

بررسی اثر بخشی طرح تایم (غنی سازی ازدواج) بر رضایت زناشویی

زوج‌های دانشجو

زهره عدالتی شاطری^۱، حمید رضا آقا محمدیان شعر باف^۲، مرتضی مدرس غروی^۳، حسین حسن آبادی^۴

۱- کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران (مؤلف مسؤول) تلفن ۰۵۱۱-۸۶۴۸۰۰۲ zohreedalaty@yahoo.com

۲- استاد گروه روانشناسی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران

۳- استادیار گروه روان پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

۴- استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران

چکیده

زمینه و هدف: اگرچه ازدواج یکی از مهمترین تصمیمات زندگی هر فرد است، اما زوجها معمولاً وقت و انرژی صرف آماده شدن برای ورود به این رابطه نمی‌کنند و بسیاری از زوجها در همان سالهای اول ازدواج خود تعارضات زناشویی قابل توجهی تجربه می‌کنند. از آنجا که نابسامانی ارتباط زناشویی با بسیاری پیامدهای طولانی مدت جسمی و روانی مرتبط است، پیشگیری از این عواقب آسیب‌زا جزء اولویتهای روانشناسان و متخصصان حیطه سلامت شده است. یکی از رویکردهای پر کاربرد و معروف در این زمینه غنی سازی ازدواج است. غنی سازی ازدواج رویکردی است آموزشی با هدف ارتقا ارتباط زوجها، که تلاش می‌کند زوجها را نسبت به خودشان و همسرشان آگاه سازد، همدلی و صمیمیت را تقویت نماید، و مهارتهای ارتباط کارآمد و حل مساله آنها را گسترش دهد. در این مقاله سودمندی یکی از برنامه‌های غنی سازی ازدواج بر روی زوجها ایرانی ارزیابی شده است.

روش بررسی: مطالعه حاضر از نوع شبه آزمایشی است و طرح مورد استفاده دو گروه ناهمسان با پیش آزمون و پس آزمون است. ۱۵ زوج در این مطالعه شرکت داشتند. دو مقیاس رضایت زناشویی انریچ و تطابق دو نفری (داس) برای ارزیابی رضایت‌مندی زناشویی زوجها در سه مقطع پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری مورد استفاده قرار گرفت. ۸ زوج (گروه آزمایشی) آموزش‌های ده هفته‌ای برنامه غنی سازی تایم را دریافت نمودند و ۷ زوج دیگر (گروه کنترل) هیچ آموزشی دریافت نکردند. داده‌ها با کمک آمار توصیفی و استنباطی تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج حاکی از عدم تغییر نمرات گروه کنترل در مقیاس‌های مدت مطالعه بود. در حالی که نمرات گروه آزمایش بهبود معناداری در پس آزمون داشت و این بهبود تا مرحله پیگیری نیز حفظ شده بود، هم در مقیاس انریچ و هم در مقیاس داس ($p < 0.01$).

نتیجه‌گیری: یافته‌های این پژوهش سودمندی آموزش‌های برنامه غنی‌سازی ازدواج در افزایش رضایت‌مندی زناشویی در نمونه‌ای از زوجها ایرانی را تایید می‌کند.

کلید واژه‌ها: غنی سازی ازدواج، طرح تایم، رضایت‌مندی زناشویی

وصول مقاله: ۸۸/۹/۱۰ اصلاحیه نهایی: ۸۸/۱۰/۷ پذیرش مقاله: ۸۸/۱۰/۲۱

مقدمه

تنظیم این روابط، پیوند زناشویی است (۱). طی دهه‌های گذشته، با تغییر ساختارهای اجتماعی و حذف ارتباطات خانواده گسترده و اجتماعات مکمل، ارتباط زناشویی

یکی از وظایف هنجارهای اخلاقی جوامع، تنظیم صحیح روابط زن و مرد است و انسانی‌ترین روش برای

اوتونومیک و استرسهای مزمن را تجربه می‌کند (۶) و مادرانی که از ازدواج خود راضی هستند، بیشتر با کودکان خود ارتباط دارند و آنها را اجتماعی بار می‌آورند (۹).

