مدت زمانی احساس بیگانگی با خود و جامعه‌ای که در آن عضو است را احساس می‌کند همچنین در فضای مجازی افراد بیشتر دنباله رو اعضای دیگر بوده و سعی دارند به نوعی خود را با الگوها و معیارهای افراد جامعه مجازی سازگار کنند لذا شکوفایی اجتماعی و خلاقیت‌های فردی آن‌ها کاهش یافته و به مرور زمان به افرادی فاقد خلاقیت و مقلد ارزش‌ها و علائق دیگران تبدیل می‌شوند. همان‌طور که بیان شد شبکه‌های اجتماعی مجازی از جمله فیس‌بوک از ابعاد مختلف بر جامعه خانواده و فرد تأثیر می‌گذارد (۲۱).

دوفضایی شدن خانواده، مهم‌ترین تغییر به دنبال ظهور هم‌زمان ارتباطات و شکل‌گیری جهان مجازی است. این تغییر بنیادین فرد را به صورت نامرئی در ارتباط با جهان دیگری قرار می‌دهد و حوزه خارج از خانه را در خانواده گسترده می‌کند. در این روند سه تغییر مهم ارتباطی به وجود می‌آید: الف) تغییر در فضای تعامل و ارتباطات اجتماعی با خارج از خانه: در گذشته، ارتباط با خارج از خانه و پیوندهای ارتباط اجتماعی حضوری بود؛ اما ظهور جهان مجازی و قدرتمند شدن این جهان، اعضای خانواده را در خانه با فضاهای متنوع و زیادی مرتبط کرده است؛ ب) تغییر در امکان دسترسی به خارج از خانه: امکان دسترسی به محیط‌های فراوان خارج از خانه، به صورت لحظه‌ای و هم‌زمان خواهد بود. زمان انتقال در فضای مجازی به سرعت نور نزدیک می‌شود و در برنامه اینترنت، سرعتی معادل صد مگابایت امکان پذیر می‌شود؛ بنابراین، فرد در یک دقیقه به چند فضای متفاوت اخلاقی و ارزشی منتقل می‌شود؛ ج) تغییر در خودیابی فردی: این سؤال مطرح است که وقتی فردی فقط در محیط خانواده زندگی می‌کند و هیچ پیوند متفاوتی با خارج از خانه از راه فضای مجازی برقرار نمی‌کند، چه تلقی از خود دارد و هویت خود را چگونه می‌یابد. فرد در این روند چقدر خود را عضو خانواده می‌یابد و چقدر منابع مجازی خارج از خانه بر حس فردی و خانوادگی او تأثیر می‌گذارد. عاملی معتقد است در فضای جدید اساساً با فرد متفاوتی مواجه هستیم و در روش‌های تعامل پدر و مادر با فرزندان تغییر ایجاد می‌شود. در خانواده سنتی، هویت مستقل فرد از خانواده کمرنگ بود؛ اما در فضای دوجوانی شده جدید، گسترش پیوندها و ارتباطات فردی، حوزه مستقل فرد در درون خانواده را تقویت کرده است (۲۲).

با ورود تکنولوژی و وسایل ارتباط جمعی در خانواده‌ها ارزش‌های اجتماعی خانواده‌ها تحت تاثیر قرار گرفته و موجب شده است تا جامعه شاهد تغییراتی در رفتار و گفتمان نسل جوان باشد از جمله این وسایل دسترسی آسان به شبکه‌های مجازی است این شبکه‌ها علاوه بر نقاط قوت دارای نقاط ضعفی هم هست. وسایل ارتباط جمعی فواصل را ناپدید می‌سازند. هم‌چنان که جدایی بین انسان‌ها را نیز تا حدود زیادی شفاف‌تر می‌سازند. تاثیر شبکه‌های اجتماعی، باعث شکل‌گیری مفاهیمی هم‌چون صمیمیت و اعتماد در فضای سایبر شده است. از طرفی برخی از اطلاعات ارائه شده توسط کاربران می‌تواند منجر به کاهش پای‌بندی به مباحث اخلاقی باشد که این امور نیز بردوام و استحکام روابط جوانان می‌تواند اثرگذار باشد. هر چه کاربر اینترنتی احساس کند که در محیط اینترنت بیشتر مورد پذیرش واقع می‌شود احتمالاً باعث خواهد شد که بر ارزش‌های خانواده مؤثر واقع شود و هم‌چنین هر چه کاربران بیشتر وارد بحث و مناظره گروهی شوند احتمالاً باعث مطرح کردن موضوعات خود با محیط‌های تعاملی اینترنت می‌شوند و کمتر مسائل خود را با خانواده مطرح می‌کنند و باعث کم اهمیت شدن ارزش‌های خانواده نزد فرد می‌شود (۲۳).

