

اثربخشی آموزش «مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» در کاهش نارضایتی زناشویی

The Effectiveness of “Couple’s Dialogue with Third Position/Person” Training to Reduce Marital Dissatisfaction

H. Pourshahriar, Ph.D.

دکتر حسین پورشهاریار ✉

عضو هیأت علمی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید بهشتی

دریافت مقاله: ۹۲/۳/۲۸

دریافت نسخه اصلاح شده: ۹۲/۱۲/۴

پذیرش مقاله: ۹۳/۱/۱۷

Abstract

Studies have shown that marital dissatisfaction is correlated with a broad set of personal and interpersonal issues and problems. So, interventional proceedings have designed and evaluated mainly based on the results of such studies. The aim of the present study was to evaluate the effectiveness of “pattern of couple’s dialogue with third position/person” training to reduce marital dissatisfaction.

A sample of 28 couples (56 subjects) were selected regarding their main complain, diagnostic in interview and marital satisfaction question naire (ENRI-CH) scores and were assigned in

چکیده

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که نارضایتی زناشویی با مجموعه وسیعی از مسائل و مشکلات فراگیر فردی و بین فردی همراه است. اقدامات مداخله‌ای نیز عمدتاً بر اساس نتایج چنین مطالعاتی و با هدف کنترل آن‌ها طرح و مورد ارزیابی قرار گرفته‌اند. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش «الگوی مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» در کاهش نارضایتی زناشویی صورت گرفت. در این بررسی ۲۸ زوج (۵۶ آزمودنی) بر اساس علاقه، مصاحبه تشخیصی و نمرات مربوط به پرسش‌نامه رضایت زناشویی انریچ (ENRICH) انتخاب شده و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش و کنترل قرار گرفتند.

✉Corresponding author: Departement of Psychology Shahid Beheshti University (G. C.)
Email: H_Pourshahriar@sbu.ac.ir

✉نویسنده مسئول: تهران، اوین، دانشگاه شهید بهشتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی
پست الکترونیکی: H_Pourshahriar@sbu.ac.ir

control and experimental groups randomly. The subjects on experimental group participated in couple's dialogue with third position\person program in 8 weekly sessions.

Multivariate analysis of variance (MANOVA) showed that although the linear combinations of dimensions of marital satisfaction differentiated the levels of groups, the three components of marital communication, family and friends and marriage and children received more statistical power than other six components. Accordingly, we can consider that correction of the pattern of couple's dialogue via modification of cognitive distortions and emotional control and regulation can significantly increase the level of marital satisfaction.

Keywords: Couples Dialogue, Marital Dissatisfaction, Third Position/ Person, Training.

آزمودنی‌های گروه آزمایش به مدت هشت جلسه هفتگی در برنامه آموزشی «مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» شرکت کردند. نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری نشان داد که اگرچه الگوی ترکیب خطی ابعاد رضایت زناشویی در متمایز کردن سطوح متغیر گروه مؤثر بود، اما سه مؤلفه ارتباطی روابط زناشویی، بستگان و دوستان و ازدواج و فرزندان به میزان قابل توجهی بیشتر از شش مؤلفه دیگر تحت تأثیر مداخله مورد نظر در بررسی حاضر قرار گرفتند. بر این اساس می‌توان گفت اصلاح الگوی مکالمه زوجین از طریق اصلاح تحریف‌های شناختی و نیز کنترل و تنظیم هیجانی می‌تواند سطح رضایت زناشویی را تا حد قابل توجهی افزایش دهد.

کلیدواژه‌ها: آموزش، ناراضیتی زناشویی، مکالمه زوجین، موقعیت/فرد سوم.

مقدمه

رضایت زناشویی به عنوان مجموعه‌ای از احساسات عینی خشنودی و رضایت و نیز لذت تجربه شده توسط زن و شوهر (روبل، ۲۰۰۴) و به عنوان یکی از شاخص‌های سلامت روان و تداوم زندگی (احمدی و سایرین، ۱۳۸۵؛ پروین و کاظمیان، ۱۳۸۵؛ ویشمن، ۲۰۰۴) به حساب می‌آید. احساس رضایت از زندگی زناشویی بخش مهمی از رضایت انسان از زندگی خانوادگی او محسوب می‌گردد و رضایت از خانواده می‌تواند احساس رضایت از زندگی را در پی داشته باشد. رضایت زناشویی به دلیل ارتباط تنگاتنگ آن با احساس رضایت از زندگی در سطح کاربردی موضوعی مهم به نظر می‌رسد. برخی معتقدند رضایت زناشویی یک ارزیابی کلی از وضعیت رابطه زناشویی یا رابطه عاشقانه کنونی انسان‌ها است که می‌تواند نشان‌دهنده میزان احساس شادی افراد از روابط زناشویی آن‌ها باشد

(کلور، ۲۰۰۰). به نظر اسپرچر و همکاران (۲۰۰۸) رضایت زناشویی بیشتر از آن که یک ارزیابی کلی و ساده تلقی شود یک ارزیابی هیجانی - شناختی و در عین حال ذهنی و انتزاعی است که یک فرد از رابطه زناشویی خود دارد. گریف (۲۰۰۰) در تعریف رضایت زناشویی اظهار می‌کند که زوجین رضامند زن و شوهرهایی هستند که توافق زیادی با یکدیگر دارند، از نوع و سطح روابط خود رضایت دارند، از نوع و کیفیت گذران اوقات فراغت رضایت دارند و مدیریت خوبی در زمینه وقت و مسائل مالی خودشان اعمال می‌کنند. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت که رضایت از زندگی زناشویی در واقع می‌تواند ارتباطی تنگاتنگی با رشد و شکوفایی مادی و معنوی انسان و جامعه داشته باشد (عدالتی و ردزوان، ۲۰۱۰). با توجه به هدف پژوهش حاضر و به منظور دستیابی به الگویی از روابط بین متغیرهای مرتبط با رضایت زناشویی، پیشینه پژوهشی در این زمینه مورد بررسی قرار گرفته است. بررسی نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که ناراضی‌ها و ناسازگاری‌های زناشویی با مجموعه وسیعی از مشکلات فراگیر فردی و بین فردی همراه است که برخی از مهم‌ترین آن‌ها به شرح زیر است.

الف) مشکلات هیجانی و به ویژه مشکلات مرتبط با مدیریت، ارزیابی و نظارت بر هیجان‌ها در روابط بین فردی از مشکلاتی است که ارتباط آن با ناراضی‌ها زناشویی مورد توجه پژوهشگران بوده است (کینگ، ۱۹۹۳؛ رسولی، و همکاران، ۱۳۸۶؛ ویمز و پینا، ۲۰۱۰؛ ضیاءالحق و همکاران، ۱۳۹۱). ویمز و پینا، (۲۰۱۰) بیان کرده‌اند که توانایی افراد در تنظیم و کنترل این هیجان‌ها یک موضوع مهم در حفظ و ارتقای بهداشت روانی محسوب می‌گردد. تردیدی نیست که هیجان‌ها و عوامل مرتبط با آن‌ها نیز مانند بسیاری از دیگر پدیده‌های روان‌شناختی، موضوعی است که در عین حال چندوجهی و چندعاملی^۱ است و بر همین اساس نقش هم‌زمان عوامل مختلفی نظیر اختلال در عملکرد انتقال‌دهنده‌های عصبی و تغییرات ساختاری و بیوشیمیایی در دستگاه عصبی مرکزی، متغیرهای شناختی و شرایط محیطی و بیرونی - مانند شرایط شغلی - در تغییرات هیجانی مورد توجه بسیاری از پژوهشگران بوده است (پاتریک و همکاران، ۲۰۰۷؛ سیمونلی و همکاران، ۲۰۰۸؛ هان و شین، ۲۰۰۹).

