



## مقاله اصلی

## اثربخشی آموزش هوش زناشویی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین

تاریخ دریافت: ۹۹/۰۲/۲۹ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۳/۰۴

### خلاصه

**مقدمه:** حفظ کیان خانواده امری است که در جوامع گوناگون به آن اهمیت زیادی داده می‌شود. بر همین اساس پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش هوش زناشویی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین انجام گرفت.

**روش کار:** پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل زوجین ۲۰ تا ۴۵ سال دارای تعارضات زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان در سه ماهه زمستان سال ۱۳۹۸ بود. در این پژوهش تعداد ۳۰ زوج ۲۰ تا ۴۵ سال دارای تعارضات زناشویی با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (در هر گروه ۱۵ زوج). پس از شروع مداخله ۳ زوج در گروه آزمایش و ۲ زوج در گروه گواه از ادامه حضور در پژوهش انصراف دادند. گروه آزمایش مداخله آموزش هوش زناشویی (محقق ساخته) را طی سه ماه در ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمودند. پرسشنامه‌های مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه پرسشنامه تعارضات زناشویی؛ پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ و پرسشنامه سازگاری زناشویی بود. داده‌های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر توسط SPSS ویرایش ۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**نتایج:** نتایج نشان داد که آموزش هوش زناشویی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین تأثیر معنادار دارد ( $p < 0/001$ ). بدین صورت که این آموزش توانسته بود منجر به بهبود رضایت (۰/۶۴) و سازگاری زناشویی (۰/۶۸) زوجین شود.

**نتیجه‌گیری:** یافته‌های پژوهش حاضر بیانگر آن بودند که آموزش هوش زناشویی با بهره‌گیری از فئونی همانند آموزش همدلی، ابراز هیجان مثبت، صمیمیت، خودآگاهی، انگیزش در رابطه، همدلی، اصلاح مداوم الگوهای احساسی، جنسی، رفتاری و شناختی مشترک و اقدامات اثربخش می‌تواند به عنوان یک روش کارآمد جهت بهبود رضایت و سازگاری زناشویی زوجین مورد استفاده قرار گیرد.

**کلمات کلیدی:** آموزش هوش زناشویی، رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی، زوجین

نسرین سلحشوری<sup>۱</sup>

سیدحمید آتش‌پور<sup>۲\*</sup>

<sup>۱</sup>دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی،

واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

<sup>۲</sup>دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی،

واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

Email: hamidatashpour@gmail.com

## مقدمه

خانواده ساختاری است که حفظ بنیان آن برای تمام جوامع امری ضروری است؛ چرا که ثبات در میان خانواده می‌تواند به حفظ ساختار هنجارمند جوامع کمک شایانی نماید. این در حالی است که توجه به جایگاه بی‌مانند خانواده به عنوان اولین ساختار جامعه که پایه و اساس تربیت و تعلیم فرزندان به شمار می‌رود، می‌تواند به عنوان سرمایه‌گذاری اجتماعی هدفمند و بارز برای جوامع تلقی شود. (۱). به شکل معمول در روزهای اولیه زندگی زناشویی، زوجین احساس عاطفی و روانی نزدیکی نسبت به همدیگر دارند. اما به مرور بعضی از زوجین به دلایل مختلف به مشکل ارتباطی برخورد و تعارضات زناشویی<sup>۱</sup> را تجربه می‌کنند (۲). تعارضات زناشویی به صورت افسردگی و آشفتگی روان‌شناختی یکی یا هر دو زوج، سوء رفتار با همسر و درگیری لفظی و فیزیکی بین هر دو زوج بروز نموده و نهایتاً منجر به طلاق گردد (۳). تعارضات زناشویی گاهی اوقات، آن قدر شدت می‌یابد که احساس خشم، خشونت، کینه، نفرت، حسادت و سوء رفتار کلامی و فیزیکی در روابط زوجین حاکم می‌شود و به شکل حالات تخریب‌گر بروز می‌کند (۴). نتایج مطالعه اوزگاک و تانریوردی<sup>۲</sup> (۲۰۱۸) نشان داد که زوج‌های دارای تعارضات زناشویی بالا، از نظر بهداشت روانی و سلامتی در سطح ضعیفی هستند. با افزایش تعارضات در روابط زوجی، ناسازگاری افزایش می‌یابد، ناراضی‌تری بیشتری حاصل می‌شود به علاوه این مشکلات، از مقدمات طلاق محسوب می‌شوند (۵).

از جمله عواملی که می‌تواند تحت تاثیر تعارضات زناشویی دچار آسیب شده و زوجین را به هر چه بیشتر از هم دور کند، کاهش رضایت زناشویی<sup>۳</sup> است (۶-۸). رضایت‌مندی زناشویی یکی از عوامل مهم در ازدواج است. رضایت زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع احساس خوشبختی، رضایت از ازدواج و رضایت از یکدیگر دارند. رضایت زناشویی را می‌توان نتیجه خرسندی عمومی از زندگی مشترک، رضایت از روابط جنسی و رضایت‌مندی عاطفی و هیجانی دانست (۹). رضایت

زناشویی عبارت است از احساسات عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زوجین. رضایت زناشویی را بیشتر به صورت نگرش‌ها یا احساسات کلی فرد درباره همسر و رابطه‌اش تعریف می‌کنند یعنی رضایت زناشویی یک پدیده درون‌فردی و یک برداشت فردی از همسر و رابطه است (۱۰). چنین تعریفی از رضایت زناشویی، نشانگر آن است که رضایت‌مندی یک مفهوم تک‌بعدی و بیانگر ارزیابی رضایت زناشویی پیامد توافق زناشویی کلی فرد دربار همسر و رابطه‌اش است، و به صورت درونی احساس می‌شود (۱۱).

بروز اختلافات زناشویی، علاوه بر کاهش رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی<sup>۴</sup> را نیز کاهش می‌دهد (۱۲، ۱۳). سازگاری زناشویی، نگرش مثبت و لذت‌بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی مثل ارتباط، مسائل شخصیتی، حل تعارضات، مسائل مالی، روابط جنسی و فرزندان دارد (۱۴). سازگاری زناشویی به سازگاری کلی فرد کمک می‌کند، یعنی همسرانی که از سازگاری زناشویی بالایی برخوردارند، عزت‌نفس بیشتری دارند و در روابط اجتماعی سازگاری بالاتری را از خود نشان می‌دهند. سازگاری زناشویی نتیجه فرایند زناشویی و شامل عواملی مانند ابراز محبت و عشق همسران، احترام متقابل، روابط جنسی، تشابه نگرش و چگونگی ارتباط و حل مسئله است (۱۵). از طرف دیگر سازگاری زناشویی بر کیفیت زندگی زوجین نیز تأثیر می‌گذارد (۱۶). با این حال آمار طلاق که معتبرترین شاخص ناراضی‌تری در روابط زناشویی است، نشان می‌دهد که سازگاری زناشویی به آسانی قابل دستیابی نیست (۱۷، ۱۸).