دوفضایی‌شدن، پیامدهای ماندگاری بر ارزش‌های اخلاقی و خانواده دارد. پیامدهای منفی این فضا بر ارزش‌های اخلاقی در قلمروهایی مانند تغییرات شناختی درباره زندگی، کاهش واقعیت‌گرایی و گسترش ارزش‌های مجازی مشاهده می‌شود. در حقیقت، فضای مجازی واقعیت‌های جدیدی وارد زندگی می‌کند که به آن‌ها واقعیت‌های مجازی می‌گویند و اعضای خانواده پیوند داده شده با واقعیت‌های مجازی، تعاملاتی کاملاً متفاوت دارند با اعضای که صرفاً در فضای واقعی زیست می‌کنند. ظهور ارزش‌ها، خواسته‌ها و انتظارات جدید از مسیر واقعیت‌های رسانه‌ای و مجازی به خانواده منتقل می‌شوند (۲۲).

با این فرض، رفتار هنجاری، تحکمی و احساس جهت‌دهی متعین در خانواده، منشأ بروز تضادهای درون‌خانوادگی می‌شود؛ یعنی فرد جدید نیازمند تعامل تفاهمی است. تعامل در درون خانواده در فرایند ایجاد انتخاب جایگزین یا توسعه انتخاب اعضای خانواده دیده می‌شود. با این نگاه باید از تعیین انتخاب قطعی پرهیز کرد و احترام به ارزش‌های فردی اعضای خانواده، مبنای تعاملی خانوادگی قرار گیرد. استمرار داشتن یا نداشتن ارزش‌ها در درون خانواده به پذیرش ارزشمند معانی اخلاقی برای فرد بستگی دارد. درواقع استمرار ارزش در فضای جدید، آگاهی‌مدار است و تابع هنجارهای عمومی جامعه و خانواده نیست (۱۳).

به نظر می‌رسد احساس رضایت، نیازی است که تقریباً تمامی فعالیت‌های فردی معطوف به آن است. بنابراین آموزش مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی این زنان کمک می‌کند که در جریان زندگی مشترک خود احساس کنند می‌توانند در موقعیت‌های مختلف سازگاران عمل کنند و بنابراین احساس رضایت‌مندی زناشویی از زندگی مشترک داشته باشند. رضایت زناشویی یعنی احساسات عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن یا شوهر، موقعی که همه جنبه‌های ازدواجشان را در نظر می‌گیرند. رضایت زناشویی از انطباق بین وضعیتی که مورد انتظار است و وضعیت موجود فرد در روابط زناشویی حاصل می‌شود و در واقع نگرش مثبت و لذت‌بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی خود دارند. رضایت زناشویی، سازه‌ای است که مؤلفه‌هایی در آن حضور دارند و هر یک، نقش عمده‌ای را در افزایش و یا کاهش میزان کلی رضایت زناشویی ایفا می‌کند.

مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی، از طریق افزایش خودآگاهی هر یک از زوجین، باعث آگاهی به نیازها، توقعات و امیال شخصی می‌شود؛ این آگاهی به نوبه خود، و از طریق مهارت‌های ارتباطی، به همسر ابراز شده و باعث درک متقابل می‌گردد که این روند، باعث افزایش رضایت زناشویی می‌شود. آگاه شدن به نحوه استفاده از شبکه‌های اجتماعی، توانایی شناخت خود، نقاط ضعف و قوت، خواسته‌ها، ترس‌ها و انزجارها است. با بالا بردن مهارت خودآگاهی، افراد احساسات



