





معاونت پژوهش و فن آوری

به نام خدا

منشور اخلاق پژوهش

با یاری از خداوند سبحان و اعتقاد به این که عالم محضر خداست و همواره ناظر بر اعمال انسان و به منظور پاس داشت مقام بلند دانش و پژوهش و نظر به اهمیت جایگاه دانشگاه در اعتلای فرهنگ و تمدن بشری، ما دانشجویان و اعضاء هیئت علمی واحدهای دانشگاه آزاد اسلامی متعهد می گردیم اصول زیر را در انجام فعالیت های پژوهشی مد نظر قرار داده و از آن تخطی نکنیم:

۱- اصل حقیقت جویی: تلاش در راستای پی جویی حقیقت و وفاداری به آن و دوری از هرگونه پنهان سازی حقیقت.

۲- اصل رعایت حقوق: التزام به رعایت کامل حقوق پژوهشگران و پژوهیدگان (انسن، حیوان و نبات) و سایر صاحبان حق.

۳- اصل مالکیت مادی و معنوی: تعهد به رعایت کامل حقوق مادی و معنوی دانشگاه و کلیه همکاران پژوهش.

۴- اصل منافع ملی: تعهد به رعایت مصالح ملی و در نظر داشتن پیشبرد و توسعه کشور در کلیه مراحل پژوهش.

۵- اصل رعایت انصاف و امانت: تعهد به اجتناب از هرگونه جانب داری غیر علمی و حفاظت از اموال، تجهیزات و منابع در اختیار.

۶- اصل رازداری: تعهد به صیانت از اسرار و اطلاعات محرمانه افراد، سازمان ها و کشور و کلیه افراد و نهادهای مرتبط با تحقیق.

۷- اصل احترام: تعهد به رعایت حریم ها و حرمت ها در انجام تحقیقات و رعایت جانب نقد و خودداری از هرگونه حرمت شکنی.

۸- اصل ترویج: تعهد به رواج دانش و اشاعه نتایج تحقیقات و انتقال آن به همکاران علمی و دانشجویان به غیر از مواردی که منع قانونی دارد.

۹- اصل برائت: التزام به برائت جویی از هرگونه رفتار غیرحرفه ای و اعلام موضع نسبت به کسانی که حوزه علم و پژوهش را به شائبه های غیرعلمی می آلاینند.



به نام خدا

معاونت پژوهش و فن آوری

تعهد اصالت رساله یا پایان نامه تحصیلی

اینجانب **آرزو فضلی** دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد در رشته روانشناسی عمومی که در تاریخ ۱۳۹۱/۶/۲۹ از پایان نامه خود تحت عنوان "اثر بخشی آموزش مهارت های خود توانمند سازی بر سازگاری، شادکامی، امید به زندگی و عزت نفس زنان خیانت دیده" با کسب نمره ۱۷/۹۰ دفاع نموده‌ام بدینوسیله متعهد می‌شوم:

این پایان نامه حاصل تحقیق و پژوهش انجام شده توسط اینجانب بوده و در مواردی که از دستاوردهای علمی و پژوهشی دیگران (اعم از پایان نامه، کتاب، مقاله و ...) استفاده نموده‌ام، مطابق ضوابط و رویه موجود، نام منبع مورد استفاده و سایر مشخصات آنرا در فهرست مربوطه ذکر و درج کرده‌ام.

۱) این پایان نامه قبلاً برای هیچ مدرک تحصیلی (هم سطح، پایین تر یا بالاتر) در سایر دانشگاه ها و موسسات آموزش عالی ارائه نشده است.

۲) چنانچه بعد از فراغت از تحصیل، قصد استفاده و هرگونه بهره برداری اعم از چاپ کتاب، ثبت اختراع و ... از پایان نامه داشته باشم، از حوزه معاونت پژوهشی واحد مجوزهای مربوطه را اخذ نمایم.

۳) چنانچه در هر مقطع زمانی خلاف موارد فوق ثابت شود، عواقب ناشی از آن را می پذیرم و دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت مجاز است با اینجانب مطابق ضوابط و مقررات رفتار نموده و در صورت ابطال مدرک تحصیلی ام هیچگونه ادعایی نخواهم داشت.

