

بررسی آموزش خانواده به شیوه ی شناختی - رفتاری بر رضایت مندی زناشویی والدین دانش آموزان دختر مدارس ابتدایی ناحیه ی ۲ شیراز در سال تحصیلی ۸۸-۸۷

پروین غیائی^۱، لادن معین^۲ و شهین گوهرگانی^{۳*}

چکیده

در این پژوهش تاثیر آموزش های شناختی - رفتاری بر میزان رضایت زناشویی زوجین مورد بررسی قرار گرفته است. در این پژوهش ۳۰ زوج (۶۰ زن و مرد) از بین کلیه ی والدین دانش آموز دختر مدارس ابتدایی ناحیه ی ۲ شیراز در سال تحصیلی ۸۷-۸۸ که داوطلب شرکت و دارای شرایط لازم بودند، انتخاب و به روش تصادفی خوشه ای در دو گروه آزمایش و کنترل قرار داده شدند. پرسشنامه ی رضایت زناشویی انریچ^۴ پیش از شروع آموزش های شناختی و رفتاری در مورد هر دو گروه اجرا شد. سپس گروه آزمایش ۱۵ ساعت (۵ جلسه سه ساعته) تحت آموزش های شناختی - رفتاری استخراج شده از محتوای پرسشنامه ها قرار گرفتند. در این مدت بمنظور حذف اثر آزمایشی، گروه کنترل تحت آموزش های نا مربوط قرار داشت. (آموزش هایی غیر از آموزش خانواده، مانند روش تربیت درست فرزندان و غیره) پس از پایان دوره ی آموزشی دوباره پرسشنامه ی رضایت زناشویی در مورد هر دو گروه اجرا شد و با استفاده از آزمون t مستقل و تحلیل واریانس دو سویه، یافته های بدست آمده از اجرای بار دوم پرسشنامه ها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که آموزش های شناختی - رفتاری موجب افزایش رضایت زناشویی زوجین می گردد و در سطح ۰/۰۵ معنی دار است. به بیان دیگر، آموزش خانواده به صورت معنی داری موجب افزایش رضایت زناشویی شده است و معلوم شد که جنسیت زوجین تاثیری بر میزان اثر بخشی آموزش های شناختی ندارد.

۱- استادیار عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

۲- استادیار عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

۳- کارشناس ارشد رشته ی راهنمایی و مشاوره ی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

*- نویسنده ی مسئول : gohargani@yahoo.com

۴ - Enrich

واژه های کلیدی: آموزش های شناختی - رفتاری، رضایت زناشویی، کلاس های آموزشی، خانواده

پیشگفتار

حیات هر کسی و هر چیزی مستلزم داشتن هدف و جهت است، بدون داشتن هدف زندگی معنا نخواهد داشت، یکی از مراحل هدفمند زندگی ازدواج است و خانواده یکی از ارکان اجتماعی و عاملی است که زمینه ساز بهداشت روانی جامعه و نسل آینده می باشد. سلامت خانواده در گروی تداوم و سلامت رابطه بین زن و شوهر است و رابطه ی زناشویی هسته ی مرکزی نظام خانواده است پس رضایت فرد از رابطه ی زناشویی به منزله ی رضایت وی از خانواده است. انسان موجودی اجتماعی است که برای تامین نیازهای خود تشکیل گروه می دهد و خانواده یکی از طبیعی ترین گروههاست که می تواند نیازهای وی را مرتفع کند. خانواده به عنوان واحد عاطفی - اجتماعی کانون رشد و تکامل، التیام و شفادهندگی، تغییر و تحول، آسیب ها (بیماری ها) و عوارضی است که هم بستر شکوفایی و هم فروپاشی روابط میان اعضایش می باشد. همچنین، خانواده نهاد و شالوده ی اساسی در ساختار اجتماعی جوامع است که سلامت یا عدم سلامت آن، قوام یا فروپاشی جامعه را در پی دارد (گلدنبرگ و گلدنبرگ^۱ ۱۹۹۶ به نقل از برواتی و همکاران).

خانواده عامل همبستگی، شرط تعادل اجتماعی و هسته ی اصلی جامعه است. در خانواده شخص آداب معاشرت اجتماعی و همیاری و همکاری را می آموزد؛ خانواده وارث و بستری مناسب برای انتقال آن به نسل های آینده و شخصیت دادن به اعضای خود می باشد. در خانواده فرد خود را متعلق به مجموعه ای که مختص اوست، می داند. به گفته ی مینوچین (ترجمه ثنایی، ۱۳۸۰) «افراد هویت خود را از راه خانواده احراز می کنند». تاثیر خانواده در برنامه ریزی اعضای خود بسیار زیاد است به گونه ای که کودک تا پنج سال نخست زندگی در خانواده حدود ۲۵۰۰۰ ساعت برنامه ریزی می شود (ثنایی، ۱۳۸۰)، لذا با توجه به تعامل های مستمری که اعضای خانواده از یک سو با اعضای خود و از سوی دیگر با اجتماع دارند، بنظر می رسد کانون اصلی سلامت یا پاتولوژی (بیماری) اعضای خود باشد. (ستیر^۲، ۱۹۹۹) خانواده را هسته ی اصلی همه ی نهادهای جامعه دانسته و ضمن آن که خانواده را «کارخانه ی آدم سازی» می نامد، اظهار

^۱ - Goldenberg & Goldenberg

^۲ - Virginia Satir

می دارد: « خانواده های موجود را پهلوی هم قرار دهید، جامعه پدید می آید و مؤسسه ها و نهادهایی مانند مدرسه، کلیسا و حکومت کما بیش امتداد خانواده ها می باشند ».

خانواده ی سالم و کارآمد، سیستمی باز است که اعضای آن با وجود آن که از روابط عاطفی گرمی با هم برخوردارند، هویت فردی خود را حفظ می کنند. در این گونه خانواده ها، عشق به صورت نامشروط است و اعضاء پذیرای یکدیگرند. آستانه ی تحمل خانواده در برابر کشمکش و استرس بالاست و به هنگام نیاز، داوطلبانه درصدد یاری یکدیگر و خواهان آنند. در این نوع خانواده ها، ائتلاف قوی و روشنی بین والدین وجود دارد و این قدرت بین والدین تقسیم می شود. اعضای خانواده با هم نزدیک و صمیمی اند. با این حال حریم شخصی افراد حفظ می شود و استقلال و فردیت اشخاص مورد احترام است (بیورز^۱، ۱۹۸۲؛ ترجمه احمدی، ۱۳۸۴). در مقابل این تعریف، خانواده ی ناکار آمد یا ناکار ساز^۲ وجود دارد که قادر به تامین نیازهای تکاملی و حل مشکلات و تعارض های خود نیست و کار کردهایش مختل است، بنابراین با توجه به چنین تعریفی، خانواده هایی که در آستانه ی فروپاشی هستند، یا فرو پاشیده اند، در حیطه ی گوناگون عملکرد درون خانگی مختل می باشند. در این نوع خانواده ها معمولاً ساختار قدرت هرج و مرج گونه است؛ به گونه ای که یکی از والدین تمام قدرت را در اختیار دارد یا چون والدین از این نقش کناره می گیرند، فرزندان کنترل اوضاع را گرفته اند. این ساختار اغلب منجر به سیستم خانوادگی می شود که مرزهای آن نامشخص است و به خوبی تعریف نشده است، لذا اعضای خانواده استقلال رای ندارند. از آنجا که در چنین خانواده هایی تناقض ها بسیار زیاد است و ابراز آزادانه ی احساس ها تشویق نمی شود، الگوی ارتباط هرج و مرج گونه است و چون بحث و گفتگو جایی ندارد، لذا خانواده مختل در حل مشکلات با دشواری رویارو می باشد. به طور خلاصه، خانواده های شدیداً مختل، دارای اختیار و قدرت بسیار نامشخص، نا شفاف و ناموثر بوده و ارتباطات رضایت بخش نیست (بیورز، ۱۹۸۲).

سلامت جامعه در گرو سلامت خانواده است. از یک سو، در دنیای صنعتی امروز زنان همپای مردان در امر اقتصادی و اجتماعی جامعه فعالیت می نمایند و از سوی دیگر، نقش زن چه در فعالیت اجتماعی و چه در خانه، در بالا بردن رشد و تعالی همه جانبه ی جامعه بسیار دارای اهمیت است، بنابراین زن در حفظ بهداشت روانی خانواده و احساس رضایتمندی زناشویی که باید به آن پرداخته شود، نقش دارد (موسوی، ۱۳۷۹).

