مقاله اصیل پژوهشی

تأثیر آموزش غنی‌سازی روابط بر رضایتمندی زناشویی در معلمان زن مقطع ابتدایی شهر بیرجند در سال ۱۳۹۱

معصومه میری[۱]، محمدرضا میری[۲]، غلامرضا شریف‌زاده[۳]، مریم میری[۴]

چکیده

زمینه و هدف: ازدواج و زندگی زناشویی نقش اساسی در تعالی و سلامت روانی انسانها داشته و احساس رضایت از زندگی نقش مهمی در میزان کارکردهای بهنجار خانواده ایفا می‌کند. این مطالعه با هدف بررسی تأثیر آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی بر رضایتمندی زناشویی معلمان زن مقطع ابتدایی در سال ۱۳۹۱ انجام شد.

روش بررسی: این مطالعه نیمه‌تجربی از نوع پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل بر روی هشتاد نفر از معلمان زن مقطع ابتدایی شاغل در آموزش و پرورش شهر بیرجند که به روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای انتخاب شدند، انجام شد. معلمان در دو گروه مداخله (چهل نفر) و کنترل (چهل نفر) قرار گرفتند. آموزش مهارتهای غنی‌سازی روابط زناشویی در هشت جلسه نود دقیقه‌ای به همراه بحث گروهی به معلمان گروه مداخله داده شد. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه استاندارد ۴۹ سؤالی رضایتمندی زناشویی MSQ (Marital Satisfaction Questionnaire) بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS ویرایش ۱۶ و آزمونهای آماری Independent T Test، Paired T Test، Kruskal-Wallis و Mann-Whitney U در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: بر اساس نتایج به دست آمده، میانگین نمره رضایتمندی زناشویی در کل و مؤلفه‌های آن در معلمان گروه مداخله بعد از آموزش نسبت به قبل از آن به طور معنی‌داری افزایش داشت (p=۰/۰۰۱) ولی در گروه کنترل تفاوت معنی‌داری بین میانگین نمره رضایتمندی زناشویی در کل و مؤلفه‌های آن قبل و بعد از آموزش مشاهده نشد (p>۰/۰۵).

نتیجه‌گیری: آموزش غنی‌سازی روابط در افزایش رضایتمندی زناشویی و ابعاد آن (جاذبه، تفاهم، طرز تلقی و سرمایه‌گذاری) مؤثر بود، بنابراین از برنامه آموزش غنی‌سازی می‌توان به عنوان یک مداخله مناسب جهت افزایش رضایتمندی زناشویی افراد استفاده کرد.

کلیدواژه‌ها: تفاهم- جاذبه- رضایتمندی زناشویی- غنی‌سازی روابط- طرز تلقی- معلمان زن

مراقبت‌های نوین، فصلنامه علمی پژوهشی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. ۱۳۹۳؛ ۱۱ (۳): ۱۷۷-۱۸۵

دریافت: ۹۲/۰۵/۱۵ پذیرش: ۹۳/۰۸/۲۸

نویسنده مسئول: محمدرضا میری، گروه آموزشی بهداشت عمومی دانشکده بهداشت و عضو مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. بیرجند، ایران.
آدرس: بیرجند، دانشگاه علوم پزشکی، دانشکده بهداشت
تلفن: ۰۵۶۳۲۴۴۳۰۴۴ نمابر: ۰۵۶۳۲۴۴۰۳۸۸ e.mail:miri_moh2516@yahoo.com

[۱] دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشکده علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند. بیرجند، ایران.
[۲] مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت و دانشیار گروه آموزشی بهداشت عمومی دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. بیرجند، ایران.
[۳] مرکز تحقیقات هپاتیت و استادیار گروه آموزشی بهداشت عمومی دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. بیرجند، ایران.
[۴] مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت و دانشجوی کارشناسی ارشد آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. بیرجند، ایران.

