



مقاله اصلی

اثربخشی برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون بر مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج

تاریخ دریافت: ۹۹/۱۱/۰۵ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۲/۰۷

خلاصه

مقدمه: ترغیب افراد به ازدواج و پایداری نظام خانواده، از الویت‌های هر جامعه‌ای به شمار می‌رود. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون بر مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج انجام گرفت.

روش کار: روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه افراد داوطلب ازدواج بود که از مهرماه تا آذرماه ۱۳۹۸ به منظور مشاوره پیش از ازدواج به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی در سطح شهر اصفهان مراجعه نموده بودند. در این پژوهش تعداد ۳۰ زوج با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (هر گروه ۱۵ زوج). گروه آزمایش برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون (۷ جلسه) را طی دو ماه دریافت نمود. پرسشنامه‌های مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه شخصیتی کالیفرنیا (۱۹۸۷) و پرسشنامه همدلی (جولیف و فارینگتون، ۲۰۰۶) بود. داده‌های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل کوواریانس توسط نرم‌افزار آماری SPSS²³ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج: نتایج نشان داد که برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون بر مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج تاثیر دارد ($P < 0/0001$). بدین صورت که این بسته توانسته منجر به بهبود مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج شود.

نتیجه‌گیری: بر این اساس برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون با بهره‌گیری از مفاهیمی همچون مهارت‌های ابراز کردن و گوش دادن فعال، آموزش حل تعارض، آموزش حل مسئله و بهبود ارتباط جنسی می‌تواند به عنوان روشی کارآمد در جهت بهبود مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج مورد استفاده قرار داد.

کلمات کلیدی: افراد داوطلب ازدواج، برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون، مسئولیت‌پذیری، همدلی

سیمیا افسری راد^۱

مژگان عارفی^{۲*}

محسن گلپور^۳

^۱دانشجوی دکتری روان‌شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی،

واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

^۲دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد

اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول).

^۳دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد

اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

Email: mozhganarefi@gmail.com

مقدمه

ازدواج به عنوان عاملی مفید و ساختار دهنده به جوامع و در جهت برآوری نیازهای شخصی افراد گسترش یافته است. رابطه زناشویی سالم عامل مهمی در ایجاد سلامت روان است که بهترین استعدادهای فرد را شکوفا می‌کند. این رابطه بهتر از هر رابطه انسانی دیگر نیاز به دلبستگی و امنیت انسان را تأمین می‌کند و درک کیفیت و ارزش آن، وسیله‌ای برای درک اثراتش روی تمام فرآیندهای داخل و خارج از خانواده است. بر این اساس انتخاب همسر و شروع زندگی مشترک، موضوعی پیچیده و تصمیمی تأثیرگذار بر زندگی آینده افراد است. اگر این کار بدون آگاهی و بر حسب اتفاق انجام گیرد و از پیش یک برنامه‌ریزی، ارزیابی صحیح و دور اندیشی نسبت به ازدواج وجود نداشته باشد، ممکن است در آینده و در زندگی زناشویی مشکلات و تعارض‌هایی بین زوجین به وجود بیاید (سیمن، بنت و یونیس؛ ۲۰۱۶؛ کریبت، اسمیت، آچینو، باکوم و نیلی - مور؛ ۲۰۲۰). پس از مدتی از حرارتی که ناشی از شیفتگی و خوشی اولین روزهای ازدواج است، کاسته می‌شود و روابط زناشویی تحت تأثیر عوامل متعددی قرار می‌گیرد که پاره‌ای از آنها ممکن است زوجین را به طرف اختلاف و درگیری، جدایی عاطفی و حتی طلاق سوق دهد. اگرچه خطر ابتلا به طلاق در چند ماه اول ازدواج کم است، اما پس از آن افزایش یافته و در سال پنجم ازدواج به حداکثر می‌رسد. این روند در سال هفتم ازدواج سیر نزولی یافته اما هرگز متوقف نمی‌شود. محققان از این الگو، تحت عنوان خارش هفت‌ساله‌آیاد می‌کنند (ماخانوا، مک‌نالتی، اکل، نیکنوا و مانر؛ ۲۰۱۸). با توجه به روند رو به رشد طلاق به ویژه در سال‌های اخیر، لازم است افراد داوطلب ازدواج بدانند هدفشان از ازدواج چیست، مسیر اصلی کدام است و در هر فرصتی مسیر خود را تصحیح کنند (ابوطالبی احمدی، ۱۳۹۵). افراد داوطلب، ممکن است به دلایل متفاوتی برای ازدواج اقدام کنند. برخی ملاک خود را در ازدواج مبتنی بر عشق و برخی تأمین نیازهای مادی، جسمی، عاطفی و هیجانی و

برخی ترکیب همه این‌ها می‌دانند (تسای؛ ۲۰۱۶). اما باید به این مسئله مهم توجه داشت که پایه و اساس ازدواج و شکل‌گیری یک خانواده، رابطه است (اولسون؛ ۲۰۱۱). بنابراین، آنچه از خود ازدواج و تشکیل خانواده مهم‌تر به نظر می‌رسد، توانایی ایجاد یک رابطه زناشویی پایدار و رضایت‌بخش است. بنابراین در فرآیند مشاوره ازدواج، نیازهای رابطه و نه نیازهای فردی هر یک از زوجین در اولویت قرار می‌گیرد (ژانگ، اسپینراد، ایسنبرگ، لائو و وانگ؛ ۲۰۱۷).

