

The Effectiveness of Media Literacy Promotion Training Program on Marital Burnout in High Cyber Couples in Isfahan

Amin Rezvani¹
Sayed Esmaeil Mosavi²

Received: 19/01/2021
Accepted: 28/05/2021

Abstract

While most marriages begin with love and the couple seeks to respect each other, over time, issues arise that lead to the couple separating or the life together continues without feeling and emotion. Considering the effect of media in the modern era on the occurrence of such phenomena, the aim of this study was to determine the effectiveness of media literacy training program on marital Burnout in high-consumption couples in cyberspace in Isfahan in the academic year 1398. The research method was quasi-experimental and the statistical population included all couples who referred to counseling centers and psychological services in Isfahan in relation to problems caused by excessive use of cyberspace; Using available (purposive) sampling method, 30 pairs (60 people) were selected and randomly divided into two groups of control (15 pairs) and experimental (15 pairs). Data collection tools were demographic information questionnaire and Pines Marital Burnout Questionnaire (CBM). After performing the pre-test on both groups, the experimental group was trained in eight sessions of 75 minutes using a researcher-made media literacy promotion training program and the control group was kept independent of the variable. At the end of the training, post-test was performed on both groups to determine the amount of changes. Statistical methods were used to analyze the data at both descriptive and inferential levels, and finally analysis of covariance was performed by SPSS-23 software. The obtained results showed that the effect of media literacy promotion educational program on marital Burnout in cyberspace couples in Isfahan was significant ($p = 0.012$, $F = 6.82$). Due to the lower mean score of marital Burnout component of the experimental group in the post-test compared to the pre-test, it is concluded that the media literacy promotion training program has been effective in reducing marital Burnout in high-consumption couples in cyberspace in Isfahan. . The magnitude of the effect of media literacy promotion program on marital Burnout of couples was equal to 11%.

Keywords: Media literacy, Marital Burnout, High-consumption couples, Cyberspace.

1. PhD Student in Curriculum Planning, Islamic Azad University, Maymeh Branch, Iran (Corresponding Author) (Amin.rezvani@iaukhsh.ac.ir).

2. Assistant Professor, Department of Counseling, Islamic Azad University, Khomeini Shahr Branch, Isfahan, Iran (Es.mosavi@iaukhsh.ac.ir).

اثربخشی برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی شهر اصفهان

امین رضوانی*

سید اسماعیل موسوی**

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۹/۱۶

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۲/۰۹

چکیده

درحالی‌که اغلب ازدواج‌ها با عشق شروع می‌شود و زوجین قصد دارند به یکدیگر احترام بگذارند، در طول زمان، مسائلی پدید می‌آید که جدایی زوجین را در پی دارد یا زندگی مشترک، بدون احساس و عاطفه ادامه می‌یابد. باتوجه‌به تأثیر رسانه‌ها در عصر مدرن بر وقوع چنین پدیده‌هایی، هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۳۹۸ بود. روش تحقیق از نوع نیمه آزمایشی و جامعه آماری شامل کلیه زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی شهر اصفهان در رابطه با مشکلات ناشی از مصرف زیاد فضای مجازی بود؛ که با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس (هدفمند) تعداد ۳۰ زوج (۶۰ نفر) انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه کنترل (۱۵ زوج) و آزمایش (۱۵ زوج) تقسیم شدند. ابزار جمع‌آوری داده‌ها، پرسشنامه‌های مربوط به اطلاعات دموگرافیک، پرسشنامه دلزدگی زناشویی پاینز (CBM) بود. پس از اجرای پیش‌آزمون بر روی هر دو گروه، گروه آزمایش طی هشت جلسه ۷۵ دقیقه‌ای با استفاده از برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای محقق ساخته آموزش دیدند و گروه کنترل به‌دوراز متغیر مستقل نگاه داشته شدند. پس از اتمام آموزش از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد تا میزان تغییرات حاصله مشخص شود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری در دو سطح توصیفی و استنباطی استفاده شد و در نهایت تحلیل کوواریانس توسط نرم‌افزار SPSS-۲۳ صورت گرفت. نتایج به‌دست‌آمده نشان داد اثر برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی شهر اصفهان معنادار بوده است ($F = 6/82$, $p = 0/012$). باتوجه‌به کمتر بودن میانگین نمره مؤلفه دلزدگی زناشویی زوجین گروه آزمایش در زمان پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون، نتیجه می‌شود که برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر کاهش دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی شهر اصفهان مؤثر بوده است. مقدار اندازه اثر برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزدگی زناشویی زوجین برابر ۱۱ درصد بوده است.

واژگان کلیدی: سواد رسانه‌ای، دلزدگی زناشویی، زوجین پرمصرف، فضای مجازی.

*دانشجوی دکتری برنامه‌ریزی درسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد میمه، ایران (نویسنده مسئول)

(Amin.rezvani@iaukhsh.ac.ir).

**استادیار گروه مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی‌شهر، اصفهان، ایران (Es.mosavi@iaukhsh.ac.ir).

مقدمه و طرح مسئله

در همه نقاط دنیا، ماهیت نظام خانواده مؤلفه‌ای کلیدی و تعیین‌کننده در رفتارها و نگرش‌های افراد به‌شمار می‌آید و خانواده در زمره مهم‌ترین دستگاه‌های اجتماعی است که بر اساس ازدواج بین دو جنس مخالف شکل می‌گیرد. همچنین خانواده به‌عنوان واحدی اجتماعی، کانون رشد و تکامل، التیام و شفا‌دهندگی، تغییر و تحول، آسیب‌ها و عوارض است که هم می‌تواند بستر شکوفایی و هم‌بستر فروپاشی روابط میان اعضایش باشد (مؤمنی جاوید و شعاع کاظمی، ۱۳۹۰، ص. ۵۵).

امروزه فضای مجازی^۱ با توسعه روزافزون اطلاعات و ارتباطات، نقشی اساسی در زندگی خانواده‌ها پیدا نموده است. رسانه‌های جمعی با تولید برنامه‌های متنوع بر ذهن و زندگی افراد تأثیر می‌گذارند و دسترسی آسان و گسترده‌ای دارند (مظفری نیا و قاسمی پور، ۱۳۹۶، صص. ۱۷۱-۱۸۰)؛ امروزه بیش از ۵۰ درصد از جمعیت جهان از اینترنت استفاده می‌کنند و بیش از ۳/۸ میلیارد انسان در جهان به اینترنت دسترسی دارند. این در حالی است که بیش از ۵۶ میلیون کاربر در ایران وجود دارد و از این‌رو ایران جزء ۲۰ کشور برتر در استفاده از اینترنت است (مرکز جهانی اینترنت^۲، ۲۰۱۷؛ به نقل از عباسی شوازی و عباسی آتشگاه، ۱۳۹۷، ص. ۳۷)؛ و ایرانی‌ها یکی از فعال‌ترین گروه‌های کاربران در شبکه‌های اجتماعی مجازی به‌شمار می‌روند (ضیایی‌پرور و عقیلی، ۱۳۸۸، ص. ۲۴). نتایج پژوهش واینشتاین، رینات، بابکین، کوهن و لجویکس^۳، (۲۰۱۵) بیانگر این است که فضای مجازی عامل پیش‌بینی‌کننده‌ای برای ایجاد مشکلات در روابط صمیمانه زوجین است. فعالیت در شبکه‌های مجازی همه ابعاد زندگی را در برمی‌گیرد. از قرار گذاشتن با دوستان گرفته تا کاربایی و...؛ بنابراین در شرایطی که زندگی همگانی با فضای مجازی گره‌خورده است، توجه به ابعاد مختلف این پدیده و آشنایی با فرصت‌ها و تهدیدهای آن امری ضروری به نظر می‌رسد (موسویان و افراسیابی، ۱۳۹۵). در کل فضای مجازی دارای ظرفیت‌ها و پتانسیل‌های بالایی در تعاملات انسانی است و پیدایی و گسترش این

1. Cyberspaces

2. <http://www.internetworldstats.com/top20.htm>.

3. Weinstein, Rinat, Babkin, Cohen & Lejoyeux

فضا، ارتباطات را معنایی تازه بخشیده و زمینه دگرگونی در تعاملات اجتماعی را فراهم کرده است (ریوا و گالیمبرتی^۱، ۱۹۹۷؛ به نقل از رضوانی، ۱۳۹۸).

به عبارت دیگر ضمن اینکه این فضا فرصت‌های متعددی از جمله همگرایی رمزگانی، افزایش درک و قدرت پیش‌بینی پذیری و تصمیم‌گیری آگاهانه‌تر را فراهم می‌کند (پارکز و رابرتز^۲، ۱۹۹۸)، مخاطراتی همچون بروز مشکلات رفتاری و رابطه‌ای (دیویس و اندلار^۳، ۲۰۰۱)، تضعیف و نارضایتی در روابط زوجین، اعتیاد اینترنتی و صرف زمان زیاد برای آن، عدم توجه به اعضای خانواده و دوستان، نادیده گرفتن خانواده و تغییر سبک زندگی (بوید و الیسون^۴، ۲۰۰۷) را نیز به دنبال دارد. در راستای آسیب‌ها و مخاطرات مرتبط با فضای مجازی یکی از عرصه‌های قابل مطالعه، بررسی چالش‌ها و آسیب‌های برآمده از فضای مجازی در روابط زوجین به‌عنوان مهم‌ترین رابطه در تعاملات انسانی است. با پیدا شدن رد پای فضای مجازی در رابطه زناشویی، نگرش زوجین به یکدیگر نیز تغییر کرده و این تغییر نگرش باعث اختلال در روابط صمیمانه زوجین گردیده است (هرتلین^۵، ۲۰۱۲). از طرفی فضای مجازی به دلیل سوگیری ایدئولوژیک، در راستای تضعیف یا تثبیت قدرت و گفتمان ویژه‌ای گام برمی‌دارد و بستر آسیب زدن به زندگی زوجین را فراهم می‌کند (هال و جالی^۶، ۲۰۰۷؛ به نقل از شجاعی جشقانی، احمدی، جزایری و اعتمادی، ۱۳۹۶، صص. ۵۵۲-۵۵۳). در کل جهانی شدن و قدرت مدرنیته و نوسازی، پیامدهای مثبتی برای اعضای خانواده و جامعه به همراه دارد، اما آن‌ها را در معرض تهدید نیز قرار می‌دهد. فروپاشی پیوندهای زناشویی از برجسته‌ترین نمونه‌های تحولات مرتبط با خانواده امروزی است (رحیمی، شکر بیگی، ساروخانی و حضرتی صومعه، ۱۳۹۶، صص. ۱۶۹-۱۴۵).

زندگی مشترک از عوامل متعددی متأثر می‌شود که پاره‌ای از آن‌ها ممکن است زوج‌ها را به طرف اختلاف و درگیری، جدایی روانی و دلزدگی (خستگی یا فرسودگی) و حتی

-
1. Riva & Galimberti
 2. Parks & Roberts
 3. Davis & Endlar
 4. Boyd & Ellison
 5. Hertlein
 6. Hall & Jhally

طلاق سوق دهد. از نظر پاینز^۱ (۱۹۹۶، ترجمه فاطمه شاداب، ۱۳۸۱) دلزدگی از پا افتادن جسمی، عاطفی و روانی است که از عدم تناسب بین توقعات و واقعیت ناشی می‌شود (نریمانی، پوراسمعی، حاجلو و مکائیلی، ۱۳۹۴، ص. ۲۵).

امروزه بسیاری از زوجها زندگی زناشویی خود را با روابط صمیمی بالا آغاز می‌کنند، اما با گذر زمان این روابط صمیمی کم‌کم دچار مشکل می‌شوند. الیس عنوان می‌کند زوج‌هایی که به تازگی ازدواج کرده‌اند، کمتر به این فکر می‌کنند که ممکن است زمانی عشق آن‌ها کمرنگ شود و این درست زمانی است که دلزدگی^۲ آغاز شده است (داور نیا، زهرا کار و نظری، ۱۳۹۴، ص. ۳۶). در یک ازدواج سرخورده یکی یا هر دو زوج ضمن تجربه احساس گسستگی از همسر و کاهش علائق و ارتباطات متقابل، نگرانی‌های قابل توجهی در خصوص تخریب فزاینده رابطه و پیشروی به سمت جدایی دارند. دلزدگی زناشویی^۳ کاهش تدریجی دل‌بستگی عاطفی به همسر است که با احساس بیگانگی، بی‌علاقگی و بی‌تفاوتی زوجین به یکدیگر و جایگزینی عواطف منفی به جای عواطف مثبت همراه است کایزر^۴ (۱۹۹۶) و در پی آن، احساسات منفی، حالت غالب به خود می‌گیرد و به از دست دادن شور و شوق اولیه، وابستگی عاطفی، تعهد و نهایتاً بروز دلزدگی منجر می‌شود (پوکورسکا، فارل، ایوان شیتزکی و پیلای^۵، ۲۰۱۳؛ به نقل از کیانی، اسدی شیشه‌گران، اسماعیلی قاضی ولویی و زوار، ۱۳۹۵، ص. ۵۹).

