

مقایسه اثربخشی آموزش روانی بر اساس الگوی مک مستر و السون در انسجام خانواده معلمان زن

امیر مستوفی سرکاری^۱، محمد قمری^۲، سیمین حسینیان^۳

تاریخ پذیرش: ۹۷/۱۲/۶

تاریخ دریافت: ۹۷/۶/۲۶

چکیده

هدف پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی آموزش روانی بر اساس الگوی السون و مک مستر در افزایش انسجام خانواده معلمان زن بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری بود. جامعه پژوهش کلیه معلمان زن متأهل شاغل در آموزش و پرورش شهرستان خرمدره در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ به تعداد ۵۵۰ نفر بودند. تعداد نمونه ۴۵ نفر بود که از بین معلمان که نمره پایین در پرسشنامه انسجام خانواده (اولسون، ۱۹۹۹) کسب کرده بودند به صورت تصادفی انتخاب و به صورت تصادفی در سه گروه (گروه آزمایشی (۱) ۱۵ نفر، گروه آزمایشی (۲) ۱۵ نفر و گروه کنترل ۱۵ نفر) قرار گرفتند. آزمودنی‌های گروه‌های آزمایشی در جلسات آموزشی شرکت کردند و افراد گروه کنترل مداخله خاصی دریافت نکردند. پس از پایان جلسات پس‌آزمون برای هر سه گروه اجرا شد. یک ماه بعد نیز جلسه پیگیری برگزار شد. داده‌ها با روش تحلیل واریانس چند راهه (آمیخته) تجزیه و تحلیل شد. نتایج پژوهش نشان داد که آموزش روانی بر اساس الگوی السون و مک مستر در ارتقای انسجام خانواده معلمان زن اثربخش است و این اثربخشی در طی زمان ماندگار است ($P \leq 0/001$). همچنین نتیجه پژوهش نشان داد که اثربخشی این دو آموزش در انسجام خانواده معلمان زن متفاوت نیست؛ بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت برای ارتقای انسجام خانواده معلمان زن می‌توان از آموزش‌های مبتنی بر الگوی اولسون و مک مستر استفاده کرد.

۱. دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران. ghamari.m@abhariau.ac.ir

۲. دانشیار گروه مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ابهر. mostofi1414@gmail.com

۳. استاد تمام گروه مشاوره دانشگاه الزهراء (س). hosseins.1381@yahoo.com

کلیدواژه‌ها: الگوی السون، الگوی مک مستر، انسجام خانواده

مقدمه

انسجام، به‌عنوان یکی ساختارهای با نفوذ خانواده، احساس همبستگی، پیوند و تعهد عاطفی است که اعضای خانواده نسبت به هم دارند (السون^۱، ۲۰۱۱). خانواده‌ها زمانی که از انسجام برخوردارند به‌گونه‌ای اثربخش عمل می‌کنند؛ بنابراین قادرند تعادل را بین جدایی و با هم بودن برقرار سازند و درعین حال می‌باید انعطاف‌پذیری خود را برای برونسازي با تغییر حفظ کنند؛ بنابراین به اعضای خود در انطباق با تغییر کمک می‌کنند (اصلائی، امان‌الهی، ولد مؤمن و تقی پور، ۱۳۹۳). مطالعات انجام شده در دهه‌های اخیر در مورد انسجام خانواده نشان دهنده اهمیت آن بر سلامت، بهداشت و بهزیستی روانی و جسمانی و سلامت عاطفی و رابطه منفی همبستگی خانوادگی با آشفته شدن محیط خانواده و احساس افسردگی، رفتارهای پرخطرانه و بزهکاری و اختلال در خودپنداره اعضای خانواده است (واندلور، جینپرتی، پرز و اسچوئی^۲، ۲۰۰۹). پژوهش نظیری و کامبری^۳ (۲۰۱۶) نشان داد که بین انسجام خانواده و عملکرد کارکنان در محیط کار رابطه وجود دارد و انسجام خانواده پیش‌بینی کننده کارایی کارکنان در محیط کار است. اسمیت، پرینز، داماس و لانگلین^۴ (۲۰۱۸) در پژوهش خود نشان دادند ارتباطات خانوادگی یک بعد تسهیل کننده برای انسجام و سازگاری بین اعضای خانواده است. ابعاد اصلی عملکرد خانواده از دید السون انسجام، انطباق‌پذیری، ارتباط و رضایت است (کوپز-لونزوی، ویلاریال-زیگارا و پاز-جسوس^۵، ۲۰۱۶). انسجام خانواده شامل چهار سطح منفصل، مجزا، مرتبط و در هم تنیده است (ویلاریال-زیگارا و پاز-جسوس^۶، ۲۰۱۷).

۱. Olson, D.H

۲. Vandeleur, C.L. Jeanpretre, N. Perrez, M. & Schoebi, D

۳. Neziri, I & Kamberi, I

۴ - Smith, E. P. Prinz, R. J. Dumas, J. E. & Laughlin, J.

۵. Copez-Lonzoy, A. Villarreal-Zegarra, D. & Paz-Jesús, A

۶. Villarreal-Zegarra, D. & Paz-Jesús, A.

نقش زن در تحکیم رابطه همسران غیرقابل انکار است. در گذرگاه‌های مختلف زندگی بشر آثار عمیقی از ردپای زنان هم در زندگی‌های پایدار و هم در زندگی‌های متزلزل و فروریخته شده به چشم می‌خورد (متین و حیاتی، ۱۳۹۶). تغییر نقش‌های سنتی زنان و تقاضای روزافزون آنان برای مشارکت در عرصه‌های مختلف، امروز به واقعیت انکارناپذیر جامعه ایران تبدیل شده است. این وضعیت حاصل دگرگونی در نظام ارزش‌ها، رشد اندیشه مردم‌سالاری، گسترش آگاهی‌های عمومی، رشد مطالبات مدنی، ارتقای تحصیلات تخصصی زنان و همچنین تغییر ساختارهای اقتصادی و اجتماعی در دهه‌های اخیر است. در این زمینه می‌توان به افزایش نسبی سهم زنان شاغل اشاره کرد (جواهری، سراج زاده و رحمانی، ۱۳۸۹). این تغییر سبک زندگی در زنان و به‌ویژه زنان متأهل، اثرات مثبت و منفی فراوانی به همراه دارد (بخشایش و انتظاری، ۱۳۸۹). تعارض خانواده - کار می‌تواند به‌عنوان منبع اصلی تنیدگی با پیامدهای منفی مانند افزایش خطر سلامت زنان شاغل، انجام وظایف والدینی و همسری به شکل ناکارآمد، کاهش رضایت زناشویی و سلامت روانی گردد (کلی، موین، اوکر، فان، اوکچوکیو^۱ و همکاران، ۲۰۱۴). ورود زنان به محیط‌های اجتماعی و ایجاد فرصت‌های شغلی و گزینش آنها برای شغل‌های موجود در جامعه سبب تنوع نقش‌های آنان در اجتماع و خانواده و تعدد روابط اجتماعی و تعلقات گروهی شده است. این پدیده موجب تغییر دیدگاه‌ها و نگرش‌های آنان شده و مسائل جدیدی را بوجود آورده است (کردی و هادیزاده، ۱۳۹۱). از جمله می‌توان به انسجام خانواده اشاره کرد که اشتغال زن می‌تواند آن را تحت تأثیر قرار دهد. منظور از انسجام پیوند و تعهد عاطفی است که اعضای خانواده نسبت به یکدیگر دارند و شامل مؤلفه‌هایی همچون رابطه عاطفی، تعامل خانوادگی، روابط پدر و مادر رابطه فرزند و والدین مقدار تعامل به لحاظ زمان و مکان، نوع دوستی و علائق و در نهایت چگونگی گذراندن اوقات فراغت می‌باشد (السون، ۲۰۱۱).

