

## عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی آموزش غنی سازی روابط بر بهبود تعارض کار و خانواده و کیفیت زندگی زوجین هر دو شاغل

## محل انتشار:

شانزدهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 22

## نویسندگان:

اعظم محمودی امیرآباد - کارشناس امور بهزیستی سازمان بهزیستی خراسان رضوی

حسین اکبری امرغان - عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان

## خلاصه مقاله:

سابقه و هدف: زندگی شغلی و خانوادگی دو جزء لاینفک زندگی اکثر افراد جامعه به شمار می آید. به طوری که رمز موفقیت افراد در پیشبرد اهدافشان در این دو حیطه از زندگی میباشد. بر همین اساس هدف این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش غنی سازی روابط بر بهبود تعارض کار و خانواده و کیفیت زندگی زوجین هر دو شاغل بود. مواد و روشها: پژوهش حاضر یک کارآزمایی بالینی با طرح پیش آزمون- پس آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش را کلیه زوجهای شاغل اداره آموزش و پرورش شهرستان قوچان در سال تحصیلی ۶۹-۶۹ تشکیل میداد. برای اجرای این پژوهش ضمن رعایت اصل رضایت آگاهانه پس از اطلاع رسانی و صدور فراخوان تعداد ۲۰ زوج بصورت در دسترس هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه آزمون و کنترل تقسیم شدند. ملاک ورود نمونه به پژوهش ضمن خوداظهاری افراد به وجود برخی اختلافات و تعارضات ناشی از شاغل بودن زوج، عدم شرکت همزمان یا در طی چند ماهه اخیر در جلسات رواندرمانی دیگر بود. گروه آزمون در دوره آموزش غنی سازی روابط طی ۸ جلسه ۶۲ دقیقه ای شرکت کردند و در گروه کنترل هیچ مداخله ای صورت نگرفت. ابزار پژوهش شامل مقیاس کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی و پرسشنامه تعارض کار- خانواده کارلسون و همکاران (۲۰۰۰) بود. برای تحلیل داده ها از تحلیل کوواریانس با استفاده از بسته نرم افزاری SPSS-۲۲ استفاده شد. یافته ها: تحلیل نتایج بیانگر این بود که بین میانگین نمرات مقیاس کیفیت زندگی و تعارض کار-خانواده شرکت کنندگان برحسب عضویت گروهی (دو گروه آزمون و کنترل) پس از تعدیل تاثیر متغیر پیش آزمون تفاوت معنیداری وجود دارد ( $P < 0.001$ ) نتیجه گیری: با توجه به تاثیر مثبت آموزش غنی سازی روابط بر کیفیت زندگی و تعارض کار-خانواده میتوان از این روش جهت بهبود تعارض کار-خانواده در بین زوجین هر دو شاغل و همچنین افزایش کیفیت زندگی و رضایت زناشویی و در نتیجه آن رضایت از زندگی زوجین بهره برد.

## کلمات کلیدی:

غنی سازی، روابط زوجین، کیفیت زندگی، تعارض کار-خانواده، زوجین هر دو شاغل.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1689904>