روش‌های آموزشی و درمانی مختلفی برای بهبود روابط زناشویی و کیفیت تعامل زوجین به کار گرفته شده است. عمده پژوهش‌های صورت گرفته پیشین در حوزه زوج‌درمانی همچون پژوهش‌های صاحبی‌بزاز، سودانی و مهرابی‌زاده (۱۳۹۸)؛ دیره و پشنگیان (۱۳۹۸)؛ ملک‌زاده ترکمانی، امین‌پور، بختیاری، خلیلی و داورنیا (۱۳۹۷)؛ رئیسی، محمدی، زارعی و نجارپوریان (۱۳۹۷) و اعتمادی، قلی‌زاده، سلیمی و فرح‌بخش (۱۳۹۶) (۱۹-۲۳)، بر

3. Marital Satisfaction

4. marital adjustment

1. marital conflicts

2. Özgüç, Tanrıverdi

بتواند از آسیب‌های این پدیده کم نماید که این فرایند نشان از اقدام ضروری در این حوزه است. همچنین باید اشاره کرد که تاکنون بسته درمانی نیز با محوریت هوش زناشویی در ایران تدوین نشده است. همچنین نکته‌ای که در این بین مطرح است، هیچ پژوهشی نیز به بررسی اثربخشی آموزش هوش زناشویی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین پرداخته است. بنابراین مساله اصلی پژوهش بررسی اثربخشی آموزش هوش زناشویی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین ۲۰ تا ۴۵ سال است.

### روش

طرح پژوهش حاضر، از نوع نیمه‌آزمایشی با پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و مرحله پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل زوجین ۲۰ تا ۴۵ سال دارای تعارضات زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان در سه ماهه زمستان سال ۱۳۹۸ بود. در پژوهش حاضر از روش نمونه‌گیری غیرتصادفی هدفمند استفاده شد. بدین صورت که ابتدا زوجین متعارض مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان مورد شناسایی قرار گرفتند (با توجه به حجم بالای مراکز مشاوره شهر اصفهان، تعداد ۷ مرکز انتخاب شد). سپس با پخش فرم‌های حضور در پژوهش به شکل داوطلبانه در بین زوجین متعارض پخش شد. با شناسایی زوجین داوطلب، پرسشنامه تعارضات زناشویی به آنها ارائه شد. با اجرای پرسشنامه تعارضات زناشویی و نمره‌گذاری آن، زوجینی که نمره بالاتر از ۱۲۶ در پرسشنامه تعارضات زناشویی کسب کرده‌اند، انتخاب شدند. در گام بعد زوجین شناسایی شده توسط ملاک‌های ورود به پژوهش بعدی مورد بررسی قرار گرفتند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: داشتن سابقه زندگی زناشویی بالاتر از سه سال، داشتن حداقل تحصیلات دیپلم، دامنه سنی ۲۰ تا ۴۵ سال، داشتن سلامت جسمی و تمایل به شرکت در پژوهش به صورت زوجی بود. این در حالی بود که ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل داشتن بیش از دو جلسه غیبت، عدم همکاری و انجام ندادن تکالیف مشخص شده در کلاس و عدم تمایل به ادامه حضور در فرایند انجام پژوهش بود. پس از این مرحله، از بین زوجین واجد شرایط، تعداد ۳۰ زوج

پایه آموزش الگوهای ارتباطی و تعاملی و آسیب‌شناسی این مولفه‌ها استوار بوده است. در حوزه با توجه به ضعف زوجین دارای اختلافات زناشویی در فرایند همدلی، ابراز هیجان مثبت و صمیمیت، می‌توان در این پژوهش به تدوین بسته آموزشی پرداخت که مولفه‌هایی همچون خودآگاهی، صمیمیت، انگیزش در رابطه، همدلی، اصلاح مداوم الگوهای احساسی، جنسی، رفتاری و شناختی مشترک و اقدامات اثربخش را در خود جای دهد. تجمیع این مولفه‌ها را می‌توان هوش زناشویی نامید که در این پژوهش به تدوین بسته آموزشی آن پرداخته شده است. هوش زناشویی عبارت است از به کارگیری توانمندی‌های ذهنی خود برای درک و فهم احساسات و عقاید دیگری و عدم قضاوت غیرمنصفانه و عجولانه در ارتباط با رفتار خود و دیگری است (۲۴). هوشمندی زناشویی درک احساسات خود و مدیریت آن‌ها به نحوی است که نه تنها قدرت شخصی فرد را تقویت نماید بلکه کیفیت زندگی و سازگاری زناشویی فرد و همسرش را بهینه می‌نماید. این هوشمندی قادر است روابط زوجین را معنادارتر کرده، امکان دوست داشتن و عاشقانه عمل نمودن را تسهیل نموده و فعالیت‌های مشارکتی و خودجوش لذت‌بخش را بر مبنای احساس تعلق گسترش می‌دهد. هوش زناشویی قابل آموزش و رشد یافتن بوده و از این نظر بیانگر این است که باید در مورد احساسات و تاثیر آن‌ها بر رفتار و عملکرد خود و دیگری چیزهایی آموخت. فهمیدن احساسات، مدیریت آنها، بیان صحیح آنها در زمان و مکان مناسب و نحوه تاثیرگذاری بر آنها در رشد روابط بخشی از این هوش است و بخش دیگر آن همدلی، درک تعارضات، احساس تعلق و نحوه آسیب‌پذیری روابط از عدم پذیرش و طرد شدن است. مساله مهم در چنین فرآیندی آگاهی، همدلی و مسئولیت‌پذیری و پذیرش تعلق و مدیریت احساسات و دلخوری‌های پنهان و رهایی از ترس و احساس بی‌ارزشی است (۲۵).

با توجه به موارد ذکر شده در مورد آسیب‌های روان‌شناختی، هیجانی و تعاملی تعارضات زناشویی برای زوجین، به نظر می‌رسد که تدوین بسته درمانی با توجه به مبانی نظری هوش زناشویی،

1. Couple Intelligence

پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۵ محاسبه شد.

**پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ:** پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ دارای ۳۵ سوال است. فرم ۳۵ سوالی توسط اولسون<sup>۱</sup> در سال ۲۰۰۶ با تجدیدنظر در فرم اصلی ساخته شد. این پرسشنامه برای ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا یا شناسایی زمینه‌های قوت و پرباری رابطه زناشویی به کار می‌رود. پرسشنامه انریچ ۳۵ عبارتی از ۴ خرده‌مقیاس تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، ارتباطات و حل تعارض تشکیل شده است (۲۷). برای هر یک از سوال‌های این پرسشنامه ۵ گزینه منظور شده است. گزینه سوال‌ها عبارتند از «کاملاً موافق با نمره ۵»، «موافق»، «نه موافق نه مخالف»، «مخالف» و «کاملاً مخالف با نمره ۱» که به ترتیب به آنها نمرات ۵، ۴، ۳، ۲، ۱ داده می‌شود. دامنه نمرات پرسشنامه بین ۳۵ تا ۱۷۵ است. نمره بالاتر نشانه رضایتمندی بیشتر زناشویی است. اولسون و اولسون<sup>۲</sup> (۲۰۰۰) ضریب پایایی این مقیاس را با روش آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های رضایت زناشویی، ارتباط، حل تعارض و تحریف آرمانی به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸، ۰/۸۴ و ۰/۸۳ و اعتبار بازیابی پرسشنامه را به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۱، ۰/۸، ۰/۹ و ۰/۹۲ گزارش کرده‌اند (۲۸). سامی، نظری، محسن‌زاده و طاهری (۱۳۹۳) ضریب پایایی این مقیاس را با روش آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های فوق به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۷۶، ۰/۷۲ و ۰/۷۵ گزارش کرده است (۲۹). پایایی این پرسشنامه در پژوهش نجاززادگان و فرهادی (۱۳۹۸) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۵ به دست آمد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۶ محاسبه شد (۱۰).

انتخاب و به صورت تصادفی با استفاده از قرعه‌کشی در دو گروه آزمایش (۱۵ زوج) و گواه (۱۵ زوج) گماشته شدند. در نهایت آموزش هوش زناشویی طی ۱۲ جلسه برای گروه آزمایش برگزار شد ولی گروه گواه این مداخلات را دریافت نکرده و به روند درمانی معمول خود در مراکز مشاوره ادامه داد. پس از شروع مداخله ۳ زوج در گروه آزمایش و ۲ زوج در گروه گواه از ادامه حضور در پژوهش انصراف دادند.

### ابزار

**پرسشنامه تعارض زناشویی:** پرسشنامه تعارض زناشویی توسط براتی و ثنائی (۱۳۷۵) ساخته شده است (۲۶). این پرسشنامه نمره کل تعارض زناشویی و ابعاد آن را به دست می‌دهد. این ابعاد عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر. هر سوال آزمون دارای یک مقیاس پنج درجه‌ای (همیشه=۵، اکثر اوقات=۴، گاهی وقت‌ها=۳، به ندرت=۲ و هرگز=۱) تعلق می‌گیرد. نمره بالا در این آزمون حاکی از شدت تعارض و بد بودن اوضاع و پایین بودن دال بر خوب بودن اوضاع است. دامنه نمرات کل پرسشنامه بین ۴۲ تا ۲۱۰ می‌باشد. این آزمون توسط سازندگان آن بر روی مراجعه‌کنندگان به مراجع قضایی یا مراکز مشاوره جهت رفع تعارض زناشویی هنجاریابی شده و مشخصات روان-سنجی آن به این شرح گزارش شده است: آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۵۳، و برای خرده‌مقیاس کاهش همکاری ۰/۳۰، افزایش جلب حمایت فرزند ۰/۶۰، افزایش واکنش هیجانی ۰/۷۳، کاهش رابطه جنسی ۰/۵۰، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان ۰/۶۴، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان ۰/۶۴ و جدا کردن امور مالی از یکدیگر ۰/۵۱ گزارش شده است. برای تعیین روایی این آزمون از تعدادی متخصص خانواده درمانی نظرخواهی شد، بنابر اعتقاد آنها این آزمون دارای روایی محتوایی مناسبی است (۲۶). پایایی این

2. Olson & Olson

1. Olson

در پژوهش رضایت زوجین برای شرکت در برنامه مداخله کسب و از کلیه مراحل مداخله آگاه شدند. همچنین به افراد گروه گواه اطمینان داده شد که آنان نیز پس از اتمام فرایند پژوهشی این مداخلات را دریافت خواهند نمود. همچنین به هر سه گروه اطمینان داده شد که اطلاعات آنها محرمانه باقی می ماند و نیازی به درج نام نیست. شرح تدوین بسته آموزش هوش زناشویی نیز بدین شکل بود:

در فاز اول، قسمت کیفی مطالعه با استفاده از روش تحلیل مضمون قیاسی و مبتنی بر نظریه آرتراید- استرلینگ (۲۰۰۱) استفاده گرفت که مراحل انجام آن به شرح زیر است:

پس از شناسایی مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر، شبکه مضامین تشکیل شد و اعتبار شبکه بر اساس فرمول هولستی محاسبه شد. بر این اساس یعنی مبتنی بر مضامین فراگیر و سازمان دهنده محتوای جلسات بسته آموزشی تدوین و آماده شد. پس از انجام فاز اول پژوهش و شناسایی مولفه‌ها بسته آموزشی مبتنی بر مضامین استخراج شده تدوین گردید. در فاز دوم بمنظور تعیین اعتبار بسته آموزشی این فاز دارای مرحله تایید روایی محتوایی و پیش تجربی بود. به این شرح که در مرحله اول برای بررسی روایی درونی پژوهش بسته آموزشی تدوین شده (بسته آموزشی هوش زناشویی) به هفت متخصص آشنا به حوزه خانواده و زوج درمانی ارائه شد و ضمن درخواست مطالعه و اظهار نظر راجع به ساختار، فرایند و محتوای هر یک از جلسات در قالب پرسشنامه نظرسنجی که همراه بسته آموزشی تدوین شده فوق الذکر در اختیار هر یک از متخصصان گرفت. علاوه بر این در این مرحله یک فرم اظهار نظر باز پاسخ به منظور ارائه پیشنهادات و نظرات اصلاحی هر یک از متخصصان در جهت ارتقاء محتوا، ساختار و فرایند بسته آموزشی هوش زناشویی ارائه گردید. در گام بعد نظرات تخصصی متخصصین جمع آوری و نظرات اصلاحی آنها درباره بسته آموزشی هوش زناشویی اعمال گردید. پس از این فرایند، بسته آموزشی به همراه فرم نظرسنجی نهایی و محاسبه ضریب توافق متخصصان درباره فرایند، ساختار و محتوای بسته آموزشی هوش زناشویی مجدداً به متخصصین تحویل و پس از انجام