ب) انواع تعارض‌ها و اضطراب‌های ناشی از آن‌ها مانند تعارض در روابط بین فردی و خانوادگی و یا تعارض در ایفای هم‌زمان نقش‌های شغلی و خانوادگی (رایس و همکاران، ۱۹۸۰؛ فورد و سایرین، ۲۰۰۷؛ بویار و سایرین، ۲۰۰۸؛ ذوالفقاری و تبریزی، ۱۳۹۰) از جمله مشکلاتی است که می‌تواند با ناراضی‌ها قابل توجه در روابط زناشویی همراه باشد.

تأثیر منفی نقش‌های مرتبط با شغل به ویژه آنگاه بیشتر خواهد بود که نسبت شرایط شغلی و محل زندگی فرد اقماری^۲ باشد (عریضی‌سامانی و سایرین، ۱۳۹۰؛ هرلمان و سایرین، ۲۰۰۸). می‌دانیم که این ویژگی در جوامع امروزی بیشتر شده است و نویه و سایرین (۲۰۰۹) نشان داده‌اند که اگر شرایط شغلی زن این‌گونه باشد احتمال ایجاد ناراضی‌ها شغلی و زناشویی به میزان قابل

توجهی افزایش می‌یابد و در چنین شرایطی او به حمایت بیشتر از سوی همسر و سایر اعضای خانواده برای کاهش تعارض‌ها و کنترل فشارهای روانی خود احتیاج دارد.

ج) مکانیسم‌های شناختی و تفکرات غیرمنطقی نیز مورد توجه بسیاری از علاقه‌مندان به پژوهش در زمینه رضایت زناشویی بوده است. شواهد بسیاری نشانگر این واقعیت است که مکانیسم‌های شناختی بر سازگاری و رضایت زناشویی اثرگذارند. عواملی مانند انواع سبک‌های اسنادی (فینچمند و بردبوری، ۱۹۹۳؛ گوردن و سایرین، ۲۰۰۵؛ سنچاک و لئونارد، ۲۰۰۵؛ سابورین و سایرین، ۲۰۰۶؛)، نگرش (کراوک، ۲۰۰۷)، برخی تحریف‌های اختصاصی شناختی مرتبط با روابط زوجین (اپشتاین و سایرین، ۲۰۰۲؛ گلدفرد، ۲۰۰۳؛ همامچی، ۲۰۰۴؛ کاستونگی، ۲۰۰۷) و طرح‌واره‌های ناسازگار اختصاصی برای روابط بین فردی (یانگ و گلوسکی، ۱۹۹۷؛ یانگ و سایرین، ۲۰۰۳؛ داتلیو، ۲۰۰۶؛ ریسو و سایرین، ۲۰۰۷).

د) ارتباط متقابل بین انواع سبک‌های دلبستگی و میزان رضایت زناشویی نیز از جمله موضوعات مورد توجه گروهی از پژوهشگران بوده است. اگرچه نتایج برخی از پژوهش‌ها نشان می‌دهد که سبک‌های دلبستگی ایمن با رضامندی زناشویی همبستگی مثبت نشان می‌دهد (مظاهری، ۱۳۷۹؛ هزن و شیور، ۱۹۹۷؛ جانسون و همکاران، ۲۰۰۱؛ گوردون و کریستمن، ۲۰۰۸)، اما ارتباط انواع سبک‌های دلبستگی با میزان رضامندی زناشویی در بیشتر پژوهش‌ها در کنار متغیرهای دیگری نظیر احساس تعهد قابل توجه نسبت به همسر (بشارت، ۲۰۰۳؛ بلو و همکاران، ۲۰۰۸)، مسئولیت‌پذیری زیاد نسبت به نقش‌های زنانه و یا مردانه (لوسیر و همکاران، ۱۹۹۳؛ هپبورن و همکاران، ۱۹۹۶)، تولد فرزند و طول مدت زندگی مشترک (کریستینا و همکاران، ۲۰۰۶؛ بوردن و همکاران، ۲۰۱۰)، سلامت روان‌شناختی و روابط بین فردی کافی (جانسون و کوهن، ۲۰۰۶؛ لمنز و همکاران، ۲۰۰۷؛ بلو و همکاران، ۲۰۰۸؛ ایکرت، ۲۰۰۹)، شباهت در باورهای مذهبی (حاصلی، ۲۰۰۶) و خشونت‌دیدگی زنان (پناغی و همکاران، ۱۳۹۱) مورد بررسی قرار گرفته است.

ه) نقش باورهای مذهبی در رضامندی زناشویی به گونه‌ای است که از گستره وسیع‌تر تاریخی برخوردار است و در قالب یکی از عوامل روان‌شناختی (ترمن و سایرین، ۱۹۳۸) و یا به عنوان سازگاری دینی (اسپاینر، ۱۹۷۶) و یا تناقض در باورهای مذهبی (بارون و بارون، ۲۰۰۱) و در سال‌های اخیر با عنوان هم‌سوایی مذهبی (حاصلی، ۲۰۰۶؛ کارادوک، ۲۰۰۷) مورد مطالعه و پژوهش قرار گرفته است.

و) سایر متغیرها که علاوه بر عوامل یاد شده با رضایت زناشویی مرتبط هستند. برای مثال نتایج تحقیقات نشان داده‌اند که رضایت زناشویی می‌تواند با برخی از ویژگی‌های شخصیتی نظیر مسئولیت‌پذیری (سیمونلی و سایرین، ۲۰۰۸)، صمیمیت (مارتین و اشبی، ۲۰۰۴؛ فیلیپ، ۲۰۰۵؛ پاتریک و سایرین ۲۰۰۷؛)، سبک‌های مقابله‌ای (ملازاده، ۱۳۸۱)، بخشودگی (مولت و سایرین،

۱۹۸۸؛ کادیانگاندا و سایرین، ۲۰۰۱؛ فینچام، ۲۰۰۴؛ مک کلو، ۲۰۰۶)، حوادث ناگوار (سولومون و سایرین، ۱۹۹۲؛ گاکتون و سایرین، ۱۹۹۹) و روابط بین فردی (نیلون، ۲۰۰۶؛ کارادوک، ۲۰۰۸) ارتباط داشته باشد.

با توجه به پیشینه پژوهشی فوق در زمینه موضوع مورد بررسی، اقدامات مداخله‌ای نیز عمدتاً بر اساس نتایج چنین مطالعاتی و با هدف کنترل هریک از عوامل تأثیرگذار و یا تلفیقی از آن‌ها طراحی، ارزیابی و پیشنهاد شده‌اند. بررسی حاضر بر آن است با نگاهی فراگیر به نتایج بررسی‌های موجود مدلی از مداخله مؤثر برای افزایش سطح رضایت زناشویی در زوجین ناراضی‌تمند ارائه نماید. بر این اساس و با توجه به این‌که بررسی پیشینه پژوهشی موجود در این زمینه نشان می‌دهد که بسیاری از پژوهشگران به رضایت زناشویی به عنوان مفهومی انتزاعی، پیچیده، چندوجهی و متأثر از ترکیبی از عوامل متعدد ساختاری و عملکردی می‌نگرند، به نظر می‌رسد توانمندی‌های فراشناختی و زبان‌شناختی زوجین می‌توانند در کنترل پیچیدگی و عینیت بخشیدن به مفاهیم انتزاعی مؤثر باشند. رضایت زناشویی از یک نگاه دیگر به عنوان مفهومی که تا حد زیادی می‌تواند متأثر از ویژگی‌های ارتباطی، توانمندی‌های کلامی و مهارت‌های زبان‌شناختی باشد معرفی شده است. برای مثال باندلر و گریندر (۱۹۷۹) از مهارت‌های زبان‌شناختی به عنوان ابزار بسیار مهم در استخراج ژرف ساخت^۳ جملات از طریق تفسیر روساخت^۴ آن نام برده‌اند.