رسانه نیز به‌عنوان یک ابزار قدرتمند اجتماعی بر افکار و اندیشه اعضای خانواده مؤثر واقع می‌شود؛ این نهاد اجتماعی می‌تواند در بروز مسائل اجتماعی در عصر حاضر نقش بسیار مؤثری داشته باشد و با توجه به چنین هدفی رسانه همواره به‌صورت مثبت یا منفی به تغییر ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی جامعه بپردازد (فلسفی، ۱۳۹۳). ازسویی امروزه، فناوری اطلاعات و ارتباطات در تمام ارکان زندگی نمایان است و تمام رفتارهای بشری تحت تأثیر آن قرار گرفته است و فضای مجازی، عرصه جدیدی برای حیات بشری است

-
1. Pines
 2. Burnout
 3. Marital Burnout
 4. Kayser
 5. Pokorska, Farrell, Evanschitzky & Pillai

کہ قابلیت پذیرش و انجام بخش عمده‌ای از نیازها، فعالیت‌ها و شئون زندگی بشر، اجتماعات انسانی و حکومت‌ها را دارد (مظفری نیا و قاسمی‌پور، ۱۳۹۶، صص. ۱۷۱-۱۷۳).

سواد رسانہ‌ای^۱ می‌تواند به‌عنوان راهکار مناسب برای آموزش مهارت‌ها به زوجین باشد تا در برابر حجم انبوهی از اطلاعات در فضای مجازی بتوانند دست به انتخاب، پردازش اطلاعات و ارتقای فهم انتقادی خود بزنند ولی باوجود اهمیت و نیازی کہ بر دانستن مهارت سواد اطلاعاتی لازم است هنوز بسیاری از زوجین^۲ بر این مهارت مسلط نیستند و از آنجایی کہ سواد اطلاعاتی به توانمندی‌های فردی توجه دارد و به‌منزله پاسخی مناسب با نیازهای فراگیران و تبدیل یادگیرنده به عضوی فعال در یادگیری می‌باشد، بنابراین باید یادگیری در فرد نهادینه گردد (انجمن کتابداران آمریکا^۳، ۱۹۸۹؛ به نقل از شجاعی، ۱۳۹۶)؛ و توانمندی‌های شناختی و فکری فراگیران و مهارت‌های آنان مدنظر قرار گیرد تا بتواند این مهارت‌ها و دانش برای کشف حقایق با هدف حل مشکلات و مسائل به وجود آمده در اختیار کاربران قرار گیرد (پریخ، ۱۳۸۶).

سواد رسانہ‌ای نهضتی علیه رسانہ‌ها نیست بلکه عادات رسانہ‌ای افراد را تغییر می‌دهد و با هوشیار کردن مخاطبان به آن‌ها می‌آموزد چطور از رسانہ‌ها استفاده کنند. شهروندانی کہ سواد رسانہ‌ای دارند از طریق رسانہ میزان آگاهی و توان دریافت اطلاعات خود را بالا می‌برند و با همین توان به سمت تقویت روحیه انتقادی بیشتر حرکت می‌کنند و رابطه یک‌سویه و انفعالی را به جریانی دوسویه و فعال تبدیل می‌کنند (عقیلی راسخ محمدی، ۱۳۸۶، ص. ۷؛ به نقل از فلسفی، ۱۳۹۳، ص. ۱۵۲).

به‌عبارت‌دیگر، همان‌طور کہ استفاده از هر ابزاری مستلزم برخورداری از دانش مرتبط با آن است، لازمه استفاده صحیح از فضای مجازی نیز برخورداری از سواد رسانہ‌ای و شناخت تهدیدهای ناشی از این فضا و فرصت‌های موجود در آن است. از آنجاکہ سواد رسانہ‌ای الگویی است تا بر اساس آن مخاطب و افکار عمومی، نه به‌عنوان یک عنصر

1. Media Literacy
2. Couples
3. American Library Association

منفعل بلکه به‌عنوان یک پدیده فعال و جاری، در فرآیندی شناختی به حساب آید و عمل تفسیر و تحلیل پیام را به انجام رساند، ضرورت دارد تا مخاطبان رسانه‌های جمعی به‌ویژه کاربران پرمصرف فضای مجازی بیش از گذشته با مفاهیم این سواد نسبتاً نوظهور آشنا شوند و توان خود را برای مواجهه شایسته با فضای مجازی افزایش دهند (موسویان و افراسیابی، ۱۳۹۵).

پژوهش‌های انجام‌شده درخصوص آسیب‌های فضای مجازی، جنبه‌هایی از این آسیب‌ها را موردبررسی قرار داده‌اند، برای مثال نتایج پژوهش دنی بک، کوپر و مانسون^۱ (۲۰۰۵) نشان می‌دهد که استفاده از فضای مجازی (اینترنت) باعث تغییر وظایف و نقش‌ها و انتظارات درک شده مطابق با مسئولیت‌های زوجین در بین زنان و مردان متأهل گردیده است. نتایج پژوهش کمپبل و لینگ^۲؛ (۲۰۰۹)، هامفرز^۳ (۲۰۰۵) نیز بیانگر این است که فضای مجازی مرزهای ارتباطی را در منظومه زن و شوهر مخدوش می‌کند و منجر به تخریب حریم خصوصی آنان و ایجاد و توسعه روابط آنلاینی ناشناخته در بین زوجین می‌گردد.

بنابراین می‌توان پیامدهای دلزدگی زناشویی و عدم رابطه مناسب زوجین را به دو صورت موردبررسی قرار داد. اول اینکه بسیاری از مشکلات زناشویی به‌صورت پنهان در بستر خانواده ادامه می‌یابد و خانواده را مورد تهدید قرار می‌دهند. در چنین خانواده‌هایی زوجین از رابطه مناسب و شادمانی زناشویی برخوردار نیستند و به دلیل قبح طلاق از نظر شرعی و اجتماعی (عرفی)، خود را مجبور به ادامه زندگی می‌کنند که به تدریج موجبات اندوه، درماندگی و مشکلات روحی و روانی در پی خواهد داشت (عیسی نژاد، ۱۳۸۷). دوم اینکه زوجها در این شرایط زندگی زناشویی را نمی‌پذیرند و به جدا شدن از همدیگر تن می‌دهند، همه موارد فوق اهمیت این موضوع را می‌رسانند که می‌توان علاوه بر اینکه نرخ طلاق را در جامعه کاهش داد، به بهبود روابط زوجین و کاهش مشکلات زناشویی با آموزش برنامه‌های پیشگیرانه، کمک کرد (داراب، ۱۳۹۲).

1. Dane back, Cooper & Mansson
2. Campbell & Ling
3. Humphreys

سواد رسانه‌ای از مهم‌ترین مسائل و چالش‌های فضای مجازی در ایران است (آینده بان، ۱۳۹۵). نتایج پژوهش سالانه «آینده‌پژوهی ایران»، نشان می‌دهد که از میان ۱۹۵ مسئله اصلی ایران در سال (۱۳۹۵)، ۵ مورد آن یعنی، «آسیب‌پذیری امور مربوط به خانواده‌ها از ابزارهای تلفن هوشمند»، «استفاده از شبکه‌های اجتماعی آنلاین در بستر اینترنت همراه»، «سواد دیجیتالی برای مواجهه با امکانات جدید تلفن‌های همراه»، «معضلات افشای حریم خصوصی در فضای مجازی و مزاحمت و...»، ارتباط مستقیم با موضوع سواد رسانه‌ای دارد (مولایی، طالبیان و عابدی، ۱۳۹۶، صص. ۷۷-۱۱۷). به همین دلیل ضرورت پرداختن به این موضوع در همه سازمان‌ها و نهادها احساس می‌شود. از آنجایی که هدف پژوهش بررسی اثر بخشی برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای محقق ساخته بر دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی شهر اصفهان بوده است این سؤال مطرح می‌شود که آیا برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی تأثیر دارد؟

۱. مبانی نظری و مروری بر مطالعات گذشته

۱-۱. سواد رسانه‌ای

تعاریف و مفاهیم زیادی در این حوزه وجود دارد که محقق با توجه به موضوع و برنامه آموزشی تعریفی که مرتبط‌تر و گویاتر با روش کارش است را انتخاب می‌کند. بر اساس نظر الیزابت تامن و همکارانش، سواد رسانه‌ای همانند فیلتری داوری کننده عمل می‌کند. چنان‌که جهان متراکم از پیام، از لایه‌های فیلتر سواد رسانه‌ای عبور می‌کند تا شکل مواجهه با پیام معنادار شود. پیام رسانه‌ای در سه لایه عمل می‌کند: لایه اول: اهمیت برنامه‌ریزی شخصی در نحوه استفاده از رسانه‌ها، به این معنا که مخاطب توجه بیشتری به انتخاب و تماشای انواع مختلف برنامه‌ها دارد و به صورت مشخصی به استفاده از تلویزیون، ویدئو، بازی‌های الکترونیکی، فیلم‌ها و دیگر رسانه‌ها می‌پردازد و میزان مصرف را کاهش می‌دهد. لایه دوم: در این سطح، مخاطب به جنبه‌های نامحسوس‌تر رسانه‌ای توجه می‌کند و به پرسش‌ها و موضوعات عمیقی مانند چه کسی پیام‌های رسانه‌ای را می‌سازد؟ چه هدفی با فرستادن پیام دنبال می‌شود؟ چه کسی از ارسال پیام سود می‌برد و چه کسی ضرر

می‌کند و... می‌پردازد. لایه سوم: این لایه مهارت‌های لازم برای تماشای انتقادی رسانه‌هاست. با این مهارت‌ها، مخاطب به تجزیه و تحلیل و پرسش درباره چارچوب ساخت پیام و جنبه‌های جاافتاده در آن می‌پردازد (تأمن، ۱۹۹۵). در این پژوهش محقق طی ۸ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای برنامه آموزشی گروهی (کارگاه) ارتقا سواد رسانه‌ای برای زوجین پرمصرف فضای مجازی برگزار می‌کند.

۲-۱. دلزدگی زناشویی

بنا به تعریف دلزدگی یک حالت خستگی و از پا افتادن جسمی، عاطفی و روانی است که نتیجه درگیری‌های طولانی‌مدت در موقعیت‌هایی است که افراد از نظر عاطفی و احساسی مطالبات زیادی دارند و زمانی بروز می‌کند که زوجین متوجه می‌شوند، به‌رغم تلاششان، رابطه آن‌ها به زندگی معنا نداده و نخواهد داد و در واقع انباشته شدن سرخوردگی‌ها و تنش‌های زندگی روزمره سبب فرسایش و سرانجام به دلزدگی منجر می‌شود (پاینز، ۱۹۹۶). در پژوهش حاضر منظور از دلزدگی زناشویی، نمره‌ای است که فرد در مقیاس دلزدگی زناشویی پاینز (۱۳۸۱/۱۹۹۶) به دست می‌آورد؛ این مقیاس شامل جملاتی درباره جنبه‌هایی از احساسات در روابط زناشویی است که ممکن است فرد آن‌ها را تجربه کرده یا تجربه نکرده باشد. ۲۱ سؤال دارد و به شیوه عدم تجربه یا تجربه زیاد (هرگز-یک بار طی مدتی طولانی-به ندرت-گاهی-معمولاً-غالباً-همیشه) باید به آن پاسخ داد. حداقل و حداکثر نمره فرد در کل پرسشنامه به ترتیب ۲۱ و ۱۴۷ است؛ بنابراین نمرات بالا در این مقیاس نشان می‌دهد که احتمال دلزدگی زناشویی بیشتر است.