[Downloaded from mcj.bums.ac.ir on 2026-11-02]

مقدمه

خانواده سنگ بنای جامعه بزرگ انسانی است و در استحکام روابط اجتماعی، رشد و تعالی یکایک اعضای جامعه نقش بنیادین دارد. از این رو، در دین مقدس اسلام بنایی مقدس‌تر از نهاد خانواده در نزد خداوند متعال نیست.(۱)

ازدواج پیمان مقدسی است که در میان تمام اقوام، ملل و تمامی زمانها و مکانها وجود داشته است، سنت دیرینه‌ای که در آن زن و مرد زندگی مشترکی را آغاز می‌کنند و پیمان می‌بندند که در مصائب، یار و غمخوار یکدیگر باشند، یکدیگر را خوشبخت کنند، به یکدیگر عشق ورزند و با ازدواج خود بر تنهایی خویش پایان دهند. هدف نهایی ازدواج، رسیدن به آرامش روان، اعتلای وجود و نیل به رستگاری است. ازدواج محبوبترین بنای گسترده هستی در پیشگاه خالق زوج آفرین است.(۲)، بنابراین ازدواج نقش اساسی در تعالی و سلامت روانی انسانها دارد؛ به‌گونه‌ای که مطالعات زیادی نشان داده‌اند که معمولاً افراد متأهل، سالمتر و شادتر می‌باشند.(۳)

نقش خانواده در توسعه اجتماعی غیرقابل چشم‌پوشی است. اگر جامعه‌ای از خانواده‌های سالم و متعادل برخوردار نباشد، نمی‌تواند ادعای سلامتی کند. خانوده‌هایی که در آنها زن و شوهر با هم تفاهم دارند و از زندگی احساس رضایت می‌کنند، کارکرد مناسبتری داشته و نقش خود را بهتر ایفا می‌کنند. رضایت زناشویی یکی از عوامل پیشرفت و دستیابی به اهداف زندگی است.(۴)

ازدواج و زندگی زناشویی مستلزم سطح پایداری از سازگاری زوجین است و احساس رضایت از ازدواج نقش مهمی در میزان کارکردهای بهنجار خانواده ایفا می‌کند.(۵)، به نظر می‌رسد مهمترین جنبه خانواده‌های دارای عملکرد مطلوب، ارتباط مؤثر و کارآمد بین همسران می‌باشد.(۶)، همچنین نوع رابطه بین دو همسر، اصلی‌ترین پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی است(۷) و ارتباط نقش مرکزی در ازدواج ایفا می‌کند.(۸)

ارتباط نامؤثر موجب فاصله بین فردی عمیقی می‌گردد که در همه جنبه‌های زندگی و همه بخشهای جامعه تجربه می‌شود. عدم استفاده از مهارتهای لازم برای شروع و ادامه زندگی زناشویی لذت‌بخش می‌تواند منجر به تنهایی، بیماری جسمی، فشار روانی، احساس عدم صلاحیت، نارضایتی شغلی، مشکلات خانوادگی و حتی مرگ شود.(۹)، اگر روابط زناشویی سست باشد پایه‌های خانواده هم سست و لرزان می‌شود. زوجهایی که خودشان مشکل دارند، نمی‌توانند والدین خوبی باشند. همچنین زوجهایی که از لحاظ مشکل ارتباطی نقشها، پاسخ‌دهی عاطفی، مشارکت عاطفی، کنترل رفتار و کارآیی عمومی در سطح پایینتری قرار دارند نه تنها سلامت روانی آنها در معرض آسیب قرار دارد، بلکه احساس رضایتمندی در آنها نیز به مقدار زیادی کاهش می‌یابد.(۱۰)

رضایتمندی زناشویی ویژگی مختص زوجین است که نشان می‌دهد هر کدام، چگونه ازدواجشان را ارزیابی می‌کنند. دایرةالمعارف فلسفه و روانشناسی رضایت را "خوشی برآمده از آگاهی نسبت به یک وضعیت راحت" تعریف کرده که معمولاً با ارضاء بعضی تمایلات خاص پیوند خورده است.(۱۱)

رضایتمندی زناشویی یک فرآیند درازمدت در زندگی است، زیرا درک و شناخت فرد از همسرش یک فرآیند در حال پیشرفت در ازدواج می‌باشد. حتی اگر دو نفر قبل از ازدواج یا در زمان ازدواج همدیگر را بشناسند، این امکان وجود دارد که افراد در طی روند زندگی تغییر کنند. بنابراین رضایت زناشویی، دست یافتن به چنان پختگی است که رشد و تحول در همسران را نیازمند است، به طوری که اگر این رشد تجربه نشده باشد و به طور کلی درک نشود، پایان یافتن ارتباط زناشویی اجتناب ناپذیر می‌باشد.(۱۲)

Khoshnevisan به نقل از Bucom و همکاران (۱۹۹۶) بیان کرد که رضایتمندی زوجین، بیشتر به میزان رضایتی که هر فرد از نحوه اجرای معیارهایش با همسر دارد و اینکه چه میزان در استانداردهایشان با هم توافق و تشابه دارند، وابسته است. بررسیها نشان داده است، افرادی که معیارهای همسرشان را رعایت می‌کنند، وقت و انرژی زیادی برای رابطه‌شان صرف می‌کنند، رضایتمندی بیشتری در زندگیشان دارند.(۱۳)