حذف^۵ بخش‌هایی از آن چه شنیده می‌شود، تحریف^۶ جملات و تعمیم^۷ نامناسب و افراطی آن‌ها از جمله مشکلاتی است که می‌تواند به دلیل ضعف در مهارت‌های زبان‌شناختی - که باندلر و گریندر (۱۹۷۵) از آن با عنوان ساختار جادوگر^۸ نام برده‌اند - ایجاد شود. مفهوم «موقعیت سوم»^۹ یکی از مفاهیم مهم در «برنامه عصب - زبان‌شناسی»^{۱۰} و به عنوان موقعیتی ادراکی^{۱۱} است که نشان‌دهنده توانمندی فرد در ارتباط با دیگران و درک دنیای اطراف خود به عنوان فردی مستقل و از منظری بیرونی و فراتر از دیدگاه خود و یا دیدگاه فرد مقابل است. بر این اساس یک فرد را می‌توان با توجه به پاسخ به این سؤال که «آیا به موضوعات و رویدادها از منظر خود و یا دیگران می‌نگرد؟» به ترتیب در «موقعیت اول»^{۱۲} و «موقعیت دوم»^{۱۳} قرار دارد (آندریاس و آندریاس، ۲۰۰۹).

از دیگر سو بر اساس فرضیه «اثر شخص سوم»^{۱۴} که نخستین بار توسط داویسون (۱۹۸۳) در حوزه روان‌شناسی اجتماعی و روابط بین فردی مطرح شد، انسان‌ها گرایش دارند باور خود را چنین اظهار کنند که دیگران به راحتی تحت تأثیر رسانه‌ها قرار می‌گیرند، در حالی که خودشان می‌توانند این‌گونه نباشند. داویسون (همان منبع) هم‌چنین دو مؤلفه اصلی ادراکی^{۱۵} و رفتاری^{۱۶} را برای «اثر شخص سوم» معرفی می‌کند. مؤلفه نخست که با عنوان ادراک شخص سوم^{۱۷} نامیده شده است، نشان‌دهنده تفاوت ادراک فرد از اثرات عوامل بیرونی - مانند رسانه‌ها - در مقایسه با دیگران است.

این سوگیری ادراکی می‌تواند باعث ایجاد رفتارهای خاص در افراد شود (گانتر، ۱۹۹۱؛ زو و گوزنباخ، ۲۰۰۸). مؤلفه رفتاری نحوه واکنش افراد به اثرات ادراک شده از عوامل بیرونی و موقعیتی را تعیین می‌کند (پرلوف، ۲۰۰۲). پدیده «اثر شخص سوم» تردیدهای قابل توجهی در مورد اعتبار یافته‌های پژوهشی که با استفاده از روش پیمایشی به دست آمده را دامن زده است (روبانده، ۱۹۹۲؛ پرلوف، ۱۹۹۳؛ دیوید، لیو و میسر، ۲۰۰۴). همچنین امروزه نتایج برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند اثر شخص سوم آنگاه که محتوای پیام مثبت و خوشایند است، معکوس است. بر این اساس افراد در چنین شرایطی اثرات عوامل بیرونی و موقعیتی در خود را بیشتر از دیگران ادراک می‌کنند. این پدیده با عنوان «اثر شخص سوم معکوس»^{۱۸} یا «اثر شخص اول»^{۱۹} معرفی شده است.

بیشترین تبیین‌های ارائه شده برای «اثر شخص سوم» به سوگیری در قضاوت افراد با انگیزه خودکام‌بخشی^{۲۰} و خودارتقای^{۲۱} توجه کرده‌اند (دیوید و جانسون، ۱۹۹۸؛ اپلی و دانینگ، ۲۰۰۰). بر اساس چنین تبیین‌هایی هم‌چنین برخی پژوهش‌ها ارتباط پدیده «اثر شخص سوم» با برخی از سازه‌های روان‌شناختی نظیر اعتماد به نفس (بانینگ، ۲۰۰۱)، رضایت از زندگی (چادی، ۲۰۱۳)، نگرش نسبت به ازدواج (آکولینو، ۱۹۹۳)، روابط اعضای خانواده (پولنر و آدامز، ۱۹۹۷)، تصویر بدن (دیوید و جانسون، ۱۹۹۸) و رفتارهای اخلاقی (سالون و دوپانه، ۱۹۹۹) را مورد بررسی قرار داده‌اند.

با یک نگاه هم‌زمان به مکانیسم‌های شناختی و مهارت‌های زبان‌شناختی و ارتباطی مورد اشاره در پیشینه پژوهشی، چنین به نظر می‌رسد که شیوه‌های ادراکی و روش‌های ترجیحی زوجین در روابط کلامی آن‌ها - به‌ویژه از جهت تأثیر آن در تفسیرها و تبیین‌های شناختی - در حد قابل توجهی می‌تواند در میزان رضایت آن‌ها مؤثر باشد. بر این اساس چنین فرض شده است که مجموعه‌ای از مکانیسم‌های مورد توجه در پیشینه پژوهشی نظیر سبک‌های اسنادی ناکارآمد، نگرش‌های منفی، طرح‌واره‌های ناسازگار و نظایر آن می‌توانند از طریق آموزش مهارت‌های زبان‌شناختی در ارتباط کلامی زوجین اصلاح گردند. مجموعه آموزش مهارت‌های زبان‌شناختی مورد توجه در پژوهش حاضر با عنوان مدل «مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» معرفی شده است.

مدل پیشنهادی حاضر با تأکید بر مجموعه‌ای از متغیرهای مهم و تأثیرگذار تدوین شده است. بر این اساس مهم‌ترین متغیرهای مورد توجه در نتایج پژوهش‌های نوین شناسایی و در قالب برنامه‌ها و تکالیف رفتاری در خلال جلسات آموزشی به آزمودنی‌های گروه آزمایش، آموزش داده شد. با توجه به مبانی نظری و پیشینه پژوهشی در زمینه نارضایتی زناشویی، حوزه‌های اصلی برای اقدامات مداخله‌ای انتخاب و برنامه آموزشی متناسب با آن (جدول ۱) تدوین گردید و بر اساس مدل شناختی - رفتاری به شکل تکالیف هفتگی ارائه گردید. بر این اساس هر یک از تکالیف مورد نظر در قالب نقش‌هایی در خلال جلسات به عنوان فرد سوم - متمایز از زن و یا شوهر - و یا در قالب موقعیت سوم ارائه گردید و از آزمودنی‌ها خواسته شد تا در طول یک هفته در فواصل زمانی معین و یا متناسب با

رویدادهای معین اقدام به تمرین آن‌ها نمایند. برای مثال به آزمودنی آموزش داده شد تا در زمان شنیدن جملات نامناسب از همسر خشمگین خود (یک رویداد معین) با بهره‌گیری از مهارتی فراشناختی در نقش فرد سوم قرار گرفته و به جای انتخاب جملات رقابتی و شکست‌دهنده در پاسخ به او بگوید «شما از کلمات و جملات نامناسبی برای ابراز خشم نسبت به همسرتان استفاده می‌کنید». در این مثال عبارت «همسرتان» به جای ضمیر «من» به کار گرفته می‌شود تا با قرار گرفتن فرد در موقعیت «شخص سوم» از موقعیت رقابتی و شکست‌دهنده خارج شده و فضای ادراکی را برای پرهیز از تحریف‌های شناختی و هیجانات منفی اصلاح نماید.

پاسخ‌های معطوف به موقعیت سوم نیز عمده‌تاً برای آموزش ابراز آشکار، شفاف و مؤثر احساسات مثبت و منفی در ارتباطات کلامی به کار گرفته می‌شوند. بر این اساس مجموعه‌ای از تحریف‌های شناختی نظیر تفکر دوقطبی^{۲۲} و اغراق^{۲۳} مورد توجه قرار می‌گیرند. برای مثال به آزمودنی آموزش داده شد که علاوه بر ابراز کامل احساس تنفر (موقعیت اول) یا عشق (موقعیت دوم) به عنوان دو راهکار متضاد، متعارض و ناکارآمد، می‌تواند از راهکار و یا موقعیت سوم برای ابراز احساسات خود استفاده کرده و از شرایط تعارضی رهایی یابد.