الگوهای مک مستر و السون از جمله الگوهای مؤثر در حوزه خانواده بوده که تاکنون تحقیقات کاربردی اندکی براساس این دو رویکرد در کشور ما انجام شده است، بنابراین،

۱. Kelly, E. L. Moen, P. Oakes, J. M. Fan, W. Okechukwu, C

پژوهش حاضر بر آن است که میزان اثربخشی آموزش روانی براساس الگوی السون و مک مستر بر افزایش انسجام خانواده معلمان زن را مورد مطالعه قرار دهد. السون (۲۰۱۰) مدل خود را براساس رویکرد سیستمی مطرح نمود. وی از ترکیب بعد انسجام و انعطاف‌پذیری ارتباط ۱۶ گونه خانواده را از هم جدا می‌سازد که این مدل را تحت عنوان مدل مدور ترکیبی نام‌گذاری نمود (السون، ۲۰۱۱). خانواده‌های متعادل در اطراف فقط میانی دو بعد انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده قرار دارند. انسجام (پیوستگی)، انعطاف‌پذیری و ارتباط از ابعاد اساسی این الگو می‌باشند. پژوهش حسینی حاجی بکنده، نوابی نژاد و کیامنش (۱۳۹۵) نشان داد که آموزش مدل اولسون موجب افزایش تاب‌آوری و کاهش تعارضات زناشویی زوجین می‌شود. پژوهش قاسمی مقدم، بهمنی و عسگری (۱۳۹۲) نشان می‌دهد برنامه آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی به سبک اولسون موجب ارتقای رضایت زناشویی زنان و حتی شوهرانی که در برنامه آموزش حضور نداشتند می‌شود. کبیری (۱۳۹۳) در پژوهش خود نشان داد آموزش غنی‌سازی ازدواج به سبک اولسون بر صمیمیت و تعارضات زناشویی تأثیرات مثبت داشته است. جلالی، احدی، کیامنش (۱۳۹۵) در پژوهش خود نشان دادند که آموزش خانواده مبتنی بر رویکرد اولسون بر بهبود انطباق و انسجام خانواده زنان و مردان گروه آزمایش مؤثر است. سپهوند، رسول زاده طباطبایی، بشارت و الهیاری (۱۳۹۳) در پژوهش خود نشان دادند زوج درمانی با مدل اولسون بر مشکلات زناشویی، رضایت زناشویی، بهزیستی روان‌شناختی و درماندگی روان‌شناختی زوجین تأثیر معنی‌دار دارد. نقیائی (۱۳۹۲) در پژوهش خود نشان داد زوج درمانی مبتنی بر تلفیق رویکرد وجودگرایی با مدل اولسون بر رضایتمندی زناشویی و کارکرد خانواده زنان مؤثر است. شیخی کوهسار (۱۳۹۰) در پژوهش خود نشان داد آموزش غنی‌سازی ازدواج اولسون موجب ارتقای رضایت زناشویی زوجین می‌شود؛ اما در انتظارات زناشویی و باورهای ارتباطی زوجین تأثیر معنی‌دار آماری مشاهده نشد. یزدان پناه احمدآبادی (۱۳۹۱) در پژوهش خود نشان داد آموزش پیش از ازدواج براساس رویکرد غنی‌سازی السون موجب کاهش انتظار ایده آل گرایانه و بدبینانه

در ازدواج می‌شود. زیمرمن، مارکمن، استینلی^۱ (۲۰۰۹) در پژوهش خود نشان می‌دهند برنامه آموزش غنی‌سازی به سبک اولسون موجب ارتقای رضایت زناشویی می‌شود. بزرگ منش، نظری و زهراکار (۱۳۹۵) اثر بخشی خانواده‌درمانی بر انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده را مورد مطالعه قرار دادند. نتیجه پژوهش آنها نشان داد که خانواده‌درمانی انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده را به‌طور معناداری افزایش می‌دهد.

الگوی مک مستر یکی دیگر از الگوهای مطرح‌شده در حوزه خانواده می‌باشد، الگوی مک مستر یک مدل گسترده برای ارزیابی عملکرد بهنجار خانواده است. هدف مهم از بکار بردن الگوی مک مستر این است که مفاهیم زیربنایی در درمان و عملکرد خانواده مشخص شود تا درمانگران با استفاده از آن یک درمان مؤثر بکار بگیرند. این مدل روی شش جنبه از عملکرد خانواده تمرکز می‌شود که عبارت‌اند از: حل مشکل، ارتباط، نقش‌ها، همراهی عاطفی، آمیزشی عاطفی، و کنترل رفتار (زهرا کار و جعفری، ۱۳۹۴). الگوی مک مستر، عملکرد خانواده را در سه دسته و وظایف بنیادی، وظایف رشدی، مسائل مربوط به مراحل خانواده و رویدادهای مخاطره‌آمیز دسته‌بندی می‌نماید. تمام خانواده‌های دارای عملکرد ضعیف، در زمینه موضوعات عاطفی مشکل داشته و اغلب از طی فرآیند حل مسئله عاجزند، در این خانواده‌ها ارتباطات نادیده گرفته شده و یا فاقد صلاحیت است، تحقیقی و پاسخ‌دهی نقش، مشخصی و واضح نیست، گستره واکنش‌های هیجان محدود بوده، کمیت و کیفیت این واکنش‌ها، متناسب با بافت و محیط، غیرعادی است، درعین‌حال، اعضای خانواده، به یکدیگر علاقه‌ای نداشته و در مورد یکدیگر، اقدام به سرمایه‌گذاری عاطفی نمی‌کنند (ریان، اسپتن، کیتز، میلر و بیشاپ^۲ ۲۰۰۵؛ ترجمه بهرامی و دیگران، ۱۳۹۱). باباخانی (۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان داد آموزش الگوی مک مستر موجب افزایش ذهن آگاهی و کاهش تعارضات زناشویی زوجین می‌شود. کریمی، باباخانی و امیری مجد (۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان دادند که آموزش الگوی کارکرد خانواده (مک مستر) موجب افزایش صمیمیت زناشویی شده است؛ و تأثیر آن در طول زمان پایدار می‌باشد. در پژوهش حاضر اثربخشی