اغلب افرادی که ازدواج می‌کنند، در آغاز زندگی دارای سطح بالایی از رضایت زناشویی هستند. اما علاوه بر افت تدریجی که با گذشت زمان در رضایتمندی زناشویی رخ می‌دهد، در همان هفته‌ها و ماههای اول ازدواج نیز مشکلات جدی رخ می‌دهد که اگر حل نشود می‌تواند رضایت و ثبات رابطه زناشویی را تهدید کند.(۱۴)

[Downloaded from mcj.bums.ac.ir on 2026-11-02]

عوامل مؤثر در رضایتمندی زناشویی به دو دسته تقسیم می‌شود:

الف) فرآیندهای میان فردی که بین زوجها اتفاق می‌افتد و شامل: رفتارهای تعاملی، مهارتهای ارتباطی، سبکهای حل مسئله و تعارض، کوششهای مقابله‌ای، میزان عشق میان زوجها، کیفیت رابطه جنسی، اهداف مشترک، توافق در مسائل مذهبی و اعتقادی، سبک دلبستگی زوجها، آداب خانوادگی، همکاری در مراقبت از نوزاد، صمیمیت، تعهد، شناخت، عاطفه، الگوهای رفتاری، حمایت اجتماعی، خشونت، استرسهای زندگی، اسنادهای ناسازگار، و تغییر منفی رفتار همسر است.

ب) محیطی که زوجها در آن زندگی می‌کنند، یعنی اوضاع و موقعیتی که احتمالاً برای زوجها مهم و جالب توجه است. محیطهای مرتبط با رضایتمندی زناشویی عبارتند از: فرزندان، تاریخچه زندگی، ویژگیهای همسر و خانواده اصلی زوجها و فشارهای زندگی و انتقالها (مراحل گذر). مطالعاتی که در این زمینه انجام گرفته، اغلب به حوادث آسیب‌زا، عوامل فشارزای اقتصادی و شغلی یا مجموعه وسیعی از عوامل استرس‌زا و حوادثی که زوجها با آنها مواجه می‌شوند، همچون افسردگی، بیماریهای روانی یا مزمن، فرزند معلول یا مختل از لحاظ رفتاری اشاره دارد.

به نظر می‌رسد رضایت یک متغیر نگرشی است و رضایت از زندگی زناشویی، قضاوت و درک شخصی، نسبت به کیفیت زندگی که فرد بر اساس معیار شخصی خود انتخاب می‌کند.(۱۵)

از آنجا که آمار طلاق در کل جهان در حال افزایش است و این افزایش تا حدّی است که برخی کشورها با بحران مواجه شده‌اند، به همین سبب در دهۀ گذشته پژوهشگران بسیاری عوامل مؤثر در استحکام و رضایتمندی زناشویی را بررسی کرده‌اند. امروزه آموزش خانواده در زمینه‌های مختلف به ویژه در زمینه ایجاد رضایت زناشویی نقش مؤثری داشته است و آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی نقش مهمی را در این زمینه ایفا می‌کند. جنبش غنی‌سازی روابط سهم بزرگی را در رشد و بالندگی میلیونها زوج به خود اختصاص داده است. غنی‌سازی، حرکت برای رشد رابطه زناشویی است و به تقویت رابطه از طریق ایجاد اهداف برای ازدواج می‌انجامد. غنی‌سازی به شیوه‌های مختلفی صورت می‌گیرد و هر کدام از این شیوه‌ها میزان تأثیرگذاری متفاوتی دارند. به طور کلی برنامه غنی‌سازی زندگی زناشویی در زمینه آموزش ارتباطات به زوجها، حل تعارضات در میان آنان، مدیریت مالی، رضایتمندی زناشویی، فعالیتهای زوجها در هنگام فراغت، عقاید مذهبی هریک از طرفین، رابطه بچه‌ها و والدین، رابطه خانواده و دوستان، انتظارات واقعی هر یک از زوجها از همدیگر، انتظارات جنسی و نقش خویشاوندان در زندگی زناشویی فعالیت می‌کند و در این زمینه‌ها به زوجها آموزش می‌دهد. این آموزشها عمدتاً آموزش مهارتهای ارتباطی، ایجاد رضایتمندی از ارتباط، گوش دادن فعال، مهارتهای کنترل تعارض و کشمکش، مهارتهای حل مسئله، یادگیری رفتار جرأت‌ورزانه، کنترل عواطف و هیجانات، افزایش آگاهی و شناخت زوجها از خویشتن، دیگری و زندگی مشترک و تحکیم روابط و مناسبات عاطفی میان آنها را شامل می‌شود. در بسیاری از برنامه‌های غنی‌سازی روابط 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.(۱۶)

