

## کارآیی مشاوره زناشویی براساس الگوی اعتباریابی انسان در کاهش تعارضات و افزایش رضایت زناشویی زوجین جانباز

لقمان ابراهیمی<sup>۱\*</sup>

تاریخ پذیرش: ۹۶/۱۱/۲۵

تاریخ دریافت: ۹۶/۴/۲۱

### چکیده

این پژوهش بمنظور تعیین کارآیی مشاوره زناشویی براساس الگوی اعتباریابی انسان در کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت زناشویی زوجین جانباز شهر زنجان انجام گرفت. پژوهش با روش نیمه آزمایشی اجرا شد. از بین ۳۶ زوج مراجعه کننده به مرکز مشاوره براساس فراخوان محقق، نمونه پژوهشی ۳۰ زوج انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. به وسیله پرسش نامه رضایت زناشویی و تعارضات زناشویی پیش آزمون گرفته شد. زوجین گروه آزمایش طی ۸ جلسه مطابق با الگوی اعتباریابی انسان مورد مشاوره قرار گرفتند و گروه کنترل در حالت انتظار بودند. پس از پایان جلسه‌ها، از هر دو گروه پس آزمون گرفته شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد. نتایج نشان دادند مشاوره زناشویی براساس الگوی اعتباریابی انسان به گونه‌ای معنی دار مقدار تعارضات زناشویی در بین زوجین جانباز را کاهش و رضایت زناشویی آن‌ها را افزایش داد ( $p < 0/001$ ). باتوجه به کارآمدی مشاوره زناشویی براساس الگوی اعتباریابی انسان پیشنهاد می‌شود کاربرد این الگو با تاکید بر خودارزشمندی زوجین در زندگی زناشویی بمنظور کاهش تعارضات زناشویی و حتی افزایش رضایت زناشویی در مراکز مشاوره مدنظر مشاوران و روان‌شناسان قرار گیرد.

**واژه‌های کلیدی:** مشاوره زناشویی، الگوی فرآیند اعتباریابی انسان، تعارضات زناشویی، رضایت زناشویی.

۱- دکتری مشاوره و استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه زنجان.

\*- نویسنده مسئول مقاله: L.ebrahimi@znu.ac.ir

## پیشگفتار

جنگ تحمیلی ایران و عراق و استرس‌های ناشی از آن، ضایعات فیزیکی و اقتصادی و عوارض عصبی روانی درازمدتی نیز داشته است. این عوارض بویژه برای جانبازان بسیار دردناک بوده و زندگی آن‌ها را پس از جنگ از نظر جسمی و مهم‌تر از آن از نظر روانی به شدت تحت تأثیر قرار داده است (Imani, 2008) که پژوهش‌ها نشان می‌دهند پیامدهای روان‌شناختی آن زندگی زناشویی جانبازان را تحت تأثیر قرار داده و استرس‌های ناشی از آن وضعیت زناشویی و روابط زوجی آن‌ها را دچار وضعیت مبهم و پرتنش ساخته است (Faraji Kheirabadi, 2014). زندگی با شخص جانباز در مدت طولانی می‌تواند موجب استرس افراد نزدیک و بویژه همسر فرد جانباز به عنوان قربانیان غیرمستقیم جنگ شود و این استرس می‌تواند بر روابط زناشویی آنان نیز تأثیر بگذارد (Moradi, Ebrahimzadeh, Soroush, 2015) در نتیجه، به نظر می‌رسد رضایت زناشویی زوجین جانباز تحت تأثیر این شرایط قرار گیرد.

رضایت زناشویی به عنوان یک جنبه بسیار مهم و پیچیده از یک رابطه زناشویی، به عنوان مقدار ادراک زوج از این‌که شریک‌شان نیازها و تمایلات آن‌ها را برآورده می‌کند تعریف می‌شود (Burpee, Langer, 2005; Peleg, 2008). به بیان دیگر، یکی از جنبه‌های حیاتی یک سیستم زناشویی، رضایتی است که همسران در رابطه خویش احساس و تجربه می‌کنند (Grechhoff, Jhonson & halson, 2008). رضامندی زناشویی نگرش مثبت و لذت بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های گوناگون روابط زناشویی دارند. اصولاً شکست در برقراری ارتباط، شایع‌ترین شکایت زوج‌های جدا شده است (Rezapur, Zakeri & Ebrahimi, 2017; Onyishi, Sorokowski, Sorokowski & Pipitone, 2012). با این وجود، آمار طلاق که معتبرترین شاخص آشفتگی زناشویی است نشانگر آن است که رضایت زناشویی به آسانی قابل دستیابی نیست (Lean & Ragubier, 2005). رضایت زناشویی یک ارزیابی کلی از وضعیت رابطه زناشویی یا رابطه عاشقانه کنونی فرد است. رضایت زناشویی می‌تواند بازتاب مقدار شادی افراد از روابط زناشویی یا ترکیبی از خشنود بودن به واسطه بسیاری از عوامل مختص رابطه زناشویی باشد. می‌توان رضایت زناشویی را به عنوان موقعیت روان‌شناختی در نظر گرفت که خود به خود بوجود نمی‌آید بلکه مستلزم تلاش هر دو زوج است بویژه در سال‌های اولیه، رضایت زناشویی بسیار بی‌ثبات است و روابط در معرض بیش‌ترین خطر قرار دارد (Ahadi, Nabipoor, Kimiaee & Afzali, 2010). از آن‌جا که رضایت زناشویی تا حد زیادی مربوط به حل تعارضاتی است که به حتم در دوران در حال تغییر زندگی زناشویی رخ می‌دهد، از این رو، لزوم استفاده از راه‌حلهایی برای این تعارض‌ها که به رضایت بیش‌تر و بهتر بیانجامد بدیهی به نظر می‌رسد. تأثیر کوتاه مدت رضایت زناشویی این است که زوجین کار و نقش خود را در ارتباط با یکدیگر و فرزندان به درستی انجام می‌دهند و این موضوع سلامت خانواده را

تعیین می‌کند و زمینه‌ای مناسب برای رشد و شکوفایی استعدادهای خود و فرزندان می‌شود. تاثیر بلندمدت رضایت زناشویی این است که ورود افراد سالم از خانواده به جامعه باعث کاهش هزینه‌های مربوط به ناهنجاری‌های اجتماعی و ناسازگاری‌ها و باعث رشد در زمینه‌های فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و اعتقادی می‌گردد (Nazari, 2004).