۳-۱. مطالعات پیشین

در این بخش، تعدادی از پژوهش‌های انجام‌شده (داخلی و خارجی) را که در سال‌های اخیر در این راستا انجام شده و به موضوع پژوهش حاضر نزدیک و مرتبط است مورد تفحص و بررسی قرار می‌دهیم. با توجه به اینکه پژوهش‌های داخل و خارج کشور کمتر به این مسئله پرداخته‌اند؛ سعی شده است نتایج برخی پژوهش‌های انجام‌شده در حوزه

مسائل زناشویی در داخل و خارج از کشور را که می‌تواند نشان‌دهنده جنبه‌هایی از روابط زناشویی مرتبط با موضوع مورد مطالعه باشد مرور کنیم.

یکی از مسائلی که خانواده‌ها با آن مواجه هستند دلزدگی زناشویی است. از آنجایی که برای حل هر مشکلی ابتدا باید عواملی که در آن مسئله دخیل است شناسایی شود بنابراین توجه به عوامل مؤثر بر دلزدگی زناشویی می‌تواند مسئله‌ای مهم برای مطالعات بعدی محسوب شود.

جدول ۱: پژوهش‌های داخلی انجام شده مرتبط با تحقیق

سال	محقق	عنوان	نتایج	نوع ارتباط
۱۳۹۸	پاراحمدی، سعیده؛ زارعی، فاطمه و جعفری، فاطمه	پیامدهای حضور در شبکه‌های اجتماعی آنلاین بر زندگی زوجین مطالعه کیفی	نتیجه‌گیری اینکه گسترش شبکه‌های اجتماعی آنلاین، درک پیامدهای دوسویه بر زندگی مشترک را همانند سایر بسترهای تعاملی دور از ذهن نمی‌سازد. از این رو، مدیریت پیامدهای منفی حضور در شبکه‌های اجتماعی آنلاین و تقویت سویه مثبت آن، بر ضرورت سواد رسانه تأکید می‌کند.	رسانه (شبکه‌های اجتماعی) سواد رسانه‌ای پیامدهای منفی زندگی زوجین
۱۳۹۷	پیرجلیلی، مهدوی و ازکیا	در پژوهشی با عنوان بررسی آسیب شناسی تأثیر حضور در شبکه اجتماعی تلگرام و استفاده از آن بر روابط خانوادگی زوجین شهر تهران	سوزهای مورد مطالعه حدود دو سال سابقه حضور و استفاده در شبکه اجتماعی تلگرام را داشته‌اند و به جهت حضور در این فضا دچار مشکلات شدید در روابط فی‌مابین خانوادگی شده‌اند. بر اساس یافته‌های پژوهش حضور و استفاده زوجین از شبکه اجتماعی تلگرام بدون آگاهی از سواد رسانه‌ای، منجر به تنش در روابط خانوادگی آنان خواهد شد.	رسانه (شبکه‌های اجتماعی، تلگرام) پرمصرف روابط خانوادگی روابط زوجین سواد رسانه‌ای روابط خانوادگی
۱۳۹۷	نخشی پور، ابراهیم و ابراهیم پور، داود	رابطه میزان حضور و فعالیت در فضای مجازی با میزان سازگاری زناشویی در بین مردان و زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر ارومیه رابطه منفی و معنی‌داری دارد.	بر اساس نتایج پژوهش، میزان حضور و فعالیت در فضای مجازی با میزان سازگاری زناشویی در بین مردان و زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر ارومیه رابطه منفی و معنی‌داری دارد.	رسانه (فضای مجازی) میزان حضور زوجین پرمصرف روابط زناشویی
۱۳۹۶	رجایی، مریم سادات و حیدری، حسن	بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت با رضایت و دلزدگی زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی خمینی‌شهر در سال ۱۳۹۴	تحلیل نتایج بیانگر این بود که بین اعتیاد به اینترنت دانشجویان متأهل با رضایت زناشویی رابطه معنی‌دار منفی و با دلزدگی زناشویی رابطه معنی‌دار مثبت وجود دارد. بر اساس یافته‌ها استفاده خارج از میزان به‌حاجت از اینترنت، رضایت زناشویی را تحت تأثیر منفی قرار داده و یکی از دلایل دلزدگی زناشویی می‌باشد.	رسانه (اینترنت) پرمصرف دلزدگی زناشویی خمینی شهر اصفهان اعتیاد رضایت زناشویی
۱۳۹۶	سلطانی، محمد و امیری فرد زهرا	تأثیر اینترنت و شبکه‌های اجتماعی بر دلزدگی زناشویی در گروهی از زنان متأهل شهر شامین‌شهر	نتایج نشان داده است که دو بعد دلزدگی زناشویی خصمی عاطفی و روانی با اعتیاد به اینترنت رابطه مستقیم و مثبت دارد و همچنین دلزدگی زناشویی با اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری دارد که مورد تأیید واقع شد. به‌عبارت‌دیگر هر چه زنان متأهل به‌صورت اعتیاد‌آور از اینترنت استفاده کنند، دلزدگی زناشویی بین آنها افزایش می‌یابد.	رسانه (شبکه‌های اجتماعی و اینترنت) پرمصرف فضای مجازی دلزدگی زناشویی شامین شهر اصفهان روابط زناشویی
۱۳۹۵ و ۱۳۹۶	آینده یان مرلایی، طلاییان و	پژوهش گزارش سالانه «آینده‌پژوهی ایران» www.avandeban.ir/	نشان می‌دهد که از میان ۱۹۵ مسئله اصلی ایران در سال ۱۳۹۵، ۵ مورد آن یعنی، «آسیب‌پذیری امور	ایران (اصفهان) رسانه (تلفن همراه)

سال	محقق	عنوان	نتایج	نوع ارتباط
	عابدی	iran1395 سناریوهای مسائل فضای مجازی ایران در سال ۱۳۹۶	مربوط به خانواده‌ها از ابزارهای تلفن هوشمند، استفاده از شبکه‌های اجتماعی آنلاین در بستر اینترنت همراه، اسواد دیجیتالی برای مواجهه با امکانات جدید تلفن‌های همراه، هم‌عضلات انشای حریم خصوصی در فضای مجازی و مزاحمت و...، ارتباط مستقیم با موضوع اسواد رسانه‌ای دارد. اسواد رسانه‌ای یکی از چالش‌ها و مسائل اصلی فضای مجازی ایران در سال ۱۳۹۵ است.	شبکه‌های اجتماعی، اینترنت) اسواد دیجیتالی و اسواد رسانه‌ای فضای مجازی
۱۳۹۵	رمضانیان، سمیه	رابطه عضویت در شبکه‌های اجتماعی و نگرش به خیانت با دلزدگی زناشویی در دانشجویان متأهل	بین ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی با ابعاد دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معنادار و بین نگرش به خیانت با ابعاد دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. از میان ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی بعد اجتماعی و نگرش به خیانت می‌تواند دلزدگی زناشویی را پیش‌بینی نماید.	رسانه (شبکه‌های اجتماعی) ابعاد دلزدگی زناشویی روابط زوجین
۱۳۹۴	نوری قلعه‌نو، رضوان و فرنام، علی	مقایسه و بررسی رابطه آسیب‌های شبکه‌های اجتماعی مجازی و جهت‌گیری مذهبی با دلزدگی زناشویی دبیران زن و مرد ناحیه ۱ زاهدان	بین شبکه‌های اجتماعی مجازی و دلزدگی زناشویی رابطه معنادار وجود دارد؛ بین آسیب‌های شبکه‌های اجتماعی و رضایت از زندگی رابطه وجود ندارد؛ بین جهت‌گیری مذهبی و دلزدگی زناشویی رابطه معکوس و معنادار، بین جهت‌گیری مذهبی و رضایت از زندگی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.	رسانه (شبکه‌های اجتماعی) فضای مجازی دلزدگی زناشویی آسیب

سال	محقق	عنوان	نتایج	نوع ارتباط
۱۳۹۸	یاراحمدی سعید؛ زارعی، فاطمه و جعفری، فاطمه	پیامدهای حضور در شبکه‌های اجتماعی آنلاین بر زندگی زوجین مطالعه کیفی	نتیجه‌گیری اینکه گسترش شبکه‌های اجتماعی آنلاین، درک پیامدهای دوسویه بر زندگی مشترک را همانند سایر بسترهای تعاملاتی دور از ذهن نمی‌سازد. از این رو، مدیریت پیامدهای منفی حضور در شبکه‌های اجتماعی آنلاین و تقویت سویه مثبت آن، بر ضرورت سواد رسانه تأکید می‌کند.	رسانه (شبکه‌های اجتماعی) سواد رسانه‌ای پیامدهای منفی زندگی زوجین
۱۳۹۷	پیرجلیلی، مهدوی و ازکیا	در پژوهشی با عنوان بررسی آسیب‌شناسی تأثیر عضویت در شبکه اجتماعی تلگرام و استفاده از آن بر روابط خانوادگی زوجین شهر تهران	سنوژهای مورد مطالعه حدود دو سال سابقه عضویت و استفاده در شبکه اجتماعی تلگرام را داشته‌اند و به جهت حضور در این فضا دچار مشکلات شدید در روابط فیما بین خانوادگی شده‌اند. بر اساس یافته‌های پژوهش عضویت و استفاده زوجین از شبکه اجتماعی تلگرام بدون آگاهی از سواد رسانه‌ای، منجر به تنش در روابط خانوادگی آنان خواهد شد.	رسانه (شبکه‌های اجتماعی، تلگرام) پرمصرف روابط خانوادگی روابط زوجین سواد رسانه‌ای روابط خانوادگی
۱۳۹۷	نخشی پور، ابراهیم و ابراهیم پور، داود	رابطه میزان حضور و فعالیت در فضای مجازی با میزان سازگاری زناشویی در بین مردان و زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر ارومیه رابطه منفی و معنی‌داری دارد.	بر اساس نتایج پژوهش، میزان حضور و فعالیت در فضای مجازی با میزان سازگاری زناشویی در بین مردان و زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر ارومیه رابطه منفی و معنی‌داری دارد.	رسانه (فضای مجازی) میزان حضور زوجین پرمصرف روابط زناشویی

<p>رسانه (اینترنت) پر مصرف دلزدگی زناشویی خمینی شهر اصفهان اعتیاد رضایت زناشویی</p>	<p>تحلیل نتایج بیانگر این بود که بین اعتیاد به اینترنت دانشجویان متأهل با رضایت زناشویی رابطه معنی دار منفی و با دلزدگی زناشویی رابطه معنی دار مثبت وجود دارد. بر اساس یافته‌ها استفاده خارج از میزان به هنجار از اینترنت، رضایت زناشویی را تحت تأثیر منفی قرار داده و یکی از دلایل دلزدگی زناشویی می‌باشد.</p>	<p>بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت با رضایت و دلزدگی زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی خمینی شهر در سال ۱۳۹۴</p>	<p>رجایی، مریم سادات و حیدری، حسن</p>	<p>۱۳۹۶</p>
<p>رسانه (شبکه‌های اجتماعی و اینترنت) پر مصرف فضای مجازی دلزدگی زناشویی شاهین شهر اصفهان روابط زناشویی</p>	<p>نتایج نشان داده است که دو بعد دلزدگی زناشویی خستگی عاطفی و روانی با اعتیاد به اینترنت رابطه مستقیم و مثبت دارد و همچنین دلزدگی زناشویی با اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری دارد که مورد تأیید واقع شد. به عبارت دیگر هر چه زنان متأهل به صورت اعتیاد آور از اینترنت استفاده کنند، دلزدگی زناشویی بین آن‌ها افزایش می‌یابد.</p>	<p>تأثیر اینترنت و شبکه‌های اجتماعی بر دلزدگی زناشویی در گروهی از زنان متأهل شهر شاهین شهر</p>	<p>سلطانی، محمد و امیری فرد، زهرا</p>	<p>۱۳۹۶</p>
<p>ایران (اصفهان) رسانه (تلفن همراه، شبکه‌های اجتماعی، اینترنت) سواد دیجیتالی و سواد رسانه‌ای فضای مجازی</p>	<p>نشان می‌دهد که از میان ۱۹۵ مسئله اصلی ایران در سال ۱۳۹۵، ۵ مورد آن یعنی، «آسیب‌پذیری امور مربوط به خانواده‌ها از ابزارهای تلفن هوشمند»، «استفاده از شبکه‌های اجتماعی آنلاین در بستر اینترنت همراه»، «سواد دیجیتالی برای مواجهه با امکانات جدید تلفن‌های همراه»، «معضلات افشای حریم خصوصی در فضای مجازی و مزاحمت و...»</p>	<p>پژوهش گزارش سالانه «آینده‌پژوهی ایران» www.ayandeban.ir/iran1395 سناریوهای مسائل فضای مجازی ایران در سال ۱۳۹۶</p>	<p>آینده بان مولایی، طالبیان و عابدی</p>	<p>۱۳۹۵ ۱۳۹۶</p>