غنی‌سازی روابط، رویکردی آموزشی برای بهبود روابط زوجین است و هدف آن کمک به زوجها برای آگاهی از خودشان و همسرشان، کاوش احساسات و افکار همسرشان، گسترش همدلی و صمیمیت و رشد ارتباط مؤثر و مهارتهای حل مسئله است.(۱۷)، سیاست‌گذاران، محققین و روان‌درمانگران کشور ایران تاکنون توجه چندانی به شیوه‌های پیشگیرانه از جمله غنی‌سازی روابط نداشته‌اند و این روشها نیاز به بررسی علمی بیشتری دارد.(۱۸)

نظر به اهمیت نقش کاربردی زنان معلم در آموزش غنی‌سازی روابط و تأثیر این گروه بر دیگر اقشار جامعه به عنوان الگو، این مطالعه با هدف تأثیر آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی بر رضایتمندی زناشویی معلمان زن مقطع ابتدایی شهر بیرجند در سال ۱۳۹۱ انجام شد.

[Downloaded from mcj.bums.ac.ir on 2026-11-02]

روش بررسی

این مطالعه نیمه‌تجربی از نوع پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل بر روی هشتاد نفر از معلمان زن مقطع ابتدایی شاغل در آموزش و پرورش شهر بیرجند که به روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای انتخاب و در دو گروه مداخله (چهل نفر) و کنترل (چهل نفر) قرار گرفتند، انجام شد. بدین صورت که ابتدا شهر بیرجند به دو منطقه شمال و جنوب تقسیم و سپس به روش نمونه‌گیری خوشه ای از هر منطقه دو مدرسه ابتدایی دخترانه به عنوان گروه مداخله و دو مدرسه به عنوان گروه کنترل انتخاب و سپس در هر مدرسه کلیه معلمان زن و متأهل که تمایل به شرکت در مطالعه داشتند، به عنوان نمونه انتخاب شدند.

حجم نمونه بر اساس فرمول $n=\frac{2(Z_1-B+Z_1-d_2)^2\sigma^2}{d^2}$ و نتایج مطالعه Isanezhad و همکاران(۱۹) و با توجه به σ=۲، α=۰/۰۵، β=۰/۱ و d=۱/۵ در هر گروه ۳۸ نفر برآورد گردید که در این مطالعه در گروه مداخله و کنترل چهل نفر وارد مطالعه شدند.

ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه رضایتمندی زناشویی (MSQ) بود. این پرسشنامه توسط Salehi Fedardi گردآوری شده(۲۰) و دارای ۴۹ سؤال و چهار مقیاس جاذبه، تفاهم، طرز تلقی و سرمایه‌گذاری می‌باشد. پاسخ‌ها بر اساس طیف چهار درجه‌ای لیکرت از مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۴ نمره‌گذاری می‌شود. این مقیاس بر روی ۱۴۲ دانشجوی زن و مرد متأهل دانشگاه فردوسی مشهد اجرا گردید. پس از جمع‌آوری اطلاعات، اعتبار پرسشنامه به روش Cronbach Alpha محاسبه که به عنوان شاخصی از همسانی درونی پرسشنامه در نظر گرفته شد. Cronbach Alpha برای رضایتمندی زناشویی در کل ۰/۸۸ و مقیاسهای جاذبه ۰/۶۴، تفاهم ۰/۶۴، طرز تلقی ۰/۶۷ و سرمایه گذاری ۰/۶۵ به دست آمد.(۲۱)

معلمان گروه مداخله در هشت جلسه نود دقیقه‌ای آموزش مهارتهای غنی‌سازی روابط زناشویی شرکت کردند و معلمان گروه مداخله در این مدت هیچ نوع آموزش و یا مشاوره‌ای دریافت نکردند. برنامه مداخله‌گرانه به شرح زیر طراحی، تهیه و اجرا شد:

جلسه اول (مرحله جهت‌گیری):آشنایی با اعضای گروه، بیان مقررات گروه، بحث در مورد اهداف برنامه، اجرای پیش‌آزمون، ارائه تکلیف.

جلسه دوم (تقویت مرحله جهت‌گیری): ارائه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، آموزش مهارتهای صحبت کردن و مذاکره، مدل‌سازی مهارتها برای اعضا، ارائه تکلیف.