بر این اساس او نسبت‌های خفیفی از هر دو راهکار اولیه (موقعیت سوم) را انتخاب و ابراز می‌نماید تا دوقطبی و اغراق شده عمل نکند. این پژوهش با بهره‌گیری از مبانی نظری و نتایج پژوهش‌های یاد شده در زمینه نارضایتی زناشویی با هدف بررسی اثربخشی آموزش «مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» به عنوان یک الگوی مداخله‌ای و درمانی برای زوجین ایرانی که از نارضایتی زناشویی رنج می‌برند انجام گرفته است. با توجه به استدلال‌های نظری و نتایج پیشینه پژوهشی چنین فرض شده که مدل آموزش «مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» در کاهش نارضایتی زناشویی زوجین ایرانی مؤثر است.

جدول ۱: گروه‌بندی تکالیف مداخله‌ای و نمونه‌ای از تکنیک‌های مداخله‌ای

| شماره جلسه | تکالیف مورد توجه بر اساس نظریه‌ها و پیشینه پژوهشی | تکالیف مورد توجه در «الگوی مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» |
|------------|---|--|
| اول | معرفی و آشنایی با قواعد، محتوا و اهداف برگزاری جلسات و طرح مسائل رایج و مؤثر در رضایت زناشویی | |
| دوم | خودمشاهده‌گری، خودتنظیمی | تمرین جملات و عبارات تقویت‌کننده مشاهده خود و همسر خود از موضع فرد سوم |
| سوم | مدیریت کمال‌گرایی | تمرین جملات و عبارات کنترل‌کننده هم‌زمان سرعت/دقت در انجام تکالیف و رعایت حداقل‌های مورد انتظار همسر |
| چهارم | مسئولیت‌پذیری | تمرین جملات و عبارات کارآمد در ایفای نقش‌های جنسیتی |
| پنجم | مهارت‌های کنترل هیجان | تمرین جملات و عبارات مرتبط با رعایت تناسب و شدت در ابراز مؤثر احساسات و هیجانات |
| ششم | رعایت اصول روابط بین فردی | شناخت و اصلاح جملات و عبارات القاکننده نقش‌های تعارض‌آفرین در رفتار متقابل |
| هفتم | اصلاح تحریف‌های شناختی | شناخت و اصلاح جملات و عبارات القاکننده تحریف‌هایی مانند بیش‌تعمیمی، تفکر دوقطبی و... |
| هشتم | | جمع‌بندی، پاسخ به سؤالات و اصلاح اشکالات |

روش

پژوهش حاضر از نوع نیمه‌تجربی بوده و ارزیابی میزان اثربخشی الگوی مداخله‌ای در قالب یک طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل انجام گرفته است.

جامعه آماری در این پژوهش مشتمل بر کلیه زوج‌های مراجعه‌کننده به مرکز ارائه‌دهنده مشاوره و خدمات روان‌شناختی مورد بررسی بود. آزمودنی‌های مورد بررسی متشکل از ۳۰ زوج مراجعه‌کننده به یکی از مراکز ارائه‌دهنده مشاوره و خدمات روان‌شناختی در شهر تهران بودند که بر اساس اطلاعیه ثبت‌نام، علاقه‌مندی خود را برای شرکت در دوره آموزشی اعلام کردند. زوج‌ها پس از ثبت‌نام به شیوه تصادفی در دو گروه ۱۵ زوجی قرار گرفتند. ارزیابی اولیه بر اساس فرآیند مصاحبه تشخیصی صورت گرفت و سطح رضایتمندی زناشویی با استفاده از آزمون رضایت زناشویی اندازه‌گیری شد. سطح تحصیلات دیپلم و بالاتر، محدوده سنی ۲۰ تا ۴۰ سال، آغاز زندگی مشترک بیشتر از دو سال و عدم شرکت در برنامه‌های مداخله‌ای و آموزشی در محدوده زمانی بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون به عنوان ملاک‌های ورود و سابقه سوءمصرف مواد و ابتلا به بیماری‌های جسمانی و روانی قابل توجه به عنوان ملاک‌های خروج در نظر گرفته شدند که از طریق مصاحبه تشخیصی مورد ارزیابی قرار گرفتند. جایگزینی آزمودنی‌های انتخاب شده در گروه‌های آزمایش و کنترل به صورت تصادفی (۱۵ زوج در گروه آزمایش و ۱۵ زوج در گروه کنترل) صورت گرفت. پس از اجرای پیش‌آزمون و با توجه به غیبت و حضور نامنظم یک زوج از آزمودنی‌های گروه آزمایش، یک زوج از گروه کنترل به صورت تصادفی و به منظور رعایت تساوی تعداد زوجها در دو گروه حذف گردید. داده‌های مربوط به ۲۸ زوج (۵۶ آزمودنی) مورد بررسی و تحلیل قرار گرفت. با توجه به شکل و محتوای برنامه آموزشی، از آنجا که حضور هم‌زمان زوجین برای آموزش و تمرین تکالیف ارائه شده امکان اثربخشی مدل را تسریع و تسهیل می‌نماید، برنامه مداخله‌ای با حضور هم‌زمان زوجین طراحی و اجرا گردید. داده‌های جمع‌آوری شده از شرکت‌کننده‌ها بدون لحاظ زوجیت آن‌ها بوده و تحلیل داده‌ها نیز بر همین اساس صورت گرفت. آزمودنی‌های گروه آزمایش به مدت هشت جلسه هفتگی در برنامه آموزشی «مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» شرکت کردند. پرسش‌نامه رضایت زناشویی هم‌چنین پس از آخرین جلسه آموزشی برای گروه آزمایش و گروه کنترل به عنوان پس‌آزمون اجرا شد.

ابزارهای سنجش

فرم اصلی پرسش‌نامه رضایت زناشویی انریچ^{۲۴} ۱۱۵ سؤال دارد و از ۱۲ خرده‌مقیاس تشکیل شده است که عبارتند از: پاسخ‌راردادی، رضایت زناشویی، موضوعات شخصی، روابط زناشویی، حل تعارض، نظارت مالی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و فرزندان، بستگان و

دوستان، نقش‌های جنسیتی مربوط به زنان و مردان و جهت‌گیری عقیدتی. این پرسش‌نامه به عنوان یک ابزار معتبر در پژوهش‌های متعددی برای بررسی رضایت زناشویی مورد استفاده قرار گرفته است (ثنایی، علاقبند، فلاحی و هومن، ۱۳۸۴). با توجه به طولانی بودن تعداد آیتم‌های پرسش‌نامه، از فرم ۴۷ سؤالی آن استفاده شد که ۹ خرده‌مقیاس دارد. این خرده‌مقیاس‌ها عبارتند از: موضوعات شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و فرزندان، بستگان و دوستان و جهت‌گیری عقیدتی. پاسخ به هر یک از مواد به شکل پنج گزینه‌ای از «کاملاً موافقم» تا «کاملاً مخالفم» و بیشترین نمره ممکن در این پرسش‌نامه می‌تواند برابر با ۲۳۵ باشد. گزینه‌های کاملاً موافق و کاملاً مخالف در گروهی از سؤالات به ترتیب دارای ۵ و ۱ امتیاز است و نمره‌گذاری برای ۳۱ ماده از مجموع ۴۷ ماده به شکل معکوس صورت می‌گیرد. نمره‌های کمتر از ۳۰ نشانگر نارضایتی شدید، نمره‌های بین ۳۰ تا ۴۰ نشانگر عدم رضایت و نمره‌های بین ۴۰ تا ۶۰ نشانگر رضایت نسبی و متوسط از روابط زناشویی همسران است. هم‌چنین نمره‌های بین ۶۰ تا ۷۰ نشانگر رضایت زیاد همسران از روابط زناشویی و نمره‌های بالاتر از ۷۰ نشانگر رضایت فوق‌العاده از روابط زناشویی بین همسران است. میزان پایایی آزمون به روش بازآزمایی بین ۰/۶۵ تا ۰/۹۵ و قدرت تمییز آن ۰/۹۰ گزارش شده است. (وادسبای^{۲۵} به نقل از پویامنش و همکاران، ۱۳۸۷) اعتبار این پرسش‌نامه بر اساس محاسبه همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ ۹۵ درصد گزارش شده است (سلیمانیان، ۱۳۷۳). همسانی درونی این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر محاسبه گردید و ضریب ۹۰ درصد به دست آمد.