	ارتباط مستقیم با موضوع سواد رسانه‌ای دارد. سواد رسانه‌ای یکی از چالش‌ها و مسائل اصلی فضای مجازی ایران در سال ۱۳۹۵ است.			
رسانه (شبکه‌های اجتماعی) ابعاد دلزدگی زناشویی روابط زوجین	بین ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی با ابعاد دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معنادار و بین نگرش به خیانت با ابعاد دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. از میان ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی بعد اجتماعی و نگرش به خیانت می‌تواند دلزدگی زناشویی را پیش‌بینی نماید.	رابطه عضویت در شبکه‌های اجتماعی و نگرش به خیانت با دلزدگی زناشویی در دانشجویان متأهل	رمضانیان ، سمیه	۱۳۹۵
رسانه (شبکه‌های اجتماعی) فضای مجازی دلزدگی زناشویی آسیب	بین شبکه‌های اجتماعی مجازی و دلزدگی زناشویی رابطه معنادار وجود دارد؛ بین آسیب‌های شبکه‌های اجتماعی و رضایت از زندگی رابطه وجود ندارد؛ بین جهت‌گیری مذهبی و دلزدگی زناشویی رابطه معکوس و معنادار، بین جهت‌گیری مذهبی و رضایت از زندگی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.	مقایسه و بررسی رابطه آسیب‌های شبکه‌های اجتماعی مجازی و جهت‌گیری مذهبی با دلزدگی زناشویی دبیران زن و مرد ناحیه ۱ زاهدان	نوری قلعهنو، رضوان و فرنام، علی	۱۳۹۴

جدول ۳: پژوهش های خارجی انجام شده مرتبط با تحقیق

سال	محقق	عنوان	نتایج	نوع ارتباط
۲۰۱۸	جتن ^۱	کاربرد رسانه‌های اجتماعی: تأثیر بر احساس افسردگی و تنهایی انجام داد.	نتایج نشان داد در مجموع ۵۱ درصد از مردم ادعا می‌کنند که احساس افسردگی یا تنهایی نداشتند به این معنی که تقریباً نیمی از پاسخ‌دهندگان حداقل در برخی موارد احساس افسردگی و تنهایی داشتند.	رسانه‌های اجتماعی تنهایی و افسردگی
۲۰۱۵	دیو و تولان ^۲	رابطه بین استفاده از رسانه‌های سرگرم‌کننده، از یکسو و رضایت، تمارض و ادراک بی‌ثباتی از دواج ازسوی دیگر	مردان زن بیشتر اهل بازی‌های رایانه‌ای و مریایی باشند. تمارضات زنانشوی آنها و ادراک آنها از بی‌ثباتی زنانشوی بیشتر است و هرچه مردان از شبکه‌های اجتماعی بیشتر استفاده کنند تمارضات زنانشوی و ناراضی‌های بیشتر همسرانشان را به همراه دارد.	رسانه (بازی‌های سرگرم‌کننده) موبایل و رایانه زوجین پرمصرف فضای مجازی (شبکه‌های اجتماعی)
۲۰۱۵	صالح و مختار ^۳	بررسی تأثیرات شبکه‌های اجتماعی بر روابط زوجین رسانه‌های اجتماعی و مطالعه موردی طلاق از Dutse L.G.A ایالت جیگوا	در تجربه نشان داد میزان استفاده زنان از شبکه‌های اجتماعی به‌طور منتهای بیش از مردان است، اما استفاده مردان از این شبکه‌ها، ناراضی‌های و تمارض بیشتری به دنبال دارد اکثر پاسخ‌دهندگان اعتقاد داشتند که رسانه‌های اجتماعی می‌تواند به خیانت منجر شود و همه آنها بر این عقیده بودند که می‌تواند به بروز طلاق منجر شود. مشخص گردید که فیس‌بوک بیشترین طرفدار را در شبکه‌های اجتماعی دارا می‌باشد. این شبکه‌ها می‌تواند تهدید جدی برای خانواده‌ها و ارزش‌های اخلاقی تلقی شود. حقوق و ارقام قوی به جهان می‌گویند که رسانه‌های اجتماعی بر بی‌ثباتی زنانشوی تأثیر می‌گذارد و خانواده‌ها را از بین می‌برد و در ادامه به این نتیجه رسیدند که بین استفاده از فیس‌بوک و افزایش نرخ طلاق رابطه وجود دارد.	رسانه (شبکه‌های اجتماعی) زوجین پرمصرف طلاق
۲۰۱۴	راسل و کلایون ^۴	چرخ سرمد: تأثیر استفاده از شبکه اجتماعی توییتر در رابطه با خیانت و طلاق	بین استفاده از این رسانه و احتمال گسست در روابط عاطفی و شدید احتمال خیانت در روابط زنانشوی رابطه وجود دارد. همچنین شبکه‌های اجتماعی با فراهم کردن زمینه‌ی روابط عاشقانه با افرادی غیر از همسر، باعث خیانت زنانشوی شده و در نهایت به طلاق ختم می‌شود.	رسانه (شبکه اجتماعی توییتر) روابط زوجین طلاق

سال	محقق	عنوان	نتایج	نوع ارتباط
۲۰۱۳	کلارون، ناگارونی و اسمیت ^۱	بررسی اثرات استفاده از فیس‌بوک بر روابط عاطفی، تقرب، شکستن و طلاق	استفاده مفرط از این فضاها می‌تواند آسیب‌های جدی به روابط زناشویی به‌ویژه روابط عاطفی زوج وارد نماید. همچنین استفاده در سطح بالا از فیس‌بوک به‌ویژه در بین کسانی که سه سال یا کمتر از روابط آن‌ها نگذشته است، با روابط متنی بین زوجین ارتباط مستقیم دارد.	رسانه (فیس‌بوک) روابط زناشویی پرمصرف فضای مجازی روابط عاطفی طلاق
۲۰۱۱	یوتز و بنوکیم، پاپ، دانیلیچ و سایبرگ ^۱	نقش سایت‌های شبکه‌های اجتماعی در روابط عاشقانه اثرات آن بر حسادت و شادی رابطه آیا ما رسماً فیس‌بوک هستیم؟ پیامدهای دوست‌یابی شریک زندگی و پروفایل‌های رضایت رابطه صمیمی	در چندین مطالعه آشکار ساختند که استفاده از فیس‌بوک از طریق کاهش زمان مراقبت و صمیمیت، افزایش ابهام در روابط قرا زناشویی، تحریک حسادت، استفاده ننگاشتی و وسوسه از اینترنت و ردیودل کردن تصاویر و پیام‌های عاشقانه خارج از حرف زناشویی می‌تواند صمیمیت عاطفی را خنثی‌دار کند.	رسانه (اینترنت) فیس‌بوک روابط زوجین آسیب رابطه عاطفی
۲۰۰۸	آبرایت ^۲	پژوهشی با نام جنسیت در آمریکای آنلاین: کشف رابطه جنسی، وضعیت زناشویی و هویت جنسی در جستجوهای جنسی اینترنتی و تأثیرات آن بر اساس نظرسنجی از ۱۵۲۴۶ نفر	۱۷۵ مردان و ۱۴۱ زنان به مشاهده فیلم‌های پورنوگرافی پرداخته‌اند. از دیگر نتایج این پژوهش این بود که زنان هوایب منفی بیشتری را تجربه می‌کنند هم در ارتباط مقابل با همسر خود و هم تجربه منفی پیرامون تصویرسازی منفی که از بدن خود دارند و انتقادی که از شریک (همسر) خود دریافت می‌کنند و مردان نیز مشرف به کاهش حلاقه‌مندی در رابطه جنسی با همسر خود بوده‌اند و نسبت به بدن همسر خود انتقاد وارد می‌گردند.	رسانه (اینترنت و فیلم) روابط زوجین کاهش علاقه

با اشاره به بررسی‌های انجام‌شده توسط محقق، نتایج پژوهش‌های داخلی و خارجی نشان می‌دهد که جای خالی پژوهش‌های مرتبط با اجرا و آزمون دوره‌های آموزش سواد رسانه‌ای در کشور خالی است. باید چنین گفت که در راستای آموزش سواد رسانه‌ای تاکنون از برنامه‌های آموزشی که مختص به بالا بردن آگاهی زوجین (ارتقا) باشد و از این رهگذر آسیب‌پذیری آنان را در مقابل تأثیرات مخرب رسانه‌ها کاهش دهد، استفاده نشده است. ازسویی ارزیابی‌های به‌عمل‌آمده از سطح و میزان سواد رسانه‌ای خانواده‌ها و زوجین لزوم انجام پژوهش‌های تجربی و آزمایشی را نشان می‌دهد.

همچنین پیشینه پژوهش‌هایی که به نحوی با موضوع در ارتباطند نشان می‌دهد که استفاده از این برنامه‌های آموزشی اثربخش و مفید است. اکثریت پژوهش‌ها اتفاق نظر دارند که استفاده از رسانه‌ها آسان ولی آسیب‌نیدن از آن‌ها مشکل است. مزایای استفاده از برنامه‌های آموزشی هدفمند در فرایند آموزش و یادگیری ایجاب می‌کند که در زمینه آموزش سواد رسانه‌ای نیز از این برنامه‌ها استفاده شود و پژوهش‌هایی جهت بررسی اثربخشی این دوره‌ها انجام شود.

باتوجه به تحقیقات یادشده و پیامدهای آن توجه به ارتقا سواد رسانه‌ای زوجین و تأثیرات آن بر روابط زناشویی کمتر مورد نظر بوده است؛ در نتیجه هدف پژوهش حاضر، عبارت است از: تعیین اثربخشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۳۹۸.

۲. روش پژوهش

پژوهش حاضر به صورت نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه کنترل است. جامعه آماری را زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ که در روابط زناشویی مشکلاتشان ناشی از مصرف زیاد فضای مجازی بود، تشکیل دادند و برای اطمینان به آزمون محقق ساخته مربوط به زوجین پرمصرف فضای مجازی (رسانه‌ای) که بر مبنای نظر کارشناسان و خبرگان طراحی و تأیید شده، پاسخ دادند. برای انتخاب نمونه در ۱۲ مرکز شهر اصفهان، تعدادی از زوجین به صورت نمونه‌گیری در دسترس به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند که از این

تعداد زوج، ۳۰ زوج که مصرف زیاد رسانه و دلزدگی زناشویی داشتند و دارای دیگر شرایط و تمایل ورود به پژوهش بودند، به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در ۲ گروه آزمایش (۱۵ زوج) و کنترل (۱۵ زوج) قرار گرفتند. در ارتباط با تعداد نمونه باید اشاره کرد که در طرح‌های تجربی هر زیرگروه می‌بایست حداقل ۱۵ نفر باشد و برای اینکه نمونه انتخاب‌شده نماینده واقعی جامعه بوده و پژوهش اعتبار بیرونی بالایی داشته باشد، تعداد نمونه ۳۰ نفر (۱۵ زوج) برای هر گروه در نظر گرفته شد (دلاور، ۲۰۰۴).

۲-۱. ابزار گردآوری اطلاعات

۲-۱-۱. فرم مشخصات دموگرافیک

اطلاعات جمعیت شناختی آزمودنیها ابتدا از طریق فرم مشخصات دموگرافیک (شامل جنس، سن، تحصیلات، شغل، طول مدت ازدواج، تعداد فرزندان) جمع‌آوری شد.