مشکلات زناشویی در همه ازدواج‌ها، حداقل در برهه‌ای از زمان، وجود دارد، لیکن مراجعه به زوج درمانگران حرفه‌ای غالباً آخرین اقدام زوج‌های آشفته است. یونگینو^۵، معتقد است مشکلات زوج‌های مراجعه‌کننده به روان‌درمانگران به طور متوسط از ۶ سال قبل شروع شده‌اند (۱۰). زوج‌ها طی این زمان فشارهای عاطفی و عوارض جسمی و روانی بسیاری تجربه می‌کنند، که با مداخلات پیشگیرانه می‌تواند تا حد زیادی کاهش یابد (۱۱). محققین معتقدند، احتمال اینکه یک زوج تازه ازدواج کرده با چند الگوی رفتاری مخرب، بتواند با شرکت در برنامه‌های پیشگیرانه ارتباطشان را حفظ کند، بیشتر از زوجی است که سالها در الگوهای منفی ارتباطی پیچیده شده و اکنون می‌خواهند با کمک زوج درمانی سنتی رابطه‌شان را ترمیم کنند (۱۴-۱۲ و ۱۰). به علاوه، اگر شیوه‌های پیشگیرانه نقشی که انتظار می‌رود را ایفا کنند، بهای اقتصادی که فرد و اجتماع برای مداخلات درمانی می‌پردازد، تا حد زیادی کاهش می‌یابد (۱۵ و ۱۱).

یکی از روشهای پیشگیری از بروز نارضایتی‌های زناشویی، برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج^۶ است. غنی‌سازی ازدواج، رویکردی است آموزشی برای بهبود روابط زوجین و هدف آن کمک به زوجها برای آگاهی از خودشان و همسرشان، کاوش احساسات و افکار همسرشان، گسترش همدلی و صمیمیت و رشد ارتباط

بیش از گذشته نقطه تمرکز انتظارات زوج و از سوی دیگر عامل دلسردی برای آنها شده است (۲).

رضایت زناشویی، تأثیر بسزایی بر خانواده و سلامت جسمی و روانی اعضای آن می‌گذارد. به اعتقاد مارکمن^۱ و هالوگ^۲، اغلب افرادی که ازدواج می‌کنند، در آغاز زندگی دارای سطح بالایی از رضایت زناشویی هستند (۳)، اما علاوه بر افت تدریجی که با گذشت زمان در رضایت زناشویی رخ می‌دهد (۴ و ۳)، در همان هفته‌ها و ماه‌های اول ازدواج نیز مشکلات جدی رخ می‌دهد که اگر حل نشود می‌تواند رضایت و ثبات رابطه زناشویی را تهدید کند (۵).

ینیس^۳، معتقد است تعارضات زناشویی، پیش‌بینی‌کننده سلامت جسمی، مخصوصاً در مردان، خواه مطلقه خواه متأهل است و وجود تعارض با احتمال بیشتر بروز بیماریهای مزمن در هر دو گروه مرتبط است (۶). کیفیت رابطه زناشویی به طور مثبتی با میزان سلامت عمومی؛ مصونیت بیشتر، ایمنی فیزیولوژیکی و وجود آنتی‌بادی‌های بیشتر بر علیه عوامل ویروسی و عملکرد بهتر سیستم قلبی عروقی رابطه دارد (۶).

بلوم^۴، نابسامانی زناشویی و طلاق را بعد از مرگ ناگهانی در خانواده، از مهمترین عوامل تنیدگی‌زا می‌داند (۳). مشکلات ارتباطی با خطر توسعه اختلالات روانی، مانند اختلالات اضطرابی و بدکاری جنسی در هر دو نفر، افسردگی در زنان، سوء مصرف الکل در مردان، و مشکلات رفتاری در کودکان به ویژه پسران نیز همراه است (۸ و ۳). کودکان ازدواج‌های ناشاد، طی تعامل با والدین، بیش از کودکان ازدواج‌های شاد برانگیختگی

1. Markman, H.
2. Hahlweg, K..
3. Yenes, A.
4. Bloom, B.

5. Buongiorno, J.
6. Marriage Enrichment Programs.

سال و دامنه تحصیلات زوج‌ها از کاردانی تا کارشناسی ارشد بود. ۳ زوج در گروه کنترل و ۵ زوج در گروه آزمایش دارای یک فرزند و بقیه زوج‌ها بدون فرزند بودند.

گروه آزمایش که شامل ۸ زوج دانشجو (۱۶ نفر) بود در ده جلسه آموزش غنی سازی بر اساس طرح تایم شرکت نمودند و نتایج حاصل از این مداخله با گروه آزمایش متشکل از ۷ زوج دانشجو که طی این مدت تحت هیچ نوع آموزش و یا مشاوره قرار نداشتند، مقایسه شد.