با وجود این‌که تعارضات زناشویی یکی از مشکلات شایع زوجها در دنیای امروز است (Sayers, Kohn & Fresco, 2001)، با این حال، نداشتن توافق در هر رابطه زناشویی طبیعی است و توانایی حل تعارض‌ها به شکل سازنده می‌تواند به زوجها برای ایجاد یک رابطه صمیمی و نزدیک کمک کند (Somohano, 2013). در این میان آن‌چه که اهمیت دارد چگونگی رویارویی با تعارض است. اگر تعارض به گونه کارآمد مدیریت شود، از یک ارتباط خشک و بی روح جلوگیری کرده و مهارت‌هایی مثبت را در زوجین که منطبق با رویدادهای فشارزا است ایجاد می‌کند (Dunham, 2008). پژوهش‌ها نیز نشان داده‌اند که اگر زوجها بتوانند به شیوه‌ای مثبت تعارضات را مدیریت کنند و توانایی حل آن‌ها را داشته باشند، وجود تعارض فراوان آسیب‌زا نیست (Siffert & Schwarz, 2010) در غیر این صورت، تأثیراتی فراوان بر وضعیت زناشویی و الگوهای ارتباطی آن‌ها و حتی طلاق بدنبال خواهد داشت. پژوهش‌ها رابطه بین کیفیت ارتباط زوجین با میزان تعارضات و سازگاری زناشویی آن‌ها را نشان داده‌اند (Rosen & Bachman, 2014). تعارض زناشویی به منزله تنوع نیازها و ارزش‌های زوجین است که با بیان احساسات منفی متجلی می‌شود و می‌تواند موقعیتی برای روشن‌سازی و تفسیر انتظارات درباره روابط فردی و شریک زندگی برای هر یک از زوجین فراهم آورد. به دلیل ماهیت تعامل زوجها، اوقاتی پیش می‌آید که عدم توافق مشاهده می‌گردد یا نیازها برآورده نمی‌شوند در نتیجه همسران نسبت به یکدیگر احساس خشم و نارضایتی می‌کنند (Frankel, Umemura, Jacobvitz, & Hazen, 2015). (Onsy, & Amer, 2014) تعارض زناشویی عبارت است از نوعی ارتباط زناشویی که در آن رفتارهای خشونت‌آمیز مانند توهین و سرزنش، انتقاد و حمله فیزیکی وجود دارد و زوجین در آن نسبت به یکدیگر احساس خصومت، کینه، نفرت و خشم داشته و هر یک باور دارد که همسرش انسان نامطلوب و ناسازگاری است که موجب رنجش و عذاب او می‌گردد. از نظر (Glaser and Malarkey, 1993) تعارض زناشویی ناشی از عدم هماهنگی زن و شوهر در نوع نیازها و روش‌های ارضای آن، خودمحوری، اختلاف در خواسته‌ها، طرح‌های رفتاری و رفتارهای غیرمسئولانه نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج است (Yang, Zhu, Chen, Song, & Wang, 2016) و ارتباط موثر و سازنده زوجین با یکدیگر را دچار اختلال می‌کند. وقتی ارتباط هم‌خوان صورت گیرد، افزایش ارتباط سالم و تقویت عزت نفس و خودارزشمندی را به دنبال خواهد داشت (Satir & Baldwin, 1983; Satir, 1983; Satir, 1972).

پژوهش‌هایی در زمینه الگوهای ارتباطی نشانگر آن است که تعاملات و ارتباطات ناسالم و ناکارآمد در درون خانواده مانعی بزرگ سر راه بیان احساسات و بیان همدلانه آن‌ها و در نتیجه کاهش عزت نفس و ارزش شخصی اعضای خانواده قرار می‌دهد و سبک‌های ارتباطی مثبت مانند بیان همدلانه و مناسب احساسات، توانش ادراکی (درک و فهم همسر خود) و مانند این‌ها با رضایت زناشویی همبسته می‌باشد (Jarareh & Ahmadi, 2008). بررسی پیشینه پژوهشی نشان می‌دهد بخشی مهم از پژوهش‌ها در زمینه آسیب‌شناسی و سبب‌شناسی تعارضات زناشویی و ناراضی‌ت زناشویی، به ارتباط متقابل همسران توجه کرده اند (Froyen & Skibbe, 2013). (Anderson, 2015) نیز در پژوهش خود نشان داد که همبستگی مثبتی بین الگوهای ارتباط زناشویی با رضایت زناشویی وجود دارد و پویایی ارتباط زناشویی می‌تواند رضایت زناشویی را پیش‌بینی کند. مدارک پژوهشی زیادی وجود دارد که نشان می‌دهد بسیاری از زوجها پیش از ایجاد روش‌های رضامندانه رابطه زناشویی، از الگوی ارتباط مختل رنج می‌برند. یافته‌های پژوهشی بر این فرض‌اند که زوج‌های پریشان و ناراضی در مدیریت سازنده تعارض‌ها و حل مسایل، دچار نارسایی و شکست هستند و از این بابت سعی زیادی برای ترمیم فعالیت‌های ارتباطی خود می‌کنند (Morris & Carter, 2000). بنابر نظر کریستینسن و شنک (Christensen & Shenk, 1991)، اگر یک زوج قادر به حفظ یک رویکرد دوطرفه حل‌سازنده مسائل برای رفع اختلاف‌های اجتناب‌ناپذیر خود نباشند، تعارض بین آن‌ها رشد خواهد کرد. کاهش فراوانی تبادلات منفی و افزایش میزان تبادلات مثبت حین شرح تعارض و حل مسایل ارتباطی به شیوه‌ای کارآمد را می‌توان از اهداف برنامه‌های مداخله زناشویی برشمرد (Kaiser, Hahlweg, Wolfsdorf & Groth, 1998).

روی هم رفته، مداخله‌های ارتباطی - زناشویی، ایجاد رضایت‌مندی از ارتباط، گوش دادن فعال، مهارت‌های کنترل تعارض و کشمکش، مهارت‌های حل مسئله، یادگیری رفتار جرأت‌ورزانه، کنترل عواطف و هیجان‌ها، افزایش آگاهی و شناخت زوجها از خویش، دیگری و زندگی مشترک و تحکیم روابط و مناسبات عاطفی میان آن‌ها را در بر می‌گیرد که در بسیاری از برنامه‌های مشاوره‌ای در زمینه روابط زوجی بر اهمیت تمرین‌های ارتباطی، روشن ساختن محیط‌های بدون توافق، افزایش رضایت‌مندی در میان زوجها، مفهوم انتظارات زوج‌ها از زندگی و تأثیر این انتظارات بر روابط میان آن‌ها تأکید می‌شود که پیامد موارد مذکور افزایش رضایت زناشویی زوجین است (Amini & Heydari, 2016). برقراری ارتباط صمیمی و انتقال احساسات و افکار و بیان نیازها، راه حل مشکلات در روابط زناشویی است. زن و شوهر زمانی به رضایت‌مندی می‌رسند که به اندازه کافی در ارتباطشان با یکدیگر صمیمی و در حل مشکلاتی که در زندگی‌شان بوجود می‌آید با یکدیگر همکاری کنند (Esere, Yeyeodu & Oladun, 2014). امروزه دیدگاه‌های نظری متعددی با رویکردهای متفاوت برای حل و فصل تعارضات زناشویی، ترمیم الگوهای ارتباطی ناسالم و در

نتیجه بهبود رضایت زناشویی زوجین در تلاش هستند که می‌توان به الگوی مبتنی بر فرآیند اعتباریابی انسان به عنوان یک رویکرد تجربیاتی به روابط زوجین که به وسیله ویرجینیا ستیر مطرح شده است، اشاره کرد. رویکرد که بر تغییر و رشد درون فردی بیش از حل مسئله تاکید می‌کند (Thompson, 2009)، به گونه‌ای طراحی شده است که به افراد کمک می‌کند تا به انسانی کامل، با عزت نفس بالا، ارتباط هم‌خوان و توانایی داشتن انتخاب‌هایی با استفاده از منابع و بیش‌ترین توانایی‌شان تبدیل شوند (Freeman, 2000).