۲-۱-۲. مقیاس دلزدگی زناشویی (CBM)

مقیاس دلزدگی زناشویی^۱ یک ابزار خودسنجی است که توسط پاینز (۱۹۹۶) باهدف اندازه‌گیری درجه دلزدگی زناشویی در بین زوجین ساخته شد. CBM از یک ابزار خودسنجی دیگری که برای اندازه‌گیری دلزدگی بکار می‌رود اقتباس شده است. این پرسشنامه شامل ۲۱ ماده است؛ ۴ ماده آن شامل عبارات مثبت (خوشحال بودن، روز خوبی داشتن، خوش‌بین بودن و پرانرژی بودن) و مابقی آن (۱۷ ماده دیگر) عبارات منفی است که شامل سه مؤلفه اصلی، از پا افتادگی جسمی (خستگی، از پا افتادن جسمی، تهی شدن، احساس درد، خستگی و تباهی، اختلالات خواب و اضطراب)، از پا افتادگی عاطفی (افسردگی، از پا افتادن عاطفی، ناراحتی، به دام افتادن، بی‌چیز بودن برای بخشیدن و ناامیدی) و از پا افتادگی روانی (کاسه صبر لبریز شدن، بی‌ارزش شدن، گرفتار مشکل شدن، احساس خشم و سرخوردگی کردن و طرد شدن از طرف همسر) نسبت به همسر است (پاینز، ۱۹۹۶؛ ترجمه شاداب، ۱۳۸۱).

۲-۱-۲-۱. روش نمره‌گذاری پرسشنامه

نمره‌گذاری این پرسشنامه در یک مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت در دامنه‌ای بین ۱ (هرگز) تا ۷ (همیشه) هست که آزمودنی‌ها تعداد دفعات اتفاق افتاده موارد مطرح‌شده در رابطه زناشویی خود را مشخص می‌سازد. سطح ۱ معرف عدم تجربه عبارت موردنظر و سطح ۷ معرف تجربه زیاد عبارت موردنظر است. نمره‌گذاری ۴ ماده به صورت معکوس انجام می‌شود. در این مقیاس، نمرات بالاتر نشان‌دهنده دلزدگی بیشتر است که حد بالای نمره، ۱۴۷ و حد پایین نمره، ۲۱ هست. برای تفسیر، باید نمرات حاصله را تبدیل به درجه نمود که این عمل از طریق تقسیم نمودن نمره حاصل‌شده از پرسشنامه بر تعداد سؤالات (۲۱ سؤال) به دست می‌آید. در تفسیر نمرات، درجه بیش از ۵ نشانگر لزوم کمک فوری، درجه ۵ نشان‌دهنده وجود بحران، درجه ۴ نمایانگر حالت دلزدگی، درجه ۳ نشان‌دهنده خطر دلزدگی و درجه ۲ و کمتر از آن نیز نشان‌دهنده وجود رابطه خوب است (به نقل از عطاری، حسین پور و راهنورد، ۱۳۸۸، ص. ۲۹).

۲-۱-۲-۲. تعریف گویه‌های ابعاد مختلف پرسشنامه

بعد جسمانی: نوعی فرسودگی جسمانی است که به صورت خستگی مزمن ظاهر می‌شود. بعد عاطفی: نوعی از پا افتادگی عاطفی که در آن فرد احساس می‌کند از نظر عاطفی نابودشده و مدام احساس آزرده‌گی و دلسردی می‌کند. بعد روانی: از پا افتادگی ناشی از دلزدگی معمولاً به صورت کاهش خودباوری و منفی‌نگری نسبت به روابط به‌خصوص با همسر رخ می‌دهد (پاینز، ۱۹۹۶؛ ترجمه شاداب، ۱۳۸۱).

۲-۱-۲-۳. ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه دلزدگی پاینز

۲-۱-۲-۳-۱. اعتبار و روایی مقیاس CBM

در پژوهش‌های متعدد ضریب پایایی مقیاس دلزدگی با روش آلفای کرونباخ در دامنه‌ای بین ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ محاسبه‌شده است. روایی این مقیاس به وسیله محاسبه همبستگی‌های منفی با ویژگی‌های ارتباطی مثبت مانند نظر مثبت در مورد رابطه، کیفیت مکالمه، احساس

امنیت، خودشکوفایی، احساس هدفمندی، کشش و جاذبه عاطفی نسبت به همسر و کیفیت رابطه جنسی با همسر به‌طور معنادار گزارش شده است. نسخه‌های ترجمه‌شده این مقیاس به‌صورت موفقیت‌آمیزی در مطالعات مختلف بین فرهنگی در کشورهای نروژ، مجارستان، فنلاند، اسپانیا، پرتغال و مکزیک مورد استفاده قرار گرفته است (پاینز و نانزا، ۲۰۰۳؛ لیز و لیز، ۲۰۰۱؛ به نقل از نویدی، ۱۳۸۴). نعیم (۱۳۸۷) نیز در پژوهش خود پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تصنیف به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۲ محاسبه نموده است.

همان‌طور که مشاهده می‌شود CBM از همسانی درونی و ضریب پایایی بالا و رضایت بخشی برخوردار و جهت اندازه‌گیری میزان دلزدگی زناشویی مناسب است. ضریب اطمینان آزمون - باز آزمون ۰/۸۹ برای یک دوره یک‌ماهه، ۰/۷۶ برای دوره دو ماهه و ۰/۶۶ برای دوره چهار ماهه بود. تداوم درونی برای اغلب آزمودنی‌ها با ضرایب ثابت آلفا سنجیده شد که بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ بود (پاینز؛ ترجمه شاداب، ۱۳۸۱). در ایران نیز نویدی (۱۳۸۴) آلفا کرونباخ این پرسشنامه را در مورد ۲۴۰ نمونه ۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم ۰/۸۶ گزارش کرده است.

در پژوهش دیگر، از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ^۳ برای بررسی اعتبار این مقیاس استفاده شده که ضریب همبستگی بین این دو پرسشنامه ۰/۴۰- به دست آمد که در سطح $p \leq 0.001$ معنی‌دار می‌باشد (نادری، افتخار و آملازاده، ۱۳۸۸، ص. ۶۸).

۲-۲. ساخت و روش اجرای برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای

محقق برای طراحی برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای علاوه بر استفاده از روش کتابخانه‌ای شامل پایگاه‌های اطلاعاتی، کتاب‌ها، پایان‌نامه‌ها، مقالات و مجلات داخلی و خارجی، از نظر کارشناسان مربوط به حوزه مشاوره، روانشناسی، مددکاری، مدیریت فرهنگی و فضای مجازی نیز بهره گرفت. پژوهشگر برای ساخت برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای نمونه‌هایی مختلف از بسته‌های آموزشی و مطالبی را که به نحوی می‌توانست به طراحی مرتبط با موضوع کمک کند نظیر «خانواده و آسیب رسانه‌ای رایانه

1. Pines & Nunes
2. Leas & Leas
3. Enrich

و اینترنت (جعفری، اعتمادی و عاصمی، ۱۳۹۱)، رسانه یا والدین دیگر تربیت فرزند در عصر رسانه (ابراهیم مهرانی، ۱۳۹۶)، کتاب تفکر و سواد رسانه‌ای و بسته مدیریت فضای مجازی (وزارت آموزش و پرورش؛ دانشور و همکاران، ۱۳۹۶)، سواد رسانه‌ای و مسئولیت اجتماعی (موسویان و افراسیابی، ۱۳۹۵)، پژوهشنامه سواد رسانه‌ای (صالحی امیری و همکاران، ۱۳۸۷)، کتاب حقیقت مجازی درباره فضای مجازی چه بدانیم و چه بگوییم؟ (سیاح طاهری و همکاران، ۱۳۹۵)، پایان‌نامه‌های دانشجویی نیز نظیر رضایی (۱۳۹۷)، شاه پیری (۱۳۹۵)، گلشنی (۱۳۹۰)، تحقیقاتی مانند گنجی و همکاران (۱۳۹۴) و ...» مورد بررسی قرار داد و سپس بر مبنای نظر کارشناسان و خبرگان با کمک استاد راهنما، برنامه آموزشی جهت آموزش ارتقا سواد رسانه‌ای به منظور کاهش مشکلات ناشی از مصرف زیاد فضای مجازی در بین زوجین تدوین کرد.

برنامه آموزشی در این پژوهش شامل ۸ جلسه مشاوره گروهی برای زوجین پرمصرف فضای مجازی بود که با توجه به اهداف تدوین شده برای هر جلسه به مدت ۷۵ دقیقه برگزار شد؛ تکالیف ارائه شده برای اعضای گروه در ابتدای هر جلسه مورد بررسی و موضوعات جدید مورد بحث قرار گرفت. پس از پایان جلسات آموزشی پس از آزمون برای هر دو گروه اجرا گردید. تنظیم و تدوین محتوای جلسات آموزشی با راهنمایی استاد راهنما و پیشنهادها و توصیه‌های اساتید مرتبط انجام شد. خلاصه‌ای از محتوای جلسات در جدول زیر آمده است.

جدول ۳: شرح مختصر جلسات: برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای

جلسات	شرح جلسات
اول	تشریح اهداف: ۱. تعریف سواد رسانه و توضیح آن ۲. مهارت های لازم برای ارتقا سواد رسانه‌ای ۳. تهدید خانواده ۴. نقش آموزش های تخصصی، ابزارهای فضای مجازی، ارتقای سطح سواد رسانه‌ای در رابطه زوجین
دوم	تشریح اهداف: ۱. تاریخچه آموزش سواد رسانه‌ای در جهان و ایران ۲. نظر یونسکو در این باره ۳. ضرورت سواد رسانه‌ای ۴. اهداف سواد رسانه‌ای ۵. دو بخش مهم سواد رسانه‌ای ۶. انواع زوجین از نظر شیوه برخورد با رسانه

جلسات	شرح جلسات
سوم	تشریح اهداف: ۱. آشنایی با فضای مجازی و امکانات آن ۲. جذابیت‌های شبکه‌های اجتماعی ۳. ویژگی‌های اینترنت ۴. استفاده محدود و مشروط
چهارم	تشریح اهداف: ۱. بیان مفاهیم کلیدی سواد رسانه ۲. ایجاد نگاه نقادانه به محتوای فضای مجازی ۳. تجزیه و تحلیل محتوا
پنجم	تشریح اهداف: ۱. آشنایی مراجع با انواع گونه شناسی سواد رسانه‌ای ۲. برخورد منتقدانه با محتوای رسانه‌ها ۳. تعریف تفکر انتقادی ۴. دانش و مهارت استفاده از رسانه‌ها و فناوری ۵. تولید محتوا به جای مصرف‌کنندگی صرف
ششم	تشریح اهداف: ۱. مروری بر جلسه قبل ۲. چالش‌های شبکه‌های اجتماعی در زندگی ۳. از نگاه مخاطب ببینید ۴. تشریح پیامدهای فضای مجازی
هفتم	تشریح اهداف: ۱. تأثیرات رسانه‌ها (تلویزیون و ...) ۲. چهار مرحله مهم در آموزش سواد رسانه‌ای ۳. رژیم مصرف رسانه‌ای ۴. نکات قابل ملاحظه
هشتم	تشریح اهداف: ۱. رویکردها به رسانه ۲. ویژگی‌های سواد رسانه‌ای ۳. اصول کلی حاکم بر رسانه‌ها ۴. آسیب رسانه تهدید بنیان‌های خانواده ۵. مزیت‌های آموزش سواد رسانه‌ای

۳. یافته‌های پژوهش

میانگین و انحراف استاندارد سن زوجین در گروه آزمایش و کنترل به ترتیب $35/03 \pm 9/45$ و $32/70 \pm 5/97$ سال بوده است؛ با استفاده از آزمون تی سطح معناداری ($0/264$) بزرگ‌تر از $0/05$ به دست آمده است نتیجه می‌شود که زوجین پرمصرف فضای مجازی دو گروه از لحاظ سنی باهم مشابه بوده‌اند. همچنین مدرک تحصیلی دیپلم در دو گروه بیشترین فراوانی را داشته است؛ با استفاده از آزمون کای-اسکوور سطح معناداری ($0/951$) بزرگ‌تر از $0/05$ به دست آمده است نتیجه می‌شود که از لحاظ آماری تفاوت معناداری بین سطح تحصیلات دو گروه مشاهده نشده است. در رابطه با شغل زوجین، 42

نفر (معادل ۷۰ درصد) شغل‌های آزاد یا کارمندی داشته‌اند؛ با استفاده از آزمون کای-اسکوور سطح معناداری (۰/۶۴۷) بزرگ‌تر از ۰/۰۵ به دست آمده است نتیجه می‌شود که از لحاظ آماری تفاوت معناداری بین شغل دو گروه مشاهده نشده است. بیشتر زوجین، ۳۰ نفر (معادل ۵۰ درصد) فرزند نداشته‌اند؛ با استفاده از آزمون کای-اسکوور سطح معناداری (۰/۲۱۵) بزرگ‌تر از ۰/۰۵ به دست آمده است نتیجه می‌شود که زوجین پرمصرف فضای مجازی دو گروه از لحاظ تعداد فرزند باهم مشابه بوده‌اند. میانگین و انحراف استاندارد مدت زمان زوجیت زوجین در گروه آزمایش و کنترل به ترتیب $۸/۵۳ \pm ۷/۰۸$ و $۶/۹۱ \pm ۶/۰۲$ سال بوده است؛ با استفاده از آزمون تی سطح معناداری (۰/۳۴۲) بزرگ‌تر از ۰/۰۵ به دست آمده است نتیجه می‌شود که زوجین پرمصرف فضای مجازی دو گروه از لحاظ مدت زمان زوجیت باهم مشابه بوده‌اند.