۱. Zemeran, K. Markman, H. J. & Stainly, H.

۲. Ryan, C. E. Epstein, N. B. Keitner, G. I. Miller, I. W. Bishop, D. S.

آموزش روانی بر اساس الگوی السون و مک مستر در انسجام خانواده معلمان زن مورد مطالعه و مقایسه قرار می‌گیرد؛ بنابراین سؤال اصلی تحقیق حاضر این است. آیا اثربخشی آموزش روانی بر اساس الگوی السون و مک مستر در انسجام خانواده معلمان زن متفاوت است؟

روش شناسی

روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. در این طرح سه گروه (دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل) قبل و بعد از این که در معرض متغیر مستقل قرار بگیرند مورد اندازه‌گیری یا مشاهده قرار گرفتند. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه معلمان زن شاغل متأهل در مدارس شهرستان خرمدره در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ به تعداد ۵۵۰ نفر بودند. حجم نمونه در پژوهش حاضر ۴۵ نفر بودند این تعداد نمونه از بین ۲۲۵ نفری که پرسشنامه انسجام خانواده را پاسخ داده و نمره پایین‌تر از نقطه برش کسب کرده بودند انتخاب و به صورت تصادفی در سه گروه (گروه آزمایشی (۱) ۱۵ نفر، گروه آزمایشی (۲) ۱۵ نفر و گروه کنترل ۱۵ نفر قرار گرفتند. ملاک‌های ورود آزمودن‌ها به پژوهش عبارت بود از: دامنه سنی ۳۰ تا ۵۵ سال، طول مدت ازدواج ۵ سال تا ۲۰ سال، داشتن تحصیلات لیسانس و بالاتر، توانایی شرکت در جلسات، مشارکت داوطلبانه.

ابزار اندازه‌گیری: مقیاس انسجام خانواده: این مقیاس بر اساس مجموعه‌ای از متون موجود در باب همبستگی و با الهام از مدل ترکیبی السون (۱۹۹۹) به وسیله سامانی (۱۳۸۱) ساخته شده است. این مقیاس دارای ۲۸ سؤال ۵ گزینه‌ای که به صورت (۱ = کاملاً مخالفم ... ۲ = مخالفم ... ۳ = نظری ندارم ... ۴ = موافقم ... ۵ = کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات بین ۲۸ و ۱۴۰ می‌باشد. پرسشنامه یک نمره کلی به دست می‌دهد که هرچقدر نمره بالاتر باشد نشانگر انسجام خانواده بالاتر می‌باشد. ضریب همسانی درونی مقیاس ۰/۸۵، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹ و ضریب پایایی با روش باز آزمایی ۰/۸۰ گزارش شده است (سامانی، ۱۳۸۱). همچنین ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش رزمی (۱۳۸۳) برابر با ۰/۹۳

گزارش شده است. در پژوهش پامپلیگا، مرینو، ایریارت و اولسون (۲۰۱۷) ضریب پایایی مقیاس انسجام خانواده ۰/۷۵ گزارش شده است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۸ بدست آمده است.

در پژوهش حاضر از تحلیل واریانس چند متغیره (طرح آمیخته) استفاده شده است.

جدول ۱: خلاصه جلسات آموزشی مبتنی بر الگوی اولسون - برگرفته از حسینی

حاجی بکنده و همکاران (۱۳۹۵)

جلسه	هدف	محتوا	تکلیف
اول	آشنایی و بیان اهداف	آشنایی اعضا با مدرس و یکدیگر. برقراری رابطه‌ی حسنه و ایجاد اهداف جو همراه با اعتماد و امنیت همکاری و صمیمیت. مشخص شدن اهمیت موضوع برای اعضا اهداف برگزاری جلسات و آشنایی با چهارچوب کلی کار مدل چند مختصاتی السون. عقد قرارداد و ایجاد تعهد جهت همکاری و شرکت منظم در جلسات	مرور جلسه توسط اعضا و پاسخ به پرسش‌ها
دوم	صمیمیت در روابط زوجین	تعریف صمیمیت و ابعاد آن. بررسی موانع ایجاد صمیمیت. آموزش چگونگی برقراری صمیمیت	بحث در خصوص شیوه‌های صمیمیت
سوم	نزدیکی و انعطاف‌پذیری	اهمیت توازن و انعطاف‌پذیری و نقشه زوج و نقش خانواده. ایجاد توازن بین ثبات و تغییر افراطی. آشنایی با مشکلات رایج زوجینی. استخراج شیوه‌های متداول برخورد با تعارض در میان شرکت کنندگان. آشنایی با گام‌های ۱۱ گانه بهبود اسطوره‌های جنسی غلط	تمرین مهارت‌های یاد گرفته شده در جلسه در گروه‌های کوچک
چهارم	تعارض و شیوه‌های حل تعارض	تعریف مفهومی تعارض زناشویی و درک طبیعی بودن وجود تعارض میان زوجین. استخراج شیوه‌های متداول برخورد با تعارض در میان شرکت کنندگان. آشنایی با گام‌های ۱۱ گانه بهبود بخشیدن و حل و فصل تعارض	تمرین گام‌های حل تعارض

پنجم	بهبود ارتباط جنسی	بیان اهمیت روابط جنسی. آشنایی با چرخه مسائل جنسی. عوامل بازدارنده رابطه صحیح جنسی. تشخیص و درمان اسطوره‌های جنسی غلط	بحث و به مشارکت گذاشتن اطلاعات کسب شده
ششم	ارتباط و مهارت‌های ارتباطی	اهمیت و ضرورت ارتباط و پیچیدگی آن. آشنایی با نحوه ارتباط زوج‌های موفق و مشکلات رایج در ارتباط زوجین. انواع سبک و شیوه‌های ارتباطی و چگونگی تأثیر هر یک بر روابط. آشنایی با نحوه برقراری ارتباط مؤثر	تمرین مهارت‌های ارتباطی
هفتم	نقش‌ها و سنت‌ها_همکار ی و کار	آشنایی با چگونگی تأثیر مدیریت نقش‌ها بر روابط زوجین. آشنایی با الگوهای کلاسیک قدرت در رابطه و تأثیر هر یک بر روابط زوجین. مشکلات رایج نقش در روابط زوجین. راه‌هایی جهت بهبود بخشیدن به نقش‌ها در رابطه	بررسی دیدگاه‌ها در خصوص نقش جنسیتی
هشتم	جمع‌بندی و اجرای پس‌آزمون	بررسی میزان اثر بخشی آموزش‌ها. شناسایی موانع اجرایی آموزه‌ها. ارائه راهکارها و توصیه‌هایی برای اعضا	دریافت بازخورد از حضور در جلسات و اجرای پس‌آزمون

جدول ۲: خلاصه جلسات آموزشی مبتنی بر الگوی مک مستر برگرفته از: اولیاء و همکاران (۱۳۹۰)؛ باباخانی (۱۳۹۴)

جلسه	هدف	محتوا	تکلیف
اول	آشنایی با یکدیگر و ایجاد جو همراه با اعتماد و امنیت و اهمیت کانون خانواده	تشریح اهداف کارگاه و اهمیت الگوی کارکرد خانواده مک مستر، بیان قوانین گروه و عقد قرارداد و ایجاد تعهد	مطالعه و مرور قوانین گروه
دوم	آشنایی با مهارت حل مسئله	شناسایی فرآیند حل مسئله، عوامل بازدارنده حل مسئله، یافتن راه‌حل‌های جایگزین، در نظر گرفتن عواقب و نتایج کار	از اعضا خواسته شده مهارت حل مسئله را برای توافق روی نحوه لذت بردن هر یک از دو موفقیت تفریحی تمرین و به کار ببرند.