در این مطالعه از دو مقیاس رضایت‌مندی زناشویی اتریچ و سازگاری دو نفری (داس) استفاده شد. پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی یک ابزار ۱۱۵ سؤالی است که در این مطالعه نمره کل این آزمون برای ارزیابی رضایت‌مندی زوج‌ها از رابطه زناشویی به کار رفته است. برای هر یک از سؤالات پرسشنامه پنج گزینه با نمره‌گذاری از ۰ تا ۴ منظور شده است و نمره بالاتر نشانه رضایت بیشتر است. حیطه‌های مورد سنجش پرسشنامه شامل تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، رضایت‌مندی شخصی، ارتباطات زناشویی، حل تعارض، مدیریت مالی، اوقات فراغت، روابط جنسی، فرزندان، خانواده و دوستان، مساوات طلبی و جهت‌گیری مذهبی می‌باشد (۱۹). ضرایب آلفای پرسشنامه در گزارش السون و همکاران، برای خرده مقیاسهای این پرسشنامه به ترتیب از این قرارند (۱۹):

۰/۸۱، ۰/۷۳، ۰/۶۸، ۰/۷۵، ۰/۷۴، ۰/۷۶، ۰/۴۸، ۰/۷۷، ۰/۷۲، ۰/۷۱، ۰/۷۳.

ضرایب آلفای این خرده مقیاسها در مطالعه رسولی، نیز به ترتیب از این قرارند (۴):

مؤثر و مهارتهای حل مساله است (۱۶). سیاست گذاران، محققین و روان درمانگران کشور ما تاکنون توجه چندانی به شیوه‌های پیشگیرانه از جمله غنی سازی ازدواج نداشته‌اند، و این روشها نیاز به بررسی علمی بیشتری دارد (۱۷). این مطالعه تلاش دارد بررسی نماید آیا روشهای غنی سازی ازدواج بر روی زوج‌های ایرانی که در بافتی سنتی و مذهبی، با تابوهای بسیاری در خصوص ارتباطات خانوادگی و بیان مسایل زناشویی در حضور افراد بیگانه پرورش یافته‌اند نیز تأثیر گذار خواهد بود؟

روش بررسی

مطالعه حاضر تحقیقی شبه آزمایشی است و از طرح گروه کنترل نابرابر استفاده شده است. در این طرح از دو گروه کنترل و آزمایش استفاده گردید و ضمن اعمال متغیر مستقل در گروه آزمایش، از هر دو گروه پیش آزمون و پس آزمون به عمل آمد.

جامعه آماری شامل تمام زوجهای متأهلی بود که یک یا هر دو نفرشان دانشجو و ساکن یا در حال تحصیل در شهر سبزوار بودند. حجم نمونه با توجه به تعداد مجاز برای شرکت در یک گروه TIME که ۵ تا ۸ زوج است (۱۸)، ۸ زوج برای گروه آزمایش و ۷ زوج برای گروه کنترل در نظر گرفته شد و نمونه از نوع در دسترس بود.

زوج‌های شرکت‌کننده از گروه داوطلب برای شرکت در این آموزشها، بر اساس ملاک پذیرش مطالعه (عدم ابتلا هر دو نفر به اختلالات جسمی و روانی مزمن)، انتخاب و به گروه‌های آزمایش و کنترل تقسیم شدند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۲/۸ بود و در دامنه ۲۰ تا ۲۷ سال قرار داشتند. هیچ کدام از زوج‌ها سابقه ازدواج قبلی نداشتند، میانگین سنوات ازدواج ۲

۰/۹، ۰/۸۱، ۰/۷۸، ۰/۸۵، ۰/۷۵، ۰/۷۴، ۰/۸۴، ۰/۷۱، ۰/۸۶، ۰/۷۲، ۰/۹۱، ۰/۸۶.

همچنین ضریب آلفای خرده مقیاسهای انریچ در چندین تحقیق متفاوت، از ۰/۶۸ (برای نقش‌های مساوات طلبی) تا ۰/۸۶ (برای رضایت زناشویی) با میانگین ۰/۷۹ بوده است (۱۹). در پژوهش مهدویان، ضریب همبستگی پیرسون در روش بازآزمایی (با فاصله یک هفته) برای گروه مردان ۰/۹۳۷ و برای گروه زنان ۰/۹۴۴ به دست آمده است. ضریب همبستگی پرسشنامه انریچ با مقیاسهای رضایت خانوادگی ۰/۴۱ تا ۰/۶۰، و با مقیاسهای رضایت از زندگی ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشانه‌ی روایی سازه آن است و کلیه خرده مقیاسهای این پرسشنامه زوجهای راضی و ناراضی را متمایز می‌کنند، که این نشان می‌دهد از روایی ملاک خوبی برخوردار است (۱۹).