الگوی مبتنی بر فرآیند اعتباریابی انسان، بین دو رویکرد انسان‌گرایی و ارتباطی قرار دارد. در این الگو، درمانگر و خانواده نیروی خود را به هم در می‌آمیزند تا فرآیند ذاتی افزایش سلامت روان را در خانواده به تحرک درآورند. این الگوی درمانی می‌کوشد به فرد کمک کند تا توان بالقوه خود را برای پرورش خویش تجهیز کند. درمانگر پیرو این الگو، بر این باور است که افراد تمامی منابع مورد نیاز برای رشد و کمال مثبت خود را دارند. درمانگر با ایجاد عزت نفس، افزایش ارزش شخصی، آشکارسازی و اصلاح ناهمخوانی‌ها در چگونگی پیام‌رسانی خانواده به اعضای خانواده کمک می‌کند که به بهزیستی دست یابند و در حد امکان به یک کل تبدیل شوند (Goldenberg & Goldenberg, 2000). در این الگو، بیش‌ترین تأکید بر ارتباط و احساس است. خانواده ممکن است محیطی گرم و صمیمی یا محیطی سرد و رسمی را برای اعضای خود فراهم کند. میان اعضای خانواده احساساتی وجود دارد که اگر این احساسات شناخته نشوند و به درون ریخته شوند، ریشه‌های رفاه خانوادگی را از بین می‌برد و عزت نفس افراد خانواده پایین می‌آید (Satir, Baldwin, 1983). بر اساس دیدگاه ستیر افراد با ارزش ذاتی و برابر به دنیا می‌آیند و می‌توانند رشد کنند که این امر به ارتباط برقرار کردن آن‌ها با منابع درونی‌شان بستگی دارد و این مستلزم یک فرآیند درمانی است (Goodarzi, 2007). هم احساس عزت نفس بالا و هم عزت نفس پایین نتیجه تجارب فرد هستند. بر این اساس، هر کس می‌تواند عزت نفس بالا را توسعه دهد. تفاوت‌ها در احساس ارزش شخصی در دوره‌های بحران بیش‌تر آشکار می‌شود. افراد با عزت نفس بالا می‌توانند در دوران بحران از بیش‌ترین منابع بهره‌برداری کنند، تغییرات را بشناسند و بپذیرند، میان هشت سطح «خود» (از دیدگاه ستیر)، توازن برقرار کنند و از این راه، مشکلاتی را که در زندگی‌شان روی می‌دهد حل و فصل کنند. چنین مهارت‌هایی می‌تواند آموزش داده شود و به وسیله هر کس که نسبت به انجام آن تعهد داشته باشد، آموخته شود (Satir, Banmen, Gerber & Gomori, 1991).

اثر بخشی این رویکرد مشاوره‌ای در پژوهش‌های متعددی بر پایداری زندگی زوجین متعارض (Heydari, 2016)، بر مهارت‌های ارتباطی و کاهش تعارض‌های زناشویی زوجین (Abdolahirad, 2013)، بر کیفیت زندگی، رضایت زناشویی و تعارض زناشویی زنان ازدواج کرده به شیوه عادی، زن به زن و فرار کردن (Yoosefi, Amani, Hasanpur, 2016) نشان داده شده است.

بسیاری از پژوهش‌ها نشان می‌دهند که عوامل زیادی در مقدار رضایت‌مندی زناشویی نقش دارند از آن جمله می‌توان به خودارزشمندی زوجین اشاره کرد. ابراهیمی (Ebrahimi, 2010) و اعتمادی و ابراهیمی (Etemadi & Ebrahimi, 2014) در پژوهش‌هایی مشابه ارتباط خودارزشمندی زوجین و رضایت‌مندی زناشویی در زوجین را نشان داده‌اند. سایر پژوهش‌ها از قبیل (Cohen, 2006; Jensen, 2008; Loeschen, 1998; Pan, 2000; Caston, 1994) مولفه‌های رویکرد خانواده درمانی ستیر (مولفه‌هایی چون؛ استعاره کوه یخ شخصی، رشد شخصی، عزت نفس، خودارزشمندی، بازسازی خانوادگی و الگوهای ارتباطی) را مورد بررسی قرار دادند و پی بردند که آموزش این مولفه‌ها، افزون بر افزایش رشد شخصی و عزت نفس، بر بهبود و اصلاح الگوهای ارتباطی ناهمخوان و هم‌چنین، بهبود روابط مثبت و روشن با اعضای خانواده و نقش‌های خانوادگی و در نهایت، بهبود عملکرد خانواده تأثیری زیاد دارد. از دید بسیاری از صاحب نظران، رضایت و سازگاری در خانواده یعنی احساس شادمانی، احساس رضایت و ارضای نیازهایی که در یک رابطه متقابل و تعاملی برآورده می‌شوند. از چنین منظری زوج‌های سازگار، زوج‌هایی هستند که توافق زیادی با یکدیگر دارند، از روابطشان راضی‌اند، از نوع کیفیت گذراندن اوقات فراغت با یکدیگر رضایت دارند و در مدیریت وقت و مسایل مالی هماهنگی لازم را دارند (Barry, 2010; Onyishi & et al, 2012).

با توجه به موردهای بالا، ضرورت انجام این پژوهش بمنظور کاهش تعارضات زناشویی، بهبود روابط زوجین و افزایش مقدار رضایت زناشویی زوجین بیش‌تر احساس می‌شود. نتایج بدست آمده از این پژوهش، ضمن ایجاد چشم اندازی روشن و عملی برای مشاوران و روان‌درمانگران بویژه خانواده‌درمانگران، می‌تواند راهنمای کاربردی و تجربی مطلوبی برای ایجاد عزت نفس و افزایش ارزش شخصی اعضای خانواده، آشکارسازی و اصلاح ناهمخوانی‌ها در چگونگی پیام‌رسانی خانواده، الگوهای ارتباطی آن‌ها و در کل رشد انسانی و در پی این‌ها کاهش تعارضات زناشویی و افزایش مقدار رضایت زناشویی فراهم آورد. افزون بر این، نتایج پژوهش می‌تواند مبنای نظری و عملی مناسبی برای کاهش مشکلات زناشویی، بهبود الگوهای ارتباطی، آموزش‌های پیش و پس از ازدواج بمنظور پیشگیری از تعارضات زناشویی در نهادهای گوناگون آموزشی و درمانی همچون: مراکز مشاوره در دانشگاهها، بهزیستی، درمانگاهها و شوراهای حل اختلاف خانواده و غیره قرار گیرد. لذا بررسی و پژوهش در زمینه کارآیی این الگوی مشاوره‌ای بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش مقدار رضایت زناشویی ضرورت دارد. بنابراین، در این پژوهش سعی شده است تا کارآیی مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی فرآیند اعتباریابی انسان در کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت زناشویی زوجین جانباز شهر زنجان مورد بررسی قرار گیرد.

