

The effectiveness of Spiritual-religious psychotherapy on psychological Security and Marital Adjustment of Married Students

ARTICLE INFO

Article Type

Research Article

Authors

Kobra Mansouri
Leila Salehi Roudpashti
Fateme Eskanderpour*
Maryam Samadi
Sara Darvish

How to cite this article

Kobra Mansouri, Leila Salehi Roudpashti, Fateme Eskanderpour, Maryam Samadi, Sara Darvish, The effectiveness of Spiritual-religious psychotherapy on psychological Security and Marital Adjustment of Married Students, *Journal of Islamic Life Style Centered on Health*, 2023:7: 454-460.

1. MA in family counseling, Refah University of Tehran, Tehran, Iran
2. MA in family counseling, Refah University of Tehran, Tehran, Iran.
3. MA of General Psychology, Shahid Madani University of Azerbaijan, Urmia, Iran
4. MA of General Psychology, Quds City Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
5. MA of Counseling, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: es.fatemeh.1995@gmail.com

Article History

Received: 2023/03/24

Accepted: 2023/05/06

ABSTRACT

Purpose: Marital compatibility is one of the most important factors in determining the stability and durability of a marital relationship, so the present study was conducted with the aim of determining the effectiveness of spiritual-religious psychotherapy on the psychological security and marital compatibility of married students.

Materials and Methods: The present research was a semi-experimental pre-test-post-test type with a control group; the research population included all male and female married students of Azad University of Rudhan in the academic year of 2022-2023. 30 people from the studied population were selected by available sampling method and were randomly assigned to two experimental and control groups. The data collection tools included Maslow's (1952) psychological security and Locke and Wallace's (1959) marital adjustment questionnaires. The experimental group was formed for 10 sessions, two 90-minute sessions of spiritual-religious psychotherapy training per week; but during this period, no training was held for the control group and they were on the waiting list. To analyze the data, univariate analysis of covariance was used with SPSS version 24 software.

Findings: Based on the comparison of the pre-test and post-test of the two groups, the findings showed that spiritual-religious psychotherapy had a significant effect on the psychological security and marital adjustment of married students ($P \geq 0.01$).

Conclusion: Spiritual-religious psychotherapy can lead to the improvement of psychological security and marital compatibility of married students.

Keywords: Spiritual-religious psychotherapy, Mental security, Marital compatibility, Students.

اثربخشی روان‌درمانی معنوی-مذهبی بر امنیت روانی

و سازگاری زناشویی دانشجویان متأهل

کبری منصوری

کارشناسی ارشد، گروه مشاوره خانواده، دانشگاه رفاه تهران، تهران، ایران.

لیلا صالحی رودپشتی

کارشناسی ارشد، گروه مشاوره خانواده، دانشگاه رفاه تهران، تهران، ایران.

فاطمه اسکندر پور*

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، ارومیه، ایران (نویسنده مسئول).

مریم صمدی

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی عمومی، واحد شهر قدس، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

سارا درویش

کارشناسی ارشد، گروه مشاوره، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

چکیده

هدف: سازگاری زناشویی یکی از مهم‌ترین عوامل در تعیین ثبات و دوام رابطه زناشویی است، بنابراین مطالعه حاضر باهدف تعیین اثربخشی روان‌درمانی معنوی-مذهبی بر امنیت روانی و سازگاری زناشویی دانشجویان متأهل متاهل انجام شد.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه گواه بود، جامعه پژوهش شامل تمامی دانشجویان متأهل زن و مرد دانشگاه آزاد رودهن در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بودند. از جامعه موردپژوهش ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه قرار داده شدند. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه‌های امنیت روانی مازلو (۱۹۵۲) و سازگاری زناشویی لاک و والاس (۱۹۵۹) بود. گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه، هفته‌ای دو جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش روان‌درمانی معنوی-مذهبی تشکیل گردید؛ اما در این مدت برای گروه گواه هیچ آموزشی برگزار نشد و در لیست انتظار بودند. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

یافته‌ها: بر اساس مقایسه پیش‌آزمون و پس‌آزمون دو گروه یافته‌ها نشان داد که روان‌درمانی معنوی-مذهبی تأثیر معناداری بر امنیت روانی و سازگاری زناشویی دانشجویان متأهل متاهل داشت ($P \geq 0.01$). نتیجه‌گیری: روان‌درمانی معنوی-مذهبی می‌تواند منجر به بهبود امنیت روانی و سازگاری زناشویی دانشجویان متأهل گردد.