جدول ۴: میانگین نمره و انحراف استاندارد مؤلفه دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی مورد بررسی به تفکیک دو گروه و به تفکیک زمان اندازه‌گیری

متغیر مورد بررسی	زمان مطالعه	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
		گواه	۳۰	۸۳/۶۷	۲۰/۶۲
		آزمایش	۳۰	۷۳/۱۷	۲۴/۱۰
		گواه	۳۰	۸۴/۶۷	۲۰/۶۲
		آزمایش	۳۰	۷۲/۶۰	۲۳/۱۹

باتوجه به جدول بالا مشاهده می‌شود که در زمان پیش‌آزمون، میانگین نمره مؤلفه دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی گروه آزمایش و گواه به ترتیب برابر $۷۳/۱۷$ در مقابل $۸۳/۶۷$ بوده است. همچنین در زمان پس‌آزمون، میانگین نمره این مؤلفه در زوجین پرمصرف فضای مجازی گروه آزمایش و گواه به ترتیب برابر $۷۲/۶۰$ در مقابل $۸۴/۶۷$ بوده است.

۳-۱. پیش فرض نرمال بودن

در جدول زیر نتایج بررسی پیش‌فرض نرمال بودن توزیع مؤلفه دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی به تفکیک دو گروه و به تفکیک زمان اندازه‌گیری ارائه شده است:

جدول ۵: نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف (نرمال بودن توزیع متغیر) برای مؤلفه مورد بررسی

گروه	مقیاس	زمان مطالعه	آزمون کولموگروف اسمیرنوف		
			آماره آزمون	درجه آزادی	سطح معناداری
		پیش آزمون	۰/۱۳۷	۳۰	۰/۱۵۶
		پس آزمون	۰/۱۵۳	۳۰	۰/۰۷۱
		پیش آزمون	۰/۰۹۹	۳۰	۰/۲۰۰
		پس آزمون	۰/۰۹۴	۳۰	۰/۲۰۰

چنانچه در جدول بالا مشاهده می‌شود، در گروه گواه و آزمایش برای هر دو مؤلفه دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی مورد بررسی، پیش‌فرض نرمال بودن توزیع متغیرها برقرار بوده چون مقادیر سطح معناداری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ بوده است. همچنین فرض نرمال بودن در هر دو زمان مطالعه (پیش‌آزمون و پس‌آزمون) برقرار بوده است و فرض نرمال بودن رد نشده است.

۳-۲. فرض برابری واریانس گروه

در جدول زیر نتایج آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس گروه برای مؤلفه دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی ارائه شده است:

جدول ۶: نتایج آزمون لوین برای مؤلفه مورد بررسی

آزمون لوین				مؤلفه
سطح معناداری	درجه آزادی ۲	درجه آزادی ۱	آماره F	
۰/۴۷۱	۵۸	۱	۰/۵۲۷	دلزدگی زناشویی

باتوجه به جدول بالا مشاهده می شود که فرض یکسان بودن واریانس گروه ها در مؤلفه دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی مورد بررسی برقرار بوده است.

۳-۳. فرض برابری شیب خط رگرسیونی گروه

در جدول زیر نتایج بررسی برابری شیب خط رگرسیونی گروه برای مؤلفه دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی ارائه شده است:

جدول ۷: نتایج بررسی برابری شیب خط رگرسیونی گروه برای مؤلفه مورد بررسی

آزمون خطی بودن				مؤلفه
سطح معناداری	آماره F	درجه آزادی	میانگین مجذورات	
۰/۲۶۵	۱/۲۶۹	۱	۹/۱۹۵	دلزدگی زناشویی

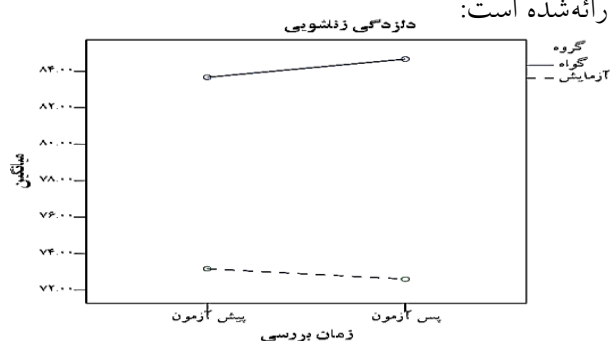
باتوجه به جدول بالا مشاهده می شود که فرض یکسان بودن شیب خط رگرسیونی گروه بر دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی برقرار بوده است.

جدول ۸: نتایج تحلیل کوواریانس در بررسی تأثیر برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزُدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی با کنترل پیش‌آزمون

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر	توان
دلزدگی پیش‌آزمون	۲۷۵۱۶/۸۱	۱	۲۷۵۱۶/۸۱	۳۷۷۸/۸۹	<۰/۰۰۰۱	۰/۹۹	۱/۰۰
بین‌گروهی (اثر آموزش)	۴۹/۶۳	۱	۴۹/۹۳	۶/۸۲	۰/۰۱۲	۰/۱۱	۰/۷۳
خطا	۴۱۵/۰۶	۵۷	۷/۲۸				
کل	۴۰۱۱۰/۸	۶۰					

همان‌طور که در جدول بالا مشاهده می‌شود اثر برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی معنادار بوده است ($p = ۰/۰۱۲$). با توجه به کمتر بودن میانگین نمره مؤلفه دلزدگی زناشویی زوجین گروه آزمایش در زمان پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون، نتیجه می‌شود که برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر کاهش دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی مؤثر بوده است. مقدار اندازه اثر برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزدگی زناشویی زوجین برابر ۱۱ درصد بوده است.

در نمودار زیر میانگین نمره مؤلفه دلزدگی زناشویی زوجین به تفکیک زمان بررسی و به تفکیک گروه ارائه شده است:



نمودار ۱: میانگین نمره مؤلفه دلزدگی زناشویی زوجین به تفکیک زمان بررسی و به تفکیک دو گروه

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج آماری نشان داد که بین زوجین گروه آزمایش و گواه تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس‌آزمون وجود داشت؛ بنابراین می‌توان گفت برنامه آموزشی ارتقا سواد رسانه‌ای در کاهش میزان دلزدگی زناشویی زوجینی که در روابط زناشویی مشکلات ناشی از مصرف زیاد فضای مجازی بود تأثیر داشته و می‌توان از این روش در مشکلات ارتباطی و زناشویی استفاده نمود. دیو و تولان (۲۰۱۵) و بالو (۲۰۱۱) بیان می‌کنند، هر اندازه زنان و مردان بیشتر اهل شبکه‌های اجتماعی و بازی‌های رایانه‌ای-موبایلی باشند، تعارضات زناشویی و ادراک آن‌ها از بی‌ثباتی زناشویی بیشتر است.

در ادبیات پژوهشی مربوط به اثر بخشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزدگی زناشویی در زوجین پرمصرف فضای مجازی، مبحثی مشاهده نشد، به نظر می‌رسد تبیین این رابطه نیازمند انجام بررسی‌ها و پژوهش‌های بیشتر است؛ اما این نتایج در رابطه غیرمستقیم همسو با پژوهش‌های پیشین از جمله با پژوهش رجایی و حیدری (۱۳۹۶)، نوری قلعه‌نو و فرنام (۱۳۹۴) می‌باشد که تأثیر استفاده از رسانه‌ها بر دلزدگی زناشویی را نشان داده‌اند. بر اساس یافته‌های حاصل از این پژوهش‌ها به نظر می‌رسد استفاده خارج از میزان به‌هنگار از رسانه‌ها، رضایت زناشویی را تحت تأثیر قرار داده و یکی از دلایل دلزدگی زناشویی می‌باشد. همچنین بین شبکه‌های اجتماعی مجازی و دلزدگی زناشویی رابطه معنادار وجود دارد. در واقع دلزدگی زناشویی در یک رابطه زوجی، به معنای نگرش منفی و غیر لذت بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی خود دارند. همچنین بر اساس یافته‌های حاصل از این پژوهش‌های سلطانی و امیری فرد (۱۳۹۶) و رمضانیان (۱۳۹۵) هر چه زوجین بیشتر از فضای مجازی استفاده کنند، دلزدگی زناشویی بین آن‌ها افزایش می‌یابد. می‌توان چنین گفت وقتی زن و شوهر از عشق و شیفتگی فاصله می‌گیرند، هر حادثه دلسردکننده‌ای برای توجیه برچسب زدن منفی به همدیگر کافی به نظر می‌رسد.

پیرجلیلی و همکاران (۱۳۹۷)، مقدس زاده و صفاهیه (۱۳۹۶)، امامی و همکاران (۱۳۹۶) نشان دادند، با گسترش رسانه‌ها و افزایش میزان نفوذ آن به درون خانه‌ها، میزان استفاده از آن توسط افراد روند رو به رشدی داشته و ملاحظه شد بین کمیت و کیفیت

استفاده از رسانه با خانواده‌گرایی رابطه مستقیم وجود دارد؛ به گونه‌ای که با افزایش مصرف رسانه، خانواده‌گرایی کاهش می‌یابد که این امر می‌تواند خانواده را در معرض تهدید قرار دهد. به نظر می‌آید استفاده از رسانه‌ها و حضور در شبکه‌های اجتماعی بدون آگاهی از سواد رسانه‌ای، مشکلات شدید در روابط فی‌مابین زوجین ایجاد کرده و بین میزان سواد رسانه‌ای با میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین بین میزان سواد رسانه‌ای و آگاهی زوجین نسبت به آسیب‌های شبکه‌های اجتماعی (فرهنگی، اجتماعی، خانوادگی و فردی-روانی) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

رسولی و همکاران (۱۳۹۶) و خدایاری (۱۳۹۵) نشان دادند، برای استفاده از رسانه‌ها و حضور در شبکه‌های اجتماعی باید آموزش‌های سواد رسانه‌ای و مصرف رسانه‌ای برای آگاهی خانواده‌ها و جلوگیری از پایین آمدن آستانه حساسیت (عادی شدن) در برابر موضوعات مخرب موجود در آن‌ها ارائه شود. همچنین هرتلین (۲۰۱۲)، یوتز و بئوکبوم (۲۰۱۱)، پاپ و همکاران (۲۰۱۲) بیان می‌کنند که با پیدا شدن رد پای فضای مجازی در رابطه زناشویی، نگرش زوجین به یکدیگر نیز تغییر کرده و این تغییر نگرش باعث اخلاقی در روابط صمیمانه زوجین گردیده است. در نتیجه می‌توان گفت یکی از پدیده‌هایی که فرایندهای ارتباطی زوجین را تحت تأثیر قرار داده، ظهور رسانه‌های گوناگون و دسترسی راحت به آن‌هاست. در دنیای دیجیتال و اطلاعاتی امروز مجهز بودن خانواده‌ها به مهارت‌ها و سوادهای جدید از جمله سواد رسانه‌ای از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است؛ همچنین زوجین باید برای فراگیری این مهارت‌ها اقدام نمایند تا بتوانند با استفاده از معیارهای مناسب از رسانه‌های مختلف استفاده کنند و به ارزیابی شبکه‌های اجتماعی و اخبار و اطلاعات مندرج در آن‌ها پرداخته و اطلاعات صحیح و کارآمد را برای تصمیم‌گیری‌های خود مورد استفاده قرار دهند.