جلسه سوم (تعریف دقیق مسئله): بررسی کوتاه از تکلیف جلسه قبل، آموزش مهارت خودابزاری و مهارت همدلی، مدل‌سازی مهارتها برای اعضا، ارائه تکلیف خانگی.

جلسه چهارم (تهیه فهرستی از راه‌حلهای مختلف): ارائه گزارش تکلیف جلسه قبل، آموزش مهارت حل تعارض، مدل‌سازی مهارتها برای اعضا، ارائه تکلیف خانگی.

جلسه پنجم (ارزیابی راه‌حلهای مطرح شده و انتخاب بهترین راه‌حل): مرور تکلیف جلسه قبل، آموزش مهارت آماده‌سازی و تسهیل و مدل‌سازی مهارتها برای اعضا، ارائه تکلیف.

جلسه ششم (تصمیم‌گیری و اجرای راه‌حل انتخاب شده): ارائه گزارش تکلیف جلسه قبل و دادن بازخورد، آموزش مهارت تغییر خود، آموزش مهارت تغییر همسر، مدل‌سازی مهارتها، ارائه تکلیف.

جلسه هفتم (تأکید بر تفکر وسیله‌ای- هدفی و ارزیابی): بررسی تکالیف افراد و اعطای امتیاز، سازماندهی شناختی مراحلی که تاکنون آموزش داده شده، آموزش مهارتهای انتقال و تعمیم، ارائه تکلیف.

جلسه هشتم (مرور مراحل قبل): بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش مهارت نگهداری و تداوم، اختتام جلسات، اجرای پس آزمون.

داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS ویرایش ۱۶ و آزمونهای آماری Independent T Test، Paired T Test، Kruskal-Wallis و Mann-Whitney U در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ تجزیه و تحلیل شدند.

[Downloaded from mcj.bums.ac.ir on 2026-11-02]

یافته‌ها

از هشتاد معلم زن موردمطالعه، چهل نفر در گروه مداخله و چهل نفر در گروه کنترل قرار گرفتند. گروه کنترل بر اساس سن و محل خدمت همتاسازی شدند.

بر اساس نتیجه Paired T Test، میانگین نمره رضایتمندی زناشویی در گروه مداخله بعد از آموزش نسبت به قبل از آن افزایش معنی‌داری داشت ولی در گروه کنترل تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. (جدول ۱)

نتیجه Independent T Test نشان داد میانگین تغییرات نمره رضایتمندی زناشویی در کل و مؤلفه‌های آن قبل و بعد از آموزش در گروه مداخله نسبت به کنترل به طور معنی‌داری بیشتر بود. (جدول ۲)

در گروه مداخله، میانگین تغییرات نمره رضایتمندی زناشویی در معلمان دارای تحصیلات لیسانس و فوق‌لیسانس نسبت به معلمان دارای تحصیلات دیپلم و فوق‌دیپلم به طور معنی‌داری بیشتر بود(p=۰/۰۱) ولی میانگین تغییرات نمره رضایتمندی زناشویی قبل و بعد از آموزش در دو گروه مداخله و کنترل بر حسب سایر متغیرهای دموگرافیک تفاوت معنی‌داری نداشت.

جدول ۱: مقایسه میانگین نمره رضایتمندی زناشویی قبل و بعد از آموزش در دو گروه مداخله و کنترل

مرحله / گروه	قبل از آموزش انحراف‌معیار±میانگین	بعد از آموزش انحراف‌معیار±میانگین	P-value مربوط به مقایسه قبل و بعد
مداخله	۱۴۴/۸۲±۲۰/۲۱	۱۶۸/۷۰±۱۹/۴۵	۰/۰۰۱
کنترل	۱۵۳/۲۰±۲۱/۹۴	۱۵۴/۵۷±۲۱/۸۸	۰/۳۴

جدول ۲: مقایسه میانگین تغییرات نمره رضایتمندی زناشویی و مؤلفه‌های آن قبل و بعد از آموزش در دو گروه مداخله و کنترل

متغیر / گروه	مداخله انحراف‌معیار±میانگین	کنترل انحراف‌معیار±میانگین	P-value مربوط به مقایسه دو گروه
جاذبه	۵/۲۷±۵/۵۸	۳/۳۱±۰/۱۰	۰/۰۰۱
تفاهم	۵/۵۵±۵/۳۵	۳/۰۴±۱/۰۷	۰/۰۰۱
طرز تلقی	۷/۰۲±۶/۴۳	۴/۲۱±۱/۱۰	۰/۰۰۱
سرمایه‌گذاری	۶/۰۲±۵/۶۳	۲/۸۲±۰/۹۰	۰/۰۰۱
رضایتمندی زناشویی در کل	۲۳/۹±۱۹/۶	۹/۰۳±۱/۳۷	<۰/۰۰۱