واژگان کلیدی: روان‌درمانی معنوی-مذهبی، امنیت روانی، سازگاری زناشویی، دانشجویان

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۱/۰۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۲/۱۶

*نویسنده مسئول: es.fatemeh.1995@gmail.com

مقدمه

ازدواج یکی از مهم‌ترین مراحل زندگی بشر است و حمایت اجتماعی و عاطفی که فرد با ازدواج به دست می‌آورد بر سلامت جسمی، معنوی و اجتماعی تأثیر زیادی دارد و باعث افزایش سازگاری می‌گردد (۱). سازگاری زناشویی (Marital Adjustment) حالتی است که در آن یک احساس کلی از رضایت و شادکامی در زن و شوهر نسبت به ازدواج و یکدیگر وجود دارد (۲). اصطلاح سازگاری زناشویی با واژه‌های دیگری همچون رضایت زناشویی، شادکامی، ثبات و موفقیت زناشویی مرتبط است که هر یک از این ابعاد یک بعد از ازدواج را نشان می‌دهند؛ اما سازگاری زناشویی چندبعدی است و سطوح چندگانه ازدواج را روشن می‌کند (۳). زوجین سازگار کسانی هستند که توافق مناسبی با یکدیگر دارند و از کیفیت و نوع روابط خود و گذراندن اوقات فراغت خود راضی هستند و مدیریت خوبی بر حل مسائل مالی دارند (۴). سازگاری و ناسازگاری زناشویی تمام ابعاد زندگی زوجین و نیز فرزندان آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهند و موجب افزایش عمر و امید به زندگانی زوجین و نیز کاهش احتمال ابتلای آن‌ها به بیماری‌های جسمانی و روانی می‌شود (۵).

از آنجایی که ثبات خانوادگی محیط پایدار در خانواده منجر به احساس امنیت روانی می‌شود، رابطه‌های پایدار به فرد کنند تا با محیط سازگار شود، بنابراین امنیت روانی بر سازگاری زناشویی افراد در زندگی زوجی آینده تأثیرگذار است (۶). امنیت روانی (Psychological Security) یکی از مفاهیم مهم در بهداشت و سلامت روان انسان‌ها محسوب می‌شود (۷). و شیوه‌ای مؤثر برای تشویق افراد در جهت تلاش برای ایجاد آرامش روانی تأمین امنیت فردی خانوادگی شغلی حرفه‌ای و اجتماعی است (۸). امنیت روانی یعنی احساس اعتماد، آرامش و رهایی از اضطراب و ترس در رابطه با برآورده شدن نیازهای خود در حال و آینده و اطمینان از این که هیچ‌کس او را تهدید نمی‌کند (۹). فرد دارای امنیت روانشناختی همواره احساس دوستی و عشق، تعلق آسودگی و راحتی پذیرش خود و دیگران، عزت نفس، قدرت، دلگرمی، ثبات هیجانی، خوشنودی، علاقه اجتماعی، مهربانی، همدلی، فقدان تمایلات روان رنجوری و روان‌پریشی دارد، اما نگرانی، ترس، وحشت و اضطراب، تنش و عصبانیت، جملگی از پیامدهای نایمی هستند (۱۰). بنابر نتایج پژوهش نظیری راد و همکاران (۱۴۰۰)، مهم‌ترین تأثیرپذیری سازگاری زناشویی شامل امنیت روانی، صفات شخصیت، رشد روانی و سبک‌های دل‌بستگی است (۱۱).

یکی از درمان مؤثر در جهت بهبود امنیت روانی و سازگاری زناشویی دانشجویان، روان‌درمانی معنوی-مذهبی است. روان‌درمانی معنوی-مذهبی (Religious-Spiritual Psychotherapy) بر پایه شش اصل متعالی استوار است، سه اصل سرزندگی روان که عبارت‌اند از عشق به دیگران، عشق به کار و عشق به تعلقات و سه اصل معنویت که شامل اعتقاد به معنویت، اعتقاد به یگانگی و وحدانیت و اعتقاد به دگرگونی است (۱۲). این

از جامعه مورد پژوهش ۳۰ نفر (تعداد نمونه بر اساس نرم‌افزار G^*Power با اندازه اثر ۰/۲۵ و آلفای ۰/۰۵ و توان ۰/۸۰ برای هر گروه ۱۵ نفر به دست آمد) به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ملاک‌های ورود شامل: رضایت و تمایل برای همکاری، داشتن حداقل ۱۸ سال و حداکثر ۵۰ سال سن، حداقل سابقه یک سال زندگی مشترک، نداشتن اختلالات روانشناختی بر اساس پرونده سلامت و خود اظهاری بود؛ و ملاک‌های خروج از نمونه، عدم تمایل به همکاری و تکمیل ناقص پرسشنامه‌های پژوهش بود. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه‌ای زیر بودند.