یکی از فاکتورهای بسیار مهم در پایداری ازدواج و زندگی زناشویی، مسئولیت‌پذیری^۸ زوجین است. این مولفه به عنوان توانایی در برآورده کردن نیازهای خود، بدون محروم کردن دیگران از برآورده کردن نیازهایشان تعریف شده است (گلسر، ۲۰۰۰؛ ترجمه صاحبی، ۱۳۹۶). مسئولیت‌پذیری مهارتی است که زوجین برای یک رابطه رضایت‌بخش و پایدار، باید در خود پرورش دهند. انسان اجتماعی از دیرباز برای زیستن ناگزیر به همکاری با هم‌نوعان خود و قبول مسئولیت بوده، تا از طریق کمک و همکاری دیگران، نیازهای خود را مرتفع سازد. از این رو بشر بدون قبول مسئولیت نمی‌تواند رشد کرده و برای دستیابی به موفقیت باید مسئولیت‌پذیر باشد (ووبولینگ، روی و بریکل؛ ۲۰۱۴). انسان‌های غیرمسئول، نه برای خود ارزش قائل هستند و نه دیگران، در نتیجه خود و دیگران را آزرده می‌کنند. در مقابل، انسان‌های مسئول، خود را موظف به انجام دادن کارها و مسئولیت‌هایشان می‌دانند و به آسایش دیگران می‌اندیشند. آن‌ها همواره به دنبال کارهای مهم و موفقیت‌های ارزنده‌تر هستند و اگر در کاری شکست بخورند یا در زندگی زناشویی دچار اشتباهی شوند به جای تکیه بر اسنادهای بیرونی درصدد اصلاح آن بر می‌آیند (شهریاری و همکاران، ۱۳۹۶). پژوهش‌ها نیز حاکی از آن است که مسئولیت‌پذیری می‌تواند انسجام خانواده (حیاتی، فاطمی‌عقدا، ۱۳۹۶)، رضایت زناشویی (همائی و دشت‌بزرگی، ۱۳۹۷؛ کار، فریدمن، کورنمان و شوارتز؛^۱

5. Tsai

6. Olson

7. Zhang, Spinrad, Eisenberg, Luo, Wang

8. responsibility

9. Wubbolding, Robey, Brickell

1. Carr, Freedman, Cornman, Schwarz

1. Seaman, Bent & Unis

2. Cribbet, Smith, Uchino, Baucom, Nealey-Moore

3. seven-year itch

4. Makhanova, McNulty, Eckel, Nikonova, Maner

روش‌های تقویت رابطه زن و شوهر و بهبود رضایت از رابطه را می‌آموزند (دیویس^۱؛ ۲۰۱۵). با وجود اینکه برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج تأثیرات مطلوب و معنی‌داری به ویژه در آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض‌ها نشان داده‌اند، اما در برخی از موارد زوج‌ها اطلاعات و مهارت‌های مورد نیازشان را از این برنامه‌ها به دست نمی‌آورند (ساور هیبر و پاتن^۱؛ ۲۰۱۷). در واقع یک برنامه غنی‌سازی ازدواج باید زوج‌ها را برای زندگی مسئولانه و صادقانه پایدار آماده کند و آن‌ها را با ویژگی‌های روان‌شناختی و نیازهای اساسی یکدیگر آشنا سازد (کریمی‌ثانی، اسمعیلی، فلسفی‌نژاد، شفیع‌آبادی، فرح‌بخش و احیایی، ۱۳۸۹) و مهم‌تر از آن، دارای پشتوانه علمی و مبتنی بر یک چارچوب نظری غنی در حوزه ازدواج و روابط زناشویی باشد.

یکی از این آموزش‌ها، برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون^۲ است که کارآیی خود را در پژوهش‌های جلالی، احدی و کیامنش (۱۳۹۵)؛ رضوی، جزایری، احمدی و اعتمادی (۱۳۹۷)؛ حاج رضایی، نوابی‌نژاد و کیامنش (۱۳۹۷)؛ رضوی، جزایری، احمدی و اعتمادی (۱۳۹۸)؛ مستوفی سرکاری، قمری و حسینیان (۱۳۹۸)؛ آقابزرگی، حمیدی، کشاورز محمدی و شریعت (۱۳۹۸)؛ اولسون (۲۰۱۱)؛ اولسون و اولسون (۲۰۱۴)؛ نشان داده است. آموزش غنی‌سازی ازدواج به سبک اولسون، یک برنامه پیش از ازدواج جامع با مبنای نظری و تجربی است و ارتباطی بالینی با زندگی زناشویی زوجین دارد (اولسون و اولسون، ۲۰۱۴). از اهداف برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون این است که نقاط رشد و قوت زوج را کشف می‌کند، مهارت‌های ارتباطی زوج را تقویت می‌کند، محرک‌های تنش‌زای اصلی زندگی را شناسایی و مدیریت می‌کند، تعارضات را با استفاده از مدل ۱۰ مرحله‌ای حل می‌کند، زوجین را متوجه تفاوت‌های شخصیتی‌شان می‌کند و کارگروهی را افزایش می‌دهد (اولسون، لارسون و اولسون^۳؛ ۲۰۱۲)؛ ترجمه دارینی و نوابی‌نژاد، (۱۳۹۶). دیدگاه اولسون (۱۹۹۹) به خانواده، نگاهی سیستمی بوده و مدل

(۲۰۱۴) و تعهد زناشویی (شهریاری‌پور، نجفی، امین بیدختی، رئوفی و مرادی، ۱۳۹۶؛ ارب، سندبرگ و ساویولسکو^۴؛ ۲۰۱۲) را در زوجین پیش‌بینی کند.

همدلی^۵ عنصر ضروری دیگری برای برقراری رابطه و شروع زندگی مشترک است؛ زیرا همدلی پاسخ‌دهی به احساسات را تسهیل می‌کند و فرآیند زیربنایی شادی و نشاط در محیط خانواده است (وانگ، وانگ، دنک و چن^۶؛ ۲۰۱۹). در واقع همدلی عبارت است از توانایی تجربه و درک آنچه دیگران احساس می‌کنند، بدون سردرگمی بین خویشتن و دیگران (پتراسی، کرا، آلیسیو، مونتاناری و لانسیا^۷؛ ۲۰۱۶). مهارت همدلی به زوج‌ها اجازه می‌دهد به یکدیگر گوش فرا دهند و همدیگر را درک کنند، به ادراکی که از خود دارند عمق ببخشند، و به خودکاوی^۸ و خودافشایی^۹ ترغیب شوند، و در نهایت به یک حس صمیمیت، مهربانی و پیوند عاطفی تقویت شده در رابطه، دست یابند (لئونگ و کانو^{۱۰}؛ ۲۰۱۳). نتایج پژوهش‌ها مؤید این است که همدلی یک فاکتور روان‌شناختی اثربخش در کاهش دل‌زدگی و افزایش سازگاری و رضایت زناشویی، خرسندی و ثبات ازدواج است (احمدوند، ۱۳۹۷؛ گاور و بهاردوج^{۱۱}؛ ۲۰۱۵). در مقابل فقدان روابط همدلانه باعث می‌شود زوجین احساس کنند که از سوی شریک خود درک نشده و مورد غفلت واقع شده‌اند که این امر اثرات مخربی بر روابط زوجین در زندگی مشترک خواهد گذاشت (کریسیکو و تامپسون^{۱۲}؛ ۲۰۱۵).

