

در میان انسان‌ها نیاز و تمایل فراوانی به تعامل و برقراری ارتباط با دیگران وجود دارد. انسان به این دلیل درگیر ارتباط می‌شود تا هویت یابد؛ با دیگران پیوند برقرار کند؛ و امکانات موجود را کشف و مشکلات خود را رفع کند (Wood, 2006). ارتباط مؤثر، موجب شکوفایی و بهبود کیفیت روابط بین افراد می‌شود. این در حالی است که ارتباطات غیر مؤثر مانع شکوفایی انسان می‌شود و روابط را تخریب می‌سازد. ارتباط، سراسر زندگی انسان را دربر گرفته است؛ انسان به کمک ارتباط زنده می‌ماند؛ رشد و تکامل می‌یابد و سعادت و خوشبختی وی تا حد زیادی به چگونگی ارتباط برقرار کردن او با دیگران بستگی دارد (سیاوشی و نوابی‌نژاد، ۱۳۸۴). ارتباطات یکی از قدیمی‌ترین و بهترین برون‌دادهای انسان است که موجب تداوم زندگی و کمک گرفتن از دیگران در گذشته و اکنون است (Mohammadi, esmaeily, Nik, 2010, p. 1490-1492).

ازدواج مهم‌ترین و اساسی‌ترین رابطه بشری توصیف شده است؛ زیرا ساختار اولیه برای بنا نهادن رابطه خانوادگی و تربیت کردن نسل آینده را فراهم می‌سازد (Larson, & Holman, 1994, p. 228-237). ارتباط بین زن و شوهر، به‌عنوان طولانی‌ترین نوع ارتباط، همواره کانون توجه بوده است. این ارتباط، فرایندی است که طی آن زن و شوهر به‌صورت کلامی و غیرکلامی به تبادل احساسات و افکار می‌پردازند (نوابی‌نژاد، ۱۳۷۷، ص ۸۱). ارتباط کارآمد میان زن و شوهر، اساسی‌ترین جنبه برای عملکرد مطلوب در خانواده به شمار می‌آید (ترکان و همکاران، ۱۳۸۵). خانواده را به مؤسسه یا نهاد اجتماعی تعریف کرده‌اند که از پیوند زناشویی زن و مرد شکل می‌گیرد. از جمله مظاهر زندگی اجتماعی انسان، وجود تعامل سالم و سازنده میان انسان‌ها و برقرار بودن عشق به هم‌نوع و ابراز صمیمیت و همدلی است (Edalati, & Redzuaun, 2010, p. 132-137). عشق مهم‌ترین عامل در انتخاب زوج است؛ زیرا عشق صرف‌نظر از جنبه‌های روماتیک و جنسی آن، شامل استعداد فرد برای پذیرش تعهد نسبت به دیگران می‌باشد. گاهی این تعهد مستلزم از خودگذشتگی و فداکاری است. این نوع عشق که باعث موفقیت در زندگی زناشویی است، هنگامی می‌تواند بروز کند که شخص عمیقاً قادر به محبت کردن، احترام گذاشتن، رسیدگی و قبول مسئولیت در برابر دیگران باشد (عبدالملکی، ۱۳۸۷).

در منابع اسلام نیز بر لزوم محبت و توجه به همسر تأکید شده است. خداوند سبحان در قرآن چنین می‌فرماید:

از نشانه‌های خدا این است که از جنس خودتان برای شما همسرانی آفرید تا در کنار آنان به سکون و آرامش درآید و بین شما دوستی و مودت قرار داد. به‌درستی که در این کار، نشانه‌ای است برای افرادی که اهل تفکر و اندیشه‌اند (روم: ۲۱).

بررسی اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای (TA) مذهب‌محور بر میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی

نجمه حمید* / مصطفی دهقانی**

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور بر میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی بوده است. طرح این پژوهش از نوع تجربی، پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل با پیگیری بوده است. از میان زوج‌های با مشکلات خانوادگی و تعارضات زناشویی مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره محقق، و با استفاده از نمونه‌گیری در دسترس، تعداد سی زوج انتخاب و به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش طی هشت جلسه ۴۵ دقیقه‌ای تحت آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور قرار گرفتند؛ اما گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. ابزار پژوهش عبارت بود از: ۱. مقیاس عشق و علاقه؛ ۲. پرسش‌نامه احترام به همسر؛ ۳. پرسش‌نامه رضایت زناشویی اینترچ. داده‌های حاصل، با روش تحلیل واریانس چندمتغیری تجزیه و تحلیل شدند. نتایج به‌دست‌آمده آشکار ساخت که میان گروه آزمایش و کنترل، از لحاظ میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی تفاوت معناداری وجود دارد ($p < 0.001$)؛ یعنی میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی در گروه آزمایش، به‌گونه‌ای معنادار، بالاتر از پیش‌آزمون و گروه کنترل بوده است. این نتایج، همچنان در دوره پیگیری به‌گونه‌ای معنادار پایدار بوده است ($p < 0.001$).

کلیدواژه‌ها: تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور، عشق و علاقه، احترام به همسر، رضایت زناشویی.

دپاول می‌گوید که تعامل ارتباط صحیح در بین اعضای خانواده، سبب ایجاد همدلی، علاقه و صمیمیت، و درک احساسات یکدیگر می‌شود (DePaul, 2006, p. 382-680).

یافته‌های فیشر نشان داد که بین عشق و رضایت زناشویی، رابطه مثبت معناداری وجود دارد (Fisher, 2006, p. 87-115). یکی از جنبه‌های بسیار مهم یک نظام زناشویی، رضایتی است که همسران در ازدواج تجربه می‌کنند (Taniguchi, 2006, p. 253-256). عشق به همسر، زیربنای رضایت از زندگی را تشکیل می‌دهد و رضایت زناشویی، حاصل رابطه زناشویی عاشقانه کنونی فرد است (Edalati, & Redzuan, 2010, p. 132-137). پژوهشگران، هنگام مطالعه رضایت زناشویی دریافتند که رضایت زناشویی، در طی مراحل اولیه زندگی (ازدواج) افزایش می‌یابد و در طول ده تا بیست سال بعد، رو به کاهش می‌رود (Huber, et al, 2010, p. 347-456).

رضایت یک فرد از زندگی زناشویی، به‌منزله رضایت وی از خانواده محسوب می‌شود. همچنین رضایت از خانواده، به‌مفهوم رضایت از زندگی است و در نتیجه، تسهیل در امر رشد و تعالی و پیشرفت مادی و معنوی جامعه را در پی خواهد داشت (Ahmadi, et al, 2010, p. 682-687). مورریسن در پژوهش خود نشان داد که ارتباط میان فردی همراه با سطح توجه و علاقه بالا، با کیفیت روابط زناشویی ارتباط مثبت دارد (Morrison, 2000, p. 25-37). کرادوک درباره مقوله‌های مؤثر بر رضایت زناشویی تحقیق کرده و به این نتیجه رسیده است که زوج‌هایی که سازگاری، هم‌بستگی، انعطاف‌پذیری و ارتباط غنی‌تری داشته‌اند، از رضایت زناشویی بیشتری برخوردار بوده‌اند (Craddoc, 2007, p. 11-16).

از عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی، احترام به همسر است. بررسی اثرات روانی علاقه و احترام بر زندگی، از جهات مختلف دارای اهمیت است؛ از جمله اینکه نظریه‌پردازان بزرگ همچون مزلو، راجرز، راتر، ماری، اریک فرام، و هورنای نیاز به احترام و محبت را از مهم‌ترین نیازهای روانی انسان برشمرده‌اند (شولتز، ۲۰۰۵، ص ۲۴۴-۱۷۴). دپاول برخی از ویژگی‌های خانواده دارای عملکرد مطلوب را این‌گونه عنوان می‌کند: تعامل ارتباطی باز؛ کنترل و مهار فشارهای روحی روانی به‌طور مؤثر؛ همدلی؛ رهبری؛ ابراز محبت و علاقه؛ احترام به همسر؛ و مسئولیت‌پذیری شخصی.

خانواده‌درمانگران، اغلب بیان می‌کنند که ارتباطات ضعیف در درون خانواده، موجب مشکلات خانوادگی شدید، شکست در حل مشکلات، فقدان عشق و صمیمیت، و جدا شدن زوجین می‌شود (Peterson & Gfeen, 2009). شکست و ضعف در برقراری ارتباط، یکی از رایج‌ترین مشکلاتی است که همسران ناراضی گزارش می‌دهند. همچنین دشواری‌های ارتباطی، تنها علت اختلافات زناشویی نیست؛ اما مشخص‌کننده روابط پریشان است و مشکلات را تشدید می‌کند (عزیزی، ۱۳۸۶).