مقیاس سازگاری زن و شوهری (داس)^۱ نیز یک ابزار ۳۲ سؤالی ساخته شده توسط اسپینر^۲ است که برای ارزیابی کیفیت رابطه زناشویی از نظر زن و شوهر به کار می‌رود و به صورت وسیع در پژوهش‌های زناشویی مورد استفاده قرار گرفته است (۲۰). تحلیل عاملی نشان می‌دهد که این مقیاس چهار بعد رابطه را می‌سنجد: رضایت دو نفری، همبستگی دو نفری، توافق دو نفری و ابراز محبت. در نمره گذاری نمرات بین ۰ تا ۵ (در مقیاس لیکرت) قرار می‌گیرد و نمره کل می‌تواند بین ۰ تا ۱۵۱ باشد.

در مطالعه حسن شاهی و همکاران، اعتبار نمره کل مقیاس با آزمون آلفای کرنباخ ۰/۹۲ گزارش شده است (۲۱). اسپاینر، همسانی درونی خرده مقیاسها را به این

شرح گزارش کرده است: رضایت دو نفری ۰/۹۴، همبستگی دو نفری ۰/۸۶، توافق دو نفری ۰/۹۰ و ابراز محبت ۰/۷۳ (۲۲). بر اساس ادعای برانزنده و همکاران این مقیاس با قدرت تمیز زوجهای متأهل و مطلقه در هر سؤال، روایی خود را برای گروه‌های شناخته شده نشان داده است (۲۱). علاوه بر این مقیاس داس روایی همزمان با مقیاس رضایت زناشویی لاک والاس^۳ نیز دارا می‌باشد (۱۹).

برای بررسی نرمال بودن داده‌های بدست آمده ابتدا از آزمون کلموگروف - اسمیرنوف استفاده شد. مقایسه‌های دوتایی بین دو گروه در مراحل آزمون‌گیری توسط آزمون T دو جامعه مستقل و تغییرات رخ داده طی سه مرحله در هر گروه توسط آزمونهای پیلاز، ویلک، هتلینگ و روی و آزمونهای تعقیبی بررسی گردید.

یافته‌ها

از آنجا که نرمال بودن توزیع نمرات، مهمترین پیش فرض استفاده از آزمونهای آماری به کار رفته در تحلیل داده‌ها بود، در ابتدا آزمون کلموگروف - اسمیرنوف بر روی نمرات آزمودنی‌ها انجام شد که نتایج حاکی از نرمال بودن توزیع نمرات در همه مقاطع ارزیابی بود.

در گام بعدی آزمون T بر روی میانگین نمرات دو گروه کنترل و آزمایش در مرحله پیش آزمون انجام شد که نتایج آن در جدول ۱ آمده است.

1. Dyadic Adjustment Scale (DAS).
2. Spanier.

3. Locke - Wallace Marital Adjustment scale.

جدول ۱: نتایج آزمون T دو جامعه مستقل برای میانگین نمرات دو گروه کنترل و آزمایش در مرحله پیش آزمون

آزمون همسانی واریانس‌ها (Levene)		آزمون T برای همسانی میانگین‌ها				
F	ضریب معناداری	T	درجه آزادی	P	تفاوت میانگین	تفاوت خطای استاندارد
۳/۸۰۴	۰/۰۶۱	۰/۶۱	۲۸	۰/۹۵۲	۰/۴۶۴	۷/۵۷۳
		۰/۶۳	۲۷/۲	۰/۹۵۱	۰/۴۶۴	۷/۴۱۳
۰/۴۶۹	۰/۴۹۹	۰/۱۰۳	۲۸	۰/۹۱۹	۰/۲۵۹	۲/۵۲۵
		۰/۱۰۲	۲۴/۴۷	۰/۹۲۰	۰/۲۵۹	۲/۵۴۳

تفاوت‌های اولیه آزمودنی‌های این گروه با گروه کنترل و می‌تواند ناشی از تأثیر مداخلات درمانی باشد. سپس تغییرات نمرات گروه آزمایش طی سه مرحله آزمون‌گیری با استفاده از آزمون‌های پیلاز، ویلک، هتلینگ و روی بررسی شد که نتایج آن در جدول ۲ آمده است.