افراد داوطلب ازدواج، برای یک انتخاب آگاهانه و ازدواج غنی، نیازمند برنامه‌ای هستند که سطح مسئولیت‌پذیری و همدلی را در آن‌ها ارتقاء بخشد. تاکنون، برنامه‌های آموزشی فراوانی با رویکرد پیشگیرانه و به منظور غنی‌سازی ازدواج و روابط زوجین، تدوین و اجرا شده است. زوج‌ها در طی این آموزش‌ها روش‌های حل و فصل مناقشات در روابط، بیان پوزش،

1. Earp, Sandberg & Savulescu

2. Empathy

3. Wang, Wang, Deng, Chen

4. Petrucci, Cerra, Aloisio, Montanari, Lancia

5. self-exploration

6. self-disclosure

7. Leong, Cano

8. Gaur & Bhardwaj

9. Chrysiou, Thompson

1. Davis 0

1. Sauerheber, ponton 1

1. Olson's Marriage Enrichment Program 2

1 Olson, Larson & Olson 3

روش پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه افراد داوطلب ازدواج بود که از مهرماه تا آذرماه ۱۳۹۸ به منظور مشاوره پیش از ازدواج به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی در سطح شهر اصفهان مراجعه نموده بودند. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای استفاده شد. بدین صورت که از جامعه آماری مذکور ۳۰ زوج (۶۰ نفر) که ملاک‌های ورود به پژوهش را داشتند به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. بدین صورت که ابتدا از بین مناطق ۱۵ گانه شهر اصفهان دو منطقه ۳ و ۵ به طور تصادفی انتخاب شد و از مراکز روان‌شناختی موجود در این مناطق سه مرکز خدمات روان‌شناختی راه عشق، توحید و تبسم به طور تصادفی انتخاب شدند. سپس از طریق فراخوان برای دریافت خدمات روان‌شناختی پیش از ازدواج رایگان، از زوجین مراجعه کننده به این مراکز که واجد ملاک‌های ورود به پژوهش بودند، ثبت‌نام به عمل آمد. سپس از بین زوجین داوطلب، ۳۰ زوج (۶۰ نفر) به طور تصادفی ساده انتخاب شدند. سپس این زوجین به طور تصادفی در دو گروه ۳۰ نفری آزمایش اول و گروه گواه گمارده شدند (۱۵ زوج در گروه آزمایش و ۱۵ زوج در گروه گواه). معیارهای ورود به پژوهش شامل ساکن شهر اصفهان بودن، داوطلب ازدواج بودن، سطح تحصیلات حداقل سیکل، عدم سابقه طلاق یا ازدواج قبلی، رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش، دامنه سنی ۱۸ تا ۳۰ سال برای زنان و ۲۲ تا ۳۵ سال برای مردان و عدم سابقه بیماری‌های روان‌پزشکی و اختلالات شخصیت. معیارهای خروج از پژوهش نیز شامل عدم حضور همزمان زوجین در جلسات، همکاری نکردن در تکمیل پرسشنامه‌ها و انجام تکالیف، غیبت بیش از دو بار یا حضور نامنظم در جلسات و درخواست انصراف از ادامه همکاری در پژوهش بود.

ابزار

پرسشنامه مسئولیت‌پذیری^۲

گشتاوری^۱ را ارائه می‌دهد. مدل گشتاوری این فرضیه مهم را مطرح می‌سازد که زوجها و خانواده‌های متعادل در مقایسه با سیستم‌های نامتعادل تمایل دارند که بیشتر مفید باشند. السون در این مدل بر روی سه بعد اصلی سیستم‌های خانوادگی و زناشویی متمرکز می‌شود: انسجام خانوادگی و زناشویی، انعطاف‌پذیری خانوادگی و زناشویی و ارتباطات خانوادگی و زناشویی. بنا به تعریف، انسجام خانواده به صورت پیوند عاطفی که اعضای خانواده نسبت به یکدیگر دارند نشان داده می‌شود. این بعد بیان می‌دارد که چگونه سیستم‌ها جدایی‌شان را در تقابل با هم بودنشان متعادل می‌کنند. انعطاف‌پذیری خانوادگی و زناشویی بعدی است که به روابط نقش و قوانین رابطه و میزان تغییر در رهبری و مدیریت خانواده اشاره دارد. این بعد بر این تمرکز دارد که چگونه سیستم‌ها در مقابل تغییر، استواری و استحکام خود را متعادل می‌سازند. وجه سوم در مدل گشتاوری، بعد ارتباطات خانوادگی و زناشویی است که یک بعد تسهیل‌کننده قلمداد می‌شود که برای سهولت حرکت دو بعد دیگر حائز اهمیت است (اولسون، ۲۰۱۱).

از آنجایی که نخستین گام برای غنی‌سازی ازدواج، برنامه‌های آموزشی زود هنگام در حوزه تقویت مهارت‌های ارتباطی است و از سوی دیگر، اثربخشی برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون تاکنون در زمینه بهبود روابط زوجین به تأیید رسیده است، هدف این پژوهش بکارگیری برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون است تا از طریق اجرای آن بر روی افراد داوطلب ازدواج تلاش شود تا مولفه‌های مهم در زندگی زناشویی همچون مسئولیت‌پذیری و همدلی تحت تاثیر قرار گیرد تا از این طریق بتوان امید بیشتری بر پایداری زندگی زناشویی افراد داشت. بنابراین مساله اصلی پژوهش حاضر بررسی اثربخشی برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون بر مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج بود.