**پرسشنامه سازگاری زناشویی:** پرسشنامه سازگاری زناشویی به وسیله اسپینر<sup>۱</sup> در سال ۱۹۷۶ برای سنجش میزان سازگاری دو نفره (زن و شوهر) تهیه شده و پرسشنامه‌ای خودسنجی است. این پرسشنامه دارای ۳۲ سوال است. نمرات این پرسشنامه از ۰-۱۵۱ متغیر است که کسب نمرات برابر یا پایین تر از ۱۰۰ به معنای سازگاری افراد و نمرات کمتر از ۱۰۰ به معنی وجود مشکلی در روابط زناشویی و عدم سازگاری و تفاهم خانوادگی است. اسپینر ضریب همسانی درونی این مقیاس پر استفاده را از ۰/۹۲ تا ۰/۹۶ و اعتبار ملاکی بالایی را برای آن گزارش می کند. این مقیاس چهار بعد از رابطه را می سنجد که عبارتند از رضایت زناشویی، همبستگی زناشویی، توافق زناشویی و ابراز عواطف. اسپینر (۱۹۷۶) قابلیت اعتماد مقیاس‌های فرعی را به ترتیب برای رضایتمندی زناشویی ۰/۹۴، توافق زناشویی ۰/۹، همبستگی زناشویی ۰/۸۶ و ابراز محبت در روابط زناشویی ۰/۷۳ بدست آورد. همچنین روایی کلی این پرسشنامه بر اساس همبستگی گزارش شد. در پژوهش حسن شاهی، نوری و مولوی (۱۳۸۹) به نقل از مدرسی و همکاران (۳۰) روایی این مقیاس ۰/۹۲ و پایایی آن ۰/۷۵ بدست آمد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ محاسبه شد.

### روند اجرای پژوهش

در بخش کمی، جهت انجام پژوهش پس از اخذ مجوزهای لازم از طرف مراکز مشاوره مربوطه و انجام فرایند نمونه گیری (مطابق با آنچه ذکر گردید)، زوجین انتخاب شده (۳۰ زوج دارای تعارضات زناشویی) به شیوه تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۱۵ زوج در گروه آزمایش و ۱۵ زوج در گروه گواه). گروه آزمایش مداخله آموزشی مربوط به آموزش هوش زناشویی را در طی سه ماه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای را در ۱۲ جلسه دریافت نمودند. این در حالی است که افراد حاضر در گروه گواه مداخلات حاضر را در طول پژوهش دریافت نکرده و در انتظار دریافت مداخلات حاضر بودند. پس از شروع مداخله ۳ زوج در گروه آزمایش و ۲ زوج در گروه گواه از ادامه حضور در پژوهش انصراف دادند. جهت رعایت اخلاق

1. Spanier

دوم	بررسی تکلیف جلسه قبل، توضیح درمورد فعالیت‌های مشارکتی و هیجان‌های لذت‌بخش، ارائه تکلیف
یازدهم	بررسی تکلیف جلسه قبل، توضیح در مورد انواع طرحواره‌ها و طرحواره‌های آسیب‌رسان به روابط زناشویی، چگونگی عملکرد طرحواره‌ها، سبک‌های مقابله‌ای ناسازگار برای برخورد با طرحواره‌ها (تسلیم، اجتناب، جبران افراطی)، ارائه تکنیک برای اصلاح طرحواره‌ها، ارائه تکلیف
دوازدهم	بررسی تکلیف جلسه قبل، پاسخگویی به سوالات، جمع بندی جلسات گذشته و برگزاری پس‌آزمون.

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. در سطح آمار توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از آزمون شاپیرو-ویلک جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس‌ها، آزمون موجلی جهت بررسی پیش‌فرض کرویت داده‌ها و همچنین از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای بررسی فرضیه پژوهش استفاده گردید. نتایج آماری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### نتایج

یافته‌های حاصل از داده‌های دموگرافیک نشان داد که در گروه آزمایش ۴ نفر (معادل ۱۶/۶۶ درصد) دارای دامنه سنی ۲۰ تا ۲۵ سال، ۵ نفر (معادل ۲۰/۸۳ درصد) دارای دامنه سنی ۲۶ تا ۳۰ سال، ۸ نفر (معادل ۳۳/۳۳ درصد) دارای دامنه سنی ۳۱ تا ۳۵ سال، ۴ نفر (معادل ۱۶/۶۶ درصد) دارای دامنه سنی ۳۶ تا ۴۰ سال و ۳ نفر نیز (معادل ۱۲/۵ درصد) دارای دامنه سنی ۴۱ تا ۴۵ سال بودند. در گروه گواه ۳ نفر (معادل ۱۱/۵۴ درصد) دارای دامنه سنی ۲۰ تا ۲۵ سال، ۷ نفر (معادل ۲۶/۹۲ درصد) دارای دامنه سنی ۲۶ تا ۳۰ سال، ۷ نفر (معادل ۲۶/۹۲ درصد) دارای دامنه سنی ۳۱ تا ۳۵ سال، ۶ نفر (معادل ۲۳/۰۷ درصد) دارای دامنه سنی ۳۶ تا ۴۰ سال و ۳ نفر نیز (معادل ۱۱/۵۴ درصد) دارای دامنه سنی ۴۱ تا ۴۵ سال بودند. همچنین در گروه آزمایش ۴ نفر (معادل ۱۶/۶۶ درصد) دارای مدرک دیپلم، ۱۵ نفر (معادل ۶۲/۵ درصد) دارای لیسانس و ۵ نفر (معادل ۲۰/۸۳ درصد) دارای مدرک فوق لیسانس بودند.

اصلاحات نهایی، بسته آموزشی هوش زناشویی تدوین گردید. به منظور اعتبار بیرونی نیز بسته بر روی ۲ زوج بررسی مقدماتی با قواعد طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون انجام شد. در نهایت بعد از تایید تمام مراحل و کنترل و اصلاح اشکالات بسته آموزشی، فرآیند اصلی مطالعه با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری با گروه گواه انجام شد.