سطوح معنی‌داری برای میانگین‌ها در هر دو مقیاس نشانگر عدم وجود تفاوت معنی‌داری بین گروه‌هاست (نتایج این آزمون نشان می‌دهد دو گروه آزمایش و کنترل در ابتدای مطالعه تفاوت معناداری نداشته‌اند و بنابراین تغییرات مشاهده شده در گروه آزمایش مستقل از

جدول ۲: نتایج آزمون‌های پیلاز، ویلک، هتلینگ، و روی بر روی میانگین‌های نمرات مقیاس‌های انریچ و داس گروه آزمایش در سه مرحله آزمون‌گیری

آزمون آماری	ارزش	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	P
انریچ	پیلاز	۹۸/۳۴۷	۲/۰۰۰	۱۴/۰۰۰	۰/۰۰۰
	ویلک	۹۸/۳۴۷	۲/۰۰۰	۱۴/۰۰۰	۰/۰۰۰
	هتلینگ	۹۸/۳۴۷	۲/۰۰۰	۱۴/۰۰۰	۰/۰۰۰
	روی	۹۸/۳۴۷	۲/۰۰۰	۱۴/۰۰۰	۰/۰۰۰
داس	پیلاز	۸۶/۲۳۲	۲/۰۰۰	۱۴/۰۰۰	۰/۰۰۰
	ویلک	۸۶/۲۳۲	۲/۰۰۰	۱۴/۰۰۰	۰/۰۰۰
	هتلینگ	۸۶/۲۳۲	۲/۰۰۰	۱۴/۰۰۰	۰/۰۰۰
	روی	۸۶/۲۳۲	۲/۰۰۰	۱۴/۰۰۰	۰/۰۰۰

به منظور مشخص نمودن گروه‌هایی که تفاوت معنادار بین میانگین نمرات آزمودنی‌ها در این سه مرحله منجر شده است، از آزمون‌های تعقیبی استفاده شد. در جدول ۳ نتایج این آزمون‌ها آورده شده است.

ضرایب به دست آمده، نشانگر وجود تفاوت معنادار بین میانگین نمرات آزمودنی‌ها در این سه مرحله می‌باشد ($p < ۰/۰۰۱$ و $F: ۹۸/۳۴۷$ در نمرات انریچ و $p < ۰/۰۰۱$ و $F: ۸۶/۲۳۲$ در نمرات داس).

جدول ۳: نتایج آزمون تعقیبی نمرات انریچ و داس گروه آزمایش در سه مرحله آزمون گیری

عامل ۱	عامل ۲	تفاوت میانگین (۲-۱)	خطای استاندارد	P
پیش آزمون	پس آزمون	-۶۱/۵۰۰	۵/۲۱۳	۰,۰۰۰
پیگیری	پیگیری	-۵۷/۵۶۳	۴/۰۶۵	۰,۰۰۰
پس آزمون	پس آزمون	۶۱/۵۰۰	۵/۲۱۳	۰,۰۰۰
پیگیری	پیگیری	۳/۹۳۸	۲/۱۵۹	۰/۲۶۵
پس آزمون	پس آزمون	۵۷/۵۶۳	۴/۰۶۵	۰,۰۰۰
پیگیری	پیگیری	-۳/۹۳۸	۲/۱۵۹	۰/۲۶۵
پیش آزمون	پس آزمون	-۲۰/۵۰۰	۲/۲۶۴	۰,۰۰۰
پیگیری	پیگیری	-۲۳/۳۷۵	۱/۷۲۰	۰,۰۰۰
پس آزمون	پس آزمون	۲۰/۵۰۰	۲/۲۶۴	۰,۰۰۰
پیگیری	پیگیری	-۲/۸۷۵	۱/۶۸۳	۰/۳۲۵
پس آزمون	پس آزمون	۲۳/۳۷۵	۱/۷۲۰	۰,۰۰۰
پیگیری	پیگیری	۲/۸۷۵	۱/۶۸۳	۰/۳۲۵

در مرحله پیگیری نیز حفظ شده و به عبارت دیگر نمرات آزمودنی‌ها در مرحله پیگیری تفاوت چندانی با مقطع پس آزمون نداشته است. تفاوت میانگین نمرات گروه کنترل در سه مقطع آزمون گیری نیز توسط آزمونهای پیلاز، ویلک، هتلینگ و روی بررسی شد. نتایج این آزمونها در جدول ۴ آورده شده است.

همانگونه که در جدول ۳ آمده است، مقدار سطح معنی داری برای پیش آزمون و پس آزمون، و پیش آزمون و پیگیری در مقیاس انریچ به ترتیب برابر با $p < 0/001$ و $p < 0/001$ می‌باشد، و تفاوت بین آنها معنی دار است. اما تفاوت بین مراحل پس آزمون و پیگیری معنی دار نیست. این نتایج نشان می‌دهد مداخلات انجام شده تأثیر معناداری در نمرات آزمودنی‌ها در مرحله پس آزمون داشته است و این نتایج

جدول ۴: نتایج آزمونهای پیلاز، ویلک، هتلینگ، و روی بر روی میانگین‌های نمرات مقیاس‌های انریچ و داس گروه کنترل در سه مرحله آزمون گیری