¹ - Beavers

² - Disfunctional

در زناشویی درمانی و خانواده درمانی، درمانگران و خانواده می توانند هدف های رفتاری ویژه ای را مشخص نمایند. الگوهای زمان حال را ارزیابی کنند و الگوهای جدیدی را مانند مهارت های ارتباطی، حل مسئله، تبادل فکری، گفتگو درباره ی قواعد و نقش ها و کنترل تعارض را فرا بگیرند. درمانگران شناختی روش و فنون ویژه ای برای رو به رو شدن با افکار غیر منطقی زن و شوهر و دیگر اعضای خانواد طرح ریزی می کنند و خانواده را در جهت تفکر به شیوه ی جدید سوق می دهند و در این میان، به منظور افزایش کارآمدی رابطه ی زناشویی زوجین، یکی از راههای موثر، برگزاری کلاس های آموزشی و مشاوره ای شناختی - رفتاری است.

بحث پیرامون خانواده و راههای تحکیم آن از بحث های متداول مجامع علمی است و دانش های مربوط به آن بویژه روان شناسی تلاش می کنند تا تدابیری بیندیشند که روز به روز میزان ثبات خانواده را فزونی بخشند. خانواده نهادی است که نهادهای دیگر با آن ارتباط دارند و به حق شایسته است که بیش از این ها درباره ی آن پژوهش شود. خانواده جامعه ای است کوچک که از ارزش و اهمیتی زیاد برخوردار است.

خانواده نخستین نهاد اجتماعی است که افراد در آن پرورش می یابند و نهادهای اجتماعی دیگر را پایه گذاری می کنند که پایه و اساس آن ها در صورتی سالم خواهد بود که خانواده سالم باشد و افزون بر نقشی که خانواده در حفظ سلامت جسمی و روانی افراد دارد، تاثیر بسزایی در پیشگیری از انواع آسیب های اجتماعی و سلامت جامعه نیز دارد. متأسفانه با بررسی داده های موجود شاهد افزایش روز افزون آمار طلاق، اختلافات زناشویی و سست شدن بنیان خانواده ها هستیم که این مسئله اثرات سوئی بر اعضای خانواده دارد. به گونه ای که شیری (۱۳۸۳) بیان می دارد: تعداد طلاق ثبت شده در سال ۱۳۷۵ « ۳۷۸۱۷ » مورد بوده است که حدود ۷۸ درصد رشد مثبت داشته است، یعنی نرخ طلاق از ۷/۹ در سال ۷۵ به ۱۰/۴ در سال ۸۱ افزایش یافته است و این آمار در سال ۱۳۸۱ « ۶۷۲۵۶ » مورد گزارش شده است.

روان درمانگران هنگام کار با زوج ها (زن و شوهرها) با مجموعه ای از اختلالات فردی و نیز با اثر مشترکی سر و کار دارند که اختلال هر فردی بر شریک وی اثر می گذارد، بنابراین اختلالات زناشویی معمولاً چیزی بیش تر از جمع صرف اختلالات هر دو شریک است. نظریه ی سیستم ها بر این باور است که دست کم بخشی از مشکلات فرد از متن خانواده اش بر می خیزد که درمان شناختی - رفتاری این موضوع را پذیرفته که هیجان ها، شناخت ها، رفتارها، باورها، باورهای شریک زندگی آن ها به عنوان رویدادی محرک یا اثر گذار در بروز مشکلاتشان نقش دارند.

با وجود این که آمار طلاق رو به افزایش است، وظیفه ی روان شناسان و مشاوران چیست ؟ و چه باید بکنند ؟ این مشکل ذهن بیش تر مقامات بالای هر کشور را به خود جلب کرده و آن ها را

بر آن می دارد که به گونه ای جلوی این آسیب اجتماعی را بگیرند. به ناچار این افراد مجبورند در کارها و برنامه ریزی های خود برای خانواده ها و زوجین دست به دامان کارشناسان خانواده، روان شناسان و مشاوران بشوند و در واقع این معضل ذهن پژوهشگر را به خود مشغول کرده و او را به انجام این پژوهش وا داشته تا بتواند به اندازه ای در کاهش این اختلافات زناشویی، طلاق و ... سهمی داشته باشد.

با توجه به این که خانواده رکن اصلی هر جامعه ای را تشکیل می دهد و مشکلات مربوط به خانواده می تواند تأثیرات اساسی در آن جامعه ایجاد کند، هرگونه پژوهش در این زمینه می تواند نتایج با ارزشی را برای مسئولان و دست اندرکاران جامعه در راستای پیشگیری و حل مسایل جامعه از جمله فساد، بزهکاری و غیره داشته باشد. اگر در جامعه ای آمار طلاق ناچیز باشد، الزاماً به معنای ازدواج های موفق و سازگاری زناشویی نیست. بسیاری از زوجها در خانواده ای زندگی می کنند که طلاق روانی در آن حکمفرماست. بدین معنا که هیچ گونه رابطه ی عاطفی و جسمانی بین زن و شوهر وجود ندارد و زندگی به صورت اجباری و با حداقل تعامل به پیش می رود. به همین جهت ضروری است با دیدگاهی آسیب شناسانه به علل درون فردی ناسازگاری های زناشویی و عدم موفقیت در ازدواج ها پرداخته و نقش آموزش خانواده در سازگاری و رضایت زناشویی مورد بررسی قرار گیرد چرا که نبود جو سالم در خانواده از موانع اصلی انتقال آداب، رسوم، فرهنگ و ارزش های مثبت جامعه به نسل های بعدی است.

بحث این پژوهش در مورد تاثیر آموزش خانواده بر رضایت مندی زناشویی، روی مسایل شخصیتی تمرکز کرده تا شاید بتوان پس از ازدواج، این ویژگی ها را شناسایی و در مشاوره های مربوط به ازدواج در پیشگیری از طلاق، مشکلات و اختلافات زناشویی و یا حتی در مشاوره های زناشویی با تاکید بر تغییر این ویژگی ها به تداوم زندگی خانوادگی کمک بسزایی کرده باشیم. در این پژوهش پژوهشگر با این مسئله رو به روست که آیا آموزش خانواده به شیوه ی شناختی - رفتاری تأثیری در رضایت زناشویی افراد دارد؟ بنابراین پژوهشگر سعی دارد تا تاثیر آموزش خانواده به شیوه ی شناختی - رفتاری بر رضایت مندی زناشویی والدین را بررسی کند و در صورت تأیید آن، با توجه به پیشینه ی پژوهش، استفاده ی کاربردی آن را برای آموزش والدین چه در مدارس و چه در محافل علمی مطرح سازد.

در پژوهشی که به وسیله ی حافظ شعر باف (۱۳۷۹) صورت گرفت، مشخص شد که بین زنان شاغل و خانه دار از نظر رضایتمندی زناشویی تفاوتی معنا داری وجود ندارد.

بر پایه ی پژوهش هایی که از ۵۰ نفر زن خانه دار و شاغل در محله های ۴ و ۷ منطقه ی ۴ شهر تهران با استفاده از پرسشنامه ی استاندارد ENRICH درباره ی رضایت زناشویی زنان متأهل

خانه دار و شاغل ۳۰ تا ۴۰ ساله انجام گرفت، مشخص شد که بین رضایت زناشویی زنان خانه دار و شاغل تفاوتی معنی دار وجود دارد و همچنین با ۹۵ درصد اطمینان می توان نتیجه گرفت که بین شغل، اوقات فراغت و رضایت زناشویی افراد ارتباطی معنادار وجود دارد، ولی بین رابطه ی مدیریت مالی زنان و مدت ازدواج افراد رابطه ای معنی دار وجود ندارد (جوادی، ۱۳۸۵).

بنی جمالی، نفیسی و یزدی (۱۳۸۳)، در پژوهشی با عنوان «ریشه یابی علل از هم پاشیدگی خانواده ها» نشان دادند که فشار مالی تاثیر منفی بر روابط زن و شوهر بر جا نهاده و از عوامل آشفتگی روابط یاد شده است. همچنین بررسی ها نشان داد که والدین و اطرافیان زوجین در خانواده های ناموفق، نقش آفرینان سردی و جدایی آن ها هستند.

حسینی (۱۳۷۹) ضمن پژوهشی تاثیر روان درمانی گروهی شناختی را روی رضایت مندی زنان متاهل بررسی نمود و به این نتیجه رسید که درمان شناختی رضایت مندی زناشویی را افزایش می دهد.