خود را شناسایی می‌کنند و از آن‌ها آگاه شده و این احساسات را کنترل می‌کنند، از نقاط ضعف و نقاط قوت خود آگاه می‌شوند و با تکیه بر نقاط قوت، نقاط ضعف خود را کاهش می‌دهند. نوع خودآگاهی پیش بینی کننده احساس رضایت فرد از خودش و زندگی است. به نظر می‌رسد احساس رضایت، نیازی است که تقریباً تمامی فعالیت‌های فردی معطوف به آن است. زنانی که در جریان زندگی مشترک خود با شوهرشان از روند کلی زندگی ناراضی داشته باشند و احساس کنند که نمی‌توانند در موقعیت‌های مختلف سازگاران عمل کنند هیچ‌گونه احساس برآورده شدن تمایلات خود را ندارند و بنابراین احساس خوشایندی را که لازم است از زندگی مشترک داشته باشند، ندارند که همین احساس راضی نبودن از خود، نشانه‌ای است که به فرد هشدار می‌دهد که نیازمند تغییر است. اصلی‌ترین و اساسی‌ترین بخش این تغییر، به کاربر روی خودآگاهی فرد نسبت به فضای مجازی شکل می‌گیرد. آگاهی از شبکه‌های اجتماعی، توانایی شناخت خود، نقاط ضعف و قوت، خواسته‌ها، ترس‌ها و انزجارها است. با بالا بردن مهارت استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی، افراد احساسات خود را شناسایی می‌کنند و از آن‌ها آگاه شده و این احساسات را کنترل می‌کنند، و با تکیه بر نقاط قوت، نقاط ضعف خود را کاهش می‌دهند.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به محدودیت زمانی پژوهشگر در انجام دوره پیگیری اشاره کرد؛ بدین ترتیب پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی با انجام دوره‌های پیگیری ماندگار اثر مداخله نیز بررسی شود.

### کاربرد پژوهش

نوع مهارت‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی پیش بینی کننده احساس رضایت فرد از خودش و زندگی است و با آموزش مهارت‌های استفاده از شبکه‌های مجازی می‌توان از آسیب‌های احتمالی ناشویی جلوگیری به عمل آورد.

### ملاحظات اخلاقی

بعد از کسب رضایت آگاهانه شرکت‌کننده‌ها و اطمینان‌دهی به آن‌ها در خصوص محرمانه ماندن اطلاعات پژوهش به جهت رعایت ملاحظات اخلاقی شرکت‌کنندگان وارد پژوهش شدند.

### تضاد منافع

نویسندگان بدین صورت عدم تضاد منافع را اعلام می‌دارند.

### سپاسگذاری

از تمامی زوجین شرکت کننده در پژوهش حاضر و همچنین مسئولین محترم کمال تشکر را داریم.

### منابع:

1. Gonczarowski YA, Nisan N, Ostrovsky R, Rosenbaum W. A stable marriage requires communication. *Games and Economic Behavior*. 2019;118:626-47.
2. Bakhshi Mashhadloo M, Mousazadeh T, Narimani M. Social Problem Solving on the Adaptability and Marital Satisfaction in Couples Incompatible. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*. 2018;8:90.
3. Asgari A, Goodarzi K. The effectiveness of Emotional Schema Therapy on marital burnout on the Brink of Divorce. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*. 2018;8:55.
4. Hadi S, Eskandari H, Sohrabi F, Motamedi A, Farrokhi N.A. Structural models predict marital commitment based on attachment styles and mediator variables self-control and early maladaptive schemas (in people with emotional extramarital relations). *Counseling Culture and Psychotherapy*. 2017;7(28):33-60.