پرسشنامه امنیت روانی (فرم کوتاه): مازلو (۱۹۵۲) این پرسش‌نامه ۱۸ سؤالی را طراحی که چهار خرده مقیاس اطمینان به خود (سؤال ۱-۷)، احساس ناخشنودی (سؤال‌های ۸-۱۰)، ناسازگاری محیطی (سؤال‌های ۱۱ تا ۱۵) و دید مردم نسبت به فرد (سؤال‌های ۱۶ تا ۱۸) را بر اساس طیف لیکرت می‌سنجد. به هر پاسخ نمره یک داده می‌شود و به هر پاسخ غلط نمره صفر تعلق می‌گیرد، دامنه نمرات بین صفر تا ۱۸ هست و نمرات بالاتر نشان‌دهنده امنیت روانی بیشتر در هر مؤلفه هست و در مجموع یک نمره کل به دست آید، مازلو، روایی محتوایی آن را تأیید و پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۶۶ گزارش نمود (۲۰). در پژوهش شمس و خلیجیان (۱۳۹۲)، روایی محتوایی پرسشنامه‌ها با استناد به نظرات متخصصان بررسی و تأیید شد و پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۰ به دست آمد (۲۱). در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد. پرسشنامه سازگاری زناشویی: لاک و والاس (۱۹۵۹) این پرسشنامه ۱۵ سؤالی را طراحی و نمره‌گذاری در هر سؤال متفاوت هست و نمره‌ی آزمون برابر با حاصل جمع امتیاز همه‌ی سؤال‌ها و دامنه‌ی آن از ۲ تا ۱۵۸ است. نمره‌ی ۱۰۰ یا کمتر از آن نمره‌ی برش محسوب می‌رود و دلالت بر ناسازگاری در روابط زناشویی دارد. لاک و والاس، روایی همزمان آن را مطلوب و پایایی پرسشنامه از روش دونیمه‌سازی ۰/۹۰ محاسبه شد و با فرمول اسپیرمن براون تصحیح شد برابر با ۰/۹۰ گزارش شده است (۲۲). در پژوهش شاه نظری، روایی محتوایی این ابزار توسط اساتید مطلوب ارزیابی شد و میزان پایایی به روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۸ به دست آمد (۲۳). در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد.

در مرحله اجرا برای گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه، هفته‌ای دو جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش روان‌درمانی معنوی-مذهبی تشکیل گردید؛ اما در این مدت برای گروه گواه هیچ آموزشی برگزار نشد و در لیست انتظار بودند. محتوای آموزشی روان‌درمانی معنوی-مذهبی بر اساس رویکرد بواله‌ری و همکاران (۱۳۹۱) بود (۲۴) که شرح مختصر جلسات در جدول ۱ آمده است.

نوع درمان با استفاده از اصول خاص و با کاربرد شیوه‌های معنوی مذهبی به افراد کمک می‌کند تا به ادراکی فرا مادی از خود دنیا و حوادث و پدیده‌ها دست یابند و از طریق پیوند با این دنیای فرا مادی سلامت و رشد به دست آورند (۱۳). روان‌درمانی معنوی مذهبی نوعی درمان است که با استفاده از قدرت بالقوه ایمان به خدا و معنویت درمان‌جویان و استناد به آیات قرآن و روایات در درمان و بهبودی مراجعان، مداخله‌هایی مبتنی بر آموزه‌های دینی اسلامی به کار می‌گیرد، ایمان به خدا به انسان مؤمن نیرویی می‌بخشد که در تحمل سختی‌های طاقت‌فرسای زندگی به کمک او می‌آید. این نیرو می‌تواند نگرانی و اضطراب را برطرف کند و انسان را در فشارهای مختلف روحی- روانی یاری دهد (۱۴). الگوی معنویت درمانی اسلامی افزون بر ایجاد انسجام و یکپارچگی در ابعاد زیستی، روان‌شناختی و اجتماعی بر بعد معنوی مراجع نیز تأکید دارد، امتیاز منحصر به فرد معنویت اسلامی این است که در آیات قرآن و کلمات معصومان ریشه دارد؛ و همچنین جامع تمایلات دنیوی و اخروی انسان است. معنویت اسلامی به معنای نادیده گرفتن خواسته‌های بشری یا سرکوب آن‌ها نیست، بلکه آن‌ها را بر اساس هدف خلقت و فطرت انسانی اعتدال و جهت می‌بخشد؛ حرکت بخشی را گسترش می‌دهد و رهبانیت و انزوی باطل را نفی می‌کند؛ حضور در جامعه و احساس مسئولیت درباره شئون مختلف را تقویت می‌کند و با سکوت و بی‌تفاوتی منافات دارد (۱۵). پژوهش‌ها از اثربخشی آموزش مهارت‌های معنوی بر امنیت روانی دانش‌آموزان (۱۶)، بر بهزیستی روان‌شناختی و اقدام برای رشد شخصی دانشجویان (۱۷)، سازگاری زناشویی زنان در آستانه طلاق (۱۸)، بر سازگاری زناشویی زوجین پارونید در اصفهان (۱۹) تأیید شده است.