تعاملات ناسازگار بین زوجین، سیستمی مخرب ایجاد می کند که نقشی مهم در پدید آوری اختلالات جنسی به عهده دارد، بنابراین تعدیل رفتار مشاهده شده ی زوجین از راه راهکارهایی چون ارتباط آموزی و گفتگوی دو جانبه که از روش های اساسی رویکرد رفتاری است، می تواند در حل مشکلات جنسی زوج هایی که اختلال جنسی ویژه ای ندارند، بکار برده شود (بشارت، ۱۳۷۸). رضازاده (۱۳۸۱) در پژوهشی با عنوان "رابطه ی سبک های دل بستگی و مهارت های ارتباطی با همسازی زناشویی در دانشجویان"، ۱۳۳ زوج دانشجوی متأهل ساکن در خوابگاههای دانشجویی را به روش تصادفی ساده انتخاب کرد. در این پژوهش از فرم تجدید نظر شده ی پرسشنامه ی رضایت زناشویی استفاده شده است.

در نمره ی کل مقیاس ها، تفاوت همسازی زوج های ایمن در مقایسه با نا ایمن فقط در سطح (۰/۰۱) معنی دار بود. تفاوت همسازی در زوجین نا ایمن و زوج های مختلط (یکی ایمن و دیگر نا ایمن) از نظر آماری معنی دار نبود.

سپاه منصور و مظاهری (۱۳۸۵) در پژوهشی با عنوان "مقایسه ی مؤلفه های سبک های عشق بین افراد متأهل دارای رضایت و عدم رضایت زناشویی" که بر روی ۵۰ زوج مراجعه کننده به مراکز خدمات مشاوره ای انجام شد، نشان دادند که افزایش صمیمیت و لذت در تعاملات زوجین می تواند موجب رضایت بیش تر از روابط زناشویی گردد و تعهد به تنهایی موجب بروز رضایت زناشویی نمی شود.

فاتحی زاده و احمدی (۱۳۸۴) نیز در پژوهشی با عنوان "بررسی رابطه ی الگوهای ارتباطی ازدواج و میزان رضایتمندی زناشویی" که در مورد زوجین شاغل در دانشگاه اصفهان

انجام دادند، نشان دادند که در هر دو گروه زنان و مردان، همبستگی بیش تر بین رابطه ی سازنده ی متقابل و رضایتمندی، همچنین همبستگی بین رضایتمندی زناشویی و ارتباط اجتنابی متقابل منفی بدست آمده است.

از جمله پژوهش های انجام شده در این زمینه می توان به پژوهش های (بشارت، گلی نژاد و احمدی (۱۳۸۱) و اصغری نژاد و دانش (۱۳۸۴)، اشاره کرد که همگی بیانگر این مطلب هستند که آزمودنی ها با سبک دلبستگی ایمن از مشکلات زناشویی کم تر، مشکلات بین شخصی کم تر و سطح شادکامی بیش تر نسبت به آزمودنی های واجد سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا، برخوردارند.

حسینی (۱۳۸۲) ضمن پژوهشی تاثیر درمان شناختی - رفتاری به شیوه ی گروهی را بر افزایش رضایتمندی زنان مورد بررسی قرار داد. طی این پژوهش مشخص شد که درمان شناختی - رفتاری رضایتمندی را افزایش می دهد.

نتایج چهار پژوهش رفتار درمانی مشکلات زناشویی را در مورد ۱۴۸ زوج بررسی کردند. تحلیل دوباره ی نتایج درمان نشان داد که پیشرفت بالینی ۵۴/۷ درصدی زوج ها در مقابل پس رفت ۵/۴ درصدی آن ها معنادار است. در پایان دوره ی درمان ۳۵/۳ درصد زوج ها هیچ گونه نشانه اختلال ارتباطی نداشتند. بررسی نتایج پیگیری پس از یک دوره ی شش ماهه نیز نشان داد که تغییرات مثبت درمانی در ۶۰ درصد زوج ها پایدار مانده است (بشارت، ۱۳۷۸).

فرضیه های پژوهش

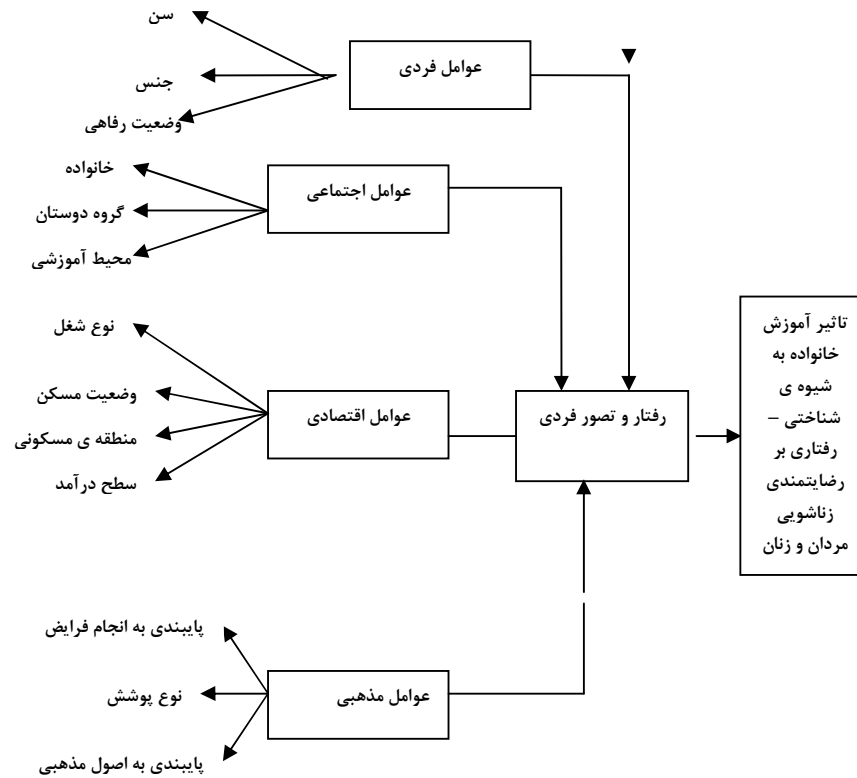
فرضیه ی ۱: آموزش خانواده به شیوه ی شناختی رفتاری بر رضایت مندی زناشویی تاثیر معنادار دارد.

فرضیه ی ۲: بین تاثیر کلاس های آموزش خانواده به شیوه ی شناختی رفتاری در زنان و مردان تفاوتی معنادار وجود دارد.

فرضیه ی ۳: بین رضایتمندی زناشویی در زنان و مردان تفاوت وجود دارد.

فرضیه ی ۴: بین رضایتمندی زناشویی در زنان شاغل و غیر شاغل تفاوت وجود دارد.

ارایه ی مدل



روش پژوهش

روش پژوهش نیمه آزمایشی است و از طرح دو گروهی (گروه آزمایش و گروه کنترل) با پیش آزمون و پس آزمون استفاده شده است طرح پژوهش بصورت زیر است. سعی بر این است که مشخص نماییم آموزش خانواده به شیوه ی شناختی - رفتاری بر رضایت مندی زناشویی والدین تأثیر دارد و همچنین عدم رضایت زناشویی معلوم و معرفی شود تا بتوانیم بیشترین بهره وری را نصیب فرزندان آنان کنیم که این بهره وری از راه ایجاد انگیزه و برداشتن مشکلاتی که وجود دارد، ممکن است.

جامعه ی آماری و روش نمونه گیری

جامعه ی آماری این پژوهش، والدین دانش آموزان دختر مدارس ابتدایی ناحیه ی ۲ آموزش و پرورش شیراز در سال تحصیلی ۸۸-۸۷ می باشند. برای انتخاب نمونه ی این پژوهش از روش نمونه گیری داوطلبانه استفاده شد. روند کار بدین صورت بود که پژوهشگر به وسیله ی دانش آموزان هدف و فرآیند پژوهش را به آگاهی والدین رسانید سپس از میان زوج هایی که برای پژوهش داوطلب شده بودند، ۳۰ زوج (۶۰ زن و مرد)، از میان زوج هایی که شرایط لازم را دارا بودند، به گونه ی تصادفی ساده انتخاب و با همین شیوه در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ زوج) جایگزین شدند. معیارهای ورود به مطالعه عبارت بودند از: ۱- رضایت زوجین برای مشارکت در جلسه ها تا انتهای مطالعه ۲- داشتن حداقل سواد خواندن و نوشتن ۳- عدم وجود عقب ماندگی ذهنی در زوجین ۴- عدم وجود علائم سایکوز و اختلالات شدید روانی در زوجین ۵- عدم وابستگی به مواد مخدر ۶- کمینه ۷ سال و بیشینه ۱۰ سال از ازدواج آن ها گذشته باشد ۷- ازدواج اولین زوجین باشد.

