

بررسی اثر بخشی طرح تایم (غنی سازی ازدواج) بر رضایت زناشویی

زوج‌های دانشجو

زهرا عدالتی شاطری^۱، حمید رضا آقا محمدیان شعر باف^۲، مرتضی مدرس غروی^۳، حسین حسن آبادی^۴

۱- کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران (مؤلف مسؤول) تلفن ۰۵۱۱-۸۶۴۸۰۰۲ zohreedalaty@yahoo.com

۲- استاد گروه روانشناسی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران

۳- استادیار گروه روان پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

۴- استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران

چکیده

زمینه و هدف: اگرچه ازدواج یکی از مهمترین تصمیمات زندگی هر فرد است، اما زوجها معمولاً وقت و انرژی صرف آماده شدن برای ورود به این رابطه نمی‌کنند و بسیاری از زوجها در همان سالهای اول ازدواج خود تعارضات زناشویی قابل توجهی تجربه می‌کنند. از آنجا که نابسامانی ارتباط زناشویی با بسیاری پیامدهای طولانی مدت جسمی و روانی مرتبط است، پیشگیری از این عواقب آسیب‌زا جزء اولویتهای روانشناسان و متخصصان حیطه سلامت شده است. یکی از رویکردهای پر کاربرد و معروف در این زمینه غنی سازی ازدواج است. غنی سازی ازدواج رویکردی است آموزشی با هدف ارتقا ارتباط زوجها، که تلاش می‌کند زوجها را نسبت به خودشان و همسرشان آگاه سازد، همدلی و صمیمیت را تقویت نماید، و مهارتهای ارتباط کارآمد و حل مساله آنها را گسترش دهد. در این مقاله سودمندی یکی از برنامه‌های غنی سازی ازدواج بر روی زوجها ایرانی ارزیابی شده است.

روش بررسی: مطالعه حاضر از نوع شبه آزمایشی است و طرح مورد استفاده دو گروه ناهمسان با پیش آزمون و پس آزمون است. ۱۵ زوج در این مطالعه شرکت داشتند. دو مقیاس رضایت زناشویی انریچ و تطابق دو نفری (داس) برای ارزیابی رضایت‌مندی زناشویی زوجها در سه مقطع پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری مورد استفاده قرار گرفت. ۸ زوج (گروه آزمایشی) آموزش‌های ده هفته‌ای برنامه غنی سازی تایم را دریافت نمودند و ۷ زوج دیگر (گروه کنترل) هیچ آموزشی دریافت نکردند. داده‌ها با کمک آمار توصیفی و استنباطی تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج حاکی از عدم تغییر نمرات گروه کنترل در مقیاس‌های طی مدت مطالعه بود. در حالی که نمرات گروه آزمایش بهبود معناداری در پس آزمون داشت و این بهبود تا مرحله پیگیری نیز حفظ شده بود، هم در مقیاس انریچ و هم در مقیاس داس ($p < 0.001$).

نتیجه‌گیری: یافته‌های این پژوهش سودمندی آموزش‌های برنامه غنی‌سازی ازدواج در افزایش رضایت‌مندی زناشویی در نمونه‌ای از زوجها ایرانی را تایید می‌کند.

کلید واژه‌ها: غنی سازی ازدواج، طرح تایم، رضایت‌مندی زناشویی

وصول مقاله: ۸۸/۹/۱۰ اصلاحیه نهایی: ۸۸/۱۰/۷ پذیرش مقاله: ۸۸/۱۰/۲۱

مقدمه

تنظیم این روابط، پیوند زناشویی است (۱). طی دهه‌های گذشته، با تغییر ساختارهای اجتماعی و حذف ارتباطات خانواده گسترده و اجتماعات مکمل، ارتباط زناشویی

یکی از وظایف هنجارهای اخلاقی جوامع، تنظیم صحیح روابط زن و مرد است و انسانی‌ترین روش برای