آزمون آماری	ارزش	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	P
پیلاز	۰/۱۳۹	۰/۹۷۲	۲/۰۰۰	۱۲/۰۰۰	۰/۴۸۶
ویلک	۰/۸۶۱	۰/۹۷۲	۲/۰۰۰	۱۲/۰۰۰	۰/۴۸۶
هتلینگ	۰/۱۶۲	۰/۹۷۲	۲/۰۰۰	۱۲/۰۰۰	۰/۴۸۶
روی	۰/۱۶۲	۰/۹۷۲	۲/۰۰۰	۱۲/۰۰۰	۰/۴۸۶
پیلاز	۰/۱۱۳	۰/۷۶۷	۲/۰۰۰	۱۲/۰۰۰	۰/۴۰۶
ویلک	۰/۸۸۷	۰/۷۶۷	۲/۰۰۰	۱۲/۰۰۰	۰/۴۰۶
هتلینگ	۰/۱۲۸	۰/۷۶۷	۲/۰۰۰	۱۲/۰۰۰	۰/۴۰۶
روی	۰/۱۲۸	۰/۷۶۷	۲/۰۰۰	۱۲/۰۰۰	۰/۴۰۶

نتایج به دست آمده، همسو با بسیاری از تحقیقات انجام شده با این موضوع است. به عنوان مثال ماتسون^۱، کریستینسون^۲ و اینگلدن^۳، در پژوهشی مشابه با هدف بررسی تأثیر رویکرد تایم، گزارش نمودند؛ در مقایسه پیش آزمون و پس آزمون، تفاوت معناداری در نمرات پرسشنامه خود ارزیابی زناشویی، پرسشنامه ارتباط زناشویی و مقیاس تطابق دو نفری وجود دارد (۲۳).

هالی و اولسون، نیز در تحقیقی ۹۹ زوج را که بیش از دو سال از زندگی مشترکشان نگذشته بود، در چهار گروه کنترل، آموزش با روش TIME، آموزش با روش زندگی در کنار یکدیگر و آموزش با روش رشد همراه با یکدیگر قرار دادند. زوج‌های سه گروه آزمایشی طی ده هفته در جلسات غنی سازی شرکت نمودند. قبل و بعد از آموزشها از تمامی شرکت کنندگان خواسته شد مقیاس‌های انریچ و خشنودی زناشویی را تکمیل نمایند. تحلیل نتایج نشان داد، نمرات پس آزمون شرکت کنندگان در هر سه طرح به طور معناداری بالاتر از نمرات گروه کنترل، و نمرات پیش آزمون خودشان است. در پایان دوره ۹۸٪ زوجهای شرکت کننده سطح بالای رضایت از شرکت در این گروه‌ها را گزارش نمودند (۱۸).

در پژوهش هیکمن و همکاران، بر روی تأثیر آموزشهای غنی‌سازی در رضایت‌مندی زناشویی، صمیمیت زناشویی ۳۷ زوج شرکت کننده در دو برنامه غنی سازی، ACME و الگوی دیگری از غنی سازی با عنوان ماجراجویی^۴، قبل و بعد از شرکت در گروه‌ها توسط پرسشنامه صمیمت وارینگ^۵ (WIQ) مورد

ضریب معنی‌داری $p=0/486$ برای مقیاس انریچ و برای مقیاس داس نشانگر عدم وجود تفاوت معنی‌دار بین سه نوبت آزمون‌گیری در گروه کنترل می‌باشد. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت، عامل مخلی که طی مدت اجرای تحقیق، تأثیر معناداری بر میزان رضایت‌مندی زوج‌ها داشته باشد، وجود نداشته است و عمده تغییرات مشاهده شده در نمرات گروه آزمایش در دو مقیاس ناشی از شرکت آزمودنی‌های گروه آزمایش در آموزش‌های غنی سازی بوده است.

بحث

نتایج این مطالعه حاکی از تأثیر آموزش با رویکرد غنی سازی ازدواج، در رضایت‌مندی زناشویی زوج‌ها بود. تفاوت معنادار نتایج پس آزمون اعضای گروه آزمایش با شرایط کنترل (به ترتیب $p<0/001$ و $F:98/347$ در نمرات مقیاس انریچ، و $p<0/001$ و $F:86/232$ در نمرات مقیاس داس) و نبود هیچگونه تغییر معناداری در نمرات گروه کنترل در مدت پژوهش، حاکی از اثرگذاری مثبت این آموزش‌ها در راستای افزایش سطح رضایت‌مندی زناشویی زوج‌ها است.