یکی از مؤثرترین نظریه‌های روان‌شناختی که به حل مشکلات روابط انسانی می‌پردازد، نظریه تحلیل رفتار متقابل (تحلیل ارتباط محاوره‌ای) برن است (Murakamia et al, 2006, p. 164-167). این نظریه در زمینه‌هایی که به درک افراد، روابط بین فردی و ارتباطات نیاز باشد، به کار می‌رود (Stewart & Joines, 2009, p. 63). تحلیل ارتباط محاوره‌ای، یک روان‌شناسی اجتماعی و نیز روشی برای بهبود بخشیدن به ارتباطات است و در حقیقت، یک نظریه جهانی ارتباط برای انواع گوناگون فرهنگ‌هاست (Chapman, 2007). نظریه تحلیل ارتباط محاوره‌ای، یکی از نظریاتی است که به روابط بین فردی و واکنش‌های متقابل افراد با یکدیگر بسیار توجه دارد و در زمینه مسائل بین فردی، راهکارهایی ارائه داده است.

در برنامه آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور - که هدف اصلی آن، آگاهی از حالات نفسانی و ایجاد ارتباط سالم و سازنده با خدا، خود و جامعه (محیط اطراف) است - مانند دیگر شیوه‌های مذهب‌محور، طی جلسات درمانگری به بیمار کمک می‌شود تا اعتقادات معنوی و باورهای دینی خود را تقویت کند و به نظم جهان هستی، وجود قدرت مطلق پروردگار و رحمت الهی توجه کرده، بر آن تمرکز نماید. تقویت «خود الهی‌گونه»، تجربه دینی و نیایش، موجب ایجاد احساس ارتباط اجتماعی فرد با خدا می‌شود. این ارتباط، از جهاتی شبیه به ارتباط با انسان‌هاست که موجب خشنودی فرد در زندگی با مردم، و همچنین در زندگی زناشویی می‌شود. از جمله مفاهیم مطرح در تحلیل ارتباط محاوره‌ای، درک، همدلی، مسئولیت‌پذیری و رضایت است (Stewart & Joines, 2009, p:63). در نتیجه آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای، افراد توانایی بالایی برای بهبود در روابط و تعاملات خود کسب می‌کنند و در نتیجه، رضایت بیشتری از روابط زناشویی خویش خواهند داشت. کنگ در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که الگوی ارتباط سازنده متقابل، یکی از حفاظت‌کننده‌ترین عوامل در برابر استرس، و زمینه‌ساز ایجاد رضایت و پایداری زناشویی است (Kong, 2005, p. 991-995).

کیم و دیگران در پژوهش خود نشان دادند که عمل به باورهای دینی، با هیجان‌ها و عواطف مثبت، مانند خوش‌حالی، شادکامی، مهربانی، اعتماد به نفس، توجه و آرامش، رابطه مثبت دارد (Kim, & Others, 2004, p. 17). حمیدی‌پور و همکاران (۱۳۸۹) در پژوهشی، به بررسی تأثیر زوج‌درمانی گروهی مبتنی بر بخشش بر رضایت زناشویی پرداختند. نتایج نشان داد که گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل، هم در رضایت زناشویی و هم در مهارت بخشش، در مرحله پیگیری، پیشرفت معناداری داشته است. نظری و همکاران (۱۳۹۰) به بررسی مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی

شناختی رفتاری غنی شده و زوج‌درمانی تلفیقی رفتاری در افزایش رضایت زناشویی پرداختند. نتایج نشان داد که هر دو شیوه بر افزایش رضایت زناشویی مؤثر بوده‌اند. نتایج پژوهش روحانی و معنوی‌پور (۱۳۸۷) که به بررسی رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت زناشویی پرداخته‌اند، نشان داد که دین‌داری و شادکامی با رضایت زناشویی، همبستگی مثبت معناداری دارند. مولینز و همکاران در پژوهشی به بررسی رابطه عمل به باورهای دینی با رضایت زناشویی و شادکامی پرداختند. یافته‌ها حاکی از این بود که دین‌داری به‌گونه‌ای معنادار با میزان عشق و محبت و شادکامی همسران همبستگی دارد (Mullins, et al, 2001, p. 43-67). جانسون و همکاران در مطالعه خود به این نتیجه دست یافتند که دین موجب کاهش تعارضات زناشویی و بهبود سلامت روان زوجین می‌شود (Johnson et al, 2005, p. 15-27).