سوم	<p>آشنایی با اهمیت ارتباط مؤثر و بیان نقش ارتباط مؤثر در روابط زن و مرد و انواع مشکلات ارتباطی در زمینه (موضوعی-شخصی-مناسباتی) و همچنین توجه به تفاوت‌های روان‌شناختی زن و مرد و تأثیر ارتباط کلامی، چشمی و لمسی در عملکرد و انسجام خانواده</p>	<p>از اعضا خواسته شده روبروی هم بنشینید، حرف زدن و گوش دادن خود را تمرین کنند و تماس چشمی خوبی برقرار کنند.</p>
چهارم	<p>آشنایی با اصول و سبک‌های مهارت‌های گفتگو و بررسی گوش دادن به‌عنوان یکی از اجزای حل مسئله و تفاهم و صمیمیت و انواع سبک‌های گفتگو (سبک منفعلانه، تهاجمی، صریح و...)</p>	<p>از اعضا خواسته شده به‌عنوان تمرین نمونه‌های از مشکلاتشان را با اصطلاحات و واژه‌های خاص و به‌دوراز سرزنش مطرح کنند.</p>
پنجم	<p>آموزش و پرداختن به مقوله چگونگی برخورد با نقشه‌ای جنسیتی (مساوات طلبانه) و بررسی و چگونگی برخورد با مشکلات ایجاد شده از هر یک از خانواده‌های همدیگر و تشریح اهمیت شخصیتی مانند خود تمایز نیافتگی و وابستگی زن و مرد به خانواده خودشان</p>	<p>از اعضا خواسته شد که چه نظری برای افزایش مدیریت منزل و حل مسائل دارند؛ و در انجام چه نقش‌هایی با همسر خود مشکل دارند.</p>
ششم	<p>پرداختن به مبحث پاسخ‌دهی عاطفی و نقش و اهمیت آن در رابطه زناشویی و تشریح چگونگی اندیشیدن زنان و مردان درباره روابط زناشویی و انتظارات آنان از این رابطه، آشنایی با تفاوت‌های جنسی زن و مرد و توجه به نیازهای احساسی و عاطفی طرف مقابل (همسر)، آموزش تکنیک‌های علمی ابراز محبت</p>	<p>از اعضا خواسته شده با توجه به آشنایی که درباره انواع ارتباط کسب کرده‌اند و آموزش‌های که درباره تکنیک‌های علمی ابراز محبت کسب کرده‌اند فرمی که در اختیار آنها قرار داده می‌شود را پر و تکمیل نمایند و تأثیر انتقاد مخرب و مثبت را ببینند.</p>
هفتم	<p>آموزش چگونگی شناسایی و پیش‌بینی موقعیت‌های خشم و آشنایی با دلایل اصلی خشم در خانواده؛ آموزش یادگیری اندیشیدن درباره پدیدار شدن خشم، ارائه راهکارهای</p>	<p>از اعضا خواسته شده موقعیت‌های برانگیزاننده خشم را بنویسند و سپس به هدف (دلیل اصلی بروز خشم خود) فکر کنند.</p>

<p>آور (پاسخ‌دهی برای رفتار با همسر پرخاشگر و نحوه مدیریت خشم)</p>	<p>پردازتن به مقوله آموزش و تقویت درگیری همدلانه از اعضا خواسته شده که نقاط ضعف درگیری عاطفی میان زوجین و انواع آن مثل فقدان درگیری، درگیری خالی از احساس، همسرشان را فهرست نموده سپس درگیری همدلانه و..... انتظاراتی که از یکدیگر دارند را توصیف کنند و دوست دارند چه چیزهای را به روابط عاطفی اضافه کنند.</p>	<p>هشتم</p>
<p>پردازتن به کنترل تشریح چگونگی و ضرورت کنترل رفتار و آشنایی با رفتار و حوزه نیازهای روانی؛ زیستی استانداردهای رفتاری اجتماعی، خانواده و همچنین تاب‌آوری قابل قبول در برابر مشکلات و برقراری رابطه مبتنی بر احترام</p>	<p>از اعضا خواسته شده در جلسه با کنار گذاشتن تهدیدات از کلمات احترام‌آمیز استفاده کنند و این موضوع را تمرین کنند.</p>	<p>نهم</p>
<p>مروری بر مطالب مرور نهایی و بررسی میزان کار آبی و فرار گرفته شده و اثربخش آموزش‌ها، شناسایی موانع اجرایی آموزه‌ها، جمع‌بندی ارزیابی</p>	<p>از شرکت‌کنندگان خواسته شده که به پرسشنامه‌ها جواب دهند (پس‌آزمون)</p>	<p>دهم</p>

یافته‌های پژوهش

میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری گروه‌های آزمایش و کنترل در متغیر انسجام خانواده در جدول ۳ به تفکیک ارائه شده است.

جدول ۳: شاخص‌های توصیفی انسجام خانواده در گروه‌های آزمایش و کنترل

مراحل	گروه اولسون		گروه مک‌مستر		کنترل		
	SD	M	SD	M	SD	M	
پیش‌آزمون	۸۵/۴۶	۸/۳۰	۶/۹۸	۷۹/۲۰	۷۷/۸۰	۸/۶۳	انسجام خانواده
پس‌آزمون	۱۰۴/۶۰	۷/۳۱	۶/۷۹	۱۰۲/۸۶	۷۸/۳۳	۷/۷۰	
پیگیری	۱۰۲/۴۶	۸/۷۲	۵/۵۴	۱۰۱/۲۶	۷۸/۴۰	۷/۶۶	

در جدول ۳ میانگین و انحراف استاندارد متغیر انسجام خانواده در سه گروه ارائه شده است.

برای بررسی و تجزیه و تحلیل فرضیه‌های پژوهش، از روش تحلیل واریانس مختلط دو راهه (طرح آمیخته) استفاده شده است. تحلیل واریانس مختلط در پی آن است که اثر متغیر پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری و اثر اصلی متغیرهای آموزش‌ها را در گروه‌های آزمایش و کنترل، به همراه هرگونه تعامل احتمالی موجود بین این دو متغیر را کشف کند. تحلیل واریانس مختلط دو راهه به یک متغیر مستقل همبسته (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) و یک متغیر ناهمبسته (آموزش روانی الگوی اولسون، آموزش روانی الگوی مک مستر و گروه کنترل) نیاز دارد. این روش زمانی به کار می‌رود که پژوهش یک عامل بین‌گروهی (که در پژوهش حاضر مداخله با سه سطح آموزش روانی الگوی اولسون، آموزش روانی الگوی مک مستر و گروه کنترل) و یک عامل درون‌گروهی (که در اینجا وجود سه سطح (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) را شامل می‌شود).