بحث

یافته‌های مطالعه حاضر نشان داد آموزش غنی‌سازی روابط در افزایش رضایتمندی زناشویی معلمان مؤثر است. مطالعات مختلفی اثربخشی برنامه‌های مختلف غنی‌سازی را بر افزایش رضایتمندی زوجها بررسی کرده‌اند. مطالعه‌ای توسط Isanezhad با هدف بررسی اثربخشی آموزش غنی‌سازی روابط بر بهبود کیفیت روابط زناشویی زوجین بر روی ۳۶ زوج مراجعه کننده به مرکز جامع پزشکی و مشاوره اصفهان انجام شد. نتایج نشان داد غنی‌سازی روابط بر بهبود کیفیت زناشویی زوجین(p<۰/۰۵) و ابعاد آن شامل توافق زناشویی، رضایت زناشویی و انسجام زناشویی تأثیر معنی‌داری دارد(p<۰/۰۱). همچنین نتایج پیگیری پس از یک ماه بین گروه آزمایش و کنترل در میانگین نمره کیفیت روابط زناشویی و ابعاد آن تفاوت معنی‌داری را نشان داد (p<۰/۰۰۱) و اثر غنی‌سازی پس از یک ماه باقی مانده بود.(۱۹)

Nazari و Birami در مطالعه‌ای به بررسی و مقایسه اثربخشی برنامه غنی‌سازی ارتباط و مشاوره راه‌حل محور بر رضایت زناشویی زوجینی که هر دو شاغلند، پرداخته‌اند. نتایج این

[Downloaded from mcj.bums.ac.ir on 2026-11-02]

مطالعه که بر روی ۳۴ زوج انجام شد، نشان داد که هر دو رویکرد تأثیر معنی‌داری بر افزایش ابعاد مختلف سازگاری داشته ولی غنی‌سازی روابط بر ابعاد پرخاشگری، زمان با هم بودن و مسائل مالی اثربخشی بیشتری نشان داده است. همچنین غنی‌سازی روابط باعث افزایش رضایتمندی زناشویی، استقلال، صمیمیت و پذیرش در بین زوجین شده است. نتایج پیگیری پس از سه ماه نشان داد که مداخله اثربخشی خود را همچنان حفظ کرده است.(۲۲)

Fowers و Olson در مطالعه‌ای اثربخشی برنامه غنی‌سازی زوجها را بر روی صد و نود زوج بررسی کردند. نتایج نشان داد که این برنامه می‌تواند به زوجها در بهبود ارتباطات و حتی به تصمیم ادامه زندگی به جای طلاق کمک کند.(۲۳)

Brooks و همکاران زوج درمانی گروهی به شکل غنی‌سازی روابط را بر روی ۲۲ زوج اجرا کردند و نتایج نشان داد که این دوره باعث افزایش صمیمیت، تعهد، اعتماد و سازگاری زناشویی شده است. پیگیری بعد از شش ماه فقط برای سازگاری صورت گرفت که نتایج نشان داد غنی‌سازی همچنان اثربخشی خود را حفظ کرده است.(۲۴)

نتایج مطالعه Cunningham نشان داد شرکت‌کنندگان در یکی از برنامه‌های غنی‌سازی در مقایسه با قبل از آموزش، افزایش معناداری در رضایتمندی زناشویی داشتند.(۲۵)

Duquette در مطالعه‌ای اثربخشی غنی‌سازی روابط را بر افزایش سازگاری زناشویی و سازگاری عمومی زوجهای مبتلا به HIV بررسی کرد که نتایج نشان داد این مداخله اثربخش بوده است. همچنین زوجهای شرکت‌کننده در این دوره‌ها، آمادگی و پذیرش بیشتری برای یادگیری نحوه برخورد با بیماریشان نشان دادند و به توصیه‌های متخصصان عمل می‌کردند.(۲۶)

نتایج مطالعه Shollenberger در زمینه اثربخشی غنی‌سازی روابط بر ارتقای رضایت زناشویی بر روی ۲۸ زوج نشان داد که این شیوه باعث افزایش رضایت زناشویی، توافق و همفکری در مسائل زناشویی شده است، این شواهد نشان می‌دهد که غنی‌سازی روابط اعتبار مناسبی را در بلندمدت نشان می‌دهد.(۲۷)