در پژوهشی، به مقایسه اثربخشی گروه‌درمانی شناختی رفتاری همراه با توصیه‌های مذهبی و گروه‌درمانی شناختی رفتاری کلاسیک بر کیفیت ارتباط زناشویی بانوان پرداخته شد. نتایج حاکی از آن بود که اثربخشی گروه درمانی شناختی رفتاری همراه با توصیه‌های مذهبی، در مقایسه با گروه‌درمانی شناختی رفتاری کلاسیک، در افزایش کیفیت ارتباط زناشویی بانوان، به‌گونه‌ای معنادار مؤثر بوده است (زادهوش و همکاران، ۱۳۹۰). بوهولست (۲۰۰۳، به نقل از شفیع‌آبادی، ۱۳۸۹) تأثیر گروه‌درمانی TA را بر رضایت زناشویی بررسی کرد و به نتایج معناداری دست یافت. در پژوهش‌های همامسی (۲۰۰۵)، کورت و دوران (۲۰۰۵) و برابری (۲۰۰۲) اثربخشی درمان TA بر رضایت زناشویی، معنادار بوده است. همان‌گونه که از مطالعات برمی‌آید، خانواده نخستین و محکم‌ترین نهاد اجتماعی است که طی سالیان سال پایدار می‌ماند. یکی از دلایل بروز تعارضات زناشویی و مشکلات زوجین، عدم برخورداری زوج‌ها از مهارت‌های ارتباطی است. با توجه به پیشینه یادشده درباره تأثیر تحلیل ارتباط محاوره‌ای بر زندگی زناشویی، و از آنجاکه عدم ارتباط صحیح، در اغلب موارد موجبات طلاق و جدایی زوج‌ها را فراهم می‌کند و با عنایت به نقش بنیادی مذهب و دین‌داری در زندگی زناشویی و رابطه زوجین، بر آن شدیم تا اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای را بر میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی مورد مطالعه قرار دهیم.

مجموعه‌ای غنی، اما پیچیده از روابط بین پس‌زمینه خانوادگی و زندگی مذهبی و روحانی وجود دارد (Ellison, et al, 2010, p. 538-551). شرکت، پس از انجام مطالعات خود به این نتیجه دست یافت که اختلافات دینی بین اعضای خانواده موجب بروز مشکلاتی برای ادامه زندگی زناشویی می‌شود که

این مسئله خود به کاهش رضایت زناشویی و افزایش تعارضات و اختلافات زناشویی و نیز طلاق می‌انجامد (Sherkat, 2004, p. 47-55).

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که بین باورهای دینی و رضایت زناشویی، رابطه مثبت معناداری وجود دارد (Mullins, et al, 2001, p. 43-67؛ نیکویی و سیف، ۱۳۸۴). جریگان و ناک (نقل از: روحانی و معنوی‌پور، ۱۳۸۸) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که دین بهترین عامل ثبات و پایداری در ازدواج و زندگی زناشویی است. در طول سال‌های اخیر، پژوهش‌های مختلفی در زمینه رابطه مذهب و متغیرهای زندگی زناشویی صورت گرفته است (روحانی و معنوی‌پور، ۱۳۸۸؛ Giblin, 1994, p. 48-53؛ Mullins, 2001, p. 43-67). ماهونی و همکاران در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسیدند که عمل به باورهای دینی موجب مشارکت کلامی، افزایش شادکامی، کاهش چشمگیر پرخاشگری کلامی و تعارضات و اختلافات زناشویی شده و در نهایت، سبب فزونی رضایت زناشویی گردیده است (Mahoney, & Others, 2002, p. 17). ماهونی و دیگران به بررسی نقش سازه‌های دوری و نزدیکی مذهبی در کنش‌های زناشویی پرداختند (Mahoney, et al, 2003, p. 321-338). نتایج حاکی از آن بود که هم در زنان و هم در مردان، متغیرهای سازه‌های نزدیکی به مذهب، مستقیماً در انسجام ازدواج منعکس می‌شود و با سازگاری کلی‌تر در ازدواج، منافع دریافتی، تعارضات زناشویی کمتر، همکاری و نزدیکی کلامی بیشتر، استفاده کمتر از پرخاشگری کلامی و به‌بن‌بست نرسیدن در مواقع عدم توافق، همبستگی دارد.