آمار طلاق که مهم‌ترین و معتبرترین شاخص آشفته‌گی زناشویی است نشانگر آن است که سازگاری زناشویی به آسانی به دست نمی‌آید و سازگاری زناشویی یکی از مهم‌ترین عوامل در تعیین ثبات و دوام رابطه زناشویی است، بعلاوه افزایش روزافزون مشکلات خانوادگی، نارضایتی و ناسازگاری زناشویی، افزایش آمار طلاق و پیامدهای سوء آن اهمیت و ضرورت توجه به موضوع سازگاری زناشویی را مشخص می‌نماید، از این رو مطالعه حاضر باهدف تعیین اثربخشی روان‌درمانی معنوی-مذهبی بر امنیت روانی و سازگاری زناشویی دانشجویان متأهل انجام شد و به دنبال پاسخ به این سؤال است که آیا روان‌درمانی معنوی-مذهبی بر امنیت روانی و سازگاری زناشویی دانشجویان متأهل اثربخش است؟

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه گواه بود، جامعه پژوهش شامل تمامی دانشجویان متأهل زن و مرد دانشگاه آزاد رودهن در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بودند.

جدول ۱. محتوای کارگاه آموزشی

جلسه	محتوا، هدف و تکلیف در جلسات
۱	معارفه، تعیین قوانین و اهداف، معرفی برنامه آموزشی و افزایش دانش مهارت های زندگی.
۲	تعریف کلی معنویت و نقش آن در زندگی، بحث گروهی در مورد دین و معنویت، ویژگی های انسان های معنوی، پر کردن فرم سنجش میزان دینی بودن فرد و ارائه تکالیف خانگی.
۳	بحث در مورد خودآگاهی معنوی، جسمانی، روانی و اجتماعی و تکمیل برگه های خودآگاهی و ارائه تکالیف خانگی.
۴	آشنایی با مسئله و فرایند حل مسئله و تفاوت حل مسئله با مقابله، ارائه تکالیف با مطرح کردن چند مشکل در زمینه های مختلف و اجرای فرایند حل مسئله در آن.
۵	بحث در مورد حل مسئله بارویکرد معنوی، مراحل حل مسئله با رویکرد معنوی، استفاده از موقعیت های مختلف در زندگی و شیوه حل کردن آن با حل مسئله معنوی و ارائه تکالیف خانگی.
۶	آغاز آموزش بخشش و گذشت از طریق احادیث و زندگی ائمه، بحث با آزمودنی ها در مورد بخشش، تعریف بخشایشگری و مراحل عفو و بخشش و ارائه تکالیف خانگی.
۷	شروع کلاس با یک ذکر و تاثیر آن در زندگی، تعریف ذکر و تفاوت آن با مراقبه و انواع ذکر، روش و مکان ذکر گفتن، بحث گروهی از افراد در مورد انواع ذکر و ارائه تکالیف خانگی.
۸	ارائه مطالب درباره مراتب ذکر، شرایط ذکر، آثار ذکر، موانع ذکر و بحث گروهی پیرامون موضوع ذکر در جلسه و ارائه تکالیف خانگی.
۹	بحث در مورد توکل و صبر و شرایط و آثار این دو مهارت در زندگی، استفاده از تمثیل و داستان از زندگی امامان و اتفاقات زندگی و ارائه تکالیف خانگی.
۱۰	مروری بر کل موضوعات و نتیجه گیری و جمع بندی و مرور جلسات گذشته

یافته ها

در جدول ۲. آماره های توصیفی نمرات شرکت کنندگان گروه های آزمایش و گواه در متغیرهای امنیت روانی و سازگاری زناشویی به تفکیک دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون ارائه شده است.