یافته‌ها

شاخص‌های توصیفی (سن، تحصیلات و تعداد فرزندان) شرکت‌کنندگان در هر یک از گروه‌های آزمایش و کنترل در جدول ۲ نشان داده شده است. دو گروه آزمایش و کنترل از نظر متغیر سن تفاوت معنی‌داری نداشتند [$t(۲۶) = ۰/۳۶۳, P > ۰/۰۱$]. هم‌چنین نسبت مقاطع تحصیلی و تعداد فرزندان در گروه‌های آزمایش و کنترل در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی (سن، تحصیلات و تعداد فرزندان) شرکت‌کنندگان در

گروه‌های آزمایش و کنترل

| شاخص گروه | سن | | تحصیلات | | | تعداد فرزندان | |
|--------------|---------|-----------------|---------|------------------------|----------|---------------|------------------|
| | میانگین | انحراف از معیار | دیپلم | کارشناسی ارشد و بالاتر | کارشناسی | بدون فرزند | یک فرزند و بیشتر |
| آزمایش | ۳۳/۱۷ | ۵/۲۳ | ۱۱ | ۱۰ | ۷ | ۸ | ۱۶ |
| کنترل | ۳۲/۷۹ | ۴/۹۲ | ۱۰ | ۱۳ | ۵ | ۱۰ | ۱۴ |
| کل | ۳۲/۹۸ | ۵/۱۱ | ۲۱ | ۲۳ | ۱۲ | ۱۸ | ۳۰ |

جدول ۳، شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف از معیار) مربوط به نمره کل رضایت زناشویی و زیرمقیاس‌های آن را به تفکیک گروه‌های کنترل و آزمایش و نیز به تفکیک مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون نشان می‌دهد.

جدول ۳: شاخص‌های توصیفی نمره‌های زیرمقیاس‌ها و نیز نمرات کلی پرسش‌نامه به تفکیک پیش‌آزمون و پس‌آزمون

| گروه آزمایش | | گروه کنترل | | | | زیرمقیاس‌ها و نمره کل رضایت زناشویی | | |
|-------------|--------|------------|-------|----------|--------|-------------------------------------|-------|------------------------|
| پس‌آزمون | | پیش‌آزمون | | پس‌آزمون | | پیش‌آزمون | | |
| SD | M | SD | M | SD | M | SD | M | |
| ۳/۱۲ | ۱۴/۵۷ | ۳/۲۲ | ۱۱/۲۳ | ۳/۳۵ | ۱۰/۴۰ | ۳/۰۵ | ۹/۵۰ | موضوعات شخصیتی |
| ۲/۹۱ | ۱۱/۶۰ | ۳/۴۵ | ۱۱/۸۰ | ۳/۱۴ | ۱۰/۹۰ | ۳/۲۹ | ۱۰/۹۲ | ارتباط زناشویی |
| ۴/۶۹ | ۱۳/۵۰ | ۳/۳۷ | ۹/۹۷ | ۳/۳۸ | ۱۰/۹۰ | ۳/۴۰ | ۱۰/۰۷ | حل تعارض |
| ۵/۲۸ | ۱۳/۹۰ | ۳/۶۷ | ۱۰/۰۷ | ۳/۳۵ | ۱۱/۷۳ | ۲/۶۴ | ۹/۵۷ | مدیریت مالی |
| ۴/۶۲ | ۱۳/۳۷ | ۳/۹۴ | ۱۱/۵۷ | ۳/۵۳ | ۱۱/۵۰ | ۳/۷۷ | ۱۰/۱۰ | فعالیت‌های اوقات فراغت |
| ۴/۰۲ | ۱۲/۳۰ | ۳/۵۱ | ۹/۸۳ | ۲/۹۲ | ۱۰/۹۷ | ۲/۸۵ | ۱۰/۵۷ | روابط جنسی |
| ۳/۵۹ | ۱۳/۳۰ | ۳/۱۱ | ۹/۸۰ | ۲/۹۰ | ۱۱/۴۳ | ۲/۷۲ | ۱۰/۸۳ | ازدواج و فرزندان |
| ۳/۹۸ | ۱۲/۰۰ | ۴/۰۶ | ۱۰/۲۷ | ۳/۲۴ | ۱۱/۳۳ | ۳/۴۰ | ۱۱/۰۳ | بستگان و دوستان |
| ۳/۱۶ | ۱۳/۵۳ | ۳/۳۶ | ۹/۸۷ | ۳/۷۳ | ۱۱/۲۷ | ۲/۹۸ | ۱۰/۸۳ | جهت‌گیری عقیدتی |
| ۲۰/۳۹ | ۱۱۸/۰۷ | ۱۸/۱۴ | ۹۴/۴۱ | ۱۸/۰۰ | ۱۰۰/۴۳ | ۱۷/۵۷ | ۹۳/۴۲ | نمره کل |

قبل از انجام تحلیل واریانس چندمتغیری، واریانس مفروضه همگنی مقادیر واریانس خطا ضروری می‌باشد. در مطالعه حاضر نتایج آزمون همگنی مقادیر واریانس خطا $[F(1, 58) = 0.71, P > 0.05]$ نشان می‌دهد که مفروضه مزبور برقرار می‌باشد. علاوه بر این در مطالعه حاضر معنادار نبودن اثر تعاملی گروه و پیش‌آزمون نشان می‌دهد که مفروضه همگنی شیب‌های رگرسیونی برقرار می‌باشد $[F(1, 56) = 1.57, P > 0.05, \eta^2 = 0.028]$. در نهایت معنی‌داری آماری اثر پیش‌آزمون بر متغیر وابسته (نمرات پس‌آزمون) از مفروضه خطی بودن رابطه بین پیش‌آزمون و متغیر وابسته به طور تجربی حمایت می‌کند. در ادامه با هدف تعیین تفاوت‌های گروهی در ابعاد رضایت زناشویی از یک طرح تحلیل واریانس چندمتغیری استفاده شد. مقدار آماره لاندا و یلکز برای عامل گروه از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد $[F(9, 41) = 7.88, P < 0.05, \eta^2 = 0.633]$. بر این اساس نتایج نشان می‌دهد که الگوی ترکیب خطی ابعاد رضایت زناشویی در تمایزگذاری سطوح متغیر گروه مؤثر بوده است. بنابراین در ادامه پاسخ به این سؤال که کدام یک از ابعاد رضایت زناشویی در متمایزسازی سطوح متغیر گروه اثرگذار بوده‌اند، ضرورت می‌یابد.

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که تمامی ابعاد چندگانه رضایت زناشویی در تفکیک سطوح متغیر گروه از لحاظ آماری به طور معنی‌داری ایفای نقش می‌کنند.