روش

². Responsibility Questionnaire

¹. Circumflex model

دارای ۷ ماده معکوس و حداقل و حداکثر نمره‌ی این مقیاس ۲۰ و ۱۰۰ است. نمره پایین نشان‌دهنده همدلی پایین و نمره بالا نشان‌دهنده سطح بالای همدلی است. این ابزار شامل دو خرده مقیاس همدلی شناختی (ماده‌های ۳، ۶، ۹، ۱۰، ۱۲، ۱۴، ۱۶، ۱۹ و ۲۰) و همدلی عاطفی (ماده‌های ۱، ۲، ۴، ۵، ۷، ۸، ۱۱، ۱۳، ۱۵، ۱۷ و ۱۸) است (جولیف و فارینگتون، ۲۰۰۶). کار، استافانیاک، بسچ-ریچارد، آمبروسو و بن‌صلاح (۲۰۱۳) ضرایب پایایی آلفای کرونباخ برای مدل دو عاملی همدلی شناختی (۰/۷۱) و همدلی عاطفی (۰/۸۴)؛ و برای مدل سه عاملی همدلی شناختی (۰/۶۹)، سرایت عاطفی (۰/۷۲) و گسیختگی عاطفی (۰/۸۲)؛ و ضرایب پایایی بازآزمایی (با فاصله ۷ هفته) برای مدل دو عاملی همدلی شناختی (۰/۶۱) و همدلی عاطفی (۰/۷۹)؛ و برای مدل سه عاملی همدلی شناختی (۰/۵۶)، سرایت عاطفی (۰/۷۴) و گسیختگی عاطفی (۰/۷۰) به دست آوردند. در پژوهش رجیبی، کریمی و تقی‌پور (۱۳۹۷) نیز ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ($\alpha=0/85$) به دست آمد. میزان پایایی پایین پرسشنامه در پژوهش حاضر نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمد.

روش اجرا

پس از اخذ مجوزهای لازم و انجام فرایند نمونه‌گیری (مطابق با آنچه ذکر گردید)، زوجین انتخاب شده (۳۰ زوج) به شیوه تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۱۵ زوج در گروه آزمایش و ۱۵ زوج در گروه گواه). زوجین حاضر در گروه آزمایش در طی دو ماه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون (۷ جلسه) قرار گرفتند. این در حالی است که زوجین حاضر در گروه گواه مداخله حاضر را در طول پژوهش دریافت نکرده و در انتظار دریافت مداخله بودند.

برای سنجش میزان مسئولیت‌پذیری از زیرمقیاس مسئولیت‌پذیری پرسشنامه‌ی شخصیتی کالیفرنیا (CPI) استفاده می‌شود. کل این پرسشنامه ۴۶۲ سوال دارد که ۴۲ سوال آن مربوط به حس مسئولیت‌پذیری است. این پرسشنامه برای نخستین بار توسط گاف در سال ۱۹۵۱ با ۶۴۸ سوال و ۱۵ ویژگی شخصیتی انتشار یافت. در سال ۱۹۵۷ زیرمقیاس‌های آن به ۱۸ مورد افزایش یافت، تا اینکه دوباره در سال ۱۹۸۷ مورد تجدید نظر قرار گرفته و تعداد سؤالات آن به ۴۶۲ سوال رسید و زیرمقیاس‌ها به ۲۰ عدد افزایش یافت. زیرمقیاس سنجش مسئولیت‌پذیری دارای ۴۲ سوال است که ویژگی‌هایی از قبیل وظیفه‌شناسی، احساس تعهد، سخت‌کوشی، جدیت، قابلیت اعتماد، رفتار مبتنی بر نظم و مقررات، منطق و احساس مسئولیت را می‌سنجد. سؤالات پرسشنامه به صورت دو گزینه‌ای (صحیح و غلط) است که آزمودنی با مطالعه هر عبارت، پاسخ لازم را در پاسخنامه علامت‌گذاری می‌کند و پاسخ‌ها به صورت ۰ و ۱ نمره‌گذاری می‌شود (مارنات، ۲۰۰۳)؛ ترجمه‌ی نیکخو و پاشاشریفی، (۱۳۹۲). موسوی (۱۳۷۷) در پژوهشی ضریب پایایی مقیاس مسئولیت‌پذیری را به سه روش دو نیمه‌سازی سؤالات زوج و فرد، آلفای کرونباخ و گتمن محاسبه کرد که به ترتیب (۰/۶۹)، (۰/۷۰) و (۰/۶۹) به دست آمد. در پژوهش شیشه‌فر (۱۳۹۵) نیز پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ (۰/۸۴) به دست آمد. میزان پایایی زیرمقیاس مسئولیت‌پذیری این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ محاسبه شد.

مقیاس همدلی^۳

مقیاس همدلی یک پرسشنامه ۲۰ ماده‌ای است که توسط جولیف و فارینگتون (۲۰۰۶) تدوین شده است. شرکت‌کنندگان باید به ماده‌های این مقیاس در یک طیف ۵ درجه‌ای (۱=کاملاً مخالفم، ۲=مخالفم، ۳=نه مخالفم و نه موافقم، ۴=موافقم، ۵=کاملاً موافقم)، پاسخ دهند. این مقیاس

^۱ California Psychological Inventory

^۲ Gaff

^۳ Empathy Scale

^۴ Jolliffe, Farrington

^۵ Carre, Stefaniak, Besche-Richard, Ambrosio, Bensalah

جدول ۱: ساختار جلسات پروتکل برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون

جلسات	اهداف	روند جلسات
جلسه اول	معارفه و بیان چهار چوب‌های برنامه	آشنایی اعضا و بیان منطبق و اهداف جلسات آموزشی. عقد قرارداد و گرفتن تعهد برای شرکت منظم و مشارکت در فعالیت‌های گروه.
جلسه دوم	عشق و صمیمیت در زندگی و کشف نقاط نقاط قوت و نیاز به رشد	کاهش شدت عشق در طول زمان، بررسی عواملی که روابط زناشویی تحت تأثیر قرار می‌دهد، عوامل تداوم یک ازدواج استفاده از مهارت‌ها برای یادگیری اعضا جهت کشف نقاط قوت و ضعف.
جلسه سوم	مهارت‌های ابراز کردن و گوش دادن فعال و آموزش حل تعارض	آموزش تکنیک‌های ابراز کردن و گوش دادن سازنده، بحث در گفتگوها و تعریف و تمجیدهای روزانه، مدل‌سازی گوش دادن. درک طبیعی بودن تعارض زناشویی، استخراج شیوه‌های متداول برخورد با تعارض در بین شرکت کنندگان، آموزش قواعد و شیوه صحیح حل تعارض، دریافت بازخورد و واکنش از شرکت کنندگان.
جلسه چهارم	آموزش حل مسئله	تأثیر نگرش به خود در چگونگی حل مسئله، شناسایی فرایند حل مساله، مراحل فرآیند حل مسئله، عوامل بازدارنده حل مسئله.
جلسه پنجم	بهبود ارتباط جنسی	بررسی تکلیف جلسه قبل، بیان اهمیت روابط جنسی، بیان چرخه مسائل جنسی، عوامل بازدارنده رابطه صحیح جنسی.
جلسه ششم	مدیریت مالی و ارزش‌ها و عقاید مذهبی	گفتگو در مورد مسائل مالی خانواده، گفتگو گروهی در مورد جایگاه پول در خانواده، تعیین اهداف مالی بلندمدت و کوتاه مدت، احساسات و نگرش‌های افراد درباره اعتقادات و اعمال مذهبی عقاید مذهبی و ارزش‌های خانواده، تربیت فرزندان بر اساس باورهای دینی.

که در گروه آزمایش دامنه سنی ۲۶ تا ۲۹ سال (تعداد ۱۶ نفر معادل ۲۶/۶۶ درصد) و در گروه گواه دامنه سنی ۲۲ تا ۲۵ سال (تعداد ۲۰ نفر معادل ۳۳/۳۳ درصد) دارای بیشترین فراوانی بود. از طرفی این افراد دارای دامنه تحصیلات سیکل تا فوق لیسانس بودند که در این بین در هر دو گروه آزمایش (تعداد ۲۰ نفر ۳۳/۳۳ معادل درصد) و گواه (تعداد ۲۴ نفر معادل ۴۰ درصد) سطح تحصیلات لیسانس دارای بیشترین فراوانی بود. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای مسئولیت‌پذیری و همدلی در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون به تفکیک دو گروه آزمایش و گواه، در جدول ۲ ارائه شده است.

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، تحلیل رگرسیون جهت بررسی شیب خط رگرسیون، همچنین از تحلیل کوواریانس برای بررسی فرضیه پژوهش استفاده گردید. نتایج آماری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته است.

نتایج

یافته‌های حاصل از داده‌های دموگرافیک نشان داد که افراد نمونه پژوهش دارای دامنه سنی ۱۸ تا ۳۰ سال بودند

جدول ۲: میانگین و انحراف استاندارد مسئولیت‌پذیری و همدلی در دو

گروه آزمایش و گواه		پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
مؤلفه‌ها	گروه‌ها	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
مسئولیت‌پذیری	گروه آزمایش	۱۳/۶۳	۲/۵۵	۱۷/۰۳	۲/۱۷
	گروه گواه	۱۳/۷۶	۲/۶۰	۱۳/۴۰	۲/۴۸
همدلی	گروه آزمایش	۵۷/۲۰	۱۰/۷۷	۶۸/۱۰	۸/۴۶
	گروه گواه	۵۸/۷۳	۱۱/۷۸	۵۶/۱۳	۹/۰۲

جهت بررسی پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها، از آزمون لوین استفاده شده است. نتایج نشان داده است در مرحله پس‌آزمون در متغیرهای مسئولیت‌پذیری و همدلی پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها برقرار بوده است ($p > 0/05$). نتایج آزمون باکس جهت بررسی همسانی ماتریس‌های واریانس-کواریانس نشان داد که در مرحله پس‌آزمون پیش‌فرض ماتریس‌های واریانس-کواریانس نیز برقرار بوده است ($p > 0/05$). علاوه بر این نتایج آزمون شاپیرو ویلک بیانگر آن بود که پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیرهای مسئولیت‌پذیری و همدلی در گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون برقرار است ($p > 0/05$). در نهایت نتایج در بررسی پیش‌فرض همگنی شیب خط رگرسیون مشخص شد که تعامل پیش‌آزمون با متغیر گروه‌بندی در مرحله پس‌آزمون در متغیرهای مسئولیت‌پذیری و همدلی معنادار نبوده است ($p > 0/05$). این بدان معناست که فرض همگنی شیب خط رگرسیون در متغیرهای مسئولیت‌پذیری و همدلی برقرار بوده است.

جدول ۳: نتایج تحلیل کواریانس اثر برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون بر

متغیر	منبع تغییر	مجموع درجه	میانگین مقدار	سطح اندازه توان
مسئولیت‌پذیری	مجدورات آزادی‌مجدورات F	معناداری اثر		
مسئولیت‌پذیری	پیش‌آزمون	۶۹/۷۶	۱۶/۱۳	۰/۰۰۱
	اثر متغیر	۲۰۴/۱۰	۲۰۴/۱۰	۰/۰۰۱

مستقل

خطا ۲۴۶/۴۰ ۵۷ ۴/۳۲

کل ۱۴۴۰۷ ۶۰

اثر

پیش‌آزمون ۱۳۰۸/۲۴ ۱ ۲۳/۸۴ ۱۳۰۸/۲۴ ۰/۰۰۱ ۰/۲۹ ۰/۹۹

همدلی

اثر متغیر

مستقل ۲۳۷۴/۵۲ ۱ ۲۳۷۴/۵۲ ۰/۰۰۱ ۰/۴۸ ۰/۰۰۱

خطا

۳۱۲۷/۹۲ ۵۷ ۵۴/۸۷

کل ۲۳۸۰۹۳ ۶۰

با توجه به نتایج جدول ۳، ارائه متغیر مستقل (برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون) توانسته منجر به ایجاد تفاوت معنادار میانگین نمرات متغیرهای وابسته (مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج) در مرحله پس‌آزمون در سطح خطای ۰/۰۵ گردد. بنابراین این نتیجه حاصل می‌شود که با کنترل متغیر مداخله‌گر (پیش‌آزمون)، میانگین نمرات متغیرهای مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج با ارائه برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون دچار تغییر معنادار شده است. جهت تغییر نیز بدان صورت بوده است که برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون توانسته منجر به افزایش مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج شود. مقدار تاثیر درمان برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون بر میزان مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج به ترتیب ۵۱ و ۴۸ درصد تغییرات متغیرهای معنادار است که به ترتیب ۵۱ و ۴۸ درصد تغییرات متغیرهای مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج توسط ارائه متغیر مستقل (برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون) تبیین می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون بر مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج انجام گرفت. نتایج نشان داد که برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون بر مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج

روانی بر اساس الگوی اولسون بر عملکرد خانواده زنان، با یافته رضوی و همکاران (۱۳۹۸) مبنی بر تأثیر برنامه آماده سازی پیش از ازدواج بر اساس مدل اولسون بر مشکلات دوران عقد زوجین، و با گزارشات حاج رضایی، نوایی نژاد و کیامنش (۱۳۹۷) مبنی بر اثربخشی آموزش رویکرد تلفیقی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و رویکرد آماده سازی اولسون بر انتظار از ازدواج و مسئولیت پذیری دختران مجردمانده همسو بود. در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی برنامه غنی سازی ازدواج اولسون بر همدلی افراد داوطلب ازدواج، می توان گفت که الگوی گشتاوری السون روی سه بعد اصلی سیستم های خانوادگی و زناشویی یعنی انسجام خانواده، انعطاف پذیری خانواده و ارتباطات خانواده تمرکز دارد که تبیین حاضر را می توان از همین منظر ارائه داد. بعد انسجام بر این نکته متمرکز است که چگونه اعضای خانواده (به خصوص زن و شوهر) می توانند با هم بودن شان را متعادل سازند (اولسون، ۲۰۱۱). بر این اساس آموزش برنامه غنی سازی ازدواج اولسون می تواند منجر به بهبود انسجام رابطه زوجین شود. بدیهی است وقتی انسجام بالا باشد، اعضای خانواده، شادی رفاه و پیشرفت یکدیگر را جست و جو می کنند و هنگامی که هر یک از آنها به مشکلی دچار شوند، برای رفع آن مشکل، حاضر به فعالیت و عمل هستند که لین روند افزایش همدلی را توجیه می کند. علاوه بر این بعد انعطاف پذیری در خانواده در اثر آموزش برنامه غنی سازی ازدواج اولسون، سبب شکل گیری مدیریت دموکراتیک در خانواده می شود (حاج رضایی، نوایی نژاد و کیامنش، ۱۳۹۷). این فرایند نیز موجب می شود که همه اعضای خانواده در تصمیم گیری ها شرکت نمایند. همچنین دو کیفیت با انعطاف پذیری در ارتباط است: اول، غلبه بر بحران و تیدگی و دوم سلامت روان. بر این اساس آموزش برنامه غنی سازی ازدواج اولسون با شکل دهی انعطاف پذیری روان شناختی و هیجانی سبب کاهش تیدگی ارتباطی و بهبود همدلی در زوجین می شود.

محدود بودن دامنه تحقیق به افراد داوطلب ازدواج شهر اصفهان؛ عدم کنترل متغیرهای تاثیرگذار بر مسئولیت پذیری و همدلی در

تاثیر دارد. بدین صورت که این بسته توانسته منجر به بهبود مسئولیت پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج شود. یافته اول پژوهش مبنی بر اثربخشی برنامه غنی سازی ازدواج اولسون بر مسئولیت پذیری در افراد داوطلب ازدواج با نتایج پژوهش جلالی، احدی و کیامنش (۱۳۹۵) مبنی بر تأثیر آموزش خانواده مبتنی بر رویکرد اولسون بر بهبود انطباق و انسجام خانواده، با یافته رضوی و همکاران (۱۳۹۷) مبنی بر تأثیر برنامه آماده سازی پیش از ازدواج بر اساس مدل اولسون بر رضایت زناشویی زوج ها در دوران عقد، و با گزارشات آقابزرگی و همکاران (۱۳۹۸) مبنی بر اثربخشی رویکرد اولسون بر الگوهای ارتباطی و دزدگی زناشویی زنان آسیب دیده خیانت زناشویی همسو بود. در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی برنامه غنی سازی ازدواج اولسون بر مسئولیت پذیری در افراد داوطلب ازدواج باید گفت که آموزش غنی سازی ازدواج به سبک اولسون روابط حرکتی برای رشد رابطه زناشویی است که از طریق ایجاد اهداف و سمت و سوهایی برای ازدواج، به تقویت رابطه و مسئولیت پذیری افراد داوطلب برای ازدواج می انجامد و نکته مهم دیگر آموزش ازدواج به سبک اولسون آن است که به طور کلی این آموزش ها عمدتاً مهارت های ارتباطی، ایجاد رضایتمندی از ارتباط، گوش دادن فعال، مهارت های کنترل تعارض و کشمکش، مهارت های حل مسئله، یادگیری رفتار جرات ورزانه، کنترل عواطف و هیجانات، افزایش آگاهی و شناخت زوج ها از خویشتن، دیگری و زندگی مشترک و تحکیم روابط و مناسبات عاطفی میان آن ها را شامل می شود که در بسیاری از برنامه های آموزشی غنی سازی روابط بر اهمیت تمرین های ارتباطی، روشن ساختن محیط های بدون توافق، افزایش رضایتمندی در میان زوج ها، مفهوم انتظارات زوج ها از زندگی و تاثیر این انتظارات بر روابط بین آن ها تاکید می شود که پیامد موارد مذکور افزایش مسئولیت پذیری افراد داوطلب برای ازدواج زوجین است.

یافته دوم پژوهش مبنی بر اثربخشی برنامه غنی سازی ازدواج اولسون بر همدلی افراد داوطلب ازدواج با نتایج پژوهش مستوفی سرکاری، قمری و حسینیان (۱۳۹۸) مبنی بر اثربخشی آموزش

در سطح دانشگاه‌ها، فرهنگسراهای شهرداری و مراکز مشاوره دادگستری معرفی شود تا آنها با بکارگیری این بسته برای افراد داوطلب ازدواج، جهت بهبود مسئولیت‌پذیری و همدلی این افراد گامی عملی برداشته باشند.

تشکر و قدردانی

مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکتری تخصصی سیما افسری راد در دانشگاه آزاد واحد اصفهان (خوراسگان) بود. بدین وسیله از تمام افراد حاضر در پژوهش و مسئولین مراکز مشاوره که همکاری کاملی جهت اجرای پژوهش داشتند، قدردانی به عمل می‌آید.