در این پژوهش ضمن رعایت رازداری و محرمانه بودن و تشریح تمامی مراحل آزمایش، رضایت آگاهانه مراجعان به صورت کتبی دریافت شد. جهت تحلیل داده ها از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره با نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

جدول ۲. اطلاعات توصیفی مربوط به امنیت روانی و سازگاری زناشویی دو گروه آزمایش و گواه در پیش آزمون- پس آزمون

متغیر	گروه گواه		گروه آزمایش	
	پیش آزمون	پس آزمون	پیش آزمون	پس آزمون
	M±SD	M±SD	M±SD	M±SD
امنیت روانی	۱۰/۴۰±۲/۹۲۳	۱۰/۸۷±۲/۵۳۹	۱۰/۵۳±۳/۵۴۳	۱۳/۲۸±۴/۱۵۸
سازگاری زناشویی	۶۵/۱۹±۱۰/۷۱۵	۶۵/۷۷±۱۰/۶۷۲	۶۳/۸۷±۱۳/۰۱۶	۶۸/۹۳±۱۳/۰۴۱

طبق جدول ۲. در تمامی متغیرها، میانگین گروه آزمایش از پیش آزمون تا پس آزمون بهبود یافته است. این بهبود شامل افزایش میانگین بود، در حالی که در گروه گواه افزایش ناچیز مشاهده شد؛ بنابراین تفاوت بین دو گروه در مرحله پس آزمون به نفع گروه آزمایش است. با توجه به طرح پژوهشی حاضر از آزمون تحلیل کوواریانس برای تحلیل نتایج اصلی استفاده شد. ابتدا برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرهای وابسته پژوهش از آزمون شاپیروویلک استفاده شد. از آنجا که مقدار سطح معنی داری برای تمامی متغیرهای پژوهش بزرگتر از ۰/۰۵ بود، فرض صفر رد و در نتیجه نرمال بودن توزیع این متغیرها در سطح اطمینان ۹۵ درصد تأیید شد. نتایج آزمون لوین جهت بررسی تساوی واریانس گروه ها در متغیرهای وابسته پژوهش نشان داد که سطح معناداری به دست آمده برای امنیت روانی

($F=۰/۴۷۸$, $p>۰/۰۵$) و سازگاری زناشویی ($p>۰/۰۵$) بزرگتر از ۰/۰۵ است، بنابراین دو گروه از نظر پراکندگی نمرات این متغیرها در مرحله پیش آزمون یکسان می باشند. همچنین، نتایج آزمون فرض همگنی شیب رگرسیون نشان داد که تحلیل کوواریانس عاملی تعامل گروه و متغیر امنیت روانی ($F=۴/۱۶۲$ و $P=۰/۰۵۲$) و تعامل گروه و متغیر سازگاری زناشویی ($F=۰/۰۱۱$ و $P=۰/۹۱۵$)، معنادار نمی باشند بنابراین مفروضه همگنی شیب رگرسیون برای متغیرهای وابسته پژوهش رعایت شده است. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیره برای تعیین اثربخشی روان درمانی معنوی-مذهبی بر امنیت روانی و سازگاری زناشویی از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳. گزارش شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیره تفاوت گروه‌های آزمایش و گواه در متغیرهای امنیت روانی و سازگاری زناشویی

متغیر	شاخص	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	اندازه اثر
امنیت روانی	پیش‌آزمون	۲۸۴/۶۸۴	۱	۲۸۴/۶۸۴	۱۶۱/۴۳۷	۰/۰۰۱	۰/۸۵۷
	گروه	۳۹/۰۵۳	۱	۳۹/۰۵۳	۲۲/۱۴۶	۰/۰۰۱	۰/۴۵۱
	خطا	۴۷/۶۱۳	۲۷	۱/۷۶۳			
سازگاری زناشویی	پیش‌آزمون	۳۶۸۹/۷۷۰	۱	۳۶۸۹/۷۷۰	۳۴۸/۸۲۷	۰/۰۰۱	۰/۹۲۸
	گروه	۱۴۷/۲۲۰	۱	۱۴۷/۲۲۰	۱۳/۹۱۸	۰/۰۰۱	۰/۳۴۰
	خطا	۲۸۵/۵۹۶	۲۷	۱۰/۵۷۸			

بیشتری را نسبت به خدا داشته باشد و بر این باور باشد که خداوند بندگان خود را دوست دارد و آن‌ها را مورد عنایت و رحمت خویش قرار می‌دهد و در سختی‌ها به آن‌ها یاری می‌رساند، احساس آرامش بیشتری دارد و هیجانات منفی مانند احساس تنهایی در او کاهش پیدا خواهد یافت، آموذنی با کسب مهارت‌های معنوی می‌آموزد که خداوند اساس ایمنی است. از این رو، احساس قدرت می‌کند و در لحظات اضطراب، ترس، اعتماد به نفس بالایی از خود نشان می‌دهد و با تکیه بر موجودی که بر عزت و اقتدار او هیچ نقصی نمی‌رسد، قادر مطلق و توانمند به انجام هر کاری است و نقص‌ها و ضعف‌های آن‌هایی را که به او تکیه می‌کنند جبران می‌کند، از لحاظ امنیت روانی، دارای اعتماد به نفس بالا، امنیت و عدم نگرانی ترس و از آینده می‌شود (۲۶).