ابزار پژوهش

در این پژوهش، برای جمع آوری داده ها، به منظور بررسی فرضیه های پژوهش از پرسشنامه ی رضایتمندی زناشویی انریچ و آموزش های شناختی - رفتاری استفاده شد.

۱- مقیاس رضایتمندی زناشویی (انریچ):

این پرسشنامه به وسیله ی دیویداج، السون، دیویدجی، فورنیز و جوئن ام در انکمن^۱ تهیه شده است. السون و همکاران در سال ۱۹۸۹ برای بررسی رضایت زناشویی از این پرسشنامه استفاده نموده بر این باورند که این مقیاس به تغییراتی که در طول دوران حیات آدمی رخ می دهند، مربوط می شود. این پرسشنامه ۱۲ خرده مقیاس دارد که شامل: ۱- پاسخ قراردادی ۲- رضایت زناشویی ۳- موضوع های شخصیتی ۴- ارتباط زناشویی ۵- حل تعارض ۶- نظارت مالی ۷- فعالیت های مربوط به اوقات فراغت ۸- روابط جنسی ۹- ازدواج و بچه ها ۱۰- بستگان و دوستان ۱۱- نقش های مربوط به برابری زن و مرد و ۱۲- جهت گیری عقیدتی می شود.

به جز مقیاس نخست که ۵ سؤال دارد، دیگر مقیاس ها شامل ۱۰ سؤال است. پاسخ به سؤالات به صورت ۵ گزینه ای (کاملاً موافق - موافق - نه موافق و نه مخالف - مخالف - کاملاً مخالف) است. به هر گزینه ی آن از یک تا ۵ امتیاز داده می شود. اولسون (۱۹۸۳) از این پرسشنامه برای بررسی رضایت زناشویی استفاده نموده و بر این باور است که هر یک از

^۱ - David H.Olson , David g.fourier & Joan M.Druckman

موضوع های این پرسشنامه در ارتباط با یکی از زمینه های مهم است. ارزیابی این زمینه ها در درون یک رابطه ی زناشویی می تواند مشکلات بالقوه ی زوج ها را بیان یا زمینه های نیرومندی و تقویت آن ها را مشخص کند. فرم اصلی با توجه به زیاد بودن سؤال های پرسشنامه موجب خستگی بیش از اندازه ی آزمودنی ها می شد.

در این پژوهش از فرم ۴۷ سوالی رضایت مندی زناشویی انریچ استفاده شده است و مقیاس های ارتباط زناشویی، حل تعارضات، نظارت مالی، فعالیت های مربوط به اوقات فراغت، ازدواج بچه ها، بستگان و دوستان مورد بررسی قرار گرفتند.

ضریب همبستگی این پرسشنامه با مقیاس های رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶۰ و با مقیاس های رضایت زندگی از ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشانه ی روایی سازی^۱ آن است. تمامی خرده مقیاس های پرسشنامه ی ENRICH زوج های راضی و ناراضی را متمایز می کند و این نشان می دهد که این پرسشنامه از روایی ملاک^۲ خوبی برخوردار است.

سلیمانیان (۱۳۷۳) ضریب اعتبار فرم ۴۷ سؤالی را بر روی یک گروه ۱۱ نفری با استفاده از ضریب آلفا محاسبه کرد و ضریب اعتبار ۰/۹۵ بدست آورد که در این پژوهش ضریب اعتبار ۰/۸۶ بدست آمده است.

روش اجرا

محتوی جلسه های آموزش های شناختی - رفتاری با توجه به پیشینه و مبانی نظری پژوهش را موضوع های مهارت های ارتباطی و شیوه های ارتباط مؤثر و بیان برخوردها و تعارضات بین زوجین با کمک تجارب با ساختار در تعلیم روابط انسانی تشکیل داده اند. هدف از تجارب بین افراد کمک به اشخاص برای کشف، درک و بهبود بخشیدن به روابط خود با دیگران است. این تجارب معطوف به خود اجتماع و روابط انسانی است. محور آن ها تعامل بین افراد و تاکید بر این دسته ویژگی های ارتباطی به منظور بهبود بخشیدن به ارتباط های مؤثر، پیشبرد برخوردهای انسانی با معنا و تسهیل شیوه های ارضای نیازهای روانی - اجتماعی است.

برای روشن شدن مطالب ارایه شده در جلسه های آموزش های شناختی - رفتاری به بیان کوتاه جریان جلسه ها می پردازیم.

جلسه ی نخست: در این جلسه، اعضاء روش کار را فرا گرفتند و پس از طرح کلی آموزش های شناختی - رفتاری و هدف های آن، از اعضاء خواسته شد تا در مورد موضوع های مطرح شده در

^۱ - Coynstruct validity

^۲ - Criterion validity

جلسه ی آموزش های شناختی - رفتاری توجه و دقت بیش تری نمایند. همچنین اعضاء به وسیله ی رهبر گروه با برخی از ویژگی های خود و مراودات بین اعضاء خانواده، آشنایی کافی پیدا کردند. در ابتدای جلسه نیز پرسشنامه های رضایت زناشویی انریچ و سنجش واکنش های هیجانی، همکاری زوج ها و روابط جنسی زوج ها بین اعضاء توزیع و از آن ها خواسته شد تا این پرسشنامه ها را با توجه جنبه های گوناگون زندگی شان پر کنند.

جلسه ی دوم: در این جلسه از همه ی اعضاء خواسته شد تا رویدادها، جریانات، احساسات و رفتارهای متعارض و آسیب زا را بین خود و همسرشان شرح دهند که تقریباً تمام اعضاء گروه به بیان رفتارهای خود در خانواده پرداختند و سایر اعضاء نیز شنونده ی موضوع های مطرح شده بودند. با این روش، آشنایی با مشکل و همچنین آشنایی کامل اعضاء از مشکلات هم کاملاً روشن و باعث همبستگی اعضاء برای ادامه ی جلسه های آینده شد.

جلسه ی سوم: یکی از مقوله هایی که در این پژوهش به عنوان مداخله ی درمانی مد نظر بوده، آموزش ارتباط موثر و ویژگی های آن و چگونگی برقراری ارتباط دو سویه (دو جانبه) از جانب زوجین می باشد. برای دست یافتن به این هدف پس از شنیدن نظرات گروه، با استفاده از تجربه با ساختار "ارتباط یک جانبه و دو جانبه" که هدف اصلی آن آموزش برقراری ارتباط دو جانبه و کاربرد عملی آن و بررسی کاربرد ارتباط در خانواده، اجتماع و محیط کار است، فعالیت این جلسه آغاز شد.

پس از پایان اجرای عملی تجربه با ساختار مورد نظر، افراد به بیان احساسات و آموخته های مفید این جلسه پرداخته و در یک بازنگری کلی بیش تر اعضاء اظهار داشته اند که در گذشته این قبیل ارتباط ها را در خانواده و اجتماع و به ویژه در مورد همسر خود اجرا نمی کرده و همیشه با روش های نادرست ارتباطی با هم مرادده داشته اند.

جلسه ی چهارم: با تاکید بر هدف های گروه موضوع دیگری از تجارب باساختار، با عنوان "تحسین، رد و بدل کردن باز خورد مثبت" به اعضاء آموخته شد. هدف های این تجربه ی باساختار عبارتند از:

- ۱- کسب خود آگاهی نسبت به موقعیت خود.
 - ۲- تمرین تاکید کردن دیگران در جمع.
 - ۳- شناخت واکنش خود نسبت به تایید دیگران پس از پایان آموزش.
- اعضاء نظرات شان را نسبت به آموخته ها و شیوه های کاربرد آن در خانواده و جامعه و به ویژه در ارتباط با برخورد با همسر خود بحث کردند و رهبر گروه با توجه به هدف های مورد نظر هدایت جلسه را بر عهده داشت.