نام و نام خانوادگی: آرزو فضلی امضاء و تاریخ



دانشگاه آزاد اسلامی

واحد مرودشت

دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد (M.A)

گرایش روانشناسی عمومی

عنوان پایان نامه

اثر بخشی آموزش مهارت‌های خود توانمند سازی بر سازگاری، شادکامی، امید به زندگی و

عزت نفس زنان خیانت دیده

استاد راهنما

دکتر نادره سهرابی

استاد مشاور

دکتر سیده مریم حسینی

نگارش

آرزو فضلی

تابستان ۱۳۹۱



صورتجلسہ دفاع از پایان نامہ کارشناسی ارشد (M. A)

نام و نام خانوادگی دانشجو: آرزو فضلی تاریخ: ۱۳۹۱/۶/۲۹ رشته: روانشناسی عمومی
از پایان نامہ خود با عنوان: اثر بخشی آموزش مهارت های خود توانمند سازی بر سازگاری، شادکامی،
امید به زندگی و عزت نفس زنان خیانت دیده
با درجه عالی و نمره ۱۷/۹۰ دفاع نموده است.

نام و نام خانوادگی اعضاء هیأت داوران سمت امضاء اعضاء هیأت داوران

۱- دکتر نادره سهرابی استاد راهنما

۲- دکتر سیده مریم حسینی استاد مشاور

۳- دکتر سیامک سامانی استاد داور

۴- دکتر احمدی استاد داور

مراتب فوق مورد تأیید است. مدیر / معاونت پژوهشی

مهر و امضاء

اولین سپاس این حقیر مخلوق، به پیشگاه خالق دوست که هر چه هست به درگاه خلق، ز مهر اوست. بار خدایا تو را به خاطر بودنت به تک تک زخمی لحظاتم، شاکرم و استغاثه ی توفیق عمل به اندک علم محوله ات را به درگاہت به حاجت نشسته ام.

و با سپاس از استاد محترم راهنما، سرکار خانم دکتر نادره سهرابی که با سعه صدر در تمام مراحل پژوهش و تدوین این اثر از هیچ کمک و مساعدتی دریغ نوزیدند.

و سپاس از استاد محترم مشاور سرکار خانم دکتر سیده مریم حسینی که لطف و متانت ایشان در طی تحصیل و تدوین این پایان نامه همواره شامل حال این حقیر بوده و تک کلمه ای بی نظارت و همراهی ایشان نگاشته نشده و همواره از محضر پر فیض ایشان بهره برده ام.

با سپاس از خوبان فهیم، داوران محترم:

جناب آقای دکتر احمدی و جناب آقای دکتر سامانی، استادان خوب و فهیم.

تقدیم به تو که از تو تا اوج تو دل من گسترده است و از من تا عمق بودم

مهر تو

به تو یگانه همراه تاریک روزهایم، از ازل تا به ابد که واجب الشکر است

بودنت.

به تو که حضورت اعجازی شد به غربت زخمهای دلشکستگی بی

نفس، نفسهایم.

و تقدیم به معجزه کوچک عشقمان؛ هم او که در وجودم قد میکشد و انسان

میشود.

و تقدیم به زلال حضور مادرم که به شکستگی قامتش قد کشیدم و بالیدم

و به ستبر حامی نامیرا، پدرم.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۲	مقدمه
۳	بیان مسئله
۸	اهمیت و ضرورت پژوهش
۹	اهداف پژوهش
۹	سوالات پژوهش
۹	تعاریف متغیرها
۹	تعاریف نظری متغیرها
۱۰	تعاریف عملیاتی متغیرها
فصل دوم: ادبیات و پیشینه پژوهش	
۱۳	خیانت
۱۴	انواع خیانت
۱۵	علت شناسی خیانت
۱۷	پیامدهای خیانت
۲۰	سازگاری
۲۱	انواع سازگاری
۳	عوامل موثر در سازگاری
۲۴	نظریه های سازگاری

۲۵.....	شادکامی.....
۲۷.....	نظریه های مربوط به شادکامی.....
۳۱.....	امید به زندگی.....
۳۳.....	عزت نفس.....
۳۴.....	منابع عزت نفس.....
۳۵.....	مهارت های خود توانمند سازی.....
۳۶.....	مهارت های حل مسئله.....
۳۸.....	مهارت های مثبت اندیشی.....
۴۰.....	مهارت های زندگی.....
۴۱.....	مهارت کنترل هیجان.....
۴۲.....	مهارت ارتباطی و هوش عاطفی.....
۴۴.....	مروری بر پژوهش های انجام شده خارجی.....
۴۴.....	مروری بر پژوهش های انجام شده داخلی.....
۵۰.....	فرضیات پژوهش.....
۵۱.....	جمع بندی.....