## ابزار و روش

این پژوهش به شیوه نیمه آزمایشی و با طرح پیش آزمون \_ پس آزمون با گروه کنترل انجام گرفت. جامعه آماری آن شامل ۳۶ زوج جانباز (دست کم یکی از زوجین جانباز) بود که در سه ماهه نخست سال ۱۳۹۶ با توجه به فراخوان پژوهشگر برای درمان اختلافات زناشویی و بهبود روابط زناشویی به مرکز مشاوره رشد زنجان مراجعه کردند. ملاک‌های ورود به این مطالعه عبارت بود از: (۱) جانباز بالای ۲۵ درصد، (۲) رضایت کامل برای تکمیل پرسش‌نامه‌های پژوهش و (۳) حضور در جلسه‌های مشاوره مطابق با اهداف پژوهش. ملاک‌های خروج نیز شامل (۱) ابتلای فرد به بیماری جسمانی یا اختلال روان‌شناختی خاص و (۲) تمایل نداشتن به ادامه شرکت در پژوهش و غیبت در جلسه‌ها آموزشی بودند. با توجه به ملاک‌های ورود و خروج، ۳۰ زوج از زوج‌های مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره مطابق با فراخوان پژوهشگر با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس و هدفمند انتخاب و سپس، به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ زوج) و گروه کنترل (۱۵ زوج) جایگزین شدند. پژوهشگر پس از تعیین و همسان‌سازی گروه‌های آزمایش و کنترل، به مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی فرآیند اعتباریابی انسان به گروه آزمایش در یک دوره دو ماهه در هشت جلسه یک ساعت و نیم که به صورت هفتگی برگزار می‌شد، پرداخت و گروه کنترل را در حالت انتظار قرار داد. پژوهشگر با کنترل متغیرهایی همچون؛ طول ازدواج، تعداد فرزندان و مقدار تحصیلات زوجین، رضایت زناشویی و تعارضات زناشویی به عنوان متغیر وابسته مورد مطالعه قرار داده است.

در این پژوهش، برای سنجش تعارضات زناشویی از پرسش‌نامه ۵۴ سوالی ثنائی ذاکر و براتی استفاده شد که بر مبنای تجربیات بالینی ساخته شده است (Sana'i Zaker, 2000). این پرسش‌نامه هشت بعد از تعارضات زناشویی را می‌سنجد که عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر و کاهش ارتباط مؤثر. آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه روی یک گروه ۲۷۰ نفری برابر با ۰/۹۶ بدست آمد و هشت خرده‌مقیاس آن از این قرار است: کاهش همکاری، ۰/۸۱؛ کاهش رابطه جنسی، ۰/۶۱؛ افزایش واکنش‌های هیجانی، ۰/۷۰؛ افزایش جلب حمایت فرزندان، ۰/۳۳؛ افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، ۰/۸۶؛ کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، ۰/۸۹؛ جدا کردن امور مالی از یکدیگر، ۰/۷۱ و کاهش ارتباط مؤثر، ۰/۶۹. هم‌چنین، این پرسش‌نامه از روایی خوبی برخوردار است. در مرحله تحلیل محتوای آزمون، پس از اجرای مقدماتی و محاسبه همبستگی هر سؤال با کل پرسش‌نامه و مقیاس‌های آن، به دلیل همبستگی مناسب سؤالات، هیچ

سؤالی حذف نشد (Sana'iZaker, 2000). در این پژوهش همسانی درونی به روش آلفای کرانباخ برای کل مقیاس های این پرسش نامه برابر با ۰/۸۶ بدست آمد.

همچنین، برای سنجش رضایت زناشویی زوجین از پرسش نامه رضایت زناشویی انریچ استفاده شد. این پرسش نامه به وسیله السون و همکارانش (Olson, Fournier & Druckman, 1989) تهیه شده و هدف آن سنجش نقاط قوت و ضعف در روابط زناشویی و پربارسازی این روابط است. این پرسش نامه از جامعیت خاصی برخوردار است. به گونه ای که بارها در جوامع و فرهنگ های گوناگون مورد استفاده و ارزیابی قرار گرفته است (Wadsby, 1998; Soleimanian, 1994; Mahdavian, 1994). این پرسش نامه دارای دو فرم ۱۱۵ سوالی و ۱۲۵ سوالی پنج گزینه ای (از خیلی زیاد تا خیلی کم) است که از ۱۲ خرده مقیاس (تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندان و فرزندپروری، خانواده و دوستان، نقش های مساوات طلبی و سوگیری مذهبی) تشکیل شده است. فرم اصلی با توجه به زیاد بودن سوالات پرسش نامه موجب خستگی آزمودنی ها می شد که (Soleimanian, 1994) در پژوهشی با عنوان «بررسی تاثیر تفکرات غیرمنطقی بر نارضایتی زناشویی» فرم کوتاهی از این پرسش نامه را تهیه کرد که دارای ۴۷ سوال بود که در این پژوهش از این فرم استفاده شد. پرسش نامه انریچ از اعتبار و روایی بالایی برخوردار است. به گونه ای که ضریب آلفای کرانباخ به وسیله (Olson, Fournier & Druckman, 1989)، ۰/۹۲، در پژوهش (Mahdavian, 1994)، ۰/۹۴، و در پژوهش (Soleimanian, 1994)، ۰/۹۳، گزارش شده است. (Rasouli, 2004) ضریب اعتبار این پرسش نامه را از راه ضرایب آلفای کرانباخ محاسبه کرد. تمامی خرده مقیاس های این پرسش نامه زوج های راضی و ناراضی را از هم متمایز می سازند و این نشان می دهد که این پرسش نامه از روایی ملاکی خوبی برخوردار است (Sana'iZaker, 2000). روایی محتوایی این پرسش نامه به وسیله پنج تن از استادان روان شناسی و کارشناسان مشاوران خانواده تایید شده است (Behpajoh, 2004). در این پرسش نامه، برای هر جمله ۵ گزینه «کاملاً موافقم» «موافقم» «نه موافق و نه مخالف» «مخالفم» «کاملاً مخالفم» منظور شده است و نمره گذاری این سوال ها به ترتیب ۵، ۴، ۳، ۲، ۱ می باشد. بیشترین نمره آزمودنی در این پرسش نامه برابر با ۲۳۵ است که نمره بالاتر نشانه رضایت بیشتر از زندگی زناشویی است به گونه ای که نمره های بالاتر از ۷۰ نشانگر رضایت بسیار زیاد از روابط زناشویی بین همسران است در حالی که نمره های کم تر از ۳۰ نشانگر نارضایتی شدید همسران از روابط زناشویی می باشد.