دیگر یافته پژوهش نشان داد روان‌درمانی معنوی-مذهبی تأثیر معنی‌داری بر بهبود سازگاری زناشویی دانشجویان متاهل داشت. نتیجه به دست آمده با نتایج مطالعات پیشین در این زمینه همسو بود. نتایج مطالعه ظریفی و همکاران (۱۴۰۱) نشان داد روان‌درمانی معنوی-مذهبی بر طرح‌واره‌های هیجانی و سازگاری زناشویی زنان در آستانه طلاق تأثیر دارد (۱۸). نتایج پژوهش نجار پوریان و همکاران (۱۳۹۰)، نشان داد که شناخت درمانی معنوی سازگاری زناشویی زوجین را افزایش داده است و نمرات پس‌آزمون گروه آزمایش به‌طور معنی‌داری نسبت به نمرات گروه کنترل افزایش یافته است (۱۹). در تبیین یافته فوق می‌توان گفت روان‌درمانی معنوی-مذهبی منجر به احساس اتصال به خداوند به‌منزله یک منبع قدرت مطلق می‌شود که همه چیز در کنترل اوست، این موضوع موجب می‌شود در برابر استرس‌های زندگی و ناکامی‌ها، در عین حال که دست از تلاش نمی‌کشند به خداوند تکیه کرده از او کمک بخواهند با توجه به اینکه به خدا اعتماد دارند و او را حمایت‌کننده می‌دانند، انعطاف‌پذیری بیشتری نسبت به عواملی دارند که می‌تواند منجر به افزایش سازگاری هیجانی و کاهش ناسازگاری هیجانی ایجاد کنند (۲۷). در واقع کسانی که از بعد معنوی و مذهبی قوی‌ترند شکست‌ها و ناکامی‌ها را موقتی در نظر می‌گیرند؛ زیرا ایمان دارند که در نهایت پیروز خواهند شد. روان‌درمانی معنوی-مذهبی با افزایش خودآگاهی و ایجاد ارتباط و پیوند با اطرافیان و دریافت حمایت اجتماعی از سوی دیگران، افزایش حس اطمینان، معنا و هدف در زندگی و مقابله و سازگاری هیجانی مؤثر با مشکلات روانی و جسمانی در کنار دیگر مؤلفه‌های مرتبط با سلامت روانی، موجب بهبود و ارتقای سلامت روانی و جسمانی و افزایش سازگاری

با توجه به نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیره جدول ۳. با کنترل اثر پیش‌آزمون بین میانگین نمرات پس‌آزمون گروه‌های آزمایش و گروه گواه در متغیرهای امنیت روانی ($\eta^2 = 0/336$) و $p < 0/001$ و $F = 22/146$ و سازگاری زناشویی ($\eta^2 = 0/374$) و $p < 0/001$ و $F = 13/918$ تفاوت معناداری وجود داشت. لذا می‌توان گفت که روان‌درمانی معنوی-مذهبی باعث افزایش امنیت روانی و سازگاری زناشویی در دانشجویان متاهل شده است. اندازه اثر ۰/۴۵۱ برای امنیت روانی و همچنین ۰/۳۴۰ برای سازگاری زناشویی نیز نشان می‌دهند که این تفاوت در جامعه قابل توجه است.