روش پژوهش

پژوهش حاضر، یک طرح آزمایشی با پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. در این طرح، یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل وجود دارد. پیش از اجرای آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای (TA) مذهب‌محور، آزمون‌های عشق و علاقه، احترام به همسر، و رضایت زناشویی، به‌عنوان پیش‌آزمون از هر دو گروه آزمایش و کنترل گرفته شد. سپس به گروه آزمایش، تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور آموزش داده شد؛ اما گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. پس از اتمام دوره آموزش، از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد. آزمون پیگیری نیز پس از گذشت سه ماه از اجرای پس‌آزمون، روی هر دو گروه اجرا شد.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه پژوهش حاضر، همه زوج‌های با مشکلات خانوادگی مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره محقق در سال ۹۰-۱۳۸۹ می‌باشند. به‌منظور انتخاب نمونه از میان این

زوج‌ها، با استفاده از نمونه‌گیری در دسترس و در نظر گرفتن متغیرهای موردنظر پژوهش، مانند طول مدت ازدواج، وضعیت اجتماعی-اقتصادی، و اجرای پرسش‌نامه عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی، تعداد سی زوج انتخاب، و به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. روند اجرای پژوهش: پس از مشخص شدن نمونه مورد بررسی بر اساس مراجعه زوج‌ها و انجام مصاحبه و اجرای پرسش‌نامه‌های عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی از همه زوج‌های انتخاب‌شده، برای گروه آزمایش و گروه کنترل، پیش‌آزمون عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی برگزار شد. سپس هریک از زوج‌های گروه آزمایش، با هم به مدت هشت جلسه ۴۵ دقیقه‌ای تحت آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای قرار گرفتند. بلافاصله بعد از پایان مداخله، از هر دو گروه آزمایش و کنترل، پس‌آزمون در متغیرهای مورد مطالعه به عمل آمد و پس از گذشت سه ماه نیز آزمون پیگیری اجرا شد.

ابزار پژوهش: در این پژوهش، از سه ابزار استفاده شد که عبارت‌اند از:

الف) مقیاس عشق و علاقه: این پرسش‌نامه توسط دانش و حیدریان (۱۳۸۵) ساخته شده است که عشق و علاقه به همسر را می‌سنجد. این پرسش‌نامه، برگرفته از پرسش‌نامه معیار عشق - که در دانشگاه نورس‌استرن بوستون تهیه شده - و آزمون ارزیابی میزان علاقه همسر بارون و رابرت است. پرسش‌نامه یادشده دارای پانزده ماده است که هر ماده بر روی یک طیف پنج‌درجه‌ای از نوع لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. پایین‌ترین نمره آزمودنی در هر پرسش ۱، و بالاترین نمره در کل پرسش‌نامه، ۷۵ امتیاز است. روایی این پرسش‌نامه توسط دکتر عصمت دانش، دکتر حیدرعلی هومن، دکتر هادی بهرامی، دکتر غلامرضا نفیسی و دکتر حسین رضابخش مطالعه گردید و مناسب تشخیص داده شد (دانش و حیدریان، ۱۳۸۵). برای تعیین پایایی (اعتبار) پرسش‌نامه نیز از طرح آزمایشی پرسش‌نامه بر روی یک گروه شانزده نفری از زنان و مردان اجرا شد و آلفای کرونباخ آن ۰/۹۸ به دست آمد (همان). پایایی (اعتبار) این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر، با استفاده از روش آلفای کرونباخ، ۰/۹۱ به دست آمده است.