عرب انصاری و همکاران (۱۳۹۳) و موران (۲۰۰۴) نشان دادند، یکی از آثار وابستگی به رسانه‌ها این است که افراد وابسته، زمان کمتری را با خانواده خود می‌گذرانند. همچنین شبکه‌های اجتماعی و ماهواره‌ای، آثار و تبعاتی مثل آسیب‌های روانی، ترویج روابط آزاد، تأثیر در روابط زوجین، حیا زدایی، نقض حریم خصوصی، تأثیرهای سوء رفتاری،

آسیب‌های جسمانی، گوشه‌گیری، اخلال در الگوی خواب، احساس نیاز به تنها بودن و فراموش کردن مسئولیت‌های خانوادگی بر فرد و به دنبال آن بر بنیان خانواده دارد. در تبیین یافته‌های این بخش از پژوهش حاضر می‌توان گفت که هر انسانی که بخواهد زندگی سعادت‌مندانه‌ای داشته باشد، باید ابعاد و ویژگی‌های زندگی در دوران خود را به‌خوبی بشناسد. عصری که ما در آن زندگی می‌کنیم، عصر رسانه‌هاست و شناخت این دوره، فارغ از شناخت رسانه‌ها، بی‌معنا خواهد بود. سواد رسانه‌ای، کلید شناخت رسانه‌هاست و اگر این کلید همراه مردمان این عصر نباشد، رسانه‌ها زندگی آن‌ها را باتوجه به منافع و مقاصد خود، مدیریت خواهند کرد. به‌طور کلی آموزش ارتقا سواد رسانه‌ای، به دنبال آن است که در فرد توانایی لازم برای استفاده از رسانه‌ها را به وجود آورد. به‌طوری‌که فرد بتواند ضمن درک، تحلیل و ارزیابی پیام‌های رسانه‌های مختلف، پیام‌ها و برنامه‌های مثبت، مفید و سازنده را از پیام‌های منفی و بی‌محتوا تشخیص دهد، یعنی فرد آگاهانه در برابر رسانه‌ها قرار گیرد و توانایی انتخاب پیام‌های موردنظر خود از میان انبوه پیام‌ها، تجزیه و تحلیل انتقادی و ارزیابی پیام‌ها و ارسال انواع پیام‌ها را به دست آورد. عملکرد رسانه در قالب طرح الگوهای مؤثر، ضمن تقویت باورهای درست و تصحیح نگرش‌های نادرست، منجر به تغییر رفتار به‌عنوان هدف غایی آموزش خواهد شد.

دلزدگی زناشویی به علت مجموعه‌ای از توقعات غیر واقع‌گرایانه و تفکرات غیرمنطقی و فراز و نشیب‌های زندگی بروز می‌کند و زمانی بروز می‌کند که زوجین متوجه می‌شوند که علیرغم تلاش‌هایشان رابطه‌شان به زندگی معنا نداده و نخواهد داد. در واقع آموزش مهارت‌های ارتباطی به‌عنوان بخش جدایی‌ناپذیر تمام دیدگاه‌های زوج‌درمانی، به‌صورت مستقیم یا ضمنی به زوجین کمک می‌کند تا چرخه آگاهی خود را درباره مشکلات، تشخیص و گسترش بدهند و شیوه‌های مؤثرتری برای ارتباط باهم یاد بگیرند. در این راستا مداخلات به کار گرفته‌شده، درباره ارتباط کلامی و شناخت افکار و احساسات و به دنبال آن پردازش اطلاعات کسب‌شده از فضای مجازی با تأکید بر سواد رسانه‌ای شناختی بود. با در نظر گرفتن این مطلب که فضای مجازی با ارائه تصاویر برهنه با تأکید بر جنسیت و الگوهای غلط در روابط جنسی زوجین، زمینه شکل‌گیری خطای شناختی

و ذهنیتی نادرست از رابطه جنسی با همسر ایجاد می‌کند و درعین حال بیشترین مشکلات را برای زوجین به دنبال دارد؛ لذا تأکید مداخلات مبتنی بر رفع خطاهای شناختی جنسی حاصل از فضای مجازی در رابطه زوجین بود. نتایج نشان می‌دهد که مداخلات آموزش ارتقا سواد رسانه‌ای بر بهبود کیفیت روابط همسران و کاهش دلزدگی زناشویی زوجین پرمصرف فضای مجازی در شهر اصفهان تأثیر دارد.

پژوهش حاضر نیز دارای محدودیت‌ها و مشکلاتی بود. عواملی از جمله نبود آماری مشخص و واضح از دلزدگی زناشویی در بین زوجین در ایران و در شهر اصفهان به دلیل شرایط فرهنگی، عدم همکاری برخی از مراکز، نداشتن قابلیت تعمیم نتایج این مطالعه به دیگر شهرها و همچنین کمبود پژوهش‌های انجام‌شده توسط پژوهشگران در زمینه موضوع مورد مطالعه، محقق را در جمع‌آوری اطلاعات با محدودیت‌هایی مواجه نمود. شاید دو برابر آمار طلاق‌های قانونی را بتوانیم به دلزدگی‌های زناشویی در بین زوجین اختصاص دهیم و باتوجه به ارتباط استفاده از رسانه و تضعیف ارزش‌ها و ازهم‌گسیختگی خانواده‌ها، توصیه می‌شود سیاست‌گذاران و برنامه‌ریزان کشور در سطح کلان به سواد رسانه‌ای و تدوین بسته آموزشی متناسب با نیازهای زوجین توجه کنند. همچنین در کنار تحقیقات کمی لازم است تحقیقات کیفی انجام گیرد، برای مثال تجربه زیسته افرادی (که مخاطب انواع گوناگون رسانه‌ها هستند، که زیاد از انواع رسانه‌ها استفاده می‌کنند) یا یکی از دلایل اختلاف، سردی، تنش، خستگی، اضطراب و افسردگی، احساس تنهایی و بی‌حوصلگی و جدایی بین آن‌ها استفاده از رسانه‌ها بوده) مورد مطالعه قرار گیرد تا به‌طور دقیق‌تری بتوان به نتایج و راهکارهای مفیدی دست‌یافت.

کتابنامہ

امامی، پ.، و هاشمیان فر، س.، و حقیقتیان، م (۱۳۹۶). تبیین رابطه گسترش رسانه‌ها و خانواده‌گرایی (مطالعه موردی؛ شهر اصفهان) (رسانه‌ها و خانواده‌گرایی). پژوهش‌های انتظامی - اجتماعی زنان و خانواده، ۵(۱)، صص. ۵-۱۹.

آینده‌بان (۱۳۹۵). گزارش سالانه آینده‌پژوهی ایران ۱۳۹۵، تاریخ مراجعه ۲۵ اردیبهشت‌ماه ۱۳۹۵، نشانی دسترسی اینترنتی: www.ayandeban.ir/iran.

پاینز، آیالامالاج (۱۳۸۱). چه کنیم تا عشق رؤیایی به دلزدگی نینجامد. (فاطمه شاداب، مترجم). تهران: ققنوس. (نشر اثر اصلی ۱۹۹۶).

پریرخ، مهری (۱۳۸۶). آموزش سواد اطلاعاتی: مفاهیم، روش‌ها و برنامه‌ها. تهران: کتابدار. پیرجلیلی، ز.، و مهدوی، س.، و ازکیا، م (۱۳۹۷). آسیب‌شناسی تأثیر شبکه اجتماعی تلگرام بر روابط خانوادگی زوجین (شهر تهران سال ۱۳۹۵). بررسی مسائل اجتماعی ایران (نامه علوم اجتماعی)، ۹(۱)، صص. ۶۹-۹۰.

جعفری، ن؛ اعتمادی، عذرا؛ و عاصمی، عاطفه (۱۳۹۱). خانواده و آسیب رسانه‌ای رایانه و اینترنت. اصفهان: آموخته.

خدایاری، الهام (۱۳۹۵). بررسی رابطه مصرف رسانه‌ای شبکه‌های اجتماعی موبایلی با سازگاری زناشویی (مورد مطالعه: کارکنان متأهل مرکز نظارت و ارزیابی صداوسیما). (پایان‌نامه کارشناسی ارشد) دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شرق (قیام دشت)، تهران، ایران. داراب، مینا (۱۳۹۲). تدوین الگوی دلزدگی زناشویی اسلام محور و بررسی تأثیر مداخله مبتنی بر این الگو بر شادمانی و دلزدگی زناشویی زوجین شهر بهارستان. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

دانشور و همکاران (۱۳۹۶). تفکر و سواد رسانه‌ای نظری-فنی و حرفه‌ای-کاردانش. دوره دوم متوسطه کلیه رشته‌ها، پایه دهم، وزارت آموزش و پرورش، سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی، دفتر تألیف کتاب‌های درسی عمومی و متوسطه نظری، تهران: شرکت چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران.

داورنیا، ر.، و زهرا کار، ک.، و نظری، ع (۱۳۹۴). تأثیر رویکرد زوج‌درمانی کوتاه‌مدت راه‌حل - محور بر کاهش فرسودگی زناشویی زنان. *مجله دانش‌شکده پرستاری و مامایی ارومیه*، ۱۳(۱)، صص. ۳۶-۴۶.

رجایی، م.، و حیدری، ح (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت با رضایت و دلزدگی زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی خمینی شهر در سال ۱۳۹۴. *سلامت جامعه*، ۱۱(۱)، صص. ۶۹-۷۷.

رحیمی، م.، و شکرپیگی، ع.، و ساروخانی، ب.، و حضرتی صومعه، ز (۱۳۹۶). بررسی جامعه‌شناختی رابطه شبکه‌های اجتماعی مجازی و تغییرات جاری در خانواده‌ها. *پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده*، ۵(۸)، صص. ۱۴۵-۱۷۰.

رسولی، ر.، و قزوینی، س.، و حسینیان، س (۱۳۹۶). مقایسه تعهد زناشویی و رضایت جنسی در زنان متأهل تماشاگر و غیر تماشاگر سریال‌های فارسی‌زبان ماهواره. *مطالعات رسانه‌های نوین*، ۳(۱۲)، صص. ۶۷-۸۵.

رضایی، الهه (۱۳۹۷). تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر پذیرش تبلیغات و تفکر انتقادی دانش‌آموزان دختر ناحیه دو شهر اصفهان. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی‌شهر، اصفهان، ایران.

رضوانی، امین (۱۳۹۸). *اثر بخشی ارتقا سواد رسانه‌ای بر دلزدگی زناشویی و طلاق عاطفی در زوجین پرمصرف فضای مجازی شهر اصفهان*. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی‌شهر، اصفهان، ایران.

رمضانیان، سمیه (۱۳۹۵). *رابطه عضویت در شبکه‌های اجتماعی و نگرش به خیانت با دلزدگی زناشویی در دانشجویان متأهل*. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، فارس، ایران.

سلطانی، م.، و امیری فرد، زهرا (۱۳۹۶). تأثیر اینترنت و شبکه‌های اجتماعی بر دلزدگی زناشویی در گروهی از زنان متأهل شهر شاهین‌شهر. پنجمین همایش ملی راهکارهای توسعه و ترویج علوم تربیتی، رواج‌شناسی، مشاوره و آموزش در ایران، تهران؛ انجمن توسعه و ترویج علوم و فنون بنیادین.

سیاح طاهری و همکاران (۱۳۹۵). کتاب حقیقت مجازی (درباره فضای مجازی چه بدانیم و چه بگوییم؟). مرکز ملی فضای مجازی.

شاه پیری، ندا (۱۳۹۵). تفسیر رابطه فضای مجازی و ملاک‌های انتخاب همسر و تدوین بسته آموزشی انتخاب همسر ویژه کاربران فضای مجازی. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

شجاعی جشوقانی، ر.، و احمدی علون آبادی، س.، و جزایری، ر.، و اعتمادی، ع (۱۳۹۶). شناسایی و مقایسه آسیب‌های برآمده از فضای مجازی در روابط بین زوجین (مطالعه موردی در شهر اصفهان). خانواده پژوهی، ۱۳(۵۲)، صص. ۵۵۱-۵۶۸.

شجاعی، ریحانه (۱۳۹۶). مقایسه تأثیر مشاوره زوجی و فردی مبتنی بر آسیب‌های برآمده از فضای مجازی در روابط زوجین و کیفیت زناشویی. (رساله دکتری). دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

صالحی امیری، رضا و جمعی از نویسندگان (۱۳۸۷). پژوهشنامه (سواد رسانه‌ای). پژوهشنامه مرکز تحقیقات استراتژیک مجمع تشخیص مصلحت نظام، صص. ۲۲.