جلسه ی پنجم: در این جلسه همانند سایر جلسه ها، ابتدا به بررسی نحوه ی اجرا و کاربرد آموخته های جلسه ی پیش در محیط خانواده و جامعه پرداخته شد. نکته ی شایان توجه این است که اعضاء در این جلسه بسیار مشتاق بودند که نتایج کاری گروه را نیز بدانند زیرا در ۳ گروه ۵ جفت از زوجین شرکت داشتند که بیان نتایج آموخته ها و جلسه های آموزش های شناختی - رفتاری برای سایرین بسیار ارزشمند بود. با بیان تجربیات زوجین و سایر اعضاء و نتایج چند هفته ی گذشته و باز با توجه به هدف های گروه، موضوعی از تجارب با ساختار، با عنوان " مبادله ی قدرت و محبت، در میان گذاشتن احساسات " بکار گرفته شد. هدف های این تجربه عبارتند از:

۱- ایجاد فرصت ابراز احساسات متقابل.

۲- کاوش در احساس اعضاء نسبت به قدرت و محبت در قالب اعضای یک خانواده و جامعه. در این جلسه که آخرین جلسه ی گروه با بررسی موارد مطرح شده در جلسه های قبل و جمع بندی نهایی بود، فعالیت ۵ هفته ای گروه با پر کردن دوباره ی همان پرسشنامه هایی که در جلسه ی نخست به وسیله ی اعضاء تکمیل شده بودند، به پایان رسید.

جدول ۱- آمار توصیفی رضایت زناشویی در پیش آزمون

گروه	جنس	تعداد	میانگین	میانه	انحراف معیار	کمینه	بیشینه	دامنه
آموزش دیده	زن	۱۵	۱۲۵/۰	۱۲۳/۰	۱۸/۶۹۷	۹۰	۱۵۲	۶۲
	مرد	۱۵	۱۱۵/۹۳	۱۱۴/۰	۲۸/۰۵۲	۷۰	۱۷۱	۱۰۱
	کل	۳۰	۱۲۰/۴۷	۱۲۰/۵۰	۲۳/۸۷۳	۷۰	۱۷۱	۱۰۱
آموزش ندیده	زن	۱۴	۱۲۷/۵۷	۱۲۴/۵۰	۲۶/۷۳۱	۹۰	۱۶۶	۷۶
	مرد	۱۳	۱۳۲/۴۶	۱۳۳/۰	۱۹/۶۷۹	۹۷	۱۶۹	۷۲
	کل	۲۷	۱۲۹/۹۳	۱۳۳/۰	۲۳/۲۸۶	۹۰	۱۶۹	۷۹
کل	زن	۲۹	۱۲۶/۳۴	۱۲۳/۰	۲۲/۵۴۵	۹۰	۱۶۶	۷۶
	مرد	۲۸	۱۲۳/۶۱	۱۳۰/۰	۲۵/۵۰۷	۷۰	۱۷۱	۱۰۱
	کل	۵۷	۱۲۴/۹۵	۱۲۷/۰	۲۳/۸۶۶	۷۰	۱۷۱	۱۰۱

یافته ها

داده های بدست آمده از اجرای پرسشنامه ی رضایت زناشویی به وسیله ی ۳۰ زوج از آزمودنی ها بودند، توزیع زنان و مردان در دو گروه تقریباً مساوی است. البته بیش تر مردان شاغل هستند، در حالی که تعداد زنان شاغل و غیر شاغل تقریباً مساوی است.

جدول ۱ میانگین رضایت در پیش آزمون را در دو گروه آزمایش و کنترل و به تفکیک جنسیت نشان می دهد.

جدول ۲- آمار توصیفی رضایت زناشویی در پس آزمون

گروه	جنس	تعداد	میانگین	میانه	انحراف معیار	کمینه	بیشینه	دامنه
آموزش دیده	زن	۱۵	۱۳۶/۰۷	۱۳۶/۰	۱۳/۷۶۶	۱۰۷	۱۶۱	۵۴
	مرد	۱۴	۱۳۰/۰۷	۱۳۶/۰	۲۴/۳۹۶	۹۲	۱۶۳	۷۱
	کل	۲۹	۱۳۳/۱۷	۱۳۶/۰	۱۹/۵۰۳	۹۲	۱۶۳	۷۱
آموزش ندیده	زن	۱۵	۱۴۳/۰۷	۱۴۰/۰	۲۵/۰۱۸	۸۹	۱۸۸	۹۹
	مرد	۱۳	۱۲۳/۹۲	۱۲۳/۰	۲۲/۴۴۴	۹۰	۱۶۶	۷۶
	کل	۲۸	۱۳۴/۱۸	۱۳۵/۰	۲۵/۳۵۷	۸۹	۱۸۸	۹۹
کل	زن	۳۰	۱۳۹/۵۷	۱۳۸/۵۰	۲۰/۱۵۷	۸۹	۱۸۸	۹۹
	مرد	۲۷	۱۲۷/۱۱	۱۳۴/۰	۲۳/۲۳۵	۹۰	۱۶۶	۷۶
	کل	۵۷	۱۳۳/۶۷	۱۳۶/۰	۲۲/۳۷۱	۸۹	۱۸۸	۹۹

جدول ۲ میانگین رضایت در پس آزمون را در دو گروه آزمایش و کنترل و به تفکیک جنسیت نشان می دهد.

فرضیه ی ۱: آموزش خانواده به شیوه ی شناختی رفتاری بر رضایتمندی زناشویی تأثیری معنادار دارد.

برای آزمون این فرضیه از تحلیل کوواریانس استفاده می شود که در آن متغیر وابسته رضایت زناشویی در پس آزمون است.

جدول ۳- تحلیل کوواریانس برای بررسی اثر آموزش بر متغیر وابسته
(رضایت زناشویی در پس آزمون)

نوع III مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
۳۳۸۳/۳۸۱	۲	۱۶۹۱/۶۹۱	۰/۷۰۷	۰/۰۳۱
۲۲۳۵۰/۸۶۵	۱	۲۲۳۵۰/۸۶۵	۴۸/۹۸۱	۰
۱۱۷۸/۷۴۸	۱	۱۱۷۸/۷۴۸	۲/۵۸۳	۰/۱۱۴
۲۷۹۴/۴۹۷	۱	۲۷۹۴/۴۹۷	۶/۱۲۴	۰/۰۱۷
۲۴۶۴۱/۲۸۵	۵۴	۴۵۶/۳۲۰		
۱۰۴۶۴۳۱/۰	۵۷			
۲۸۰۲۴/۶۶۷	۵۶			

نتیجه ی این تحلیل در ردیف مربوط به گروه است. سطح معنی داری مربوط به گروه (۰/۰۱۷) از مقدار خطاپذیری ۰/۰۵ کوچک تر بدست آمده است. در نتیجه تفاوت رضایت زناشویی در پس آزمون بین دو گروه آموزش دیده و ندیده (با در نظر گرفتن اثر متغیر همراه: رضایت در پیش آزمون) در سطح ۰/۰۵ معنی دار است. به بیان دیگر، آموزش خانواده به صورت معنی داری موجب افزایش رضایت زناشویی شده است.

فرضیه ی ۲: تاثیر کلاس های آموزش خانواده به شیوه ی شناختی رفتاری در بین زنان و مردان تفاوتی معنادار دارد.

جدول ۴ - تحلیل کوواریانس: بررسی اثر جنسیت بر متغیر وابسته (رضایت زناشویی در پس آزمون)

منبع	نوع III مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
مدل تصحیح شده	۱۲۴۳/۸۳۲	۲	۶۲۱/۹۱۶	۱/۵۹۳	۰/۲۲۲
عرض از مبدا	۱۳۱۰۱/۵۷۸	۱	۱۳۱۰۱/۵۷۸	۳۳/۵۶۳	۰
متغیر همراه	۸۷۶/۳۳۲	۱	۸۷۶/۳۳۲	۲/۲۴۵	۰/۱۴۶
جنس	۶۰۱/۵۶۸	۱	۶۰۱/۵۶۸	۱/۵۴۱	۰/۲۲۵
خطا	۱۰۵۳۹/۵۳۵	۲۷	۳۹۰/۳۵۳		
کل	۵۹۶۱۴۹/۰	۳۰			
کل تصحیح شده	۱۱۷۸۳/۳۶۷	۲۹			

نتیجه ی این تحلیل در ردیف مربوط به جنس است. سطح معنی داری مربوط به جنس (۰/۲۲۵) از مقدار خطاپذیری ۰/۰۵ بزرگ تر بدست آمده است، در نتیجه تفاوت رضایت زناشویی در پس آزمون بین دو گروه مردان و زنان (با در نظر گرفتن اثر متغیر همراه: رضایت در پیش آزمون) در سطح ۰/۰۵ معنی دار نیست. به بیان دیگر، تاثیر آموزش خانواده بر افزایش رضایت زناشویی، تفاوت معنی داری بین زنان و مردان ندارد.