Carson و همکاران در مطالعه‌ای با هدف بررسی اثربخشی غنی‌سازی روابط بر ابعاد روابط زناشویی به این نتیجه دست یافتند که غنی‌سازی روابط باعث افزایش رضایتمندی زناشویی، استقلال، صمیمیت و پذیرش در بین زوجین شده است. همچنین نتایج پیگیری پس از سه ماه نشان داد که مداخله اثربخشی خود را همچنان حفظ کرده است.(۲۸)

نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج مطالعه حاضر مبنی بر تأثیر آموزش برنامه غنی‌سازی بر رضایتمندی زناشویی معلمان، می‌توان از برنامه غنی‌سازی به عنوان یک برنامه مناسب جهت افزایش رضایتمندی زندگی زناشویی افراد استفاده کرد. با توجه به اینکه معلمان الگوی بسیاری از افراد جامعه خصوصاً نسل جوان می‌باشند، باید بتوانند با غنی‌سازی روابط تعاملی مفید با دیگران خصوصاً همسران خود داشته باشند تا با داشتن خانواده مستحکم و پایدار الگو بوده و هم تعادلی مفید بین جامعه و خانواده ایجاد کنند. از طرفی چون آموزش غنی‌سازی یک برنامه پیشگیرانه است و می‌تواند از وخیم شدن تعارضات زناشویی جلوگیری کند، لذا ایجاد و توسعه مرکزی برای ارائه این‌گونه آموزشها توصیه می‌شود.

REFERENCES

1-Mohamadi ray shahri M. Mizan alhekmah. 1 nd ed. Ghom: darolhadic; 2004. [Persian]

2-Afrouz GA. Family psychology: great partners. 7 nd ed.Tehran: Parent-Teacher Interview; 2009. [Persian]

3-Rosen-Grandon JR, Myers JE, Hattie JA. The Relationship between Marital Characteristics, Marital Interaction Processes, and Marital Satisfaction. Journal of Counseling & Development; 2004; 82(1):58-68.

4-Sarookhani B. An introduction on family sociology. 13th. Tehran: Soroush publications. 2010.[Persian]

5-Gurman AS. Clinical handbook of couple therapy. 4th ed. New York: The Guilford Press; 2008.

[Downloaded from mcj.bums.ac.ir on 2026-11-02]

6-Greeff AP, Malherbe HL. Intimacy and marital satisfaction in spouses. J Sex Marital Ther. 2001; 27(3):247-57.

7-Aslani K. The role of communication skills on family performance in married university students. Journal of Social Welfare. 2004; 4(14):115-36.[Persian]

8-Burleson BR, Denton WH. The relationship between communication skills and Marital satisfaction: Some moderating effects. J Marriage Fam. 1997; 59(4):884-902.

9-Bolton R. Psychology of Human Relations.Translated by: Sohrabi HR. 7th. Tehran: Roshd Publication. 2014.

10-Bandura A, Locke EA. Negative self- efficacy and goal revisited. J Appl Psychol. 2003;88(1):87-99.

11-Ferasat Z, Navabinejad SH, Sanaei Zaker B. Study and comparison the source of control and marital of satisfaction among employed women and housekeeper women of the city Tehran. Counseling Research & Developments. 2004; 3(9,10): 103-17.[Persian]

12-Firoozi M. Study the relationship of style, couple interest and psychological agreements with infertility. [MS Dissertation]. Iran. Tehran: Tehran University; 2001.[Persian]

13-Khoshnevisan Z, Afrooz GH. The relationship of efficacy with depression, anxiety and stress. Thought & Behavior in Clinical Psychology. 2011; 5(20):73-80.[Persian]

14-Hahlweg K, Markman H. Brief couple therapy. Translated by: Ghasemzadeh H. Tehran: fara ravan; 2005. [Persian]

15-Fincham FD, Bradbury TN. The assessment of marital quality: A reevalution. J Marriage Fam.1987; 49(4):797-809.

16-Olia N. The effect of marriage enrichment education on enhancing marital satisfaction in couples of Isfahan city. [MS Dissertation]. Iran. Isfahan: University of Isfahan; 2006. [Persian]

17-Bowling TK, Hill CM, Jencius M. An overview of marriage enrichment.The Family Journal. 2005;13 (1):87-94.