فصل سوم: روش شناسی پژوهش

۵۳.....	روش تحقیق.....
۵۳.....	طرح پژوهش.....
۵۳.....	جامعه آماری، روش نمونه گیری و نمونه آماری.....
۵۳.....	روش نمونه گیری.....

۵۳.....	نمونه آماری
۵۳.....	اطلاعات جمعیت شناختی نمونه شرکت کننده در پژوهش.....
۵۵.....	ابزارهای اندازه گیری
۵۶.....	۱- آزمون سازگاری اجتماعی
۵۶.....	پایایی آزمون سازگاری اجتماعی.....
۵۶.....	روایی آزمون سازگاری اجتماعی.....
۵۶.....	شیوه نمره گذاری آزمون سازگاری اجتماعی
۵۷.....	۲- پرسشنامه شادکامی اکسفورد.....
۵۷.....	پایایی شادکامی اکسفورد
۵۷.....	روایی شادکامی اکسفورد.....
۵۷.....	شیوه نمره گذاری شادکامی اکسفورد.....
۵۸.....	۳- آزمون امید به زندگی میلر.....
۵۸.....	پایایی امید به زندگی میلر
۵۸.....	روایی امید به زندگی میلر
۵۸.....	شیوه نمره گذاری امید به زندگی میلر
۵۸.....	۴- آزمون عزت نفس کوپر اسمیت
۵۹.....	پایایی عزت نفس کوپر اسمیت.....
۵۹.....	روایی عزت نفس کوپر اسمیت.....
۵۹.....	شیوه نمره گذاری عزت نفس کوپر اسمیت.....
۵۹.....	شیوه اجرا

جلسات آموزشی ۶۰

روش تجزیه تحلیل آماری داده ها ۶۵

ملاحظات اخلاقی ۶۵

فصل چهارم: تحلیل یافته های پژوهش

یافته های پژوهش ۶۶

یافته های توصیفی ۶۷

یافته های استنباطی ۶۹

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

خلاصه یافته های پژوهش ۷۵

بحث و جمع بندی ۷۶

تبیین و تفسیر فرضیه اول ۷۶

تبیین و تفسیر فرضیه دوم ۷۷

تبیین و تفسیر فرضیه سوم ۷۸

تبیین و تفسیر فرضیه چهارم ۷۹

محدودیت های پژوهش ۸۱

محدودیت های خارج از کنترل محقق ۸۱

محدودیت های تحت کنترل محقق ۸۲

پیشنهاد های پژوهش ۸۲

فهرست منابع ۸۴

پیوست ها ۹۸

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۵۳.....	جدول شماره ۱-۳- دیاگرام طرح پژوهش.....
۵۴.....	جدول شماره ۲-۳- بررسی گروه نمونه از نظر میزان تحصیلات.....
۵۴.....	جدول شماره ۳-۳-: بررسی گروه نمونه از نظر وضعیت تاهل.....
۵۴.....	جدول شماره ۴-۳- بررسی گروه نمونه در متغیر وضعیت اشتغال.....
۵۵.....	جدول شماره ۵-۳- بررسی گروه نمونه در متغیر سن.....
۶۳.....	جدول شماره ۶-۳- جدول خلاصه جلسات آموزش مهارت های خود توانمند سازی.....
۶۷.....	جدول شماره ۱-۴- ماتریس همبستگی متغیرها در پیش آزمون.....
۶۸.....	جدول شماره ۲-۴- ماتریس همبستگی متغیرها در پس آزمون.....
۶۸.....	جدول شماره ۳-۴- مقایسه کلی میانگین و انحراف معیار در نمرات دو گروه.....
۶۹.....	جدول شماره ۴-۴- نتایج تست لون جهت سنجش برابری خطای.....
۶۹.....	جدول شماره ۵-۴- آزمون ام باکس.....