روش اجرا: پس از تشخیص ضرورت انجام پژوهش، فراخوانی در فروردین ماه ۱۳۹۶ بمنظور انتخاب نمونه آماری در سطح شهر زنجان انجام گرفت. پس از گذشت سه ماه، ۳۶ زوج جانباز (دست کم یکی از زوجین جانباز بودند) با توجه به فراخوان محقق برای درمان اختلافات زناشویی و



بهبود روابط زناشویی به مرکز مشاوره رشد زنجان مراجعه کردند. از همه مراجعه‌کنندگان مقیاس‌های رضایت زناشویی و تعارض زناشویی گرفته شد. ۳۰ زوج از زوج‌های مراجعه‌کننده که بیش‌ترین میانگین نمره زوجی در تعارضات زناشویی و کم‌ترین میانگین نمره زوجی رضایت زناشویی را داشتند به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. سپس، به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ زوج) و گروه کنترل (۱۵ زوج) جایگزین شدند. نمره‌های زوجین انتخاب شده در اجرای مقدماتی به عنوان پیش‌آزمون در نظر گرفته شد. سپس، با حضور فعالانه زوجین روزهای مشخصی با توجه به برنامه زمانی زوجین و پژوهشگر برای هر زوج تعیین شد. تعداد جلسه‌های آموزشی ۸ جلسه بود هر زوج هفته‌ای یک بار و هر جلسه به مدت ۹۰ تا ۱۲۰ دقیقه شرکت کردند. خلاصه جلسه‌های مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی فرآیند اعتباریابی انسان به شرح زیر بود: پیش از شروع جلسه‌ها مطالعه مقدماتی و پیش‌آزمون از آزمودنی‌ها گرفته شد. جلسه نخست: آشنایی و احوال‌پرسی (اعتمادسازی و الحاق به فضای زوجی زوجین)؛ جلسه دوم: بررسی امنیت دوران کودکی و تاثیر تعاملات خانوادگی در شکل‌گیری نقش‌های زوجی در روابط زناشویی؛ جلسه سوم: ارزش شخصی و عزت نفس و نقش آن در روابط زوجین؛ جلسه چهارم: توانایی‌ها و منابع درونی برای تغییر و رسیدن به کمال رشد؛ جلسه پنجم: انتخاب‌های جدید، یادگیری رفتارهای جدید و بکارگیری آن‌ها (سبک پیام‌رسانی هم‌خوانی)؛ جلسه ششم: نشان دادن رفتارهای جدید و متفاوت از پیش؛ جلسه هفتم: نشان دادن رفتارهای جدید و متفاوت از پیش؛ جلسه هشتم: یکپارچگی و انسجام، اختتام جلسه‌ها مشاوره و در نهایت، اجرای پس‌آزمون در دستور کار قرار گرفت.

## یافته‌ها

بمنظور شناسایی تاثیر مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی فرآیند اعتباریابی انسان در گروه آزمایش، ابتدا نمره‌های پیش‌آزمون تعارضات زناشویی و رضایت زناشویی در دو گروه آزمایش و کنترل را با هم مقایسه کردیم. از هر دو گروه پیش‌آزمون تعارضات زناشویی و رضایت زناشویی گرفته شد و نتایج بدست آمده برای مجموع ۳۰ زوج گروه آزمایش و کنترل (برای گروه آزمایش؛ میانگین نمره‌های پیش‌آزمون تعارضات زناشویی برابر ۱۱۱/۴۵، انحراف معیار برابر ۸/۰۹ و میانگین نمره‌های پیش‌آزمون رضایت زناشویی برابر ۴۳/۲۲، انحراف معیار برابر ۸/۴۱ بدست آمد و برای گروه کنترل؛ میانگین نمره‌های پیش‌آزمون تعارضات زناشویی برابر ۱۱۰/۶۵، انحراف معیار برابر ۹/۲۸ و میانگین نمره‌های پیش‌آزمون رضایت زناشویی برابر ۴۹/۱۳، انحراف معیار برابر ۹/۳۹ بدست آمد) نشان داد که دو گروه آزمایش و کنترل قبل از مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی فرآیند اعتباریابی انسان تفاوتی با هم نداشتند و میانگین نمره‌های پیش‌آزمون و انحراف معیار نمره‌های آن‌ها تقریباً با هم برابر بوده است (جدول ۱).

## جدول ۱- میانگین و انحراف معیار تعارضات زناشویی و رضایت زناشویی.

گروه	تعداد	متغیر	پیش آزمون		پس آزمون	
			میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایشی	۱۵	تعارضات زناشویی	۱۱۱/۴۵	۸/۰۹	۷۹/۴	۸/۷۲
		رضایت زناشویی	۴۳/۲۲	۸/۴۱	۶۷/۱۳	۸/۲۴
کنترل	۱۵	تعارضات زناشویی	۱۱۰/۶۵	۹/۲۸	۱۰۱/۳	۹/۳۸
		رضایت زناشویی	۴۹/۱۳	۹/۳۹	۴۸/۸۴	۷/۸۵

از آنجا که در این پژوهش، از یک سو هدف پژوهشگران مقایسه گروهها در بیش از یک متغیر وابسته است؛ لذا تحلیل بکار رفته باید از نوع چند متغیری باشد و از سوی دیگر، چون پژوهشگران در پی حذف تفاوت‌های احتمالی بین گروهها هستند؛ لذا باید از تحلیل کواریانس بهره گرفته شود. نوع تحلیلی که امکان دستیابی به این دو هدف را به گونه هم‌زمان مقدور می‌سازد، تحلیل کواریانس چند متغیری است، اما به دلیل آن که برای انجام هر تحلیل آماری وجود مجموعه‌ای از شرایط لازم و ضروری باکس جهت بررسی  $M$  است، لذا پیش از انجام این تحلیل نیز برقراری پیش شرط‌های آن یعنی آزمون عدم تفاوت ماتریس‌های کواریانس و آزمون لون برای بررسی فرض برابری واریانس خطای نمره‌های وابسته مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن بدین صورت گزارش شد. نتایج آزمون  $M$  باکس در مورد برابری ماتریس کواریانس رضایت زناشویی و تعارض زناشویی نشان داد که فرضیه صفر مربوط به عدم تفاوت (یکسانی) ماتریس‌های کواریانس مشاهده شده بین رضایت زناشویی و تعارض زناشویی در دو گروه پذیرفته شده نیست  $p=0/01$ . نتایج آزمون‌های لون برای بررسی برابری واریانس‌های خطای نمره‌های رضایت زناشویی و تعارض زناشویی نشان داد که فرض همسانی واریانس‌های این نمره‌ها برقرار است و استفاده از مدل تحلیل کواریانس چندمتغیری بلامانع است. بنابراین، بمنظور بررسی کارآیی مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی اعتباریابی انسان در کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت زناشویی زوجین جانباز شهر زنجان از آزمون تحلیل کواریانس استفاده شد که نتایج حاصل از آن در جداول زیر نشان داده شده است.