### جدول جلسات آموزشی هوش زناشویی

شماره	عنوان و محتوای جلسات
اول	معارفه و توضیح قوانین جلسات، شرح مختصری از اهداف جلسات، برگزاری پیش‌آزمون
دوم	آشنایی با مفاهیم هوش درون فردی، میان فردی و هوش زناشویی و توضیح در مورد آنها، آشنایی با خودآگاهی، ارائه تکلیف منزل
سوم	بررسی تکلیف جلسه قبل، آشنایی با دگرآگاهی (درک دیدگاه دیگری)، آشنایی با تعاملات مثبت و منفی، آشنایی با عوامل هوشی تاثیرگذار بر روابط زوجین، ارائه تکلیف
چهارم	بررسی تکلیف جلسه قبل، شناخت مشکلات ارتباطی و مهارت‌های ارتباطی (روابط زوجی) و تاثیر آن بر کیفیت زناشویی (توضیح در مورد مهارت‌های گفتگو و گوش دادن موثر)، ارائه تکلیف
پنجم	بررسی تکلیف جلسه قبل، بررسی علل تعارضات زناشویی، توضیح در مورد تمایز یافتگی و وابستگی، آموزش حل تعارض، ارائه تکلیف
ششم	بررسی تکلیف جلسه قبل، صمیمیت و پیامدهای آن، ترس از صمیمیت و پیامدهای آن، توضیح در مورد خودافشایی و مهارت همدلی، ارائه تکلیف
هفتم	بررسی تکلیف جلسه قبل، تاثیر سبک دلبستگی بر روابط زوجین، توضیح در مورد دلبستگی و انواع، توضیح آن، تاثیر دلبستگی بر کارکرد خانواده، رابطه دلبستگی با رضایت زناشویی، رابطه دلبستگی با تمایلات جنسی، افزایش دلبستگی ایمن، ارائه تکلیف
هشتم	بررسی تکلیف جلسه قبل، توضیح در مورد نیازهای زنان و مردان، توجه به برآورده شدن نیازها، توجه به برآورده شدن حس ارزشمندی و خودارزشمندی، ارائه تکلیف
نهم	بررسی تکلیف جلسه قبل، توضیح در مورد هیجان‌ها و تاثیر آن بر زندگی مشترک و توضیح در مورد مدیریت هیجان‌ها، کنترل خشم، ارائه تکلیف

پیش فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیرهای رضایت و سازگاری زناشویی در گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری برقرار است ( $p > 0/05$ ). همچنین پیش فرض همگنی واریانس نیز توسط آزمون لوین مورد سنجش قرار گرفت که نتایج آن معنادار نبود که این یافته نشان می‌داد پیش فرض همگنی واریانس‌ها رعایت شده است ( $p > 0/05$ ). همچنین نتایج آزمون موچلی بیانگر آن بود که پیش فرض کرویت داده‌ها در متغیرهای رضایت و سازگاری زناشویی رعایت نشده است ( $p > 0/05$ ). بر این اساس با برآورده نشدن پیش فرض کرویت مشخص می‌شود که روابط بین متغیرها، با احتمال بالایی امکان دارد مقادیر متغیر وابسته را تغییر دهد و بر این اساس شانس ارتکاب به خطای نوع اول افزایش می‌یابد. بر این اساس در جدول بعد از تحلیل جایگزین (آزمون گرین هاوس-گایسر) استفاده می‌شود تا با کاهش درجه آزادی، شانس ارتکاب به خطای نوع اول کاهش یابد.

در گروه گواه نیز ۵ نفر (معادل ۱۹/۲۳ درصد) دارای مدرک دیپلم، ۱۷ نفر (معادل ۶۵/۳۸ درصد) دارای مدرک لیسانس و ۵ نفر (معادل ۱۹/۲۳ درصد) دارای مدرک فوق‌لیسانس بودند. حال یافته‌های توصیفی پژوهش مورد بررسی قرار می‌گیرد.

### جدول ۲- میانگین و انحراف استاندارد رضایت و سازگاری زناشویی در دو گروه آزمایش و گواه

مولفه‌ها	گروه‌ها	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیگیری
رضایت زناشویی	گروه آزمایش	۶۸/۸۷	۱۱/۸۵	۷۷/۲۰
	گروه گواه	۶۶/۳۰	۱۰/۲۸	۶۶/۱۹
سازگاری زناشویی	گروه آزمایش	۶۱/۵۸	۱۲/۹۶	۷۰/۱۲
	گروه گواه	۶۰/۴۶	۹/۸۸	۶۰/۱۵

قبل از ارائه نتایج تحلیل آزمون واریانس با اندازه‌گیری مکرر، پیش فرض‌های آزمون‌های پارامتریک مورد سنجش قرار گرفت. بر همین اساس نتایج آزمون شاپیرو ویلک بیانگر آن بود که

### جدول ۳- تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر (گرین هاوس گایسر) جهت بررسی تاثیرات درون و بین گروهی برای متغیرهای رضایت و سازگاری زناشویی

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار f	مقدار p	اندازه اثر	توان آزمون
رضایت زناشویی	۶۲۴/۳۸	۱/۳۴	۴۶۳/۷۹	۶۵/۸۵	۰/۰۰۰۱	۰/۵۷	۱
تعامل مراحل و گروه‌بندی	۸۵۰/۴۸	۱/۳۴	۶۳۱/۷۴	۸۹/۶۹	۰/۰۰۰۱	۰/۶۴	۱
خطا	۴۵۵/۱۲	۶۴/۶۲	۷/۰۴				
سازگاری زناشویی	۶۵۵/۰۵	۱/۵۶	۴۱۹/۹۶	۸۴/۸۶	۰/۰۰۰۱	۰/۶۳	۱
تعامل مراحل و گروه‌بندی	۸۴۱/۳۹	۱/۵۶	۵۳۹/۴۳	۱۲/۱۵	۰/۰۰۱	۰/۳۳	۱
خطا	۳۷۰/۵۱	۷۴/۸۶	۴/۹۵				

طرفی نتایج سطر دوم جدول فوق بیانگر آن است که متغیر گروه‌بندی (آموزش هوش زناشویی) فارغ از مراحل (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) بر متغیرهای رضایت و سازگاری زناشویی زوجین تاثیر معنادار داشته است. بدین معنا که

نتایج جدول ۳ نشان داد که میانگین نمرات متغیرهای رضایت و سازگاری زناشویی زوجین فارغ از تاثیر گروه‌بندی در طی مراحل پس‌آزمون و پیگیری دچار تغییر معنادار شده که این تغییر با مقایسه با پیش‌آزمون یک تفاوت معنادار به شمار می‌رود. از

سازگاری زناشویی زوجین توسط تعامل متغیر مراحل و گروه‌بندی تبیین می‌شود. حال در جدول ۴ نتایج مقایسه میانگین متغیرهای رضایت و سازگاری زناشویی زوجین در گروه آزمایش و گواه در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری گزارش شده است.