جدول ۴: نتایج آثار بین گروهی و اثر مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم بر

زیرمقیاس‌های پرسش‌نامه رضایت زناشویی

| متغیر | F (df) | P | η^2 |
|------------------------|------------|-------|----------|
| موضوعات شخصیتی | ۲۸/۸۰ (۱) | ۰/۰۰۱ | ۰/۴۴۲ |
| ارتباط زناشویی | ۳۲۲/۲۷ (۱) | ۰/۰۰۱ | ۰/۸۶۸ |
| حل تعارض | ۱۰۱/۵۸ (۱) | ۰/۰۰۱ | ۰/۶۷۵ |
| مدیریت مالی | ۶۳/۰۸ (۱) | ۰/۰۰۱ | ۰/۵۶۳ |
| فعالیت‌های اوقات فراغت | ۶۶/۴۲ (۱) | ۰/۰۰۱ | ۰/۷۵۷ |
| روابط جنسی | ۲۱۲/۲۹ (۱) | ۰/۰۰۱ | ۰/۸۱۲ |
| ازدواج و فرزندان | ۲۵۱/۹۱ (۱) | ۰/۰۰۱ | ۰/۸۳۷ |
| بستگان و دوستان | ۳۴۲/۳۹ (۱) | ۰/۰۰۱ | ۰/۸۷۵ |
| جهت‌گیری عقیدتی | ۱۵۵/۵۵ (۱) | ۰/۰۰۱ | ۰/۷۶۰ |

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی آموزش «مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» به عنوان یک الگوی مداخله‌ای و درمانی برای زوجین ایرانی که از نارضایتی زناشویی رنج می‌برند انجام گرفته است. با توجه به تعریف بسیاری از پژوهشگران از رضایت زناشویی به عنوان مفهومی انتزاعی، پیچیده، چندوجهی و متأثر از ترکیبی از عوامل متعدد ساختاری و عملکردی، چنین فرض شد که توانمندی‌های زبان‌شناختی و فراشناختی زوجین می‌توانند از طریق عینیت بخشیدن به مفاهیم انتزاعی در افزایش سطح رضایت زناشویی مؤثر باشند. این توانمندی‌های زبان‌شناختی و فراشناختی در پژوهش حاضر بر اساس دیدگاه‌های ارائه شده از سوی باندلر و گریندر (۱۹۷۹) در زمینه نقش مهارت‌های زبان‌شناختی در استخراج ژرف‌ساخت جملات از طریق تفسیر روساخت آن‌ها از یک سو و نیز بر اساس نتایج پژوهش‌های انجام شده در زمینه نقش ادراک شخص سوم و موقعیت سوم (داویسون ۱۹۸۳؛ آندریاس و آندریاس، ۲۰۰۹) با عنوان «مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» از سوی دیگر مورد توجه و معرفی قرار گرفت.

بر اساس یافته‌های بررسی حاضر، روش‌های ترجیحی زوجین در روابط کلامی آن‌ها می‌تواند از جهت تأثیر آن در تفسیرها و تبیین‌های شناختی در میزان رضایت آن‌ها مؤثر باشد. این یافته‌ها با نتایج بررسی‌های فور و همکاران (۲۰۰۷)، بویار و همکاران (۲۰۰۸) و ویه و همکاران (۲۰۰۹) در زمینه تعارضات نقشی در حوزه‌های مختلف شغلی و خانوادگی، مظاهری (۱۳۷۹) در زمینه سبک‌های دلبستگی هم‌سو می‌باشد. با توجه به استدلال‌های مورد نظر در خصوص توجه مدل «مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» بر ترمیم و تصحیح انواع تحریف‌های شناختی و کنترل و تنظیم هیجان‌ها، هم‌سوئی یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهشی اپشتاین و سایرین (۲۰۰۲)، گلدفرد (۲۰۰۳)، همامچی (۲۰۰۴)، کاستونگی (۲۰۰۷) در زمینه تحریف‌های اختصاصی شناختی

مرتبط با روابط زوجین و بررسی‌های یانگ و گلوسکی (۱۹۹۷)، یانگ و سایرین (۲۰۰۳)، داتیلیو (۲۰۰۶)، و ریسو و سایرین (۲۰۰۷) در زمینه طرح‌واره‌های ناسازگار اختصاصی برای روابط بین فردی و نتایج بررسی‌های ویمز و پینا (۲۰۱۰) در زمینه تنظیم و کنترل هیجان از اهمیت بیشتری برخوردار است. بر این اساس می‌توان گفت اقدامات مداخله‌ای در زمینه روابط زوجین با تأکید بر پیام‌های بیانی و دریافتی از طریق مکالمه زوجین می‌تواند از طریق تنظیم محتوای هیجانی پیام و نیز اصلاح محتوای شناختی آن، افزایش سطح رضایت زناشویی را در پی داشته باشد.

از دیگر نکات مهم در تبیین نتایج این بررسی آن است که علیرغم نقش معنی‌دار تمامی ابعاد چندگانه رضایت زناشویی در تفکیک سطوح متغیر گروه، سه مؤلفه ارتباطی شامل ۱. ارتباط زناشویی، ۲. بستگان و دوستان و ۳. ازدواج و فرزندان به میزان قابل توجهی بیشتر از شش مؤلفه دیگر تحت تأثیر مداخله مورد نظر در بررسی حاضر قرار گرفته‌اند. بر این اساس می‌توان گفت سه مؤلفه یادشده که بیشتر تأمین‌کننده بعد ارتباطی رضایت زناشویی هستند، علاوه بر آن‌که در کنار سایر عوامل در نمره کل رضایت زناشویی اثرگذار هستند، هم‌چنین بیشتر از سایر عوامل از طریق آموزش الگوی مکالمه زوجین می‌توانند سطح رضایت زناشویی را تا حد قابل توجهی افزایش دهند.

بر اساس یافته‌های این پژوهش تمامی ابعاد چندگانه رضایت زناشویی در تفکیک سطوح متغیر گروه از لحاظ آماری به طور معنی‌داری ایفای نقش می‌کنند اما مدل «مکالمه زوجین با موقعیت/فرد سوم» بیشتر توانسته است از طریق تأثیر بر ابعادی که جنبه ارتباط با همسر، فرزندان و دوستان و بستگان دارند، سطح رضایت زناشویی را ارتقا دهد. این نتایج هم‌چنین نشان می‌دهد که هریک از دو مفهوم «اثر شخص سوم» و «موقعیت سوم» که در بررسی حاضر مورد تأکید بوده و تأمین‌کننده مبنای نظری روش مکالمه زوجین با موقعیت فرد/سوم قرار گرفته است، در واقع مفاهیمی ادراکی هستند. این مفاهیم از آن جهت که در ادراک زوجین از محتوای پیام‌های مورد نظر در مکالمه آن‌ها تأثیرگذار هستند، می‌توانند نقش مؤثری در تغییر سطح رضایتمندی زناشویی داشته باشند.

همان‌گونه که پیش‌تر اشاره شد، حضور هم‌زمان زوجین در برنامه مداخله‌ای اگرچه ممکن است امکان آموزش و تمرین هماهنگ تکالیف ارائه شده را تسهیل و در پی آن اثربخشی مدل را تسریع نماید، اما در تعمیم نتایج و بهره‌گیری از این روش برای افرادی که به دلیل عدم همکاری همسر مجبور به حضور انفرادی در مراکز مشاوره هستند محدودیت ایجاد می‌کند. هم‌چنین با توجه به انتظار گروه کنترل برای دریافت خدمات مشاوره‌ای، امکان تأخیر ارائه خدمات به‌منظور جمع‌آوری داده‌های پیگیری و بررسی پایداری اثربخشی مدل آموزشی مورد بررسی فراهم نشد. لحاظ محدودیت‌های یاد شده در پژوهش‌های آتی و اجرای این مدل و تحلیل داده‌های آن برای گروه‌های مختلف از زوجین به تفکیک فردی/زوجی، گروهی/انفرادی و جنسی و نیز مقایسه مدل‌های مختلف مداخله‌ای پیشنهاد می‌گردد.

پی‌نوشت‌ها

1. Multi factorial
2. کارکنان اقماری به کارکنانی گفته می‌شود که به علت مقتضیات شغلی در محلی دور از خانواده کار می‌کنند. (عریضی‌سامانی و سایرین، ۱۳۹۰)
3. Deep structure
4. Surface structure
5. Deletion
6. Distortion
7. Generalization
8. Structure of magic
9. Third position
10. Neuro-linguistic programming (NLP),
11. Perceptual position
12. First position
13. Second position
14. Third-person effect (TPE)
15. Perceptual
16. Behavioral
17. Third-person perception (TPP)
18. Reverse of the third-person effect (R-TPE)
19. First-person effect (FPE)
20. Self-serving
21. Self-enhancing
22. Bipolar
23. Exaggeration
24. Enriching and Nurturing Relationship Issues, Communication and Happiness (ENRICH)
25. Wadsby, M.