نتیجه‌گیری

سازگاری زناشویی یکی از مهم‌ترین عوامل در تعیین ثبات و دوام رابطه زناشویی است، بنابراین مطالعه حاضر باهدف تعیین اثربخشی روان‌درمانی معنوی-مذهبی بر امنیت روانی و سازگاری زناشویی دانشجویان متاهل انجام شد. نتایج نشان داد روان‌درمانی معنوی-مذهبی تأثیر معنی‌داری بر بهبود امنیت روانی دانشجویان متاهل داشت. نتیجه به دست آمده با نتایج مطالعات مرتبط در این زمینه همسو بود. پژوهش وریانی و شمسانی (۱۳۹۶) نشان داد آموزش مهارت‌های معنوی بر احساس تنهایی و امنیت روانی دانش‌آموزان مؤثر بود (۱۶). مطالعه عزیزمحمدی و مجتبیایی (۱۳۹۷) نشان داد حاکی از آن بود که معنویت درمانی گروهی بر بهزیستی روان‌شناختی و اقدام برای رشد شخصی دانشجویان تأثیر دارد (۱۷). در تبیین یافته فوق می‌توان گفت معنویت می‌تواند اهداف جدیدی مانند ایمان به غیب عفت و پاک‌دامنی رستگاری و فوز عظیم عشق و محبت به خدا، تفکر و هشیاری، توبه، صبر، دعا و نیایش و عفو و بخشش و امیدواری را برای دستیابی به این اهداف در اختیار فرد قرار دهد همچنین معنویت باهدف قرار دادن باورهای فرد ارزیابی شناختی مهمی را در فرایند مقابله تحت تأثیر قرار می‌دهد و به فرد کمک می‌کند تا وقایع منفی را به شیوه‌ی متفاوتی ارزیابی نموده و حس قوی‌تری از کنترل ایجاد نماید، ارتباط معنوی با قدرت بیکران به فرد این اطمینان را می‌دهد که نیروی قوی همیشه او را حمایت می‌کند و این افراد حوادث را با تکیه بر ایمان و اعتقاد خود راحت‌تر گذرانده و کمتر دستخوش استرس و اضطراب می‌شوند در نتیجه انتظار این افراد از آینده امیدوارانه و خوش‌بینانه‌تر است (۲۵). این باور امید نسبت به آینده و موفقیت را در این افراد افزایش می‌دهد بنابراین احساس امیدواری و احساس موفقیت باعث امنیت روانی در فرد می‌شود. بعلاوه هرچه فرد احساس صمیمیت و نزدیکی

7. Salehi B, Asghari Ebrahim Abad MJ. Investigating the impact of the role and dimensions of religion and distress tolerance in predicting the psychological safety of infertile women. *Women's Studies Sociological and Psychological*. 2019;17(1):165-92. (Persian)
8. Sharbatian MH, Danesh P, Ahmadi A. The Sociological Study of Factors Affecting Women's Social Security in Mashhad as a Metropolis. *Quarterly Journal of Women and Society*. 2015, 6(21):143-166. (Persian)
9. Dehghani H, Ebrahimi H. Studying the feeling of social and psychological security with a tendency toward superstition (case study: Isfahan University students). *Strategic Research on Social Problems in Iran University of Isfahan*. 2019;8(4):99-122. (Persian)
10. Raiisi F, Hajikaram A, Bakhshi F, Tehrani Zadeh M, Amani F. Predicting internet addiction based on social skills & mental security among university students. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*. 2020;7(2):128-39. (Persian)
11. Nazirirad R, Emamipour S, Hassani F. Development of a Marital Adjustment Model based on Psychological Security, Personality Traits, and Attachment Styles: the Mediating Role of the Psychological Growth. *Journal of Applied Family Therapy*. 2021;2(2):150-72. (Persian)
12. Moazedi K, Porzoor P, Pirani Z, Adl H, Ahmadi H. The Effectiveness of Islamic Teaching Based Religious-Spiritual Psychotherapy on Quality of Life, in Infertile Women. *Journal of Health*. 2018;9(5):589-98. (Persian)
13. Aten JD, McMinn MR, Worthington Jr EL. Spiritually oriented interventions for counseling and psychotherapy: American Psychological Association; 2011.
14. Soleimani I, Najafi M, Bashpour S, Sheikholeslami A. Effect of Spiritual Intelligence on Quality of Life and Success of Students Covered by the Imam's Relief

هیجانی در افراد می‌شود و در نتیجه سازگاری زوجین را افزایش می‌دهد. علاوه بر این، روان‌درمانی معنوی - مذهبی نظام باور منسجمی ایجاد می‌کند که موجب می‌شود افراد برای زندگی خود معنا پیدا کنند و بر ناملایمات و فشارهای روانی فائق آیند و به زندگی امیدواری و با آن سازگاری بیشتری داشته باشند.

از محدودیت‌های این پژوهش استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، استفاده از پرسشنامه برای جمع‌آوری داده‌ها و نبود مرحله پیگیری به سبب محدودیت زمانی بود، لذا در تعمیم نتایج باید جانب احتیاط رعایت گردد، بنابراین پیشنهاد می‌شود در آینده پژوهش‌ها با دیگر روش‌های جمع‌آوری اطلاعات از جمله مصاحبه همراه با دوره‌های پیگیری بلندمدت انجام شود. پیشنهاد می‌شود برگزاری کارگاه‌هایی در زمینه آموزش مهارت‌های معنوی از قبیل خودآگاهی، توکل، ذکر، بخشش، حل مسئله و صبر در دانشجویان در کنار تعلیم مهارت‌های زندگی برای مشاوران باهدف تسلط هر چه بیشتر در زمینه آموزش این مهارت‌ها برگزار شود.