به منظور بررسی یکسانی واریانس خطای سطوح متغیر مداخله در هر سه شرایط مطالعه از F لوین استفاده شد. سطح معنی‌دار بزرگ‌تر از $0/05$ در این آزمون نشان‌دهنده یکسانی این واریانس‌های خطا می‌باشد.

جدول ۴: نتایج آزمون لوین برای بررسی یکسانی واریانس خطا

متغیرها	F	Df _۱	Df _۲	سطح معنی‌دار
انسجام خانواده	۱/۲۵	۸	۱۲۶	۰/۲۸۰

جدول ۴، نتایج آزمون لوین جهت سنجش برابری واریانس خطا در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری را در متغیرهای پژوهش نشان می‌دهد. با توجه به عدم معنی‌دار مقدار F در سطح خطای کوچک‌تر از $0/05$ باید گفت که واریانس خطای متغیرهای پژوهش در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با هم برابر بوده و از این جهت تفاوتی بین آنها وجود ندارد و فرض یکسانی واریانس‌های خطا برقرار است.

جهت اطمینان از برقراری مفروضه نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای پژوهش از دو شاخص چولگی و کشیدگی استفاده شده است.

جدول ۵: نتایج آزمون چولگی و کشیدگی جهت برقراری نرمال بودن توزیع نمرات

متغیرها	چولگی	کشیدگی
انسجام خانواده	۰/۰۵۴	-۰/۷۹۴

طبق نتایج جدول ۵: کلیه ضرایب چولگی بین ۳- و ۳ و کلیه ضرایب کشیدگی بین ۵- و ۵ قرار دارد بنابراین شرط اولیه برای نرمال بودن نمرات متغیرهای پژوهش وجود دارد.

فرضیه پژوهش: آموزش روانی بر اساس الگوی مک مستر و اولسون بر افزایش انسجام خانواده معلمان زن تأثیر متفاوتی دارد.

جدول ۵: نتایج آزمون باکس برای بررسی فرض یکسانی ماتریس کواریانس در انسجام خانواده

آزمون باکس	Df _۱	Df _۲	F	سطح معنی دار
۸/۳۵	۴۲	۴۴۱۲	۱/۱۷	۰/۲۴

با توجه به نتایج جدول ۵ مقدار P به دست آمده بزرگتر از ۰/۰۵ می باشد لذا ماتریس کواریانس پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری در گروه‌ها با همدیگر برابر است. همچنین آزمون کرویت ماچلی نیز با استفاده از اجرای یک آزمون کرویت بر روی متغیر وابسته تبدیل شده نرمال، ساختار ماتریس - کواریانس را تأیید و اثبات می کند. به طور مفروض، شکل ماتریس واریانس - کواریانس مغیر وابسته باید کرویت باشد.

جدول ۶: نتایج آزمون ماچلی در انسجام خانواده

آزمون ماچلی	خی دو	Df	سطح معنی دار	اپسیلون
۰/۶۸	۱/۶۵	۱۴	۰/۳۸	۰/۹۰
				۰/۹۸
				۰/۴۶

جدول ۶ نشان می‌دهد مقدار آزمون کرویت ماچلی (۰/۶۸) در سطح خطای کوچک‌تر از ۰/۰۵ معنی‌دار نیست لذا می‌توان کرویت ماتریس واریانس - کواریانس متغیر وابسته را پذیرفت.

نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیره در بین گروه‌های آزمایش و کنترل در انسجام خانواده در جدول ۷، گزارش شده است.

جدول ۷: نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیره در بین گروه‌های آزمایش و کنترل در انسجام خانواده در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	Sig	مجدور سهمی تا (Eta)
انسجام خانواده	درون گروهی	۶۲۴۱/۹۱	۲	۳۱۲۰/۹۵	۴۹/۱۰	۰/۰۱	۰/۴۳۸
	خطا	۸۰۰۸/۲۶	۱۲۶	۶۳/۵۵			
بین گروهی	مداخله**	۱۰۱۷۳/۳۳	۲	۵۰۸۶/۶۶	۸۰/۰۳	۰/۰۰۱	۰/۵۶۰
	خطا	۸۰۰۸/۲۶	۱۲۶	۶۳/۵۵			
تعامل	مراحل* مداخله	۳۰۸۸/۸۸	۴	۷۷۲/۲۲	۱۲/۱۵	۰/۰۰۱	۰/۲۷۸

*مراحل: یعنی تغییرات در بین پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

**مداخله: یعنی تغییرات بین گروه‌های آزمایشی اولسون، مک مستر و کنترل

جدول ۷ معناداری یا عدم معناداری کل مدل و همچنین تأثیرات جداگانه هر یک از متغیرهای زمان و مداخله و تعامل این دو بر متغیر انسجام خانواده را نشان می‌دهد. همان‌گونه که در جدول مشاهده می‌شود اثر متغیر درون‌گروهی زمان بر انسجام خانواده معنادار است ($P \geq 0/001$)؛ یعنی نمرات انسجام خانواده گروه‌ها در پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون تفاوت معنی‌دار وجود دارد. همچنین اثر متغیر بین‌گروهی مداخله‌ها نیز در افزایش نمره انسجام خانواده گروه‌ها معنادار بوده است ($P \geq 0/001$)؛ یعنی انجام مداخله

آموزش الگوی اولسون و مک مستر توانسته است نمره انسجام خانواده معلمان زن را نسبت به گروه کنترل ارتقا دهد.

تعامل بین زمان و مداخله و تأثیر هم‌زمان این دو متغیر بر میزان نمره انسجام خانواده معلمان زن نیز به لحاظ آماری معنادار است ($P \geq 0/001$). به عبارتی دیگر میزان نمره انسجام خانواده شرکت کننده در هر مداخله در طی زمان‌های مختلف با همدیگر متفاوت است.

جدول ۸: نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه دو تایی گروه‌ها در انسجام خانواده

مؤلفه‌ها	گروه ۱	گروه ۲	میانگین تفاوت‌ها	انحراف استاندارد	سطح معنی‌دار
	اولسون	مک مستر	۲	۱/۶۸	۰/۷۰۹
انسجام خانواده		کنترل	۱۹/۳۳*	۱/۶۸	۰/۰۱
	مک مستر	اولسون	-۲/	۱/۶۸	۰/۱۳۱
		کنترل	۱۷/۳۳*	۱/۶۸	۰/۰۱
	کنترل	اولسون	-۱۹/۳۳*	۱/۶۸	۰/۰۱
		مک مستر	-۱۷/۳۳*	۱/۲۶	۰/۰۱

نتایج جدول ۸ آزمون بونفرونی برای مقایسه‌های دو تایی مداخله‌ها در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در نمرات انسجام خانواده استفاده شده است. نتایج این آزمون نشان می‌دهد که بین دو گروه آزمایش (آموزش الگوی اولسون و مک مستر) تفاوت معنی‌دار وجود ندارد؛ اما بین گروه آزمایشی الگوی اولسون، مک مستر و کنترل تفاوت معنی‌دار وجود دارد.