منابع

- احمدی، خ؛ فتحی‌آشتیانی، ع. و اعتمادی، ا. (۱۳۸۴). بررسی تأثیر روش مداخله‌ای حل مشکل خانوادگی بر کاهش ناسازگاری زوجین. مجله روان‌شناسی، ۸ (۴)، ۳۸۹-۴۰۳.
- پروین، ن. و کاظمیان، ا. (۱۳۸۵). بررسی سلامت روان و رضایت زناشویی زنان متأهل. مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی همدان، ۱۴ (۲)، ۵۲-۵۹.
- پناغی، ل؛ پیروزی، د؛ ملکی، ق؛ شیرین‌بیان، م. و باقری، ف. (۱۳۹۱). رابطه سبک‌های دل‌بستگی و خشونت‌دیدگی در زنان. فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۸ (۱)، ۳۱-۱۹.
- پویامنش، ج؛ احدی، ح؛ مظاهری، م.ع. و دلاور، ع. (۱۳۸۷). مقایسه اثربخشی مداخلات مبتنی بر نظریه الیس به دو روش مشاوره گروهی رودررو و اینترنتی در افزایش رضایت زناشویی. مجله تحقیقات علوم رفتاری، ۶ (۲)، ۸۹-۹۶.
- ثنایی، م. ب؛ علاقبند، س؛ فلاحتی، ش. و هومن، ع. (۱۳۸۴). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. تهران انتشارات بعثت.
- ذوالفقاری، د. و تبریزی، س. (۱۳۹۰). مقایسه کمی و کیفی رضایت زناشویی در زنان شاغل با تأکید بر همسانی و عدم همسانی منزلت شغلی زوجین. فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۷ (۴)، ۴۳۳-۴۲۱.
- رسولی، ر؛ اعتمادی، ا؛ شفیع‌آبادی، ع. و دلاور، ع. (۱۳۸۶). مقایسه اثربخشی مداخله متمرکز بر هیجان به شیوه زوجی و فردی بر کاهش درماندگی رابطه زوجین دارای فرزند با بیماری مزمن. فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۳ (۳)، ۶۸۹-۶۸۳.
- سلیمانیان، ع. (۱۳۷۳). بررسی تفکرات غیرمنطقی بر اساس رویکرد شناختی بر ناراضایتی زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی.
- ضیاءالحق، م. س؛ حسن‌آبادی، ح؛ قنبری هاشم‌آبادی، ب. و مدرس‌غروی، م. (۱۳۹۱). تأثیر زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر سازگاری زناشویی. فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۸ (۱)، ۴۹-۶۶.

عریضی سامانی، ح؛ دیباجی، س. و صادقی، م. (۱۳۹۰). بررسی رابطه تعارض کار خانواده با حمایت سازمانی ادراک شده، *استرس شغلی و خودتسطیابی در کارکنان اقماری*. پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره، ۱ (۲)، ۱۷۰-۱۵۱. مظاهری، م. ع. (۱۳۷۹). نقش دل‌بستگی بزرگسالان در کنش‌وری ازدواج. *مجله روان‌شناسی*. ۱۵، ۳۱۸-۲۸۶. ملازاده، ج؛ منصور، م؛ اژه‌ای، ج. و کیامنش، ع. (۱۳۸۱). سبک‌های رویاروگری و سازگاری زناشویی در فرزندان شاهد. *مجله روان‌شناسی*. ۶، ۲۷۵-۲۵۵.

- Ahmadi, K., Nabipoor, S. M., Kimiaee, S. A., & Afzali, M. H. (2010). Effect of family problem -solving on marital satisfaction. *Journal of Applied Science*, 10(8), 682-687.
- Andreas, C. and Andreas, T. (2009). Aligning perceptual positions: A new distinction in NLP. *Journal of Consciousness Studies*, 16, 217-230.
- Aquilino, W. (1993). Effects of spouse presence during the interview on survey responses concerning marriage. *Public opinion quarterly*, 57(3), 376-376.
- Bandler, R. & Grinder, J. (1975). *The structure of magic I*. Palo Alto, Calif. ; Science and Behavior Books.
- Bandler, R. & Grinder, J. (1979). *Frogs into princes*. Moab, Utah: Real People Press.
- Barone, D. F., & Carone, D. A. (2001). A social cognitive perspective on religious beliefs: Their functions and impact on coping and psychotherapy. *Clinical psychology review*, 21(7), 989-1003.
- Bello, R., Brandau, B. F., & Ragsdale, J. D. (2008). Attachment style, marital satisfaction, commitment, and communal strength effects on relational repair message interpretation among remarried. *Journal of Communication Quarterly*, 56(1), 1-16.
- Besharat, M A. (2003). Relation of attachment style with marital conflict. *Journal of Psychology Republic*, 92, 35-40
- Borden, J. S., Fischer, J. L., and Niehuis, S. (2010). Predicting marital adjustment from young adults' initial levels and changes in emotional intimacy over time. A 25-year longitudinal study. *Journal of Adult Development*, 17, 121-134.
- Boyar, S. L., Maertz, C. P., Mosley, D. C, & Carr, J. C. (2008). The impact of work/family demand on work-family conflict. *Journal of Managerial Psychology*, 23, 215-235.
- Castonguay, L. G., & Hill, C. E. (2007). *Insight in Psychotherapy*, American Psychological Association. Washington: DC; 2007. p. 57-81.
- Chadi, A. (2013). Third person effects in interview responses on life satisfaction, *Journal of Applied Social Science Studies*, 133(2), 323-333.
- Craddock A. E. (2008). Individual and Couple Patterns of Self-views and their implications for Working with Premarital Couple Relationship Dissatisfaction. *Journal of contemporary psychotherapy*. (38), 119-127.
- Craddock, A. E. (2007). Relationship between attitudinal similarity couples satisfaction in married and de factor couples. *Australian Journal of psychology*, 43, 11-16.
- Dattilio, F. M. (2006). Restructuring schemata from family of origin in couple therapy. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 20(4): 359-373.
- David, P., & Johnson, M. A. (1998). The role of self in third-person effects about body image. *Journal of Communication*, 48(4), 37-58.
- David, P., Liu, K. and Myser, M. (2004). Methodological Artifact or Persistent Bias:

- Testing the Robustness of the Third-Person and Reverse Third-Person Effects for Alcohol Messages. *Communication Research*, 31(2), 206-2333.
- Davison, W. Ph. (1983), "The Third-Person Effect in Communication," *Public Opinion Quarterly*, 47, 1-15.
- Eckert, R. M. (2009). Intimacy, libido, depressive symptoms and marital satisfaction in postpartum couples. Doctoral Nursing Practice Dissertation, Drexel university.
- Edalati, A., & Redzuan, M. (2010). Perception of women towards family values and their marital satisfaction. *Journal Of American Science*, 6 (4), 132-137.
- Epley, N., & Dunning, D. (2000). Feeling "holier than thou": Are self-serving assessments produced by errors in self or social prediction? *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 861-875.
- Epstein, N. B., & Baucom, D. H. (2002). Enhanced cognitive behavioral therapy for couples: A contextual approach. Washington, DC: American Psychological Association.
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18(1), 72-81.
- Fincham, F., & Bradbury, T. (1993). Marital satisfaction, depression and attributions, a longitudinal analysis. *Journal of personality and social psychology*, 64, 442-52.
- Ford, M. T., Heinen, B. A., & Langkamer, K. L. (2007). Work and family satisfaction and conflict: A meta-analysis of cross-domain relations. *Journal of Applied Psychology*, 92, 57-80.
- Gagnon, M. D., Hersen, M., Kabacoff, R. I., & Hasselt, V. B. (1999). Interpersonal and psychological correlates of marital dissatisfaction in late life. *Clinical Psychology Review*, 19(3), 359-378.
- Goldfried, M. R. (2003). Cognitive-behavioral therapy: Reflections on the evolution of therapeutic orientation, *Cognitive Therapy and Research*. 27(1), 53- 69.
- Gordon, K. C., & Christman, J. A. (2008). Integrating Social Information Processing and attachment Style Research with Cognitive-behavioral Couple Therapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 38, 129- 138.
- Gordon, K. C., Friedman, M. A., Miller, L. W. & Gaertner, L. (2005). Marital Attributions as moderators of the marital Discord Depression Link, 24, 6, 876-893.
- Greef, A. P. (2000). Characteristics of families that function well. *Journal of Family*, 21(8), 948-963.
- Gunther, A. C. (1991). What we think others think: Cause and consequence in the third-person effect. *Communication Research*, 18, 355-372.
- Hamamci, Z. (2004). Dysfunctional relationship beliefs in marital conflict. *Journal of Rational-Emotive Cognitive- Behavior Therapy*, 23(3): 245-261.
- Haseley, J. L. (2006). Marital Satisfaction among Newly Married Couples: Association with Religiosity and Romantic Attachment Style. Unpublished Doctoral Thesis. University of North Texas.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1997). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Behavior*, 52, 511 – 524.
- Hepburn, C. G., & Barling, J. (1996). Eldercare responsibilities, inter role conflict, and employee absence: A daily study. *Journal of Occupational Health Psychology*, 1, 311- 318.