**جدول ۲- خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس مربوط به کارآیی مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی اعتباریابی انسان بر تعارضات زناشویی زوجین جانباز شهر زنجان .**

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	اندازه اثر
گروه	۲۶۱۱/۳۱	۱	۲۵۲۱/۲۶	۲۵/۷**	۰/۳۷۰
خطا	۴۲۸۳/۲۲	۳۷	۱۲۸/۱۴		

\*\* P < ۰/۱۰

یافته‌ها نشان می‌دهند که مقدار  $F(۱ و ۳۷)=۷/۲۵$  محاسبه شده که از مقدار بحرانی آن در ۰/۰۱ آلفا بزرگ‌تر است. بنابراین، با ۹۹ درصد اطمینان می‌توان چنین نتیجه‌گیری کرد که پس از حذف تاثیر پیش‌آزمون، تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایشی در آزمون وجود دارد. بدین معنا که مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی اعتباریابی انسان موجب کاهش تعارضات زناشویی در گروه آزمایشی شد. اندازه اثر (مجذور ایتای سهمی) نیز برابر با ۰/۳۷ می‌تواند ۳۷ درصد از واریانس پس‌آزمون را به خود اختصاص دهد. این یافته بدین معناست که پس از کنترل تفاوت‌های موجود در دو گروه کنترل و آزمایشی، مداخله توانسته است کاهش معنادار در میانگین تعارضات زناشویی ایجاد کند.

**جدول ۳- خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس مربوط به کارآیی مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی اعتباریابی انسان بر رضایت زناشویی زوجین جانباز شهر زنجان.**

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	اندازه اثر
گروه	۰۵۵/۱۵	۱	۰۵۵/۱۵	۲۶۷/۱۹**	۳۱۱/۰
خطا	۵۳۱/۳۹	۳۷	۰۴۳/۱۱		

\*\* P < ۰/۱۰

یافته‌های جدول نشان می‌دهد که مقدار  $F(۱ و ۳۷)=۲۶۷/۱۹$  محاسبه شده که از مقدار بحرانی آن در ۰/۰۱ آلفا بزرگ‌تر است. بنابراین، با ۹۹ درصد اطمینان می‌توان چنین نتیجه‌گیری کرد که پس از حذف تاثیر پیش‌آزمون، تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایشی در آزمون وجود دارد. به بیان دیگر، مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی اعتباریابی انسان بر رضایت زناشویی گروه آزمایش تاثیر داشت. اندازه اثر (مجذور ایتای سهمی) نیز برابر با ۰/۳۱۱ یعنی مشاوره زناشویی مبتنی بر الگوی اعتباریابی انسان می‌تواند ۳۱ درصد از واریانس پس‌آزمون را به خود اختصاص دهد. این یافته بدین معناست که پس از کنترل تفاوت‌های موجود در دو گروه کنترل و آزمایشی، مداخله توانسته است افزایش معناداری در میانگین رضایت زناشویی ایجاد کند.

## بحث و نتیجه گیری

این پژوهش به بررسی کارآیی مشاوره زناشویی براساس الگوی اعتباریابی انسان در کاهش تعارضها و افزایش رضایت زناشویی زوجین جانباز پرداخت. نتایج حاکی از اثربخشی مشاوره زناشویی براساس این الگو در کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت زناشویی زوجین جانباز بود. نتایج پژوهش در زمینه کاهش تعارضهای زناشویی و بهبود روابط زناشویی و همچنین، همخوان تر شدن الگوهای ارتباطی زوجین و افزایش رضایت زناشویی زوجین، با نتایج پژوهشهای (Rosen & Bachman, 2014; Esere, Yeyeodu & Oladun, 2014; Froyen & Skibbe, 2013) Cohen, 2006; Jensen, 2008 Loeschen, 1998; Pan, 2000; Caston, Anderson, 2015) که کاهش تعارضات خانوادگی و بهبود روابط مثبت و روشن با اعضای خانواده و نقشهای خانوادگی و افزایش همبستگی بین اعضای خانواده پس از پایان جلسه‌های آموزشی را نشان دادند، هم‌سوئی دارد.

در تبیین یافته‌های پژوهش می‌توان گفت از آنجا که رضایت‌مندی زناشویی نگرش مثبت به جنبه‌های گوناگون روابط زناشویی بوده و شکست در برقراری رابطه، شایع‌ترین شکایت زوج‌های جدا شده است (Rezapur, Zakeri & Ebrahimi, 2017)، برقراری ارتباط صمیمی راه حل مشکلات در روابط زناشویی است. زن و شوهر زمانی به رضایت‌مندی می‌رسند که به اندازه کافی در ارتباطشان با یکدیگر صمیمی و در حل مشکلاتی که در زندگی شان بوجود می‌آید، با یکدیگر همکاری کنند (Esere, Yeyeodu & Oladun, 2014). در غیر این صورت تعارض زناشویی به عنوان نوعی ارتباط زناشویی رخ می‌دهد. یکی از علل تعارضات زناشویی، ناتوانی و ضعف مهارت‌های زوجین در کنترل اختلافات و حل آنها بوده و مداخلاتی که منطقی بر اساس نقص در مهارت‌های ارتباطی انجام شود تا حدود زیادی موجب کاهش تعارضات زناشویی می‌گردد (برادبوری، ۱۹۹۰). توانایی حل تعارضها به شکل سازنده می‌تواند به زوجها برای ایجاد یک رابطه صمیمی و نزدیک کمک کند (Somohano, 2013) و ناتوانی در حل تعارضها منجر به شکل‌گیری الگوی ارتباطی ناهم‌خوان بین زوجین می‌شود که در آن رفتارهای خشونت‌آمیز مانند توهین و سرزنش، انتقاد و حمله فیزیکی وجود دارد و زوجین در آن نسبت به یکدیگر احساس خصومت، کینه، نفرت و خشم دارند (Onsy, & Amer, 2014). بر اساس الگوی فرآیند اعتباریابی انسان، بیش‌تر تعارضها در زندگی زناشویی ریشه در نبود عزت نفس و یا پایین بودن خودارزشمندی افراد و ضعف در روابط دارد. بنابراین، ایجاد یک رابطه مطلوب و درک پیام‌های متضاد در ارتباطات و همچنین، ایجاد احساس ارزشمندی در افراد و انعطاف‌پذیر کردن آنها و تاکید بر تغییر و چگونگی ایجاد رابطه می‌تواند در بهبود هر رابطه‌ای موثر باشد. رابطه بین زوجین و الگوهای ارتباطی آنها براساس این فرآیند انجام می‌گیرد. بدین معنا که با ایجاد شفاف سازی در ارتباط بین زوجین و تسهیل آگاهی

آن‌ها و تاکید بر نقاط قوت آن‌ها می‌توان رابطه را بهبود بخشید. با بهبود روابط و تبدیل الگوهای ناهمخوان به الگوهای همخوان و توانایی ابراز احساسات از سوی زوجین با اتکای به خودارزشمندی و عزت نفس خود، تعارضات زناشویی کاهش و رضایت زناشویی آن‌ها افزایش می‌یابد. از آنجایی که در این الگو، به زوجین آموزش داده می‌شود که چگونه خصومت و دشمنی را تعبیر و تفسیر کنند، چگونه بتوانند ابتدا خود را جای فرد مقابل قرار داده و دنیا را از چشم او نگاه کنند، بتوانند آزادانه دست به انتخاب و عمل بزنند، با یکدیگر به صورت مستقیم و روشن و با کم‌ترین پیام‌های پنهان ارتباط برقرار کنند، به راحتی درباره احساسات‌شان صحبت کنند و آن‌ها را ابراز کنند، الگوهای همخوان پیام‌رسانی را بیاموزند و مهارت‌های سازگاری را از راه آموزش شیوه‌های نوین برای بررسی و کنترل موقعیت‌ها تقویت و افزایش دهند (Satir & Baldwin, 1983; Morris & Carter, 2004).