فرضیه ی ۳: بین رضایتمندی زناشویی زنان و مردان تفاوت وجود دارد.

در این فرضیه چون تاثیر آموزش مدنظر نبوده است، رضایت زناشویی در پیش آزمون بین زنان و مردان مقایسه می شود.

جدول ۵ - مقایسه ی آمار توصیفی رضایت زناشویی بین مردان و زنان

خطای معیار	انحراف معیار	میانگین	تعداد	جنس	
۴/۱۸۶	۲۲/۵۴۵	۱۲۶/۲۴	۲۹	زن	رضایت پیش
۴/۸۲۰	۲۵/۵۰۷	۱۲۳/۶۱	۲۸	مرد	آزمون

جدول بالا خلاصه شاخص های آماری مربوط به متغیر رضایت زناشویی را در دو گروه مردان و زنان نشان می دهد.

جدول ۶- آزمون t مستقل برای مقایسه ی رضایت زناشویی بین مردان و زنان

T مقدار	درجه ی آزادی	سطح معنی داری دو دامنه	تفاوت میانگین
۰/۴۱۴	۵۵	۰/۶۸۱	۲/۶۳۴

بر اساس جدول بالا، بین رضایت زناشویی در مردان و زنان تفاوتی معنی دار وجود ندارد. سطح معناداری بدست آمده برابر با ۰/۶۸۱ و بیش تر از سطح ۰/۰۵ است، بنابراین فرضیه ی سوم این پژوهش رد می شود.

فرضیه ی ۴: بین رضایتمندی زناشویی زنان شاغل و غیر شاغل تفاوت وجود دارد.

در این فرضیه چون تاثیر آموزش مدنظر نبوده است، رضایت زناشویی در پیش آزمون بین زنان شاغل و غیر شاغل مقایسه می شود.

جدول ۷- مقایسه ی آمار توصیفی رضایت زناشویی بین زنان شاغل و غیر شاغل

خطای معیار	انحراف معیار	میانگین	تعداد	گروه	پیش آزمون
۶/۳۳	۲۴/۵۴	۵۳/۱۳	۱۵	زنان شاغل	رضایت
۴/۴۸	۱۶/۷۸	۳۶/۱۱	۱۴	زنان غیر شاغل	زناشویی زنان

جدول بالا خلاصه شاخص های آماری مربوط به متغیر رضایت زناشویی را در دو گروه زنان شاغل و غیرشاغل نشان می دهد.

جدول ۸- آزمون t مستقل برای مقایسه ی رضایت زناشویی بین زنان شاغل و غیر شاغل

مقدار T	درجه ی آزادی	سطح معنی داری دو دامنه	تفاوت میانگین
۲/۱۸۴	۲۷	۰/۰۳۸	۱۷/۱۷۶۱۹

براساس جدول بالا، بین رضایت زناشویی در زنان شاغل و غیر شاغل تفاوتی معنی دار وجود دارد. سطح معناداری بدست آمده برابر با ۰/۰۳۸ و کم تر از سطح ۰/۰۵ است، بنابراین فرضیه ی چهارم این پژوهش تایید می شود.

بحث و نتیجه گیری

در این پژوهش تاثیر آموزش های شناختی - رفتاری بر افزایش میزان رضایت زناشویی زوجین مورد بررسی قرار گرفت و در نهایت نتایج زیر در رابطه با هر یک از فرضیه های پژوهش بدست آمد. **فرضیه ی ۱:** آموزش خانواده به شیوه ی شناختی رفتاری بر رضایت مندی زناشویی تاثیر معنادار دارد.

برای آزمون این فرضیه از تحلیل کوواریانس استفاده می شود که در آن متغیر وابسته رضایت زناشویی در پس آزمون است.

نتیجه ی این تحلیل در ردیف مربوط به گروه است. سطح معنی داری مربوط به گروه (۰/۰۰۸) از مقدار خطاپذیری ۰/۰۱ کوچک تر بدست آمده است، در نتیجه تفاوت رضایت زناشویی در پس آزمون بین دو گروه آموزش دیده و ندیده (با در نظر گرفتن اثر متغیر همراه: رضایت در پیش آزمون) در سطح ۰/۰۱ معنی دار است. به بیان دیگر، آموزش خانواده به گونه ی معنی داری موجب افزایش رضایت زناشویی شده است. در نتیجه این فرضیه تایید می شود.

این نتیجه با نتایج پژوهش های بشارت (۱۳۸۰)، اصغری نژاد و دانش (۱۳۸۴)، اینزورث (۱۹۹۱)، هازن و شیور (۱۹۷۸)، فینی و نولر (۱۹۹۰)، میوری، هلمز و گرینفیلد (۱۹۹۶)، کاپلان (۱۳۸۳/۲۰۰۰)، داویلا، برادبوری و فینچام (۱۹۹۸)، فینی (۱۹۹۹)، کوب، داویلا و برادبوری (۲۰۰۱)، کاجادورین، فینچام و داویلا (۲۰۰۴) و بانس (۲۰۰۴)، همخوانی دارد.

در تبیین نتیجه ی بدست آمده باید گفت که اصولاً شناخت و رفتار دو مؤلفه ی اساسی تعاملات متقابل بویژه تعاملات زناشویی هستند. افراد مجموعه ای از انتظارات، باورها و پندارهای خیالی مربوط به نقش خود و همسرشان را در پیوند زناشویی داخل می کنند که متاسفانه بسیاری از این

انتظارات به شدت غیر واقع بینانه هستند و از این رو سبب گسترش نا امیدي - بی اعتمادی و پرخاشگری می شوند. در همین رابطه - خطاهای شناختی عنصر مزاحم هستند که در بسیاری از تعاملات زناشویی وارد می شوند. انتزاع انتخابی، شخصی سازی، استنباط دلخواهی، تفکر همه یا هیچ، تعمیم مفرط، فاجعه سازی و ... از جمله خطاها هستند که ممکن است یک یا هر دو زوج آن ها را مبنای رابطه ی زناشویی خنثی قرار دهند. افزون بر تاثیر شناخت بر روابط و بر رفتار شیوه ی رفتار متقابل زوجین نیز تاثیر عمده بر رضایت زناشویی آنان دارد.

فرضیه ی ۲: تاثیر کلاس های آموزش خانواده به شیوه ی شناختی رفتاری در بین زنان و مردان تفاوتی معنادار دارد.

تحلیل کوواریانس: بررسی اثر جنسیت بر متغیر وابسته (رضایت زناشویی در پس آزمون)

نتیجه ی این تحلیل در ردیف مربوط به جنس است. سطح معنی داری مربوط به جنس (۰/۲۲۵) از مقدار خطاپذیری ۰/۰۵ بزرگ تر بدست آمده است، در نتیجه تفاوت رضایت زناشویی در پس آزمون بین دو گروه مردان و زنان (با در نظر گرفتن اثر متغیر همراه: رضایت در پیش آزمون) در سطح ۰/۰۵ معنی دار نیست. به بیان دیگر تاثیر آموزش خانواده بر افزایش رضایت زناشویی، تفاوت معنی داری بین زنان و مردان ندارد، بنابراین فرضیه ی بالا رد می شود.

نتیجه بدست آمده از آزمون این فرضیه با یافته های پژوهش های مهدویان (۱۳۷۶)، موسوی (۱۳۷۹) و حسینی (۱۳۸۲) و سایر پژوهش هایی که در مورد تاثیر عوامل شناختی و رفتاری و نیز آموزش هایی از این نوع که بر رضایت زناشویی زوجین صورت گرفته است، همخوانی دارد. در تبیین این یافته باید گفت که اصولاً یکی از نقاط قوت و ویژگی های منحصر به فرد این پژوهش، درگیر کردن هر دو زوج در جریان آموزش بود. به بیان دیگر، در سایر پژوهش های داخلی پژوهشگران تنها با یکی از دو زوج (عمدتاً زن) کار کرده اند، اما در این پژوهش، پژوهشگر به هر دو زوج تماماً آموزش داد. شاید از جمله عللی که پژوهشگران داخلی بیش تر بکار با گروههایی با آزمودنی های مؤنث گرایش دارند، سهولت دستیابی به نمونه ای از آنان و نیز این باور باشد که زنان بیش تر از این آموزش ها تاثیر می پذیرند، اما در این پژوهش نشان داده شد که آموزش های شناختی - رفتاری بر رضایت زناشویی هر دو زوج تاثیر دارند.