نتایج پیگیری نیز نشان داد، دستاوردهای این آموزش‌ها محدود به زمان ارائه آنها نیست و با گذشت زمان تأثیرات مثبت خود را حفظ می‌کند. تفاوت معنی‌دار نتایج اعضای گروه آزمایشی در مرحله پیگیری با شرایط کنترل ($p<0/001$) در نمرات مقیاس انریچ، و $p<0/001$ در نمرات مقیاس داس) و نبود تفاوت معنی‌دار بین نمرات پیگیری و نمرات پس آزمون اعضای گروه آزمایش، مؤید این ادعا است.

1. Mattson, D.
2. Christensen, O.
3. England, J.
4. Adventure Program.
5. Waring Intimacy Questionnaire.

تأثیرگذاری این آموزشها در پیگیری ۰/۳۴ است (۲۵).
نتایج پژوهش رهنما نیز تأثیر آموزش به زوج بر رضایت مندی از ابعاد ارتباطی مورد سؤال در پرسشنامه انریچ، را مورد تایید قرار داده است (۲۸).

نتیجه گیری

در مجموع مطالعات مختلفی که در دسترس مؤلف قرار داشتند، همگی مؤید تأثیرات چشمگیر مداخلات غنی سازی بر بهبود ارتباط زناشویی زوجها بودند، و در منابع بررسی شده توسط مؤلف، نتایجی غیر همسوبا این ادعا به دست نیامد. بنابراین می توان گفت، روش تایم در راستای ارتقای رضایت مندی زناشویی زوجها، همچون دیگر روشهای غنی سازی، برنامه ای موفق بود. شرکت در این گروهها، صرف نظر از سبک ارتباطی اولیه زوجها و میزان ناسازگاری آنها در شروع دوره، تأثیر قابل توجهی بر بهبود زندگی زناشویی آنها داشته است. علاوه بر این، بهبود مشاهده شده در ارتباط زناشویی زوجهای شرکت کننده، تغییری محدود به زمان مداخله نبود و تأثیرات آن تا ده هفته بعد از اتمام دوره نیز حفظ شده بود. این امر خود تاییدی دیگر بر به صرفه بودن کاربرد چنین آموزشهایی است. طی مدت ده هفته برگزاری گروهها، حتی یک زوج از ادامه حضور در جلسات منصرف نشدند، و اعضای گروه تا جلسه پایانی ثابت ماندند که این امر حاکی از سودمندی و جذابیت آموزشها برای زوجها است. با تکیه بر یافتههای این پژوهش و استناد به مطالعات پیشین، با اطمینان می توان از فرضیه سودمندی مداخلات غنی سازی ازدواج بر اساس طرح تایم در بهبود رضایت مندی زناشویی زوجها حمایت نمود.

بررسی قرار گرفت. نتایج مطالعه نشان داد، ارتباط بین فردی زوجهای هر دو گروه، بهبود معناداری در مقایسه با گروه کنترل داشت و شرکت کنندگان در دو گروه آزمایشی تفاوت معناداری در بهبود رضایت مندی زناشویی نداشتند (۲۴). ریدلی^۱ و همکاران، و کاودو^۲ و گرنی^۳، نیز در تحقیقات خود گزارش نمودند؛ شرکت کنندگان در یکی از برنامههای غنی سازی در مقایسه با قبل از آموزشها، افزایش معناداری در رضایت مندی زناشویی دارند (۲۵).

یافتههای پژوهشی دیگر، مؤید این فرضیه بود که افزایش معناداری در رضایت مندی زناشویی دانشجویان متأهلی که در ۵ جلسه سه ساعته آموزش مهارتهای رفتاری شرکت نمایند؛ رخ می دهد (۲۶). مارکمن^۴، رینک^۵ و همکاران نیز گزارش نمودند شرکت کنندگان در یکی از برنامههای غنی سازی در پیگیری یک ساله، دستاوردهای مثبت پایان درمان را حفظ نموده بودند و همچنان سطوح بالاتری از ارتباط مثبت و سطوح پایین تری از ارتباط منفی در مقایسه با گروه کنترل داشتند (۲۷).

گیبلین^۶، اسپرینکل^۷ و شیهان^۸، در فراتحلیل خود بر روی ۸۵ برنامه غنی سازی و پیش از ازدواج، نرخ تأثیرگذاری آنها را ۰/۴۴ گزارش نمودند، که نشان می دهد وضعیت ارتباط زناشویی نیمی از شرکت کنندگان در این برنامهها بهتر از ۶۷٪ افرادی که شرکت نکرده اند است (۲۵). همچنین نتایج ۳۴ مطالعه همراه با پیگیری از ۲ تا ۵۲ هفته نشان داد، نرخ