اثر آموزش هوش زناشویی در مقایسه با گروه گواه یک اثر معنادار بوده است. در نهایت اما سطر مربوط به تعامل مراحل و گروه‌بندی به عنوان مهم‌ترین یافته جدول فوق حاکی از آن بود که آموزش هوش زناشویی با تعامل مراحل نیز تاثیر معناداری بر مراحل آزمون (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) متغیرهای رضایت و سازگاری زناشویی زوجین داشته است. همچنین نتایج نشان داد که ۶۴ و ۶۸ درصد از تغییرات متغیرهای رضایت و

**جدول ۴ - نتایج مقایسه میانگین گروه آزمایش و گواه در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری**

مولفه	مرحله	مقدار t	درجه آزادی	تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد برآورد	سطح معناداری
رضایت زناشویی	پیش‌آزمون	۰/۸۲	۴۸	۲/۵۶	۳/۱۳	۰/۴۱
	پس‌آزمون	۴/۰۱	۴۸	۱۳/۷۶	۳/۴۲	۰/۰۰۰۱
	پیگیری	۳/۳۱	۴۸	۱۱/۰۱	۳/۳۲	۰/۰۰۲
سازگاری	پیش‌آزمون	۰/۳۴	۴۸	۱/۱۲	۳/۲۴	۰/۷۳
	پس‌آزمون	۳/۵۵	۴۸	۱۲/۰۲	۳/۳۹	۰/۰۰۱
	پیگیری	۲/۹۷	۴۸	۹/۹۷	۳/۳۵	۰/۰۰۵

زناشویی زوجین تأثیر معنادار دارد. بدین صورت که این آموزش توانسته منجر به بهبود رضایت زناشویی زوجین شود. به دلیل نوپدید بودن پروتکل آموزش هوش زناشویی، پژوهشی کاملاً همسو با این پژوهش یافت نشد. اما نتایج پژوهش حاضر به شکل کلی با یافته‌های صاحبی‌بزاز، سودانی و مهربابی‌زاده (۱۳۹۸)؛ ملک‌زاده ترکمان و همکاران (۱۳۹۷)؛ رئیسی و همکاران (۱۳۹۷) (۱۹، ۲۱، ۲۲) همسو بود. چنانکه صاحبی‌بزاز، سودانی و مهربابی‌زاده (۱۳۹۸) نشان داده‌اند که زوج‌درمانی هیجان‌مدار می‌تواند منجر به بهبود تحمل ناکامی و ابعاد آن (تحمل عدم عاطفی، تحمل عدم ناراحتی، تحمل عدم پیشرفت و تحمل عدم شایستگی) و سازگاری زناشویی و ابعاد آن (رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت) در زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شود (۱۹). همچنین ملک‌زاده ترکمانی و همکاران (۱۳۹۷) در نتایج پژوهش خود دریافتند که مداخله زوج‌درمانی بخشش‌محور می‌تواند دلزدگی زناشویی زنان آسیب دیده از پیمان‌شکنی همسر را کاهش دهد (۲۱). در نهایت رئیسی و همکاران (۱۳۹۷) با بررسی اثربخشی زوج‌درمانی

همانگونه نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، در متغیرهای رضایت و سازگاری زناشویی زوجین تفاوت میانگین گروه آزمایش با گروه گواه در مرحله پیش‌آزمون (۰/۷۳ و ۰/۴۱) معنی‌دار نیست و در نتیجه بین دو گروه آزمایش و گواه در این مرحله تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. اما تفاوت میانگین گروه آزمایش و گروه گواه در مرحله پس‌آزمون (۰/۰۰۱ و ۰/۰۰۱) و پیگیری (۰/۰۰۲ و ۰/۰۰۵) در متغیرهای رضایت و سازگاری زناشویی زوجین معنی‌دار می‌باشد. در نتیجه میانگین گروه آزمایش در این دو مرحله به صورت معنی‌داری متفاوت از میانگین گروه گواه است. این بدان معناست که آموزش هوش زناشویی توانسته منجر به بهبود رضایت و سازگاری زناشویی زوجین در مراحل پس‌آزمون و پیگیری گردد.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش هوش زناشویی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین انجام گرفت. یافته اول پژوهش حاضر نشان داد که آموزش هوش زناشویی بر رضایت



پشنگیان (۱۳۹۸) در نتایج پژوهش خود نشان داده‌اند که مداخله به شیوه ذهن آگاهی زوجی بر احساسات مثبت زوجین تاثیر مثبت و معناداری دارد (۲۰). همچنین اعتمادی و همکاران (۱۳۹۶) در نتایج پژوهش خود دریافتند که زوج درمانی تحلیلی کارکردی با پروتکل یکپارچه برای درمان فراتشخیصی در افت و خیز افسردگی، اضطراب و رضایت زناشویی زنان درگیر آشفتگی زناشویی تاثیر معنادار دارد (۲۳).

در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی آموزش هوش زناشویی بر سازگاری زناشویی زوجین باید گفت که از مولفه‌های قابل آموزش در پروتکل آموزش هوش زناشویی، آموزش همدلی و اصلاح الگوهای احساسی، جنسی، رفتاری و شناختی مشترک است (۳۱). تبیین این یافته را نیز می‌توان از همین دریچه نظاره‌گر بود. همدلی، عنصری ضروری برای عملکردهای موفقیت‌آمیز بین شخصی؛ پاسخ‌دهی هیجانی به احساسات فرد و فرآیند زیربنایی تغییرات روان‌شناختی واقعی است که از طریق توانایی سهیم شدن در حالات هیجانی دیگری، دریافت پس‌خوراند منظم از روابط بین شخصی و آگاهی از احساسات فرد دیگر، مشکلات بین شخصی را کاهش می‌دهد. برخورداری از قدرت همدلی، باعث افزایش میزان بخشش می‌شود و فرض شده که همدلی با فرد رنجاننده، شرایط تسهیل‌کننده محوری است که منجر به بخشش می‌شود. در این راستا به نظر می‌رسد که مجموعه‌ای از پدیده‌های اجتماعی (مانند تعاون، نوع‌دوستی و داشتن ارتباط سازنده) از طریق همدلی با فرد رنجاننده تسهیل می‌شود. بر این اساس همدلی، مفاهیمی مانند همدردی، دلسوزی و عطوفت را درهم می‌آمیزد. علاوه بر این‌ها، همدلی، ظرفیت بنیادی افراد در تنظیم روابط، حمایت از فعالیت‌های مشترک و انسجام گروهی است. بنابراین زوجین با کسب و برخورداری از همدلی، می‌توانند با افزایش بخشش و کسب مهارت‌های مربوط به روابط بین فردی، تعاملات سازنده‌ای با همسر خود به دست آورده و سازگاری زناشویی بالاتری را گزارش نمایند.

محدود بودن دامنه تحقیق به زوجین ۲۰ تا ۴۵ سال مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان؛ عدم کنترل متغیرهای تاثیرگذار بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین ۲۰ تا ۴۵ سال، عدم تمایل

هیجان‌مدار و رویکرد تصمیم‌گیری مجدد نشان دادند که زوج‌درمانی هیجان‌مدار و رویکرد تصمیم‌گیری مجدد بر تغییر سبک‌های ارتباطی در زنان متأهل تاثیر دارد (۲۲).