از آنجایی که بروز تعارضات زناشویی اثر منفی در ثبات و پایداری زندگی زناشویی دارد و یکی از مقدمات جدایی و طلاق می‌باشد و اگر این مسئله به گونه‌ای حل و کنترل نشود، ازدواج به جدایی ختم می‌شود، روان‌شناسان و مشاوران همواره در صدد ارایه راهکارهایی برای پیشگیری و درمان آن می‌باشند. لذا، الگوهای درمانی متعددی را مورد استفاده قرار می‌دهند. هر رویکردی بر اساس تبیین‌های خاص خود از روابط زوجین، روش‌های درمانی و آموزشی ویژه‌ای ارایه می‌کند. یکی از این الگوهای درمانی، زوج درمانی ستیر است. روش ستیر به گونه‌ای است که به افراد کمک می‌کند تا الگوهای ناکارآمد خود را کشف کرده، احساسات خودشان را از راه الگوی هم‌تراز درک و بیان کنند. ستیر به اعضا کمک می‌کند تا به جای تکرار ناراحتی گذشته و بازگویی بهبود آن‌ها، تعاملات‌شان را در زمان حال مورد تجزیه و تحلیل قرار دهند (Thompson, 2001). الگوی ستیر به عنوان یک رویکرد تسهیل‌گر و آموزشی، از راه افزایش آگاهی زوجین از انواع خانواده و فضای عاطفی حاکم بر آن‌ها، الگوهای ارتباطی و شیوه‌های تعاملات و مذاکرات اعضای خانواده، عزت نفس، قواعد، تجارب درونی، تأثیر تجارب گذشته خانواده، نقشه خانوادگی اجرا می‌شود. در بخشی دیگر از تبیین یافته‌ها می‌توان گفت از سویی، زوج‌ها بیش‌تر در روابط زناشویی خود از زنجیره‌های از تعاملات و الگوهای ارتباطی پیروی می‌کنند که این الگوها در موقعیت‌های تنش‌زا هم می‌توانند به صورت مثبت و فعال و کارکردی عمل کنند و رابطه زناشویی را ارتقاء داده و غنی‌تر نمایند و هم می‌توانند به تنش‌های ارتباطی و تعارضات زناشویی منجر شوند (Creasey, 2008 Dewitte & Houwer, 2002). از سویی دیگر، در الگوی فرآیند اعتباریابی انسان ریشه اصلی مشکلات و تعارضات زناشویی در ارتباطات مختل است و این ارتباط مختل ریشه در عزت نفس و خودارزشمندی پایین اعضای خانواده دارد. به همین دلیل، اساس کار در این الگو بر بالا بردن خودارزشمندی و عزت نفس اعضای خانواده و بهبود روابط و سبک‌های ارتباطی آن‌ها قرار دارد. بر این اساس، مشاوره زناشویی مبتنی بر این الگو می‌تواند در کاهش تعارضات زناشویی و افزایش مقدار رضایت زناشویی

موثر باشد و کاربست این الگوی مداخله‌ای می‌تواند در مشاوره‌های زناشویی، زوج درمانی و خانواده درمانی مورد استفاده مراکز مشاوره، روان‌شناسان و مشاوران خانواده بویژه در مشاوره با زوجین جانباز، ایثارگر و آزاده که استرس‌های ناشی از جنگ وضعیت روانی-ارتباطی آن‌ها را مختل کرده و عزت نفس و خودارزشمندی آن‌ها را بویژه در رابطه زناشویی تضعیف کرده است، قرار گیرد. با توجه به کارآمدی این الگوی مشاوره‌ای پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های کاربردی زوج درمانی و خانواده درمانی براساس این الگو و راهکارهایی برای بهبود مهارت‌های ارتباطی زوجین انجام گیرد تا در آینده از پیامدهای نامطلوب مشکلات ارتباطی زوجین و تعارض زناشویی در مورد خانواده‌ها و فرزندان آن‌ها پیشگیری شود.

### References

- Abdollahirad, E., FathiAshtiani, A., & Soleimani, A.A (2013). Comparison of the efficacy of high-end family therapy with excitement-based therapy couple on communication skills and reduction of marital conflicts among couples. Master's Thesis. University of Elm and Farhang. (Persian)
- Ahadi, K. Nabipoor, S.M. Kimiaee, S.A., & Afzali, M.H. (2010). Effect of family problem-solving on marital satisfaction. *Journal of Applied Science*, 10(8), 682-687.
- Amini, M., & Heydari, H. (2016). Effectiveness of Relationships Enrichment Education on Improvement of Life Quality and Marital Satisfaction in Married Female Students. *J Educ Community Health*, 3(2), 23- 31. (Persian)
- Barry, R. A. (2010). Romantic disengagement as a developmental process that contributes to marital distress and decline. dissertation, University of Iowa.
- Behpajoh, A., & Ramezani, F. (2004). Parental Satisfaction Survey of Parents with Mental Disabilities and Normal Children. *Journal of Social Sciences and Humanities University of Shiraz*, 22(4), 36-48. (Persian)
- Bradbury, T.N. (1990). Fincham FD. Attributions in marriage: review and critique. *Psychological bulletin*, 107(1), 3-8.
- Burpee, L. C., & Langer, E. J. (2005). Mindfulness and marital satisfaction. *Journal of Adult Development*, 12(1), 43-51.
- Belmont, C.A. (2000). Wadsworth/Thomson Learning.
- Caston, C. (1994). Self Directed Skills Nursing Model: Decrease Burnout In African- American Caregivers. The University Of Iowa, lowacity, IA.
- Christensen, A., & Shenk, J.L. (1991). Communication, Conflict, and psychological distance in nondistressed, clinic, and divorcing couples. *Journal of consulting and clinical psychology*, 59(3), 458-463.
- Cohen, B. (2006). The effectiveness of satir brief therapy on patients in an Mtenity Hospital. M.a. Dissertation. university of south Africa.