5. Nazari R, Sardaripoor M, Kakavand AR, Mansoobifar M. Relationship between emotional skills with marital stability with mediating role of communication patterns. *Journal of Family and Health*. 2018;8(2).
6. Fathollahzadeh N, Mirsaifard LS, Kazemi M, Saadati N, NavabiNejad Sh. Effectiveness of marital life enrichment based on Choice Theory on quality of marital relationship and couples' intimacy. *Journal of Applied Psychology*. 2017;11(43):353-72.
7. Nazari R, Karbalaee Mohammad Meigouni. Structural model of perfectionism, psychological well-being and marital adjustment. *Journal of Applied Psychology*. 2017;11(43):411-32.
8. Mousavi F, Dehshiri G, The role of distance between expectations and the reality of marital relationship in marital satisfaction of men and women in Tehran, *Social Studies, Women's Psychology*, 2016,2
9. Gholizdeh A, Ismailis Ardestani Z, The role of social capital components on marital satisfaction, *Knowledge and research in applied psychology*,2014,15,2
10. Liu C, Kuo F. A study of internet addiction through the lens of the interpersonal theory. *CyberPsychology & Behavior*. 2007;10(6):799-804.
11. Latifian M, Arshi M, Eghlima M. The Relationship between Internet Addiction and Emotional Divorce in Married Females in Tehran in 2016. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*. 2017;16(6):517-28.
12. 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.
13. Ansari E, Kianpour M, Ataee P. Sociological Analysis of the Effects of Using Cyber Space on Oral Culture (Research Case: Isfahan city). *Journal of Applied Sociology*. 2018;29(1):18-40.
14. Mirfardi A, Mokhtari M, Valinezhad A. The Study of Religiosity and its relationship to degree and kind of web-based social networks usage (the case of Yasouj university's students). *Journal of Applied Sociology*. 2017;28(2):1-16.
15. Li W, O'Brien JE, Snyder SM, Howard MO. Characteristics of internet addiction/pathological internet use in U.S. university students: a qualitative-method investigation. *PLoS One*. 2015;10(2).
16. VanVoorhis CRW, Morgan BL. Understanding power and rules of thumb for determining sample sizes. *Tutorials in Quantitative Methods for Psychology* 2007;3(2):43-50.
17. Fowers BJ, Olson DH. ENRICH Marital Satisfaction Scale: A brief research and clinical tool. *Journal of Marital and Family Therapy*. 1989;15(1):65-79.
18. Ehyayi P, Mobarak Bakhshayesh M. The analysis of the relationship between the use of Facebook social network and gender identity among Tabriz University students. *Scientific Journal Management System*. 2015;8(27):41-62.
19. Barat Dastjerdi N. An Investigation of the role of Cyber Networks in Cultural Identity of Students at the University of Isfahan. *Journal of Applied Sociology*. 2014;25(2):159-70.
20. Eydizadeh R, Ahmadi Blotaki HM. The study of the relationship between communicative technology and social sciences students' life style in science and research Branch in Tehran. *Scientific Journal Management System*. 2017;10(35):125-39.

21. Barat Dastjerdi N, Davarpanah H, Esmaili M. The relationship between use of social networks facebook and social well-being of students in isfahan university. Journal of Applied Sociology. 2016;27(1):143-56.
22. Ameli S, Studies of the globalization of bipolarities and two globalizations, Samt, 2012
23. Porjebeli R, Rezaie SS. Investigating the relationship between use of virtual (social) networks and family cohesion among city of Naghade families. Scientific Journal Management System. 2018;11(38):21-42.

## پرسشنامه رضایت زناشویی

کاملاً مخالفم	مخالفم	نه موافق نه مخالف	موافقم	کاملاً موافقم	عبارات
					۱- من و همسرم یکدیگر را کاملاً درک می کنیم.
					۲- همسرم خلق و خوی مرا کاملاً درک می کند و با آن سازگاری دارد.
					۳- هرگز حتی برای یک لحظه از رابطه با همسرم تأسف نخورده ام
					۴- از ویژگی های شخصیتی و عادات همسرم راضی نیستم.
					۵- از این که در زندگی مشترکمان مسؤولیت های خود را خوب ایفا می کنیم، خوشحالییم
					۶- روابطم با همسرم رضایت بخش نیست و احساس می کنم او مرا درک نمی کند.
					۷- از نحوه تصمیم گیری ها در مورد چگونگی حل و فصل اختلافات بسیار خشنود هستم.
					۸- از وضعیت اقتصادی خانواده و نیز شیوه تصمیم گیری های مربوط به آن راضی نیستم.
					۹- از نحوه برنامه ریزی برای اوقات فراغت و نیز صرف اوقات در کنار همسرم بسیار خشنود هستم.
					۱۰- از نحوه ابراز عشق و احساسات و نیز رابطه جنسی با همسرم بسیار خشنود هستم.
					۱۱- از نحوه ایفای نقش و مسؤولیت خود و همسرم به عنوان "والدین" راضی نیستم.
					۱۲- گاهی اوقات همسرم قابل اطمینان نیست و همیشه خط مشی خود را دنبال می کند.
					۱۳- همسرم گاهی اوقات حرف هایی می زند که باعث تحقیر می شود.
					۱۴- هنگام در میان گذاشتن مشکلات با همسرم معمولاً فکر می کنم که او مرا درک نمی کند.
					۱۵- در تصمیم گیری های مالی مشکل داریم.
					۱۶- از این که نمی توانم بدون اجازه همسرم پول خرج کنم باعث آزارم است.
					۱۷- تازمانی که همسرم در کنارم نباشد به من خوش نمی گذرد.
					۱۸- از این که همسرم نزدیکی را به صورت غیرمنصفانه قبول یا رد کند ناراحت می شوم.
					۱۹- اختلاف نظر راجع به این که تا چه اندازه باید به فرزندانمان برسیم برای ما به صورت مشکلی در آمده است.
					۲۰- من احساس می کنم والدینمان مشکلاتی را در زندگی زناشویی ما به وجود می آورند.