افراد داوطلب ازدواج، عدم تمایل بعضی از افراد 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 زنان مطلقه، زوجین متعارض و ...)، کنترل عوامل ذکر شده و روش نمونه‌گیری تصادفی اجرا شود. با توجه به اثربخشی برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون بر مسئولیت‌پذیری و همدلی در افراد داوطلب ازدواج، در سطح کاربردی پیشنهاد می‌شود برنامه غنی‌سازی ازدواج اولسون به درمانگران و مشاوران حوزه خانواده

منابع

- ابوطالبی احمدی، ت. (۱۳۹۵). کاربرد روان‌شناسی در ازدواج موفق و روش همسراری. تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، چاپ اول.
- احمدوند، ا. (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی آموزش همدلی در کاهش دل‌زدگی زناشویی و افزایش سازگاری در زنان متأهل در شهر تهران. مجله‌ی پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، ۳(۲۱): ۶۰-۴۰.
- آقابزرگی، س.، حمیدی، م.، کشاورز محمدی، ر.، شریعت، س. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی رویکرد والش و رویکرد اولسون بر الگوهای ارتباطی و دل‌زدگی زناشویی زنان آسیب دیده خیانت زناشویی، مجله علوم روان‌شناختی، ۱۸(۸۳): ۲۲۳۲-۲۲۳۳.
- اولسون، د.ج.، دفرین، ج.، اولسون، ا. ک. (۲۰۱۲). مهارت‌های ازدواج و ارتباط زناشویی کارآمد. ترجمه احمدرضا بحیرایی و نادر فتحی. (۱۳۹۷). تهران: انتشارات روانشناسی و هنر.
- جلالی، ا.، احدی، ح.، و کیامنش، ع. (۱۳۹۵). بررسی تأثیر آموزش خانواده مبتنی بر رویکرد اولسون بر بهبود انطباق و انسجام خانواده، روش‌های روانشناختی، ۷(۲۴): ۱-۲۲.
- حاج رضایی، ب.، نوایی‌نژاد، ش.، کیامنش، ع. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش رویکرد تلفیقی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و رویکرد آماده‌سازی اولسون بر انتظار از ازدواج و مسئولیت‌پذیری دختران مجردمانده، روانشناسی خانواده، ۱۵(۱): ۴۴-۳۱.
- حیاتی، م.، و فاطمی‌عقدا، م. (۱۳۹۶). بررسی رابطه‌ی بین تجارب معنوی و مسئولیت‌پذیری زنان با انسجام خانواده در زنان تحت پوشش کمیته‌ی امداد امام خمینی. مطالعات اجتماعی-روانشناختی زنان، ۱۵(۲): ۱۸۵-۲۰۳.
- رجبی، غ.، کریمی، م.، تقی‌پور، م. (۱۳۹۷). ارزیابی مدل رابطه‌ی بین خانواده‌ی اصلی و رضایت زناشویی با میانجی‌گری‌های تعهد زناشویی و همدلی زناشویی در پرستاران. مجله دانشکده‌ی پرستاری و مامایی ارومیه، ۱۶(۶): ۴۴۴-۴۳۲.
- رضوی، س.ح.، جزایری، ر.، احمدی، س.ا.، اعتمادی، ع. (۱۳۹۷). تأثیر برنامه آماده‌سازی پیش از ازدواج بر اساس مدل اولسون بر رضایت زناشویی زوج‌ها در دوران عقد، پژوهش‌های مشاوره، ۱۷(۶۷): ۱۹-۴.
- رضوی، س.ح.، جزایری، ر.، احمدی، س.ا.، اعتمادی، ع. (۱۳۹۸). مقایسه تأثیر برنامه آماده‌سازی پیش از ازدواج بر اساس مدل اولسون و بسته مشاوره پیش از ازدواج بومی بر مشکلات دوران عقد زوجین، خانواده پژوهشی، ۱۵(۵۸): ۱۹۵-۱۸۱.
- شهریاری‌پور، ر.، نجفی، س.، امین‌بیدختی، ع.ا.، رفوفی، م.، و مرادی، ف. (۱۳۹۶). نقش دینداری و مسئولیت‌پذیری در پیش‌بینی تعهد زناشویی دانشجویان. پژوهش‌های مشاوره، ۱۶(۶۳): ۱۴۵-۱۲۶.
- شیشه‌فر، س. (۱۳۹۵). اثربخشی روش واقعیت‌درمانی بر شادکامی و مسئولیت‌پذیری مادران کودکان در خودمانده. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی گرایش کودکان استثنایی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی.
- کریمی ثانی، پ.، اسمعیلی، م.، فلسفی‌نژاد، م.ر.، شفیع‌آبادی، ع.، فرح‌بخش، ک.، و احیایی، ک. (۱۳۸۹). تدوین محتوای مشاوره‌ی قبل از ازدواج بر مبنای شناسایی عوامل و مهارت‌های معنوی و اخلاقی پیش‌بینی‌کننده‌ی ازدواج موفق در بین زوج‌های تبریز. زن و مطالعات خانواده، ۲(۷): ۱۲۱-۱۳۲.