1. Ridley.
2. Cavedo.
3. Guerney.
4. Markman, H.
5. Renick, M.
6. Giblin, P.
7. Sprenkle, D.
8. Sheehan, R.

References

1. Setode H. Social Pathology. 1st ed. Tehran: avaié nour, 2000, p: 24-31.
2. Crowe M, Ridley J. Therapy with couple: a behavioural-systems approach to couple relationship and sexual problems. 2 nd ed Tehran: Kavian. 2005. p: 5-33.
3. Hallford K. Brief couple therapy. 1st ed. Tehran: Fara Ravan. 2005, p: 15-26.
4. Janbaz Fereydoni M A, Tabrizi M, Navabi Nejad SH. The impact self regulation brief couple therapy” increase couple’s satisfaction in the client of babolsar Farhangian Clinic. Journal of Family Research 2008; 15: 213-229.
5. Tallman I, Hsiao Y. Resources, cooperation and problem solving in early marriag. Social Psychology Quarterly 2004; 67: 172-188.
6. Whitson S, El-Sheikh M. Marital conflict and health: Processes and protective factors. Aggression and Violent Behavior 2003; 8: 283-312.
7. Mousavi M, Mohamad Khani M, Mousavi A, Kaviani H, Delavar A. The effectiveness of behavioral systems couple therapy for depressed woman’s marital satisfaction. Tazehaie Olom Shenakhti 2006; 8: 12-20.
8. Mak V, Ming W. Psychological predictors of marital adjustment in breast cancer patients. Psychology, Health & Medicine 2002; 7: 37-51.
9. Zill N, Christine W. Running in Place How American families are faring in a changing economy and an individualistic society. 1 st ed. Washington: Child Trend Inc, 1994, p: 116-132.
10. Cunningham M. Satisfying unions through couples communication and enhancement skills: A secondary prevention and enhancement program for married couples [dissertation]. Studies of Texas: A&M University 2003.
11. Fraenkel P, Markman H. The prevention approach to relationship problems. Sexual and Marital Therapy 1997; 12: 249-258.
12. Berger R, Hannah MT. Introduction preventive approaches in couples therapy. 1 st ed. Philadelphia PA: Brunner/Mazel, 1999, p: 119-127.
13. Markman H J, Floyd F. Possibilities for the prevention of marital discord: A behavioral perspective. American Journal of Family Therapy 1981; 9: 30-48.
14. Markman H J, Hahlweg K. The prediction and prevention of marital distress: An international perspective. Clinical Psychology Review 1993; 13: 29-43.
15. Bradbury T N, Fincham FD. The psychology of marriage: Basic Issues and Applications. 1 st ed. New York, PA: Guilford. 1990, p: 351-367.
16. Bowling T, Hill C M. An overview of marriage enrichment. The Family Journal 2005; 13: 87-94.
17. Ahmadi Z, Ahmadi A, Fatehi Zade M. The effectiveness of brief object relationship couple therapy on couple’s relation styles. Family Research 2006; 6: 105-117.
18. Hawley D R, Olson D H. Enriching newlyweds: An evaluation of three enrichment programs. The American Journal of Family Therapy 1995; 32: 129-147.
19. Sanaie B. the scales for family and marriage evaluation. 1 st ed. Tehran: Besaat. 2000, p: 85-103.
20. Shaieste G, Sahebi A. The relation between marital satisfaction, relationship beliefs and irrational expectations. Family Research 2006; 7: 223-238.
21. Barazandeh H, Sahebi A, Aminyazdi A, Mahram B. The relationship between marital adjustment and relationship standards. Journal of Iraninan Psychology 2006; 2: 319-330.
22. Torkan H, Kalantari M. The effectiveness of group therapy on marital satisfaction. Family Research 2006; 8: 382-403.

23. Mattson D L, Christensen O J. The effectiveness of a specific marital enrichment program: TIME. Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research and Practice 1990; 46: 88-92.
24. Hickmon W A, Protinsky H O. Increasing marital intimacy: Lessons from marital enrichment. Contemporary Family Therapy 1997; 19: 581-589.
25. Cunningham M. Satisfying unions through couples communication and enhancement skills: A secondary prevention and enhancement program for married couples.[dissertation]. Texas: A&M University, 2003.
26. Rafiee Bandari F, Varani Pour R. The effectiveness of cognitive behavioral educations on student couple's marital satisfaction. Tazeha va Pazhohesh haie Moshavere 2005; 14: 25-40.
27. Markman H J, Renick M J. Preventing marital distress through communication and conflict management training: A 4- and 5-year follow-up. Journal of Consulting and Clinical Psychology 1993; 61: 70-77.
28. Rahnama A. The effectiveness of marital education on marital satisfaction of some couple in Emam Khomeini Emdad institute. Daneshvar 2002; 43: 73-80.