جدول ۹: نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه دو تایی مراحل آزمون‌ها در انسجام خانواده

متغیر	مرحله ۱	مرحله ۲	میانگین تفاوت‌ها	انحراف استاندارد	سطح معنی‌دار
	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	-۱۵/۱۱*	۱/۶۸	۰/۰۱

۰/۰۱	۱/۶۸	*۱۳/۶۲-	پیگیری	انسجام خانواده
۰/۰۱	۱/۶۸	*۱۵/۱۱	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
۱/۰۰	۱/۶۸	۱/۴۸	پیگیری	
۰/۰۱	۱/۶۸	*۱۳/۶۲	پیش‌آزمون	پیگیری
۱/۰۰	۱/۶۸	۱/۴۸	پس‌آزمون	

نتایج جدول ۹ آزمون بونفرونی برای مقایسه‌های دو تایی مداخله‌ها در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در انسجام خانواده استفاده شده است. نتایج این آزمون نشان می‌دهد که در همه مؤلفه‌ها بین مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون و بین پیش‌آزمون و پیگیری تفاوت معنی‌دار وجود دارد؛ اما بین مراحل پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معنی‌دار وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش روانی بر اساس الگوی اولسون و مک مستر در انسجام خانواده معلمان زن بود. نتایج تحلیل نشان داد میزان نمره انسجام خانواده زنان معلمی که در آموزش روانی بر اساس الگوی مک مستر و الگوی اولسون شرکت کرده‌اند و افراد گروه کنترل با هم متفاوت است. همچنین نتایج آزمون پیگیری حاکی از این بود که انسجام خانواده هر دو گروه تحت آموزش به گونه معناداری بالاتر از گروه کنترل است و بین دو گروه آزمایش در افزایش انسجام خانواده تفاوت معنی‌دار وجود ندارد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های کریمی، باباخانی و امیری مجد (۱۳۹۴)؛ قاسمی مقدم، بهمنی و عسگری (۱۳۹۲)؛ حسینی حاجی بکنده، نوابی نژاد و کیامنش (۱۳۹۵)؛ یزدان پناه احمد آبادی (۱۳۹۱)؛ شیخی کوهسار (۱۳۹۰)؛ نقیائی (۱۳۹۲)؛ باباخانی (۱۳۹۴) همسو است.

در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که درمانگر از طریق مدل السون با آموزش چگونگی برقراری صمیمیت، تلاش در جهت بهبود پویایی روابط، آشنایی با گام‌های حل‌وفصل تعارض، آشنایی با نحوه برقراری ارتباط مؤثر، راه‌هایی جهت بهبود بخشیدن به نقش‌ها در رابطه و شناسایی موانع اجرایی آموزه‌ها، زمینه را برای افزایش انسجام خانواده فراهم می‌کند (حاجی بکنده، نوابی نژاد، کیامنش، ۱۳۹۵). مدل گشتاوری السون روی سه بعد اصلی

سیستم‌های خانوادگی و زناشویی یعنی انسجام خانواده، انعطاف‌پذیری خانواده و ارتباطات خانواده تمرکز می‌کند. السون معتقد است که وجود درجه متوسطی از انسجام و انعطاف بین زن و شوهر و یا خانواده برای کارکرد کارآمدی آنها لازم است. تمرکز انسجام بر این نکته است که چگونه خانواده‌ها، بین جدایی و باهم بودنشان، تعادل برقرار کنند (السون، ۲۰۰۹). وقتی انسجام بالا باشد، اعضا خانواده، پیشرفت، شادی و رفاه یکدیگر را می‌خواهند و هرگاه هر یک از آنها درگیر مشکل شود، حاضرند برای رفع آن مشکل اقدام کنند. با آموزش می‌توان به زوجین کمک کرد تا بتوانند افراط در این دو درجه را کنترل کنند. زمانی که درجه انسجام خیلی بالا است، اتفاق نظر در خانواده خیلی بالا و استقلال خیلی کم است. در درجه دیگر، اعضای خانواده کارهایشان را با کمترین وابستگی یا تعهد به خانواده‌هایشان انجام می‌دهند. بر اساس مدل گشتاوری، درجات بالای انسجام و درجات خیلی پایین انسجام برای افراد و توسعه روابط در درازمدت می‌تواند مشکل‌ساز باشد. از طرف دیگر روابطی که درجات متوسطی دارند، به شیوه بهتری می‌توانند تنها بودنشان را متعادل کنند. خانواده منسجم، توسط جو خانوادگی حمایتی و تفاهم و درک اعضای آن شناخته می‌شوند، کلیه اعضای آن تمایل به درک و کمک برای برطرف کردن نیازها و دغدغه‌ای افراد خانواده دارند؛ بنابراین چنین ویژگی خانواده منسجم، سبب شکل‌گیری سرویس‌های حمایتی و حفاظتی درون خانواده می‌شود. از این رو در شرایط طبیعی در خانواده‌های به‌دوراز تعارض و گسیختگی، ارزش‌ها و هنجارهای خانواده و جامعه به‌خوبی منتقل می‌شود (میرزایی کوتنایی، حسین خانزاده، اصغری، شاکری نیا، ۱۳۹۴). اساساً انسجام جزء عوامل مهم در سلامتی و کارآمدی خانواده است. انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده دو جنبه از رفتار خانوادگی می‌باشند که اساس درک و شناخت فرایند خانوادگی را فراهم می‌کنند و از مؤلفه‌هایی هستند که سطح سلامت خانواده را نشان می‌دهند. علی‌رغم آنکه تحقیقات کمی در حوزه انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده در دسترس می‌باشد، در تبیین اثر بخشی این رویکرد می‌توان گفت، ناکارآمدی خانواده‌ها در حوزه انسجام و انعطاف‌پذیری ناشی از عملکرد معیوب در فرآیند تعاملی بین اعضای خانواده می‌باشد. مهارت‌های ارتباطی، خانواده‌ها را در بیان نیازهای اساسی و نیز اولویت دادن آنها در ارتباط با انسجام و

انعطاف‌پذیری توانا می‌سازد و عدم این مهارت‌ها، توانایی اعضای خانواده را برای بیان احساسات به حداقل می‌رساند، در نتیجه حرکت آنها را در ابعاد انسجام و انعطاف‌پذیری محدود می‌کند (اسدی، ۱۳۸۸). نبود فضای گرم، احساس تعهد بین اعضای خانواده، عدم صرف زمان و انرژی برای اعضای خانواده، سرکوبی احساسات، خشکی و عدم انعطاف‌پذیری، فقدان آگاهی، مرگ عاطفی، استفاده بیش از حد مکانیزم‌های دفاعی که ریشه همه اینها در فقدان ارزش شخصی و ضعف رابطه می‌باشد، می‌تواند تعاملات خانواده را آشفته نماید (بزرگ منش، نظری و زهراکار، ۱۳۹۵).