18-Ahmadi Z, Ahmadi A, Fatehizade M. The effectiveness of brief object relationship couple therapy on couple relation styles. Journal of Family Research. 2006: 2(6):105-17.[Persian]

19-Isanezhad O, Ahmadi SA, Etemadi A. Effectiveness of relationship enhancement on marital quality of couples. J Behav Sci. 2010; 4(1):9-16.[Persian]

20-Salehi Fedardi J. The development and validation of Marital satisfaction questionnaire on a sample ofstudents of ferdowsi university. Psychotherapical Novelties. 1999;4(13):84-93. [Persian].

21-Shahabi A. The relationship between stress, depression, anxiety, self-efficacy and marital satisfaction. [Ms Dissertation]. Iran. Birjand : Azad university; 2010.[Persian]

22-Nazari AM, Birami M. The effect of solution-focused counseling on marital satisfaction scale aggression, togetherness, financial issues and sexual satisfaction in couples both working. Journal of Psychology Tabriz University. 2008; 3(9):93-117.[Persian]

23-Fowers BJ, Olson DH. Enrich marital inventory: a discriminant and cross-validity assessment. J Marital Fam Ther. 1989; 15(1):65-79.

24-Brooks LW, Guerney B, Mazza N. Relationship enhancement couples group therapy. J Fam Soc Work. 2002; 6(2):25-42.

25-Cunningham M. Satisfying unions through couples communication and enhancement skills: a secondary prevention and enhancement program for married couples.[Dissertation].Texas: A & M University, 2003.

26-Duquette DR. A Program design of a relationship enhancement seminar for same-sex couples who are HIV sero-discordant.[Disseration]. Carlos: Albizu University. 2001.

[Downloaded from mcj.bums.ac.ir on 2026-11-02]

27-Shollenberger MA. Increasing marital adjustment in graduate students and their spouse through relationship enhancement. [PhD Dissertation]. State University: Counselor Education. 2001.

28-Carson JW, Carson KM, Gil KM, Baucom DH. Mindfulness-based Relationship Enhancement. Behavior Therapy. 2004; 35(3):471-94.

[Downloaded from mcj.bums.ac.ir on 2026-11-02]

Abstract *Original Article*

Evaluating the impact of relationship enrichment education on marital satisfaction of primary school female teachers in Birjand, 2012

M. Miri[1], M.R. Miri[2], Gh. Sharifzadeh[3], M. Miri[4]

Background and Aim: Marriage and marital life plays a basic role in the elevation and mental health of the humankind, and life satisfaction plays an important part in family's normal functions. The aim of this study was to investigate the impact of relationship enrichment education on marital satisfaction of primary school female teachers in Birjand.

Materials and Methods: In this quasi-exprimental study (pre-test, post-test, and control group), 80 female teachers working in Birjand primary schools were selected with multi-stage sampling method. Participants were allocated to control (n=40) and experiment (n=40) groups. Education of marital relationship enrichment skills was provided for the experiment group in eight 90-min sessions accompanied by group discussion. Data were collected by the 49-item Marital Satisfaction Questionairre. Data were analyzed in SPSS (version 16) by Independent t test, Paired t test, Kruskal-Wallis, and Mann-Whitney (U) tests at the level of $\alpha \leq 0.05$.

Results: Significant differences were observed in the cases after the intervention concerning marital satisfaction and its components (p=0.001). However, there was no significant difference in the controls after the intervention in terms of marital satisfaction or its components (p>0.05).

Conclusion: The relationship enrichment educational program was effective in elevating the marital satisfaction quality and its components (attraction, understanding, attitude, and investment). Therefore, this enrichment program can be used as an effective intervention to increase marital satisfaction.

Keywords: Understanding; Attraction; Marital Satisfaction; Relationship Enrichment; Attitude; Female Teachers

Modern Care, Scientific Quarterly of Birjand Nursing and Midwifery Faculty. 2014; 11 (3):177-185

Received: August 6,2013 ***Accepted: November 19, 2014***

Corresponding Author: Mohamad Reza Miri, Department of Health, Faculty of Public Health, Birjand University of Medical Sciences, Birjand, Iran. miri_moh2516@yahoo.com

[1] M.A. Student of Educational Psychology, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Birjand Branch, Birjand, Iran.

[2] Research Center of Social Factors Affecting Health and Associate Professor, Department of Health, Faculty of Public Health, Birjand University of Medical Sciences, Birjand, Iran.

[3] Research Center of Hepatitis and Assistant Professor, Department of Health, Faculty of Public Health, Birjand University of Medical Sciences, Birjand, Iran.

[4] Research Center of Social Factors Affecting Health and M.A. Student of Health Education, Faculty of Public Health, Birjand University of Medical Sciences, Birjand, Iran.

[Downloaded from mcj.bums.ac.ir on 2026-11-02]