در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی آموزش هوش زناشویی بر رضایت زناشویی زوجین می‌توان بیان نمود که در آموزش هوش زناشویی بر مولفه‌های تمرکز می‌شود که این مولفه‌ها در مرکز ثقل این زندگی زناشویی بهنجار کاربرد بی‌نظیری دارد. از مولفه‌های قابل آموزش در پروتکل آموزش هوش زناشویی، خودآگاهی و ایجاد صمیمیت است (۳۱). خودآگاهی در تصمیم‌گیری‌های مهم و سرنوشت‌ساز زندگی نقش بسیار حیاتی دارد و در سازماندهی هیجان‌ات و مقابله با استرس‌های روزمره زندگی تاثیر چشمگیری دارد. خود آگاهی سبب می‌شود تا هریک از زوجین به شکل واقع‌گرایانه باورها، ارزش‌ها، احساسات و هیجان‌ات خود را بررسی کرده و از آن در جهت تصمیم‌گیری‌ها به گونه‌ای که به نفع خود و روابط با همسر باشد، استفاده نمایند. بنابراین خودآگاهی سبب می‌شود زوجین ویژگی‌های اصلی شخصیت خود مانند افکار، باورها، هیجان‌ها، ارزش‌ها و نقاط ضعف و قوت خویش را کشف نماید و در جهت مدیریت آنها کوشش کند. به‌بنابراین زوجین با کسب خودآگاهی، مهارت‌های هیجانی سازگاران را به دست آورده، احساسات خود را بخوبی شناخته و هدایت می‌کنند و احساسات همسر خود را نیز درک کرده و به روشنی و اثربخش با آن برخورد می‌کنند. این فرایند سبب می‌شود تا زوجین با شناخت خود و همسرش، بتواند افکار و رفتارهای سازگاران‌تری را در تعامل زوجی بکار گرفته و بر این اساس، روابط سازنده‌تری را باهم تجربه نمایند که این فرایند نیز با بهبود رضایت زناشویی در زوجین همراه است.

یافته دوم پژوهش حاضر نشان داد که آموزش هوش زناشویی بر سازگاری زناشویی زوجین تاثیر معنادار دارد. بدین صورت که این آموزش توانسته منجر به بهبود سازگاری زناشویی زوجین شود. به دلیل نوپدید بودن پروتکل آموزش هوش زناشویی، پژوهشی کاملاً همسو با این پژوهش یافت نشد. اما نتایج پژوهش حاضر در مقیاس کلی‌تر با یافته‌های دیره و پشنگیان (۱۳۹۸) و اعتمادی و همکاران (۱۳۹۶) (۲۰) همسو بود. چنانکه دیره و

خانواده در سطح دانشگاه‌ها، فرهنگسراهای شهرداری و مراکز مشاوره دادگستری معرفی شود تا آنها با بکارگیری این درمان برای زوجین، جهت بهبود رضایت و سازگاری زناشویی زوجین گامی عملی برداشته باشند.

### تشکر و قدردانی

مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکترای تخصصی نسرین سلحشوری در دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان) بود. بدین وسیله از تمام زوجین حاضر در پژوهش، خانواده‌های آنها و مسئولین مراکز مشاوره که همکاری کاملی جهت اجرای پژوهش داشتند، قدردانی به عمل می‌آید.

بعضی از زوجین جهت شرکت در پژوهش حاضر و عدم بهره‌گیری از روش نمونه‌گیری تصادفی از محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. بنابراین پیشنهاد می‌شود برای افزایش قدرت تعمیم‌پذیری نتایج، در سطح پیشنهاد پژوهشی، این پژوهش در سایر استان‌ها و مناطق و جوامع دارای فرهنگ‌های متفاوت، دیگر جامعه‌های آماری (همانند زوجین متعارض با طرحواره‌های ناسازگار اولیه، زوجین بدون فرزند متعارض و ... و ...)، کنترل عوامل ذکر شده و روش نمونه‌گیری تصادفی اجرا شود. با توجه به اثربخشی آموزش هوش زناشویی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین ۲۰ تا ۴۵ سال، در سطح کاربردی پیشنهاد می‌شود آموزش هوش زناشویی به درمانگران و مشاوران حوزه

### References

1. Bayerman, S., Kleverson, E. (2014). Family therapy and Self Differentiation in women with and without mental disorders. *Procedia social and Behavioral Sciences*, 2 (11), 223-232.
2. Wilson, S.J., Andridge, R., Peng, J, Bailey, B.E., Malarkey, W.B., Kiecolt-Glaser, J.K. (2017). Thoughts after marital conflict and punch biopsy wounds: Age-graded pathways to healing. *Psychoneuroendocrinology*, 85, 6-13.
3. Cribbet, M.R., Smith, T.W., Uchino, B.N., Baucom, B.R.W., Nealey-Moore, J.B. (2020). Autonomic influences on heart rate during marital conflict: Associations with high frequency heart rate variability and cardiac pre-ejection period. *Biological Psychology*, 151, 107-112.
4. Li, X., Liu, Q. (2020). Parent-grandparent coparenting relationship, marital conflict and parent-child relationship in Chinese parent-grandparent coparenting families. *Children and Youth Services Review*, 109, 104-110.
5. Frankel, L.A., Umemura, T., Jacobvitz, D., Hazen, N. (2015). Marital conflict and parental responses to infant negative emotions: Relations with toddler emotional regulation. *Infant Behavior and Development*, 40: 73-83.
6. Kazemian Moghadam, K., Mehrabizadeh Honarmand, M., Kiamanesh, A., Hosseinian, S. The causal relationship between differentiation, meaning of life and forgiveness with marital boredom through mediation of marital conflict and marital satisfaction. *Psychological methods and models*. 2017;9(31): 131-146.
7. Teymouri, S., Ghaffarian, G., Yazdanpanah, F. The effectiveness of dialectical behavior therapy on marital satisfaction in marital conflict, *Clinical Psychology Research and Counseling*. 2017;101-115.
8. Lee, W., McKinnish, T. (2019). Locus of control and marital satisfaction: Couple perspectives using Australian data. *Journal of Economic Psychology*, 74, 102-110.
9. Xie, J., Zhou, Z.E., Gong, Y. (2018). Relationship between proactive personality and marital satisfaction: A spillover-crossover perspective. *Personality and Individual Differences*, 128, 75-80.
10. Najarzadegan, F., Farhadi, H. The effectiveness of therapeutic quality of life on communication skills, cyberspace addiction, marital satisfaction and emotional self-regulation in couples, *Journal of Psychological Sciences*. 2018;18(74):247-256.
11. Xie, J., Shi, Y., Ma, H. (2017). Relationship between similarity in work-family centrality and marital satisfaction among dual-earner couples. *Personality and Individual Differences*, 113, 103-108.
12. Futouhi, S., Mikaeili, N., Atadokht, A., Hajlu, N. The effectiveness of Farahijan-based couple therapy on marital adjustment and boredom in conflicted spouses, *Journal of Women and Family*. 2016;12(1):45-64.
13. Omrani, S., Jamhari, F., Ahadi, H. Predicting marital adjustment based on metacognitive beliefs by considering the mediating role of marital conflicts, *Journal of Psychological Sciences*. 2017;17(68):501-508.