- جدول شماره ۴-۶- آزمون اسمیرنف- کولموگروف تک نمونه ای ۷۰
- جدول شماره ۴-۷- آزمون معناداری آثار بین آزمودنیها در متغیر وابسته سازگاری ۷۱
- جدول شماره ۴-۸- آزمون معناداری آثار بین آزمودنی هادرمتغیر وابسته شادکامی ۷۲
- جدول شماره ۴-۹- آزمون معناداری آثار بین آزمودنی ها در متغیر وابسته امید به زندگی ۷۲
- جدول شماره ۴-۱۰- آزمون معناداری آثار بین آزمودنیها در متغیر وابسته عزت نفس ۷۳

چکیده:

هدف از پژوهش حاضر تبیین نقش واسطه گری سبک های مقابله ای در رابطه با هوش هیجانی و هوش معنوی با رضایت از زندگی در زنان دارای مشکلات خانوادگی بود. جامعه آماری زنان مراجعه کننده به مراکز های مشاوره در سطح شهر شیراز بودند، که از بین مراکز ده مرکز به صورت تصادفی انتخاب شدند. و کلیه زنانی که در یک فاصله زمانی ۳ ماهه (آبان تا آخر دی ماه) به دلیل مشکلات خانوادگی به این مراکز مراجعه کرده بودند ۱۵۰ نفر می شدند که به عنوان نمونه آماری در این پژوهش شرکت داده شدند. طرح این تحقیق از نوع همبستگی بود. داده ها از طریق پرسشنامه رضایت از زندگی دینر، پرسشنامه هوش هیجانی شات، پرسشنامه هوش معنوی حسن عبدالله زاده و پرسشنامه سبک های مقابله ای موس و بیلینگز و الاه جمع آوری و مورد تحلیل آماری قرار گرفت. یافته ها دو مدل را نشان دادند. مدل اول سبک های مقابله ای نقش واسطه گری معناداری در رابطه هوش هیجانی و رضایت از زندگی ایفا

نکرد. مدل دوم سبک های مقابله ای نقش واسطه گری معناداری در رابطه هوش معنوی و رضایت از زندگی ایفا کرد.

واژگان کلیدی: رضایت از زندگی، هوش هیجانی، هوش معنوی، سبکهای مقابله ای

فصل اول
کلیات طرح

مقدمه:

خانواده^۱ نهادی است که از یک سو با جامعه ای بزرگتر در تعامل است و از سوی دیگر مستقیماً با فرد در ارتباط است. اهمیت این نهاد به حدی است که برخی صاحب نظران آن را از ارکان اساسی زندگی اجتماعی به حساب آورده و تحقق جامعه سالم را در گرو دستیابی به خانواده سالم می پندارند (برنشتاین و برنشتاین^۲، ۲۰۰۱؛ به نقل از افضل‌گروه، ۱۳۸۶)؛ و لذا بحث پیرامون خانواده و راههای تحکیم آن و البته شناخت آفات این پیوند آسمانی از بحث های مهم علوم مربوطه به خصوص روانشناسی می باشد. این علوم تلاش می کنند که ثبات و کیفیت روابط زناشویی را فزونی بخشند (صدق آمیز، ۱۳۷۶).

یکی از آسیب هایی که می تواند صدماتی را بر پیکره ازدواج و خانواده وارد کند خیانت^۳ است و آن چه به این اجتماع کوچک ثبات و آرامش می بخشد روابط سالم و سلامت اعضا است. هر نوع پنهان کاری از همسر در مورد روابط خارج از ازدواج نوعی خیانت تلقی می شود، حتی اگر در سطح بیان اطلاعات خصوصی نزد فردی غیر از همسر و بدون اطلاع وی باشد (خدمتگزار و همکاران، ۱۳۸۷؛ به نقل از

۱- family.

۲ -Bronstein.

۳-infidelity

حیدری، ۱۳۸۸). خیانت در شریعت اسلام نیز مذموم شمرده شده و سیستم وحدت زوجه یا تک همسری را بر تعدد زوجات ترجیح می‌دهد (اعراف، ۱۸۹) و خداوند در سوره نور آدمی را از زنا بر حذر می‌دارد و می‌فرماید:

"به زنا آلوده نشوید که خدا لذت همسران را از دل شما خواهد برد. عفت پیشه سازید تا زنانان نیز عقیف باشند." (سوره نور، آیه ۲۳) .

مطالعات نشان می‌دهند که خیانت همسران میتواند اثرات مخرب شخصی، خانوادگی و اجتماعی بر جای بگذارد و هزینه‌های سنگین و صدمات غیر قابل جبرانی را به طرفین تحمیل کند (خدمتگذار و همکاران، ۱۳۸۷؛ به نقل از حیدری، ۱۳۸۸) و یکی از دلایل اصلی طلاق (حاتمی و همکاران، ۲۰۱۱) و همسر آزاری و همسر کشی در فرهنگهای مختلف است (تورک^۱ و همکاران، ۲۰۰۰؛ به نقل از حاتمی و همکاران، ۲۰۱۱) و کشف آن باعث بروز طیف وسیعی از واکنشهای منفی عاطفی، شناختی و رفتاری در زوجین می‌شود و آسیب‌هایی چون احساس خشم، کینه، گناه، شرم، از دست دادن عزت نفس، افزایش تعارضات زناشویی و کاهش سازگاری، ناامیدی و حسادت، غم و علائم اختلال استرس پس از حادثه را در بسیاری از ایشان ایجاد می‌کند (فرحبخش و قنبری هاشم آبادی، ۱۳۸۵).