- مارنات، گ. (۲۰۰۳). راهنمای سنجش روانی: برای روانشناسان بالینی، مشاوران و روانپزشکان. ترجمه‌ی محمدرضا نیکخو و حسن پاشاشریفی (۱۳۹۲). تهران: انتشارات سخن.
- مستوفی سرکاری، ا.، قمری، م.، حسینیان، س. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی آموزش روانی بر اساس الگوی اولسون و مک مستر در عملکرد خانواده معلمان زن، خانواده و پژوهش، ۱۶(۴)، ۳۹-۲۳.
- موسوی، ع. (۱۳۷۷). بررسی رابطه بین مسئولیت‌پذیری و ناخشنودی شغلی با انگیزه‌ی پیشرفت و سلامت روانی در مریمان تربیتی مرد شهر اهواز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه اهواز.
- همائی، ر.، و دشت‌بزرگی، ز. (۱۳۹۷). همبستگی تمایزافتگی خود و خوش‌بینی با مسئولیت‌پذیری و رضایت زناشویی در دانشجویان پرستاری. نشریه مدیریت ارتقای سلامت، ۷(۲): ۶۴-۵۷.
- Boromand, R., Sadeghifard, M., Samavi, S.A. (2013). The Effectiveness of Group Counseling based on the Choice Theory on Reducing Marital Conflicts. *American Journal of Life Science Researches*, 1(1), 11-19.
- Carr, D., Freedman, V. A., Cornman, J. C. & Schwarz, N. (2014). Happy Marriage, Happy Life? Marital Quality and Subjective Well-Being in Later Life. *Journal of Marriage Family*, 76(5), 930-948.
- Carre, A., Stefaniak, N., Besche-Richard, C., Ambrosio, F. & Bensalah, L. (2013). The Basic Empathy Scale in adults (BES-A): Factor structure of a revised form. *Psychology Assessment*, 25, 679-691.
- Chryssikou, E.G., Thompson, W.J. (2015). Assessing cognitive and affective empathy through the interpersonal reactivity index: An argument against a two-factor model. *Psychology Assessment*, 10, 1-9.
- 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.
- Davis, C.A. (2015). An evaluation of the impact of a couple's enrichment program on relationship satisfaction, communication, conflict resolution, and forgiveness [dissertation]. Lincoln, Nebraska: University of Lincoln, Nebraska.
- Earp, B.D., Sandberg, A., Savulescu, J. (2012). Natural Selection, Childrearing, and the Ethics of Marriage (and Divorce): Building a Case for the Neuro-enhancement of Human Relationships. *Philos Technology*, 25(4), 561-587.
- Gaur, P., Bhardwaj, A.B. (2015). Relationship between Empathy, Forgiveness and Marital Adjustment in Couples. *The International Journal of Indian Psychology*, 8, 145-151.
- Jolliffe, D., Farrington, D.P. (2006). Development and validation of the Basic Empathy Scale. *Journal of Adolescence*, 29, 589-611.
- Leong, L., Cano, A. (2013). Empathic behaviors promote emotion regulation and pain tolerance in couples. *The Journal of Pain*, 14(4), 96-100.
- Makhanova, A., McNulty, J.K., Eckel, L.A., Nikonova, J., Maner, J.K. (2018). Sex differences in testosterone reactivity during marital conflict. *Hormones and Behavior*, 105, 22-27.
- Olson, D. H., Olson, B. A. (2014). Prepare/ Enrich Program: Version 2000, In R. Berger & M. T. Hannah (Eds.), Preventive Approaches in Couples Therapy, (pp. 196-230), Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Olson, D.H. (1999). Circumflex model of Marital & Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144-167.
- Olson, D.H. (2011). Face IV and the Circumplex model: Validation study. *Journal of marital and family therapy*, 37 (1), 64-80.
- Olson, D.H. (2011). Marriage and families: Intimacy, diversity, and strengths (11th Ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Petrucci, C., Cerra, C.L., Aloisio, F., Montanari, P., Lancia, L. (2016). Empathy in health professional students: A comparative cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 41, 1-5.
- Sauerheber, J.D., Ponton, R. (2017). Building the Marital Muscle Groups: A Theory-Based Marriage Enrichment Approach Program in a Clinical Practice Setting. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 26(1):1-11.
- Seaman, C., Bent, R. and Unis, A. (2016). Family entrepreneurship culture, entrepreneurial intent, futures and foresight in Scottish Pakistani communities. *Journal of Futures*; 75(13): 83-91.
- Tsai, J.W. (2016). Family Matters. *Journal Published by the American Medical Association*; 170(7): 601-6410.
- Wang, M., Wang, J., Deng, X., Chen, W. (2019). Why are empathic children more liked by peers? The mediating roles of prosocial and aggressive behaviors. *Personality and Individual Differences*, 144, 19-23.
- Wubbolding, R.E., Robey, P., & Brickell, J. (2014). A partial and tentative look at the future of choice theory, reality therapy and lead management. *International journal of choice theory and reality therapy*, 19(2): 25-34.
- Zhang, H., Spinrad, T.L., Eisenberg, N., Luo, Y., Wang, Z. (2017). Young adults' internet addiction: Prediction by the interaction of parental marital conflict and respiratory sinus arrhythmia. *International Journal of Psychophysiology*, 120, 148-156.

Original Article

The Effect of Olson's Marriage Enrichment Program on the Responsibility and Empathy of Marriage Volunteers

Received: 24/01/2021 - Accepted: 27/04/2021

Sima Afsari Rad ¹
Mojgan Arefi *²
Mohsen Golparvar ³

¹ PhD student in General Psychology, Islamic Azad University, Isfahan Branch (Khorasgan), Isfahan, Iran.

² Associate Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Isfahan Branch (Khorasgan), Isfahan, Iran (Corresponding Author).

³ Associate Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Isfahan Branch (Khorasgan), Isfahan, Iran.

Email:
mozghanarefi@gmail.com

Abstract

Introduction: Encouraging people to get married and maintaining a family system is one of the priorities of any society. according to this the present study was conducted with the purpose of Olson's marriage enrichment program on the responsibility and empathy of the marriage volunteers.

Materials and methods: It was a quasi-experimental study with pretest, posttest and control group design. The statistical population included all marriage volunteers who attended consultation and psychological service centers for pre-marriage consultation in the city of Isfahan in the third quarter of 2019. 30 couples were selected through multi-stage clustered random sampling method and they were randomly accommodated into experimental and control groups (each group of 15 couples). The experimental group received seven sessions of Olson's marriage enrichment program during two months. The applied questionnaires included California personality questionnaire (1987) and empathy questionnaire (Jolif and Farington, 2006). The data from the study were analyzed through ANCOVA method via SPSS23 software.

Results: The results showed that Olson's marriage enrichment program is effective on the responsibility and empathy in marriage volunteers ($p < 0.0001$) in a way that it succeeded in responsibility and empathy in marriage volunteers.

Conclusion: Therefore, Olson's marriage enrichment program can be employed as an efficient method to improve responsibility and empathy in marriage volunteers through applying concepts such as Active expression and listening skills, conflict resolution training, problem solving training and improving sexuality.

Keywords: Marriage volunteers, Olson's marriage enrichment program, responsibility, empathy