- ۲۱- من و همسر در این‌که چگونه به اعتقادات مذهبی‌مان عمل کنیم، اختلاف نظر داریم.
- ۲۲- گاهی اوقات همسر خیلی کله شق است.
- ۲۳- گاهی اوقات می‌ترسم نیاز خود را از همسر درخواست کنم.
- ۲۴- گاهی اوقات درباره مسائل جزئی، جرّ و بحث‌های زیادی داریم.
- ۲۵- از نحوه تصمیم‌گیری راجع به میزان پس‌اندازمان بسیار راضی هستیم.
- ۲۶- به نظر می‌رسد من و همسر به مهمانی‌ها و فعالیت‌های اجتماعی یکسانی علاقه‌مند باشیم.
- ۲۷- از میزان ابراز عشق و محبت (پیش از نزدیکی) از سوی همسر راضی هستیم.
- ۲۸- من و همسر در چگونگی کنترل رفتار فرزندانمان توافق داریم.
- ۲۹- ما به قدر کافی با اقوام و دوستانمان وقت صرف می‌کنیم.
- ۳۰- من معتقدم که در زندگی زناشویی‌مان دچار اختلاف عقیدتی هستیم.
- ۳۱- دیر آمدن همسر به منزل مرا آزار می‌دهد.
- ۳۲- ای کاش همسر بیشتر مایل بود مرا شریک احساسش کند.
- ۳۳- برای اجتناب از درگیری با همسر دست به هرکاری می‌زنم.
- ۳۴- من و همسر هر دو از بدی‌های اصلی مطلعیم و در نتیجه آن‌ها برای ما مشکل جدی بشمار نمی‌آیند.
- ۳۵- تصور نمی‌کنم همسر برای تفریح و گذراندن اوقات بیکاریش همراه من فرصت یا توان کافی داشته باشد.
- ۳۶- ما به دنبال یافتن راه‌هایی هستیم تا از آن طریق بتوانیم روابط جنسی‌مان را جالب‌تر و لذت‌بخش‌تر سازیم.
- ۳۷- به نظر می‌رسد که بچه‌ها علت اصلی مشکلات در روابط ما هستند.
- ۳۸- از این‌که وقتم را با بعضی از بستگان همسر صرف کنیم، لذت نمی‌برم.
- ۳۹- من و همسر درباره بعضی از آموخته‌های مذهبی من توافق نداریم.
- ۴۰- گاهی اوقات همسر خیلی مستبد است.
- ۴۱- گاهی اوقات باور کردن تمام حرف‌های همسر برایم مشکل است.
- ۴۲- گاهی اوقات فکر می‌کنم کشمکش‌های بین من و همسر همچنان ادامه دارد و پایان نخواهد یافت.
- ۴۳- از این‌که همسر علائق و سرگرمی‌های شخصی کافی ندارد، نگران هستیم.
- ۴۴- هنگام صحبت راجع به مسائل جنسی با همسر کاملاً احساس راحتی می‌کنم.
- ۴۵- از زمانی که صاحب فرزند شده‌ایم به عنوان یک زوج برای باهم بودن به‌ندرت وقت کافی داریم.
- ۴۶- همسر زیادی وقتش را با دوستان و اقوامش می‌گذراند.