زنان به سبب نقش‌های چندگانه‌ی خود، عناصر انسانی تاثیر گذاری در خانواده و جامعه هستند و لذا با توجه به حساسیت جایگاه ایشان در مقام همسری و مادری و اهمیت آسیب‌های ناشی از خیانت‌های زناشویی و تاثیر مستقیم آن بر خانواده و جامعه مسئله اصلی در پژوهش فعلی به عنوان یک پژوهش تجربی بررسی اثر بخشی آموزش مهارتهای خود توانمند سازی بر سازگاری، شادکامی، امید به زندگی و عزت نفس زنان خیانت دیده می‌باشد. فصول مختلف این گزارش، ضمن طرح گستره نظری و ارائه

^۱ Glass & Wright.

پژوهشهای قبلی، شکل گیری مسئله، فرضیه ها و روش های آزمون را مشخص کرده و نتایج حاصل از جمع آوری داده های جمع آوری شده را توصیف و تجزیه و تحلیل می کند.

بیان مسئله:

خیانت، برقرار کردن ارتباط جنسی، عشقی یا عاطفی منجر به صمیمیت یک فرد متاهل، با فردی غیر از همسرش می باشد (براون^۱، ۲۰۰۱). به عبارتی خیانت زناشویی به حالتی اطلاق می شود که در آن فرد با کسی غیر از همسر خود ارتباط صمیمانه ای که منجر به رابطه جنسی، احساسی و عاطفی می شود، را برقرار سازد (آماتو^۲، ۲۰۰۳). خیانت به همسر پدیده ای نکوهیده و نسبتاً جهانی است و میزان شیوع خیانت به همسر بر حسب شرایط و باورهای فرهنگی بسیار متفاوت است. در کشورهای غربی شیوع آن ۲۶-۷۵ درصد در مردان و ۱۲-۲۵ درصد در زنان گزارش شده است (فرحبخش و قنبری هاشم آبادی، ۱۳۸۵). در پژوهشی دیگر میزان خیانت را ۱۱/۶-۵۰ درصد در زنان و ۲۲/۷-۵۰ درصد در مردان بیان کرده اند (اسمیت^۳، ۲۰۰۴؛ به نقل از حیدری، ۱۳۸۸). این تفاوت ها در بیان میزان شیوع خیانت در پژوهش های مختلف، شاید به خاطر شرمساری و محافظه کاری زوجین در گیر در این وادی باشد.

چندین نوع خیانت به همسر شناسایی شده است که مهمترین آن ها عبارتند از:

- خیانت جنسی: که داشتن رابطه جنسی با فردی غیر از همسر خیانت جنسی تلقی می شود.
- خیانت عاطفی: در خیانت عاطفی یکی از زوجین با شخصی غیر از همسر رابطه عاطفی و صمیمی برقرار کرده و به مبادله احساسی می پردازد (شاکلفورد، لبلانس و دراس^۴، ۲۰۰۰؛ به نقل از فرحبخش و قنبری هاشم آبادی، ۱۳۸۵).

۱ -Brown.

۲ -Amato.

۳ -Smith.

۴ -Shakelford, Leblance&Drass.