14. Cirhinlioglu, F.G., Tepe, Y.K., Cirhinlioglu, Z. (2017). Psychological distress, self esteem and emotional dependency of married individuals as predictors of marital adjustment. *Procedia Computer Science*, 120, 164-171.
15. Goldfarb, M.R., Trudel, G., Boyer, R., Prévile, M. (2019). Till depression do us part? Examining the prospective associations between depression and marital adjustment in older adults. *European Review of Applied Psychology*, 69(2), 41-49.
16. Yousefi, N., Bashlideh, K., Isainejad, A., Etemadi, A., Shirbeigi, N. The relationship between lovemaking styles and marital quality among married people. *Bi-Quarterly Journal of Applied Consulting*, Ahvaz Chamran University. 2010;1(1):21-36.
17. Abbas, J., Aqeel, M., Abbas, J., Shaher, B., Jaffar, A., Sundas, J., Zhang, W. (2019). The moderating role of social support for marital adjustment, depression, anxiety, and stress: Evidence from Pakistani working and nonworking women. *Journal of Affective Disorders*, 244, 231-238.
18. DeLongis, A., Zwicker, A. (2017). Marital satisfaction and divorce in couples in stepfamilies. *Current Opinion in Psychology*, 13, 158-161.
19. Sahibi Bazaz, L., Sudani, M., and Mehrabizadeh Honarmand, M. The Effectiveness of Emotion-Based Therapy on Failure Tolerance and Marital Adjustment of Couples Referred to the Oil Company Counseling Center, *New Advances in Behavioral Sciences*. 2018;4(34): 83-59.
20. Deireh, A., Pashangian, N. The effectiveness of couple mindfulness training on promoting positive emotions of young couples in Bushehr, *Journal of New Developments in Behavioral Sciences*. 2018;34(2): 1-18.
21. Malekzadeh Turkmani, P., Aminpour, M., Bakhtiari Saeed, B., Khalili, G., Davarnia, R. Evaluation of the effectiveness of forgiveness-based intervention on marital boredom of women affected by the breach of contract. *Zanko Journal of Medical Sciences*. 2017;19(60): 45-31.
22. Reisi, S.J., Mohammadi, K., Zarei, A., Najjarpoorian, S. The effectiveness of emotion-focused couple therapy and re-decision-making approach on changing communication styles in married women, *Scientific Journal of Gorgan University of Medical Sciences*. 2017;20(1): 70-64.
23. Etemadi, A., Qolizadeh, H., Salimi, H. and Farahbakhsh, K. (1396). The effectiveness of functional analytical couple therapy with integrated protocol for meta-diagnostic treatment in depression, anxiety and marital satisfaction of women involved in marital disorder, thought and behavior in clinical psychology, 12 (46): 56-47.
24. Özgüç, S., Tanrıverdi, D. (2018). Relations Between Depression Level and Conflict Resolution Styles, Marital Adjustments of Patients With Major Depression and Their Spouses. *Archives of Psychiatric Nursing*, 32(3), 337-342.
25. Atashpour, S.H., Salhshouri, n. (Underprint). Marital intelligence and its dimensions. Rahavard Aftab Publications.
26. Barati, i, and. Sanai, b. (Marital Conflict Questionnaire. In B. Sanaei (Collector) Marriage (Tehran: Besat Publishing Institute). 2000:55-58.
27. Asudeh, M.H. Factors of a successful marriage from the perspective of a happy couple. Thesis for Master of Family Counseling, University of Tehran, Faculty of Psychology and Educational Sciences. 2009.
28. Olson, D H., Olson, A. (2000). Preventive approaches in Couple Therapy. New York: talor and francis pub.
29. Sami, A., Nazari, A.M., Mohsenzadeh, F., Taheri, M. Multiple Relationships of Attachment Styles, Personality Dimensions and Marital Satisfaction with Marital Breach, *Cultural and Educational Quarterly of Women and Family*. 2013;9(29): 23-39.
30. Modarressi, F., Zahedian, S.H., Hashemi Mohammadabad, S.N. The rate of marital compatibility and the quality of love in divorce applicants with a history of marital infidelity and no history of marital infidelity, *Armaghan Danesh*. 2013;19(1): 78-88.
31. Ateshpour, S.H., Kazemi, A., Amiri, S. Get rid of emotional trauma. Drop Publishing. 2012.



*Original Article***Effectiveness of Couple Intelligence Training on the Couple's Marital Satisfaction and Adjustment**

Received: 18/05/2020 - Accepted: 25/05/2021

Nsrin Selahshori<sup>1</sup>  
Seyedhamid Atashpour<sup>2</sup><sup>1</sup> PhD Student in Psychology, Islamic Azad University, Isfahan Branch (Khorasgan), Isfahan, Iran<sup>2</sup> Associate Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch, Isfahan, Iran

Email: hamidatashpour@gmail.com

**Abstract****Introduction:** Supporting the family foundation is a matter of high importance in various societies. Therefore, the present study was conducted aiming to investigate the effectiveness of couple intelligence training on the couples' marital satisfaction and adjustment.**Methods:** The present study was quasi-experimental with pretest, posttest, and control group design and two-month follow-up stage. The statistical population of the present study included 20 to 45-year-old couples with marital conflict who referred to consultation centers in the city of Isfahan in the first quarter of 2020. Thirty 20 to 45 year-old couples with marital conflicts were selected through purposive sampling method and they were randomly accommodated into experimental and control groups (each group of 15 couples). Three couples from the experimental group and two couples from the control group quitted the study after starting the intervention. The experimental group received twelve ninety-minute sessions of intervention related to couple intelligence training (researcher-made) during three months. The applied questionnaires in this study included marital conflict questionnaire, Enrich's marital satisfaction questionnaire and marital adjustment questionnaire. The data from the study were analyzed through repeated measurement ANOVA by SPSS version 23.**Results:** The results showed that couple intelligence training has significant effect on the couple's marital satisfaction and adjustment ( $p < 0.001$ ) in a way that this training succeeded in the improvement of the couples' marital satisfaction (0.64) and adjustment (0.68).**Conclusion:** The findings of the study revealed that couple intelligence training can be applied as an efficient method to improve the couples' marital satisfaction and adaption through employing techniques such as training empathy, expressing positive emotion, intimacy, self-awareness, motivation in relationship, empathy, steady modification of common sensational, sexual, behavioral and cognitive models and effective measures.**Keywords:** Couple intelligence training, marital satisfaction, marital adaption, couples