- Herleman, H. A., Britt, T. W., & Hashima, P. Y. (2008). Ibasho and the adjustment, atisfaction, and well-being of expatriate spouses. *International Journal of Intercultural Relations*, 32, 282-299.
- Hyun, S. & Shin, H. (2010). Korean pastors and their wives' marital satisfaction and its predicting factors. *Pastoral Psychology*, 4(59), 495-512.
- Johnson, D. M., Cohen. C. I. (2006). Problem-Solving Skills and Affective expressions as predictors of change in marital satisfaction. *Journal of consulting and clinical psychology*, 73(1), 15-27.
- Johnson, S. M., Makinen, J. A. & Millikin, J. W. (2001). Attachment injuries in couple Relationship: a new perspective on impasses in couples's therapy. *Journal of marital & family*, 23, 135-152.
- Kadianganda, J., Mullet, E., & Vinsonneau, G. (2001). Forgiveness, A Congo- France Comparison". *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32(4), 504-511.
- King, L. A. (1993). Emotional expression, ambivalence over expression, and marital satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 601-607.
- Kluwer, E. S. (2000). Marital quality in R. M. Milardio & S. Duck (Eds.), *Families as relationships*, 59-78. New York: Wiley.
- Kristina, M., Hwang, C. Ph., & Wickberg, B. (2006). Romantic attachment, parenthood and marital. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*. 24(3), 233-240.
- Lemmens, G., Buysse, A. , Heene, E. , & Demyttenaere, K. (2007). Marital satisfaction, conflict communication, attachment style and psychological distress in couples with a hospitalized depressed patient. *Acta Neuropsychiatrica Journal*, 19(2), 109-117.
- Lussier, Y., Sabourin, S., & Wright, J. (1993). On causality, responsibility, and blame in marriage: Validity of the entailment model. *Journal of Family Psychology*, 7, 322-332.
- Martin, J. L., and Ashby, J. S. (2004). Perfectionism and fear of intimacy: Implications for relationship. *The Family Journal*, 12(4), 368-374.
- McCullough, M. E. , Root, L. M., & Cohen, A. D. (2006). Writing about the benefits of an interpersonal transgression facilitates forgiveness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 887-897.
- Mullet, E., Houdbine, A., Laumonier, S., & Girard, M. (1998). Forgivingness: Factorial structure in a sample of young, middle-aged, and elderly adults, *European Psychologist*, 3, 289-297
- Niolon, R. (2006). "Communication style and problem solving", University of Alberta libraries, on line, <http://www.Psychopage.com>. Page, R. M., & Galen, E. C. (1991). Demographic predictors of self reported loneliness in adults, *Journal of Psychological Reports*, 68(4) 939 -945.
- Nwoye, A. (2000). "A framework for intervention in marital conflict over family finances". *American Journal of family therapy*, 28(1), 75-87
- Patrick, S., Sells, J. N., Giordano, F. G. and Tollerud, T. R. (2007). Intimacy, differentiation, and personality variables as predictors of marital satisfaction. *The Family Journal*, 15, 359-367.
- Perloff, R. M. (1993). Third-person effect research, 1983-1992: A review and synthesis. *International Journal of Public Opinion Research*, 5, 167-184.
- Philippe, L. (2005). The interpersonal process model of intimacy in marriage: a daily-diary psychology, *Journal of family psychology*. 19(2), 314-323.

- Pollner, M. & Adams, R. (1997). The effects of spouse presence on appraisals of emotional support and household strain. *Public opinion quarterly*, 61(4), 615-626.
- Reuband, K. (1992): On Third Persons in the Interview Situation and their Impact on Responses. *International Journal of Public Opinion Research*, 4(3), 269-274.
- Rice, R. W., Near, J. P., & Hunt, R. G. (1980). The job-satisfaction life satisfaction relationship: A review of empirical research. *Basic and Applied Social Psychology*, 1, 37-64.
- Riso, L. P., DuToit, P. L., Stein, D. J., & Young, J. E. (2007). *Cognitive Schemas and Core Beliefs in Psychological Problems*, Published by American Psychological Association. Washington: DC. p. 199-220.
- Rubell, S. (2004). Exploring contributions of relational self to man identity self, *Journal of Counseling and Development*, 82(4), 184-196.
- Sabourin, S., Lussier, Y., & Wright, J. (2006). The Effects of measurement strategy on attributions for marital problems and behaviors. *Journal of Applied social Psychology*, 21, 734-746.
- Salwen, M. B., & Dupagne, M. (1999). The third-person effect-Perceptions of the media's influence and immoral consequences. *Communication Research*, 26, 523-549.
- Senchak, M. & Leonard, K. E. (2005). the role of spouses, depression and anger in the attribution- Marital satisfaction relation. *Journal of psychology*, 17, 397-409.
- Simonelli, C., Tripodi, F., Fabrizi, A., Lembo, D., Cosmi, V., and pierleoni, L. (2008). The influence of caregiver burden on sexual intimacy and marital satisfaction in couples with an Alzheimer spouse. *Journal of Clinical Practice*, 62(1), 47-52.
- Solomon, Z., Waysman, M., Levy, G., Fried, B., Mikulincer, M., Benbenishty, R., Florian, V., & Bleich, A. (1992). From front line to home front: A study of secondary traumatization. *Family Process*, 31, 289-302.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38, 15-28.
- Sprecher, S., Wenzel, A., & Harvey, J. (2008). *Handbook of Relationship Initiation*. New York: Taylor & Francis Group; 337-353.
- Terman, L. M., Bутtenwieser, P., Ferguson, L. W., Johnson, W. B., & Wilson, D. P. (1938). *Psychological factors in marital happiness*. New York: McGraw-Hill; p. 97.
- Vimz, B., & Pina, W. (2010). The assessment of emotion regulation improving construct validity in research on psychopathology in youth *Journal of Psychological Behavior Assessment*, Published Online Do I, 10, 1007/S 10862-010-9178-5.
- Wei, F., Ying, F., Wu, L. (2009). The stressors in professional women's work-family conflict: A Chinese study. *Canadian Social Science*, 5(3), 62-67.
- Whishman, M. A. (2004). Psychopathology and marital satisfaction, *Journal of consulting and clinical Psychology*, 72(5), 830-838.
- Xu, J. & Gonzenbach, W. J. (2008). Does perceptual discrepancy lead to action? A meta-analysis of the behavioural component of the third-person effect. *International Journal of Public Opinion Research*, 20, 3, 375-385.
- Young, J., & Gluhoski, V. (1997). A schema-focused perspective on satisfaction in close relationships. In Sternberg RJ, Hojjat M. *Satisfaction in close relationships*. New York: Guilford Press; p. 356-381.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Eishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: a practitioner's guide*. New York: Guilford Press. p. 23-64.