Reference

1. Kalkan M, Ersanli E. The Effects of the Marriage Enrichment Program Based on the Cognitive-Behavioral Approach on the Marital Adjustment of Couples. *Educational Sciences: Theory and Practice*. 2008;8(3):977-86.
2. Durğut S, Kısa S. Predictors of marital adjustment among child brides. *Archives of psychiatric nursing*. 2018;32(5):670-6.
3. Najjar Pour S, Fatehi Zadeh M. The study of effectiveness of semantic cognitive therapy on marital adjustment of paranoid couples in Isfahan. *Counseling Culture and Psychotherapy*. 2011;2(6):95-109. (Persian)
4. Özmen O, Atik G. Attachment styles and marital adjustment of Turkish married individuals. *Procedia-social and behavioral sciences*. 2010;5:367-71.
5. Pruchno R, Wilson-Genderson M, Cartwright FP. Depressive symptoms and marital satisfaction in the context of chronic disease: a longitudinal dyadic analysis. *Journal of family psychology*. 2009;23(4):573.
6. Rajabi G, Hayatbakhsh L, Taghipour M. Structural model of the relationship between emotional skillfulness, intimacy, marital adjustment and satisfaction. *Family Counseling and Psychotherapy*. 2015;5(1):68-92. (Persian)

22. Locke HJ, Wallace KM. Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and family living*. 1959;21(3):251-5.
23. Shah Nazari M. Prediction of sexual satisfaction of married women based on marital adjustment, communication patterns and emotional regulation. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2019;8(9):179-88. (Persian)
24. Bolhari J, Naziri G, Zamanian S. Effectiveness of Spiritual Group Therapy in Reducing Depression, Anxiety, and Stress of Women with Breast Cancer. *Quarterly Journal of Woman and Society*. 2012;3(9):87-117. (Persian)
25. Taghizadeh M, Miralaei M. Study of spiritual group therapy on increase of resiliency in female multiple sclerosis patients in Esfahan *Health Psychology*. 2013;2(7):82-102. (Persian)
26. Ghanbari Hashemabadi B, Ashraf MH, Ghanbari Hashemabadi M. Image of God and its relationship with demographics variables, self-concept and self-efficacy. *Research in Clinical Psychology and Counseling*. 2012;2(1):165-180. (Persian)
27. Granqvist P. Mental health and religion from an attachment viewpoint: Overview with implications for future research. *Mental Health, Religion & Culture*. 2014;17(8):777-93.
- Committee. *Culture at Islamic University*. 2013;4(5):546-37. (Persian)
15. Imanifar HR, Mahmoudi S. Comparing the Effect of Reality Therapy and Spiritual-Religious Psychotherapy Based on Islamic Teachings on the Quality and Meaning of Life of Divorced Female Heads of Households in Fasa City. *Journal of Pizhūhish dar dīn va Salāmat (ie, Research on Religion & Health)*. 2020;6(3):74-88. (Persian)
16. Varianni K, Shamsaee MM. A Study on Effectiveness of Teaching Spiritual Skills on Loneliness and Mental Health of First-year Female Students at Secondary Level. *Strategic Studies on Youth and Sports*. 2017;16(36):159-74. (Persian)
17. Azizmohamadi Z, Mojtabae M. Effectiveness of Spirituality Group Therapy on Psychological Well-being and Personal Growth in Female Students. *Biannual Peer Review Journal of Clinical Psychology & Personality*. 2018;16(1):151-8. (Persian)
18. Zarifi M, Nikoo Abkenar B, Zarei E. The effectiveness of spiritual-religious psychotherapy on emotional schemas and marital adjustment of women on the verge of divorce. *Ravanshenasi Va Din*. 2022;15(3):47-60. (Persian)
19. Najarpourian S, Fatehizadeh M, Abedi M. The study of effectiveness of semantic cognitive therapy on marital adjustment of paranoid couples in Isfahan. *Quarterly of Counseling Culture and Psychotherapy*. 2011;2(6):95-109. (Persian)
20. Maslow A. *The SI test: A measure of psychological security-insecurity*. Palo Alto, Calif: Consulting Psychologists. 1952.
21. Shams G. The Effect of Secure-Base Leadership Components on the Staff Psychological Safety: the Role of Leadership Effectiveness. *The Journal of New Thoughts on Education*. 2014;9(4):34-55. (Persian)