ضیایی پرور، ح.، و عقیلی، س (۱۳۸۸). بررسی نفوذ شبکه‌های اجتماعی مجازی در میان کاربران ایرانی. وسایل ارتباط جمعی (رسانه)، ۲۰(۴) (پیاپی ۸۰)، صص. ۲۳-۴۲.

عباسی شوازی، م.، و عباسی آتشگاه، پ (۱۳۹۷). اینترنت، خانواده شبکه‌ای و زمان خانواده: چگونه تکنولوژی‌های نوین ارتباطی روابط خانوادگی را متأثر می‌کنند؟ مطالعات رسانه‌های نوین، ۴(۱۴)، صص. ۳۳-۶۵.

عرب انصاری، م.، و رمضانی، ح.، و صالحی، م (۱۳۹۳). بررسی نقش شبکه‌های اجتماعی و ماهواره‌ای در فروپاشی بنیان خانواده. مطالعات حفاظت و امنیت انتظامی، ۳۱(۹)، صص. ۱۳۶-۱۵۹.

عطاری، ی.، و حسین پور، م.، و راهنورد، س (۱۳۸۸). اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی به شیوه برنامه ارتباطی زوجین بر کاهش دلزدگی زناشویی در زوجین. اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی (اندیشه و رفتار)، ۴(۱۴)، صص. ۲۵-۳۴.

عقبلی راسخ محمدی، وحید (۱۳۸۶). عوامل مؤثر در پیشرفت سواد رسانه‌ای دانشجویان. پژوهش‌نامه رسانه فرهنگ و مدیریت، انتشارات مرکز تحقیقات استراتژیک، مجمع تشخیص مصلحت نظام ۷.

عیسی نژاد، امید (۱۳۸۷). تأثیر غنی‌سازی روابط بر کیفیت روابط زناشویی. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

فلسفی، س. (۱۳۹۳). رویکردی تطبیقی به سواد رسانه‌ای در کشورهای توسعه‌یافته. *مطالعات رسانه‌ای*، ۹(۲۴)، صص. ۱۵۱-۱۶۶.

فلسفی، سیدغلامرضا (۱۳۹۳). بررسی رابطه سواد رسانه‌ای با سبک زندگی (مورد مطالعه): نوجوانان ۱۵ تا ۱۸ ساله دبیرستانی منطقه شش تهران. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شرق. تهران، ایران.

کیانی، ا.، و اسدی شیشه‌گران، س.، و اسماعیلی قاضی ولویی، ف.، و زوار، م (۱۳۹۵). پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس ابراز‌گری هیجانی و اسناد زناشویی در افراد متأهل مراجعه‌کننده به مراکز بهزیستی شهر اردبیل. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۵(۵۹)، صص. ۵۸-۷۵. گلشنی، مریم (۱۳۹۰). بررسی نقش برگزاری کارگاه‌های آموزشی در توسعه سواد اطلاعاتی کارکنان شرکت فولاد مبارکه اصفهان. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

گنجی، م.، و نیازی، م.، و ملک پور شهرکی، ع (۱۳۹۴). بررسی تأثیر اعتیاد به فناوری‌های نوین ارتباطی (اینترنت و ماهواره) بر ازم‌گسیختگی خانوادگی در شهرکرد. *مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران*، ۴(۱)، صص. ۱۶۷-۱۹۴.

مرکز جهانی اینترنت (۱۳۹۷). <http://www.internetworldstats.com/top10.htm>. مظفری‌نیا، س.، و قاسمی‌پور، م (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین سبک زندگی متأثر از فضای مجازی و طلاق عاطفی در شهر ایلام. *فرهنگ ایلام*، ۱۸(۵۶ و ۵۷)، صص. ۱۷۱-۱۹۱. مقدس‌زاده، ح.، و صفاهیه، ه (۱۳۹۶). سواد رسانه‌ای و آگاهی از آسیب‌های شبکه‌های اجتماعی. *مطالعات رسانه‌ای*، ۱۲(۳۹)، صص. ۲۵-۳۵.

- موسویان، سید مرتضی و افراسیابی، محمدصادق (۱۳۹۵). *سواد رسانه‌ای و مسئولیت اجتماعی* (جلد ۲). تهران: پشتیبان (مجموعه مقالات منتخب همایش ملی).
- مولایی، م.، و طالبیان، ح.، و عابدی، ح (۱۳۹۶). سناریوهای مسائل فضای مجازی ایران در سال ۱۳۹۵. *مطالعات رسانه‌های نوین*، ۳(۹)، صص. ۷۷-۱۱۷.
- مؤمنی جاوید، م.، و شعاع کاظمی، م (۱۳۹۰). تأثیر روان‌درمانی زوجینی بر کیفیت زندگی زوجین آسیب‌دیده از خیانت‌های زناشویی در تهران. *پژوهش و سلامت*، ۱(۱)، صص. ۵۳-۶۳. مهران، ابراهیم (۱۳۹۶). *رسانه یا والدین دیگر (تربیت فرزند در عصر رسانه)*. تهران: فهم (وابسته به موسسه فرهنگ و هنر هدایت میزان).
- نادری، ف.، و افتخار، ز.، و آملازاده، ص (۱۳۸۸). رابطه ویژگی‌های شخصیت و روابط صمیمی همسر با دلزدگی زناشویی در همسران معتادان مرد اهواز. *یافته‌های نو در روان‌شناسی (روان‌شناسی اجتماعی)*، ۴(۱۱)، صص. ۶۱-۷۸.
- نخشی پور، ا.، و ابراهیم پور، د (۱۳۹۷). رابطه میزان حضور و فعالیت در فضای مجازی با میزان سازگاری زناشویی در بین مردان و زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر ارومیه. *زن و مطالعات خانواده*، ۱۱(۳۹)، صص. ۱۳۳-۱۵۳.
- نریمانی، م.، و پوراسمعی، ا.، و حاجلو، ن.، و مکائیلی، ن. (۱۳۹۴). آسیب‌پذیری‌های بادوام و دلزدگی زناشویی در بین زوجین متقاضی طلاق: نقش میانجی رویدادهای استرس‌زا. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۵(۲)، صص. ۲۳-۴۹.
- نعیم، سامیه (۱۳۸۷). *رابطه بین دلزدگی زناشویی، روابط صمیمی با همسر و تعارضات زناشویی با خشونت علیه زنان شهر ایلام*. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، اهواز، ایران.
- نوری قلعه‌نو، رضوان و فرنام، علی (۱۳۹۴). *مقایسه و بررسی رابطه آسیب‌های شبکه‌های اجتماعی مجازی و جهت‌گیری مذهبی با دلزدگی زناشویی دبیران زن و مرد ناحیه ۱ زاهدان*. دومین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در مدیریت، اقتصاد و علوم انسانی، موسسه سرآمد همایش کارین، دبی.

نویدی، الف (۱۳۸۴). بررسی رابطه بین دلزدگی زناشویی و ابعاد جو سازمانی و مقایسه آن در زنان و مردان شاغل در خدمات پرستاری و کارکنان ادارات آموزش و پرورش شهر تهران. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

یاراحمدی، س.، و زارعی، ف.، و جعفری، ف (۱۳۹۸). پیامدهای حضور در شبکه‌های اجتماعی آنلاین بر زندگی زوجین مطالعه کیفی. آموزش بهداشت و ارتقای سلامت ایران، ۷(۱)، صص. ۳۰-۴۵.

ALA (1989). Final Report from the Presidential Committee on Information Literacy.

Albright. J. M (2008). Sex in America online: An exploration of sex, marital status, and sexual identity in Internet sex seeking and its impacts. *Journal of Sex Research*, 45, 175-186.

Ballew. K. C (2011). Family values: The empirical impact of internet use. M.A. thesis, Baylor University, Department of Sociology.

Boyd. D. M. & Ellison. N. B (2007). Social network sites: definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210-230.

Campbell. S. W. & Ling. R (2009). *Effects of mobile communication*. In J. Bryant & M. B. Oliver (Eds.), *Media effects: Advances in theory and research*. (pp. 592-606). 3rd Ed. UK: Routledge. (3rd ed. 592-606).

Clayton. R. B. Nagurney A. & Smith J (2013). "Cheating, breakup, and divorce: is Facebook use to blame?" *CyberPsychology, Behavior, & Social Networking*, 16:717-720.

Daneback. K. Cooper. A. & Mansson. S. A (2005). An Internet study of cybersex participants. *Archives of Sexual Behavior*, 34(3), 321-328.

Davis. D. & Endlar. L. D (2001). Internet gambling. *Computer Fraud & Security*, (2), 9-11.

Delavar. A (2004). Research methods in psychology and education. Tehran: Virayesh; 2004. [In Persian].

Dew. J. & Tulane. S (2015). The Association between Times Spent Using Entertainment Media and Marital Quality in a Contemporary Dyadic National Sample. *J FAM Econ Is*, 36:621-632.

Hall. S. & Jhally. S (2007). Representation & the Media. Northampton: Mass Media Education Foundation.

Hertlein. K. M. (2012). Digital Dwelling: Technology in Couple and Family Relationships. *Family Relations*, 61(3), 374-387.

- Humphreys. L. (2005). Cell phones in public: Social interactions in a wireless era. *New Media and Society*, 7(6), 810-833.
- Jensen. S. (2018). Social Media Usage: The Impact on Feelings of Depression or Loneliness.
- Kayser. K (1993). *When love Dies: The Process of Marital Disaffection*. New York: The Guilford press.
- Leas. Timo. & Leas. Tuula (2001). *Career burnout & its relationship to couple burnout in Finland*. Retrieved. <http://www.eric.ed.gov>.
- Morahan. M (2004). Internet abuse Addiction? Disorder? Symptom? Alternative explanation? Available. *Social. Science computer review*, 25 (1), 39-48: <http://www.SSC.SAGE>.
- Papp LM. Danielewicz J. Cayemberg C (2012). Are we Facebook official? Implications of dating partners' Facebook use and profiles for intimate relationship satisfaction. *CyberPsychology, Behavior, & Social Networking* 2012; 15:85-90.
- Parks. M. R. & Roberts. L. D. (1998). "Making Moosic: The development of personal relationship online and a comparison to their offline counterparts". *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(4), 514 - 537.
- Pines. A. M & Nunes. R (2003). "The Relationship between Career & Couple Burnout: Implications for Career & Couple Counseling". *Journal of Employment Counseling*, 740 (2), 50-64.
- Pines. A. M (1996). *Couple Burnout: Causes and Cures*. London Routledge.
- Pokorska. J. Farrell. A. Evanschitzky. H. & Pillai. K (2013). Relationship fading in business_to_consumer context. In S. Sezgin, E. Karaosmanoglu, & A. B. Elmadag Bas (Eds), EMAC: 42nd Annual European Marketing Academy conference: Lost in translation. Istanbul: Turkey.
- Riva. G. & Galimberti. C (1997). The psychology of cyberspace: A socio-cognitive framework to computer-mediated communication. *New Ideas in Psychology*, 15(2), 141-158.
- Rus II B. MA. Clayton. R.B (2014). The Third Wheel: The Impact of Twitter Use on Relationship Infidelity and Divorce. *Cyber psychology, Behavior, And Social Networking*. Volume 17, Number 7. Department of Journalism, University of Missouri-Columbia, Columbia, Missouri, Vol. 17, No.7, (2014).
- Saleh. M. and Mukhtar. J. I (2015). Social Media and Divorce Case Study of Dutse L.G.A. Jigawa State. *IOSR Journal of Humanities and Social Science (IOSR-JHSS)* Volume 20, Issue 5, Ver. II (May. 2015), PP 54-59e-ISSN: 2279-0837, p-ISSN: 2279-0845. www.iosrjournals.org.
- Thoman. F. president (1995). The 3 stages of media literacy. <http://www.media awareness. Ca/English-Elizabeth>.

Utz S. & Beukeboom C. J (2011). The role of social network sites in romantic relationships: effects on jealousy and relationship happiness. *Journal of Computer-Mediated Communication* 2011; 16:511-527.

Weinstein. A. M. Rinat. Z. Babkin. A. Cohen. K. & Lejoyeux. M (2015). Factors predicting cybersex use and difficulties in forming intimate relationships among male and female users of cybersex. *Frontiers in Psychiatry Addictive Disorders and Behavioral Dyscontrol*, 6, 1-8.