فرضیه ی ۳: بین رضایتمندی زناشویی در بین زنان و مردان تفاوت وجود دارد.

بین رضایت زناشویی در مردان و زنان تفاوتی معنی دار وجود ندارد. سطح معناداری بدست آمده برابر با ۰/۵۹۱ و بیش تر از سطح ۰/۰۵ است، بنابراین فرضیه ی سوم این پژوهش رد می شود. این نتایج با نتایج بدست آمده به وسیله ی آدلر بایلر (۲۰۰۴)، سپیرو و همکاران (۲۰۰۰)، مهدویان (۱۳۷۶)، موسوی (۱۳۷۹) و حسینی (۱۳۸۲) همخوانی دارد.

در تبیین این فرضیه باید گفت که در کلاس های آموزش خانواده از نظریه ها، روش ها و فنون گوناگونی می توان استفاده کرد. بدیهی است رویکرد درمانی به وسیله ی درمانگر متناسب با نوع و ماهیت مشکل خانوادگی انتخاب خواهد شد.

همان گونه که نتایج همبستگی درونی در مقیاس انریچ نشان می دهد بیش ترین همبستگی معنادار بین ارتباط زناشویی و حل تعارض بدست آمد. چنانچه بپذیریم روش های حل مسئله و تعارض نشانه ی شباهت در تفکر و باورهای زوج است می توان بیان کرد که رضامندی زناشویی در حدی بالا با تفاهم و احترام متقابل زوج ها به همدیگر همبسته است.

فرضیه ی ۴: بین رضایت زناشویی زنان شاغل و غیر شاغل تفاوت وجود دارد.

با توجه به نتایج بدست آمده بین رضایت زناشویی در زنان شاغل و غیر شاغل تفاوتی معنی دار وجود دارد. سطح معناداری بدست آمده برابر با ۰/۰۴۵ و کم تر از سطح ۰/۰۵ است، بنابراین فرضیه ی چهارم این پژوهش تایید می شود.

این نتایج با نتایج بدست آمده به وسیله ی (حاجی ابول زاده، ۱۳۸۱)، (کاسپی و هرنبر، ۱۹۹۰)، (هارلی، ۱۹۹۶؛ کارول و دوهرتی، ۲۰۰۳)، (فاکس و کلی، ۱۹۹۵)، (ناکونزی، ۱۹۹۵)، (مایر و لندزبرگر، ۲۰۰۲؛ هالفورد و همکاران، ۲۰۰۳)، (حافظ شعر باف، ۱۳۸۲)، (ویلیام ساکو، ۱۹۹۹)، (سمپسون، ۲۰۰۱؛ الون، ۲۰۰۴)، (بنی اسد، ۱۳۷۵)، (گری لتیل و بورکس، ۱۹۸۳)، (نیلیچیان، ۱۳۸۰) همخوانی دارد.

در تبیین نتیجه ی بدست آمده باید گفت که بین شغل و اوقات فراغت و رضایت زناشویی افراد ارتباطی معنادار وجود دارد. رابطه ی زناشویی رابطه ای پیچیده است و لذا موفقیت آمیز بودن آن نیز پیرو عوامل چندگانه ای می باشد. با این همانند هر رابطه ی دیگری برخی از عوامل در این بین از اهمیتی بیش تر برخوردارند. شاید بتوان گفت که نخستین مولفه ی مهم « شناخت » است. شناخت صرفاً یک باور یا اندیشه است که به زعم درمانگران پیرو مکاتب عقلانی - عاطفی و شناختی تأثیری مهم بر روابط، احساسات و فرآیندهای درون و برون روانی ما دارد.

درآمد به عنوان عاملی که می تواند امنیت اقتصادی افراد را تامین کند از جمله عواملی است که نقش موثری در رضایت از زندگی زناشویی افراد دارد. بدین معنی که میزان درآمد پایین در کاهش رضامندی زناشویی و انحلال آن موثر است.

در کلاس های آموزش خانواده از نظریه ها، روش ها و فنون گوناگونی می توان استفاده کرد. بدیهی است رویکرد درمانی به وسیله ی درمانگر متناسب با نوع و ماهیت مشکل خانوادگی انتخاب خواهد شد. چگونگی دیدگاه نظریه ای و کار مشاور خانواده و شیوه های مورد استفاده ی او تا حد زیادی به شخصیت مشاور و تا حد زیادی نیز به آموزش هایی که دیده است، بستگی دارد.

شخصیت برخی از درمانگران برای استفاده از انواع ویژه ای از رویکردهای درمانی در مقایسه با سایر روش ها مناسب تر است. گاه آنچه برای بسیاری از خانواده‌های طبقه ی اقتصادی متوسط به بالا کارایی بیش تری دارد، ممکن است برای برخی از خانواده‌ها در موقعیت های اقتصادی - اجتماعی متفاوت متناسب نباشد. بدون شکل دیدگاه انتخابی در خانواده درمانی کاربرد بسیاری دارد و لازمه ی آن این است که درمانگر خانواده، پیوسته مهارت های خود را توسعه دهد و فنون درمانی مورد استفاده ی خویش را پالایش نماید، تا زمانی که قادر باشد فلسفه ی درمانگری خود را پایه‌ریزی کرده، نظریه و دیدگاهی منسجم را اتخاذ کند و برای کار با خانواده‌ها راه‌کارهایی بیابد.

ارزش های فردی و اجتماعی، آداب و رسوم، رفتار و سلوک، حتی آداب لباس پوشیدن و غذا خوردن زن و مرد می‌تواند زمینه‌های همدلی بیش تر را بین آن دو پدید آورد. به همین جهت شناخت زن و مرد از فرهنگ و واقعیت های ارزش فرهنگی همسر آینده از اهمیتی بسیار برخوردار است. بویژه در کشور گسترده ی ما که در قالب یک فرهنگ و جامعه ی واحد، خرده فرهنگ های متعددی وجود دارد. توجه به این امر در مجموعه ملاک های ازدواج اهمیتی ویژه دارد و همان گونه که اشاره شد، تفاوت در ارزش های رفتاری زمینه‌ساز اختلاف هاست.

نتایج بدست آمده، لزوم توجه ویژه ی برنامه ریزان مسائل خانواده و بهداشت، روانشناسان و روان پزشکان به مسایل روحی و روانی به ویژه افسردگی و میزان رضایت از زندگی زناشویی را می‌رساند که امید است نتایج این پژوهش راهگشای پژوهش های بیش تر و توجه جامعه به این موضوع باشد.

نتایج بدست آمده، لزوم توجه ویژه برنامه ریزان مسائل خانواده و بهداشت، روانشناسان و روان پزشکان به مسایل روحی و روانی به ویژه افسردگی و میزان رضایت از زندگی زناشویی را می‌رساند که امید است نتایج این پژوهش راهگشای پژوهش های بیش تر و توجه جامعه به این موضوع باشد.

در پایان این مقاله پیشنهادهای زیر ارائه می‌شود:

- ۱- تشکیل کارگاه آموزشی
- ۲- تدوین پروتکل مشاوره پیش از ازدواج
- ۳- ضرورت آموزشی مهارت های مورد نیاز از جمله مهارت های (شناخت مشکلات موجود در روابط بین فرزندان و والدین و روش حل آن ها، آیین همسررداری و روابط زناشویی و روش حل مشکلات موجود بین والدین، بحث اعتیاد و تهاجم فرهنگی و راهکارهای حل و رویارویی با آن ها)
- ۴- تدوین متون آموزشی پیش از ازدواج و ارائه ی آن به عنوان واحد درسی در دانشگاهها.