همچنین الگوی مک مستر، در مورد ارزیابی عملکرد خانواده بر رویکرد سیستمی استوار است که در آن ساختار، چگونگی سازمان‌دهی و الگوهای تبادلی خانواده مورد بررسی قرار می‌گیرد. اصول بنیادی این الگو عبارت‌اند از: ارتباط بین بخش‌ها و اجزای خانواده با یکدیگر، قابل درک نبودن یک جزء جدای از سایر اجزای خانواده، نقش مهم ساختار و الگوهای تعاملی خانواده در تعیین و شکل‌دهی رفتار اعضای خانواده؛ بنابراین، آموزش روانی بر اساس این الگو توانسته است انسجام خانواده معلمان زن را افزایش دهد. همچنین، الگوی اولسون الگویی آموزش محور می‌باشد که برای بهبود روابط زوجین طراحی شده است و هدف آن کمک به زوج‌ها برای آگاهی از خودشان و همسرشان، کاهش احساسات و افکار همسرشان، گسترش همدلی و صمیمیت و رشد ارتباط مؤثر و مهارت‌های حل مسئله است (بولینگ، هیل و جنسون، ۲۰۰۵). در رویکرد اولسون عناصر فعلی ارتباط ارتقا داده شده و در آن تغییر ایجاد می‌شود که هدف از این تغییر دهی و رشد دهی تبدیل نارضایتی‌ها به رضایت مندی می‌باشد (اولسون، ۲۰۱۱). یکی از مهم‌ترین مفروضه‌های رویکرد اولسون، قابلیت تجویزی این رویکرد می‌باشد (اولسون، ۲۰۱۱). مطابق این مدل، اصول خانوادگی قابل آموزش بوده و بر همین اساس می‌توان برنامه‌های آموزش خانواده و مداخلات درمانی را بر اساس آن تدوین و اجرا کرد. بر اساس این مفروضه، می‌توان به وسیله تقویت مهارت‌های فرآیندی خانواده، موجب ارتقاء وضعیت گونه شناختی خانواده شد (السون، ۱۹۹۹). الگوی

اولسون، تمرکز خود را بر آموزش مهارت‌های همدلی، بازشناسی و حل مشکلات، مدیریت تعارض، گفتگو و مذاکره، پایه‌گذاری صداقت و صمیمیت و احترام، مهارت‌های گوش دادن، مهارت‌های مدیریت شرم، مهارت‌های ارتباط جنسی، مهارت‌های اثبات‌گری، مهارت‌های مدیریت خشم، مهارت‌های مدیریت اقتصادی و یادگیری تغییر و تقویت مهارت‌های همسر گذاشته است (باولینگ و همکاران، ۲۰۰۵). با توجه به سیستمی بودن این الگو آموزش روانی بر اساس این الگو به معلمان زن باعث بهبود انسجام خانواده و تأثیر در سیستم خانواده شده است.

در تبیین نتیجه تحقیق حاضر با توجه به زمینه فرهنگی جامعه پژوهش می‌توان ذکر کرد که داشتن هم‌زمان نقش‌های چندگانه از جمله نقش شغلی، نقش همسری، نقش والدی و شاید نقش‌های دیگر می‌تواند انسجام و عملکرد خانواده معلمان را تحت تأثیر قرار دهد. ایجاد تعادل بین این نقش‌ها مستلزم مهارت‌های خاص می‌باشد؛ بنابراین، در پژوهش حاضر آشنایی معلمان زن با مهارت‌های حل مسئله، مهارت‌های ارتباطی، مدیریت تعارض، همراهی عاطفی و دیگر مؤلفه‌های موجود در الگوهای السون و مک مستر باعث بهبود انسجام خانواده آنان شده است؛ و چون در هر دو الگو به موارد اساسی در تعاملات خانواده پرداخته می‌شود تفاوتی بین اثربخشی دو الگو مشاهده نشد. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به این نکته اشاره کرد که مداخلات در هر دو گروه آزمایش توسط یک پژوهشگر اجرا شد، این احتمال وجود دارد که ویژگی‌های شخصیتی پژوهشگر در به‌کارگیری مداخلات اثر تعاملی داشته باشد. محدودیت دیگر پژوهش حاضر عدم کنترل متغیرهایی مثل مقطع تحصیلی است که معلمان در آن مقطع مشغول به تدریس بودند. با توجه به اثربخشی مداخله‌های آموزشی الگوی اولسون و مک مستر در افزایش انسجام خانواده معلمان زن پیشنهاد می‌شود که مراکز مشاوره خانواده و ارائه‌دهندگان خدمات مشاوره‌ای به این قشر از جامعه از آموزش روانی بر اساس این الگوها استفاده کنند.

منابع

- اسدی، مسعود (۱۳۸۸). بررسی تأثیر گروه درمانی کوتاه مدت ستیر بر الگوهای ارتباطی زوج ها، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه خوارزمی، تهران.
- اصلانی، خالد؛ امان الهی، عباس؛ ولد مؤمن، پری؛ تقی پور، منوچهر (۱۳۹۳). بررسی رابطه ساده و تعدیل گر نامیدی و عملکرد خانواده با افکار خودکشی گرا در بین دانش آموزان پایه اول دبیرستان های شهر اهواز، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، ۲۰، ۵۹-۷۹.
- اولیاء، نرگس؛ فاتحی زاده، مریم، بهرامی، مریم. (۱۳۹۰). آموزش غنی سازی زندگی زناشویی. تهران: نشر دانژه.
- باباخانی، وحیده (۱۳۹۴). مقایسه اثربخشی آموزش الگوی مک مستر و فلدمن بر ذهن آگاهی و تعارضات زناشویی زوجین. پایان نامه دکتری مشاوره. دانشگاه آزاد علوم و تحقیقات تهران.
- بخشایش، علیرضا؛ انتظاری، الهام (۱۳۹۰). رابطه کمالگرایی و باورهای غیر منطقی در زنان شاغل و خانه دار شهرستان یزد، فصلنامه اندیشه های نوین تربیتی، ۲۵، ۹-۲۸.
- بزرگ منش، کامیلا؛ نظری، محمد علی؛ زهراکار، کیانوش (۱۳۹۵). اثر بخشی خانواده درمانی بر انسجام و انعطاف پذیری خانواده، فصلنامه پرستاری و مامایی جامع نگر، ۹۲، ۳۵-۲۷.
- جلالی، ایران؛ احدی، حسن؛ کیامنش، علیرضا (۱۳۹۵). بررسی تأثیر آموزش خانواده مبتنی بر رویکرد اولسون بر بهبود انطباق و انسجام خانواده، روش ها و مدل های روان شناختی، ۷ (۲۴). ۲۲-۱.
- جواهری، فاطمه؛ سراج زاده، سید حسین؛ رحمانی، ریتا (۱۳۸۹). تحلیل اثرات اشتغال زنان بر کیفیت زندگی آنها، فصلنامه زن در سیاست و توسعه، ۲۹، ۱۴۳-۱۶۲.

حسینی حاجی بکنده، نازک؛ نوابی نژاد، شکوه؛ کیامنش، علیرضا (۱۳۹۵). *اثربخشی الگوی گشتاوری السون بر تاب‌آوری و تعارض زناشویی زوجین*، فصلنامه روانشناسی خانواده، (۱)، ۳، ۴۷-۵۸.

رزمی، محمد رضا (۱۳۸۳). *بررسی تأثیر انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده بر شکل‌گیری هویت در جوانان و نوجوانان شهر شیراز*، مجله مطالعات جوانان، ۷، ۱۳۰-۱۱۴.