- Creasey, G. (2002). Associations between working models of attachment and conflict management behavior in romantic couples. *Journal of Counseling Psychology*, 49, 365- 375.
- Dewitte, M. & Houwer, J. D. (2008). Adult attachment and attention to Positive and negative emotional face expressions. *Journal of Research in Personality*, 42, 498-505.
- Dunham, Sh. (2008). Emotional skillfulness in African American marriage. intimate safety as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. Unpublished Doctoral Dissertation. University of Akron.
- Ebrahimi, L. (2010). The Effectiveness of Human Acceptance Process on Marital Satisfaction. Master's thesis at Allameh Tabatabai University, Tehran. (Persian)
- Esere, M.O., Yeyeodu, A., & Oladun, C. (2014). Obstacles and Suggested Solutions to Effective Communication in Marriage as Expressed by Married Adults in Kogi State, Nigeria, *Journal Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 114, 584 –592.
- Etemadi, A., & Ebrahimi, L. (2014). Determining the effectiveness of self-efficacy self-efficacy training based on the human-based validation model on increasing marital satisfaction. *Journal of Psychological Research*, 68(4), 450-435. (Persian)
- FarajiKheirabadi, G. (2014). Effectiveness of forgiveness training on mental tolerance and perceived stress in spouses of war veterans over 50 in Shahrekord. (Persian)
- 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.
- Freeman, L.M. (2000). Incorporating gender issues in practice with the Satir growth model Families in Society. *Journal Of Contemporary Human Services*, 81(3), 253-59.
- Froyen, L.C., & Skibbe, L.E. (2013). Marital satisfaction, family emotional expressiveness, home learning environments and children emergent literacy. *Journal of Marriage and Family*, 75, 42- 55.
- Goldenberg, I., & Goldenberg, H. (2000). *Family therapy: An overview* (5th ed).
- Goodarzi, M. (2007). The Effectiveness of Satir Communication Approach on Inefficient Couples. Master Thesis Consultation, Tarbiat Moallem University. Tehran. (Persian)
- Grechhoff, N., Jhonson, L., & halson, V. (2008). Predicting relationship status and satisfaction after six months among dating couples. *Journal of Marriage and the Family*, 58(10), 21-23.

- Heidari, Kh., Honarparvaran, N.(2016). Comparison of the efficacy of asthma therapy and high healing couples on the susceptibility of life to conflicting couples in Shiraz. Thesis to get a master's degree. Islamic Azad University of Marvdasht Branch. (Persian)
- Imani, M. (2008). Identifying and Investigating the Impact of Psychological Pressure among 70-80% Veteran Families in Qom Province. Master's Degree in Public Administration, Faculty of Management, University of Tehran - Campus of Qom. (Persian)
- Jarareh, J., & Ahmadi, R. (2008). Therapeutic relationship between couples and family. Rosh Farhang Publishing.Tehran. (Persian)
- Jensen, S.H. (2008). Choosing Life: Working With Eating Disorders Using The Satir Model. SIP Member. Singapore.
- Kaiser, A., Hahlweg, K., Wolfsdorf, G.F., & Groth, T. (1998). The efficacy of a compact psychoeducational group training program for married couples. *Journal of consulting and clinical psychology*, 66(5), 753-760.
- Lean, K.M., & Ragubier, C. (2005). Predicting marital happiness and stability from newly wed interactions. *Journal of Marriage and the Famil*, 1(2), 60-65.
- Loesch, S.H. (1998). Systematic Training In The Skills Of Virginia Satir. New York: Brooks/ Cole Publishing Company.
- Mahdavian, F. (1997). The effect of relationship education on marital satisfaction and mental health. Master's thesis, Clinical Psychology, Psychology Department, Tehran Psychiatric Institute. (Persian)
- Moradi, A., Ebrahimzadeh, M.H., Soroush, M.R. (2015). Quality of Life of Caregiver Spouses of Veterans With Bilateral Lower Extremity Amputations. *Trauma Mon*, 20(1): 215-226.
- Morris, M.L., & Carter, S.A. (2000). Transition to marriage: A Literature Review. *JFCSE*, 17(1), 314-325.
- Nazari, A.M. (2004). Study and compare the effect of the communication enrichment and counseling solution on marital satisfaction of working couples. Tehran. (Persian)
- Olson, D.H., Fournier, D.G., & Druckman, J.M. (1989). *Families*. California: Sage Publication Inc.
- Onsy, E., & Amer, M.M. (2014). Attitudes Toward Seeking Couples Counseling among Egyptian Couples: Towards a Deeper Understanding of Common Marital Conflicts and Marital Satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 140, 470-475.
- Onyishi, E. L., P., Sorokowski, A., Sorokowski, R., & Pipitone, N.(2012). Children and marital satisfaction in a non-western sample: Having more children increases marital satisfaction among the igbo people of Nigeria. *Evolution and Human Behavior*, 31, 64-59.



- Pan, P.J.D. (2005). The Effectiveness of structured and semistructured Satir model Groups on Family Relationship with college student in Tawan. *Journal for specialists in group work*, 23(3), 305-318.
- Peleg, O. (2008). The relation between differentiation of self and marital satisfaction: what can be learned from married people over the course of life?. *The american Journal of family therapy*, 36(5), 388-401.
- Rasouli, A. (2004). The Relationship between Mental Health, Marital Satisfaction and Academic Performance of Male and Female Students of Islamic Azad University of Kermanshah. Master's thesis, Tehran: Islamic Azad University, Science and Research Branch. (Persian)
- Sana'i Zaker, B. (2000). Family and Marriage Measurement Scales. Tehran: Beasat Publication. (Persian)
- Satir, V., Banmen, J., Gerber, J., & Gomori, M. (1991). *The Satir model: Family therapy and beyond*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Satir, V.M., & Baldwin, M. (1983). *Satir Step By Step*, Palo Alto, CA: Science And Behavior Books.
- Satir, V.M. (1972). *People Making*, Palo Alto, CA: Science And Behavior Books.
- Satir, V.M. (1983). *Cinjoint Family Therapy*, Palo Alto, CA: Science And Behavior Books.
- Sayers, S.L., Kohn, C.S., & Fresco, D.M. (2001). Marital Conflict and Depression in The Context of Marital Discord. *Cognitive Therapy and Research*, 25 (6), 256-273.
- Siffert, A., & Schwarz, B. (2010). Spouses' demand and withdrawal during marital conflict in relation to their subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(2), 262-277.
- Soleimani, A.A. (1994). Investigating the Impact of Irrational Thoughts on Marital Satisfaction of Teacher Students. Master's thesis, Faculty of Education and Psychology, Tehran: Tarbiat Moalem University of Tehran. (Persian)
- Somohano, V.C. (2013). Mindfulness, Attachment Style and Conflict Resolution Behaviors in Romantic Relationships. Unpublished Thesis Master of Arts in Psychology, Counseling, The Faculty of Humboldt State University.
- Thompson, R. (2009). *The theory and techniques of counseling*. Translated by Esmaeili M. Science and Culture Publication. Tehran. (Persian)
- Wadsby, M. (1998) . Evaluation of the Swedish Version of the ENRICH Marital Inventory. *Nordic Journal of Psychiatry*, 52(5), 379-387.
- Yang, X., Zhu, L., Chen, Q., Song, P., & Wang, Z. (2016). Parent marital conflict and Internet addiction among Chinese college students: The mediating role of father-child, mother-child, and peer attachment. *Computers in Human Behavior*, 59, 221-229.
- Yoosefi, N., Amani, A., & Hasanpur, M. (2016). The Effectiveness of group counseling based on Satir communication approach on quality of life, marital

confliction and satisfaction in women in the exchanging marriage, flee marriage and normality marriage. Journal of Family Counseling & Psychotherapy, 6(21), 98- 119. (Persian)