منابع

- ۱- اصغری نژاد، م. و دانش، ع. ۱۳۸۴. رابطه ی سبک های دلبستگی با میزان شادکامی و توافق در مسائل زناشویی در دانشجویان زن متاهل دانشگاه، مجله ی تازه ها و پژوهش های مشاوره، ۱۴(۴).
- ۲- بشارت، م. گلی نژاد، م. و احمدی، ع. ۱۳۸۱. بررسی رابطه ی سبک های دلبستگی و مشکلات بین شخصی دانشجویان دانشگاه تهران.
- ۳- بشارت، م. ۱۳۷۸. بررسی رابطه ی سبک های دلبستگی با مشکلات زناشویی در زوجین نابارور، فصلنامه ی تازه های روان درمانی، سال پنجم، شماره ی ۱۹ و ۲۰.
- ۴- بنی جمالی، ش. نفیسی، غ. یزدی، سید منوره (۱۳۸۳)، ریشه یابی علل از هم پاشیدگی خانواده ها در رابطه با ویژگیهای روانی - اجتماعی دختران و پسران قبل از ازدواج، فصلنامه علمی - پژوهشی دانشگاه شهید چمران اهواز، ۱۱ (۲ و ۱).
- ۵- بیرشک، ب. ستیر، و. ۱۳۷۸. آدم سازی در روان شناسی خانواده.
- ۶- جوادی، خ. ۱۳۸۵. مقایسه ی رضایت زناشویی در زنان متاهل شاغل و خانه دار ۳۰ الی ۴۰ ساله، تهران ۷- ثنائی، ب. ۱۳۸۰. آسیب شناسی خانواده. پژوهش های تربیتی: فصلنامه علمی - پژوهشی دانشگاه تربیت معلم، ۳۱، ۳.
- ۸- حافظ شعرباف، ر. ۱۳۷۹. مقایسه ی ویژگی های شخصیتی زنان متاهل شاغل و خانه دار شهرستان مشهد و ارتباط آن با رضامندی زناشویی. مقطع کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا (س)، دانشکده ی علوم تربیتی و روانشناسی.
- ۹- حسینی، ز. ۱۳۷۹. بررسی درمان شناختی - رفتاری به شیوه گروهی برای افزایش رضامندی زناشویی زنان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبایی.
- ۱۰- حسینی، ز. (۱۳۸۲). بررسی درمان شناختی - رفتاری به شیوه ی گروهی برای افزایش رضامندی زناشویی زنان. پایان نامه ی کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبایی.
- ۱۱- ذوالفقار، م. ۱۳۸۰. بررسی رابطه ی بین ساختار قدرت در خانواده با رضایت مندی زناشویی زنان کارمند و خانه دار، پایان نامه ی کارشناسی ارشد، دانشکده ی علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهرا (س).
- ۱۲- رضازاده، م. ۱۳۸۱. مهارت های ارتباطی و همسازی زناشویی. پایان نامه ی دکترای روان شناسی. دانشگاه تربیت مدرس.
- ۱۳- رسولی، م. ۱۳۸۱. بررسی رابطه ی استرس شغلی با رضایت زناشویی و سلامت روان افسران پلیس. پایان نامه ی کارشناسی ارشد چاپ نشده، دانشکده ی روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران.
- ۱۴- ریتزر، ج. ۱۳۷۴. بنیان های جامعه شناسی، خاستگاههای ایده ی اساسی در جامعه شناسی، ترجمه ی تقی آزاد ارمکی، تهران، انتشارات نشر سیمرغ.
- ۱۵- سادات، س. ۱۳۸۴. بررسی روابط عاشقانه زوجین ایرانی و رابطه ی آن با رضایت زناشویی و متغیرهای دموگرافیک، دومین کنگره ی خانواده و مشکلات جنسی ۲ و ۳ آذر ماه، تهران، دانشگاه شاهد.
- ۱۶- ساروخانی، م. ۱۳۸۵. مقدمه ای بر جامعه شناسی خانواده. چاپ هفتم، تهران، انتشارات سروش.

- ۱۷- سپاه منصور، م. مظاهری، م. ۱۳۸۵. مقایسه ی مؤلفه های سبک های عشق بین افراد متأهل دارای رضایت و عدم رضایت زناشویی. چکیده ی مقالات دومین کنگره ی سراسری آسیب شناسی خانواده در ایران.
- ۱۸- سلیمانیان، ع. ۱۳۷۶. بررسی تفکرات غیر منطقی بر نارضایتی زناشویی. پایان نامه ی کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه تربیت معلم.
- ۱۹- شفیع آبادی، ع. ناصری، غ. ر. ۱۳۷۶. نظریه های مشاوره و روان درمانی. مرکز نشر دانشگاهی .
- ۲۰- بنی جمالی، ش. نفیسی، غ. یزدی، م. ۱۳۸۳. ریشه یابی علل از هم پاشیدگی خانواده ها در رابطه با ویژگی های روانی- اجتماعی دختران و پسران قبل از ازدواج، مجله ی علوم تربیتی و روانشناسی، بهار و تابستان
- ۲۱- گرمودی، ع. علی اکبر. ۱۳۷۹. رابطه ی بین اشتغال زنان و رضایت زناشویی - کارشناسی ارشد رشته ی مشاوره و راهنمایی واحد رودهن .
- ۲۲- فاتحی زاده، م. احمدی، ا. ۱۳۸۴. بررسی رابطه ی الگوهای ارتباط زناشویی و میزان - رضایت مندی زناشویی در شهر اصفهان در شهر اصفهان. نخستین کنگره ی سراسری آسیب شناسی خانواده در ایران، دانشگاه شهید بهشتی، ۲۸-۳۰ اردیبهشت.
- ۲۳- فلاحی، ف. فاتحی زاده، م. ۱۳۸۶. معرفی مدل عملکرد سیستمی خانواده بیوز، دهمین هفته ی پژوهش دانشگاه اصفهان، آذر ماه ۸۶.
- ۲۴- کارلسون، ج. لن ولوین، و جودیت. ۱۳۷۹. خانواده درمانی تضمین درمان کارآمد. ترجمه ی شکوه نوایی نژاد. انتشارات سازمان امن اولیاء و مربیان .
- ۲۵- گلدنبرگ، و گلدنبرگ، ه. ۱۳۸۲. خانواده درمانی ترجمه ح، برواتی و همکاران، تهران: روان .
- ۲۶- جی بیوز، سعیده احمدی (مترجم) ناشر : سپهر اندیشه - ۱۸ دی، ۱۳۸۴ .
- ۲۷- موسوی، ف. ۱۳۷۹. بررسی عوامل موثر بر رضامندی زناشویی در سه گروه پزشکان، کارمندان و کارگران شهر تهران. پایان نامه ی کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم.
- ۲۸- مهدویان، ف. ۱۳۷۶. بررسی تاثیر آموزش ارتباط بر رضامندی زناشویی بر سلامت روان، پایان نامه ی کارشناسی ارشد. انیستیتو روان پزشکی.
- ۲۹- مینوچین، س. ۱۳۸۰. خانواده و خانواده درمانی. ترجمه ی باقر ثنائی. تهران: امیرکبیر.
- نشریه ی وقایع اتفاقیه

30- Beach, S.H, Smith. D.A. & Fincham, F.D. 1994. Marital interventions for depression Journal of Applied Preventive Psychology, 4. 233-250.

31- Beck AT, Ward CH, Mendelson M, et al. 1961. An inventory for measuring depression. Arch Gen Psychiatry : 4 : 561-71 .

32-Feeney, J. A., Noller, P. & Callan, V. J. 1994."Attachment Style, Communication, and satisfaction in the Early Years of Marriage. Advanced in Personal Relationship, 5, 269- 308

- 33- Feeney. J.A. 1999. Adult Romantic Attachment and Couple Relationship. In J. Cassidy & P.R. Shaver (Eds) .Handbook of Attachment Theory, Research and Clinical Applications. London. The Guilford Press.
- 34- Hurly, J.P. 1996. Correlates of Life Satisfaction in Traditional Women in Long-Term Marriages. Dissertation Abstracts international, Section B: The Sciences and Engineering, Vol, 5 :(10-B) 5835.
- 35- Olson, D. 1983 .Circumflex Model of Marital and Family Systems: VI. Theoretical Update. Family Process, 22, 69-83.
- 36- Olson, DH. 1994 .The relationships between communication skills and marital satisfaction, J Marriage Family, vol. 59, 884-919.
- 37-Simpson, J.A. Rholes, W.S. & Nelligan, J.S. 1992. Support seeking and support giving with in coples in an axiety provoking situation: The Role of attachment styles. Journal of personality and Social Psychology. Vol. 62, No.3, 434-446.
- 38- Simpson, L.E., Gattis, K, Christensen, A. Bakermans, K., Berg-Cross, L.I., & Marian, J. 2007 . Therapist-couples relationship, family relationship, Parent-child relationships [On-Line]. Available: //www.family.jrank.org.