خیانت برای تمام افرادی که به نحوی با آن درگیرند استرس زاست و می تواند پیامد های مخربی برای ایشان به همراه داشته باشد. خیانت حتی برای مشاوران خانواده درمانگری که زوجین به ایشان مراجعه می کنند نیز بسیار مشکل سازاست، چرا که ایشان نیز باورها و ترس های خود را دارند (حاتمی، ۲۰۱۱). امروزه خیانت زناشویی یکی از دلایل اصلی بر هم خوردن سلامت زندگی زناشویی و حتی طلاق زوجین می باشد (حاتمی، ۲۰۱۱). خیانت یکی از دلایل اصلی ایجاد تنگنا در زندگی زناشویی و عدم رضایت و صمیمیت بین زوجین است (آماتو، ۲۰۰۳). بر اساس پژوهش های انجام شده واکنشهای عاطفی زوجین به خیانت کشف شده ی همسر، متعدد است اما شایعترین واکنش احساس حسادت است (شاکلفورد، ۲۰۰۰)، این احساس مجموعه ای از هیجانات را در بر می گیرد (وارد، ۲۰۱۱) و البته وابسته به جنس بین زنان و مردان متفاوت است (ویلسون، ۱۹۸۸)، آن چنان که زنان واکنش شدیدتری نسبت به مردان در مواجهه با خیانت عاطفی بروز می دهند (میلر و مانر، ۲۰۰۹) و مردان به خیانت جنسی همسر، تندتر واکنش نشان می دهند (وارد، ۲۰۱۱)، این پدیده علت بسیاری از خشونت های زناشویی است (باس، ۱۹۹۴) و همیشه موجب ضربه شدید احساسی به طرفین می شود. این آسیب در فرد قربانی باعث بروز علایمی شبیه به اختلال استرس پس از حادثه^۱ شده و هم چنین احساس خشم، افسردگی، ناامیدی، عدم اعتماد به نفس و بی هویتی را نیز ایجاد می کند؛ همسر پیمان شکن نیز عمدتاً دچار تردید، پشیمانی، افسردگی، عذاب وجدان و فرافکنی می شود (بونک^۲، ۱۹۹۵؛ به نقل از فرحبخش و قنبری هاشم آبادی، ۱۳۸۵). سوءظن افکار تکرار شونده و بدگمانی دائم، که زمینه ساز تعارضات بیشتر است، نیز از پیامدهای منفی کشف خیانت همسر است (دولی و ویلسون^۳، ۱۹۸۸؛ به نقل از فرحبخش و قنبری هاشم آبادی، ۱۳۸۵). با توجه به پیامد های شناخته شده ی اطلاع از خیانت همسر، در این پژوهش تلاش گردید، سازه های

۱ -post trauma stress disorder.

۲ -Bunk.

۳ -Dully& Wilson.

آسیب دیده سازگاری، شادکامی، امید به زندگی و عزت نفس و بهبود آن را در این زنان مورد بررسی قرار گیرد.

سازگاری از نظر علمی سابقه آن چنان زیادی ندارد. شروع مطالعات علمی در مورد آن از سال ۱۹۸۴ با راتوس و نوید^۱ و ارائه مدلی برای سازگاری آغاز شد. بعدها رابطه بین سازگاری با عوامل متعددی توسط محققین مختلف بررسی شده و مورد پژوهش قرار گرفت (کاکیا، ۱۳۸۵).

سازگاری فرآیندی در حال رشد و پویاست که شامل توازن بین آن چه آدمی می خواهد و آن چه جامعه و عرف و قوانین آن می پذیرد، می باشد. به عبارتی سازگاری فرآیندی است دو سویه، که در آن از یک جانب فرد به صورتی موثر به برقراری ارتباط با محیط می پردازد و از سویی دیگر جامعه نیز ابزارهای مناسب را برای عینیت بخشیدن به استعدادهای او، فراهم می کند. سازگاری فرآیندی است که باعث زندگی رضایت بخش، توازن بین ارضای نیازهای خود و قابلیت های خویشتن، تغییر روش زندگی بر اساس نیازهای موقعیتی و توانایی تغییرات ضروری در شرایط محیطی می شود و از آشفتگی های شدید عاطفی و مقابله ناموفق با مسائل و مشکلات روزمره جلوگیری می نماید (حمیدی، ۱۳۷۹).

اطلاع از خیانت همسر از جمله عواملی است که باعث آشفتگی فرد شده و امکان کنترل روابط را از او می گیرد و بنابراین منجر به بروز تعارضات و کاهش برخورد های سازگارانه وی می شود (فرحبخش و قنبری هاشم آبادی، ۱۳۸۷) و این کاهش سازگاری فردی موجبات انهدام خانواده و گسترش جامعه ای از فرزندان طلاق و مشکلات مربوط به آن می شود.

زنان پس از اطلاع از عهد شکنی همسر خود احساس غم و اندوه کرده و شادکامی و رضایت خود را از دست می دهند (فرحبخش و قنبری هاشم آبادی، ۱۳۸۷). از سال ۱۹۶۰ پژوهش های مربوط به شادمانی افزایش یافت و سازمان های مختلف پس از سال ها پرداختن به غم و رنج های آدمی به بررسی شادمانی

^۱ -Ratus &Navid.