ریان، ای کریستین. اپستین، ناتان بی. کیتز، گابورای. میلر، ایوان دبلیو. بیشاپ دوآن اس (۲۰۰۵). *ارزیابی و درمان خانواده‌ها: رویکرد مستر*. ترجمه: فاطمه بهرامی، روناک عشقی، مجید غفاری، مهناز جوکار. محمد مسعود دیاریان و نامهر یوسفی (۱۳۹۱) تهران: ارجمند

زهره کار، کیانوش. جعفری، فروغ (۱۳۹۴). *مشاوره خانواده (مفاهیم، تاریخچه، فرآیندها)*، تهران: ارسباران

سامانی، سیامک (۱۳۸۱). *مدل علی برای همبستگی خانواده، استقلال عاطفی و سازگاری*، پایان‌نامه دکتری، روانشناسی تربیتی، دانشگاه شیراز

سپهوند، تورج؛ رسول زاده طباطبایی، سید کاظم؛ بشارت، محمد علی؛ الهیاری، عباسعلی (۱۳۹۳). *مقایسه مدل زوج درمانگری تلفیقی مبتنی بر خودتنظیم‌گری - دل‌بستگی با مدل غنی‌سازی انریچ در افزایش رضایت زناشویی و بهزیستی روان‌شناختی زوجین*، روانشناسی معاصر، (۱)، ۹، ۷۰-۵۵.

سلیمی، هادی؛ حسین زاده، پریا؛ زارعی، اقبال؛ بدل پور، زینب (۱۳۹۶). *پیش‌بینی سلامت جسمی و روانی بر اساس مؤلفه‌های تصمیم‌گیری و حل مسئله، انسجام خانواده، ابراز محبت و ظاهر فیزیکی در معلمان متأهل مقطع ابتدایی شهر کرج*، مجله شهید سید اسماعیل جرجانی، (۱)، ۵، ۸۹-۷۷.

شیخی کوهسار، زینب (۱۳۹۰). *اثربخشی آموزش غنی‌سازی ازدواج اولسون بر ارتقاء آگاهی از انتظارات، بهبود باورهای ارتباطی و افزایش رضایت زناشویی افراد*، مراجعه‌کننده به بهزیستی گنبد. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه فردوسی مشهد.

قاسمی مقدم، کبری؛ بهمنی، بهمن؛ عسگری، علی (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش گروهی برنامه غنی سازی زناشویی (سبک اولسون) بر افزایش رضایتمندی زنان متأهل، فصلنامه روانشناسی بالینی و شخصیت، ۲۰ (۸)، ۱۰-۱.

کبیری، سحر (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش غنی سازی ازدواج به سبک اولسون بر صمیمیت و تعارضات زناشویی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.

کردی، حسین؛ هادیزاده، سکینه (۱۳۹۱). بررسی سبک زندگی زنان شاغل و غیر شاغل، فصلنامه علمی-پژوهشی زن و جامعه، ۳ (۳)، ۴۱-۴.

کریمی، ناهید؛ باباخانی، وحیده؛ و امیری مجلد، مجتبی (۱۳۹۴). اثربخشی الگوی کارکرد خانواده (مک مستر) بر صمیمیت زناشویی زوجین، مجله علوم رفتاری ابهر، ۲۳، ۱۳۸-۱۲۳.

متین، حسین؛ حیاتی، مژگان (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش گروهی ایماگوتراپی بر مکانیزمهای دفاعی و حل مشکل زنان، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، ۳۲، ۶۳-۷۸.

میرزایی کوتنایی، فرشته؛ حسین خانزاده، عباسعلی؛ اصغری، فرهاد؛ شاکری نیا، ایرج (۱۳۹۴). نقش انسجام خانواده در تبیین رفتارهای پرخاشگرانه فرزندان، فصلنامه تحول روان شناختی کودک، ۲، ۷۳-۸۴.

نقیائی، مائده (۱۳۹۲). اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر تلفیق رویکرد وجودگرایی با مدل اولسون بر رضایت مندی زناشویی و کارکرد خانواده زنان ماستکتومی شده و همسرانشان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

یزدان پناه احمدآبادی، منصوره (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش اولسون بر انتظار از ازدواج و هوش هیجانی دختران در آستانه ازدواج. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.

Bowling, T. K. Hill, C. M. & Jencius, M. (۲۰۰۵). *An overview of marriage enrichment*. The Family Journal, ۱۳(۱), ۸۷-۹۴.

- Copez-Lonzoy, A. Villarreal-Zegarra, D. & Paz-Jesús, A. (۲۰۱۶). *Propiedades psicométricas de la Escala de Comunicación Familiar en estudiantes universitarios*. Revista Costarricense de Psicología, ۳۵(۱), ۳۷-۵۲.
- Kelly, E. L. Moen, P. Oakes, J. M. Fan, W. Okechukwu, C. Davis, K. D. ... & Mierzwa, F. (۲۰۱۴). *Changing work and work-family conflict: Evidence from the work, family, and health network*. American Sociological Review, ۷۹(۳), ۴۸۵-۵۱۶
- Neziri, Ibrahim; Kamberi, Ibadete (۲۰۱۶). *Family Cohesion and the Efficacy of Employees in the Working Environment*, Mediterranean Journal of Social Sciences, Vol, ۷, ۴۲۶-۴۳۴.
- Olson D. (۲۰۱۱) *FACESIV and the circumflex Model: validation study*. Journal of Marital and Family Therapy. ۵۷, ۶۴-۸۰.
- Olson, D, H. (۱۹۹۹). *Circumflex model of marital & family systems*. Available by internet (online).
- Olson, D. H. (۲۰۱۰). *Family Communication and Family Satisfaction Scales*. In FACES IV Package. www.facesiv.com
- Pampliega, A.M; Laura Merino, Merino, Iriarte, L; and Olson, D.O(۲۰۱۷). *Psychometric Properties of the Spanish version of the Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale I*, Psicothema ۲۰۱۷, Vol. ۲۹, No. ۳, ۴۱۴-۴۲۰.
- Smith, E. P. Prinz, R. J. Dumas, J. E. & Laughlin, J. (۲۰۱۸). *Latent Models of Family Processes in African American Families: Relationships to Child Competence, Achievement, and Problem Behavior*. Journal of Marriage and family, ۶۳(۴), ۹۶۷-۹۸۰.
- Vandeleur, C.L. Jeanpretre, N. Perez, M. & Schoebi, D. (۲۰۰۹). *Cohesion, satisfaction eith family bonds, and emotional well-being in families with adolescents*. Journal of Marriage and Family, ۷۱, ۱۲۰۵-۱۲۱۹.
- Villarreal-Zegarra, D. & Paz-Jesús, A. (۲۰۱۷). *Family Cohesion, Adaptability and Composition in Adolescents from Callao, Peru*. Propositions y Representaciones, ۵(۲), ۲۱ – ۶۴
- Zemerman, K. Markman, H. J. & Stainly, H. (۲۰۰۹). *Effectiveness of behavioral marital therapy: Empirical status of behavioral techniques in*

preventing and alleviating marital distress. Journal of Counseling and Clinical Psychology, ۵۶, ۴۴۰-۴۴۷.