ب) پرسش‌نامه احترام به همسر: این پرسش‌نامه توسط دانش و حیدریان (۱۳۸۵) ساخته شده است که احترام به همسر را مورد سنجش قرار می‌دهد. این پرسش‌نامه بر پایه ارزش قائل شدن برای امور زیر ساخته شده است: ۱. صحبت‌ها؛ ۲. افکار؛ ۳. نیازهای جسمانی؛ ۴. نیازهای روانی؛ ۵. حساسیت‌های روانی؛ ۶. غم‌ها و شادی‌ها؛ ۷. وسایل و اشیای مربوطه؛ ۸. محترمانه رفتار کردن با

همسر؛ ۹. افکار و احساسات درونی، مبنی بر احترام یا عدم احترام به همسر. این پرسش‌نامه دارای ۴۷ ماده است که هر ماده بر روی یک طیف پنج‌درجه‌ای از نوع لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. پایین‌ترین نمره آزمودنی در هر پرسش ۱، و بالاترین نمره در کل پرسش‌نامه، ۲۳۵ امتیاز است. برای تعیین پایایی (اعتبار)، طرح پیش‌آزمایشی پرسش‌نامه، بر روی یک گروه شانزده نفری، شامل هشت نفر زن و هشت نفر مرد، اجرا شد و آلفای کرونباخ آن ۰/۹۷ به دست آمد. در این پژوهش، پایایی (اعتبار) این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر، با استفاده از روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۶ محاسبه شده است.

ج) پرسش‌نامه رضایت زناشویی انریچ: این پرسش‌نامه به‌مثابه یک ابزار معتبر، در پژوهش‌های متنوعی برای سنجش رضایت زناشویی استفاده شده است. اولسون و اولسون (۱۹۹۷) که از این پرسش‌نامه برای بررسی رضایت زناشویی استفاده کردند، معتقدند این مقیاس به تغییراتی که در طول دوره حیات آدمی رخ می‌دهد، مربوط می‌شود و در این خصوص، به تغییراتی که در خانواده به وجود می‌آید نیز حساس است. این پرسش‌نامه دارای ۱۱۵ ماده می‌باشد و از دوازده خرده‌مقیاس تشکیل شده است. در این پژوهش، از فرم کوتاه این پرسش‌نامه که شامل ۴۷ پرسش می‌باشد و توسط سلیمانیان (۱۳۷۳) اعتباریابی شده است، استفاده گردید، که همان دوازده خرده‌مقیاس را شامل می‌شود. این خرده‌مقیاس‌ها عبارت‌اند از: ۱. تحریف آرمانی؛ ۲. رضایت زناشویی؛ ۳. مسائل شخصیتی؛ ۴. ارتباط؛ ۵. حل تعارض؛ ۶. مدیریت مالی؛ ۷. اوقات فراغت؛ ۸. رابطه جنسی؛ ۹. فرزندان؛ ۱۰. خانواده و دوستان؛ ۱۱. نقش‌های مساوات‌طلبی؛ ۱۲. جهت‌گیری مذهبی. برای هریک از ماده‌های این پرسش‌نامه، پنج گزینه به‌صورت طیف لیکرت منظور شده است که از ۱ تا ۵ نمره‌گذاری می‌شوند. پایایی این پرسش‌نامه در یک گروه یازده نفری با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۹۵ محاسبه شد که نشان‌دهنده اعتبار بالای این پرسش‌نامه است (سلیمانیان، ۱۳۷۳). همچنین در پژوهشی دیگر، پایایی این پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ، ۰/۹۲ محاسبه گردید (عطاری و دیگران، ۱۳۸۶). پایایی (اعتبار) این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر، با استفاده از روش آلفای کرونباخ، ۰/۹۵ به دست آمد.

یافته‌های پژوهش

در پژوهش حاضر، برای آزمون فرضیه‌ها و تعیین معناداری تفاوت بین نمره‌های گروه آزمایش و کنترل در متغیرهای عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی، از روش تجزیه و تحلیل کواریانس چندمتغیری (MANCOVA) استفاده شد. جدول ۱، میانگین و انحراف معیار نمره‌های عشق و علاقه،

احترام به همسر و رضایت زناشویی آزمودنی‌های دو گروه آزمایش و کنترل را در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمره‌های عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی آزمودنی‌های دو گروه آزمایش و کنترل، در مراحل

مرحله	گروه‌ها	پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری		عشق و علاقه		احترام به همسر		رضایت زناشویی	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
پیش‌آزمون	آزمایش	۲۵/۱۲	۳/۸۱	۹۸/۰۸	۲/۱۴	۴۹/۴۶	۲/۸۳		
	کنترل	۳۶/۴۴	۱/۹۷	۹۹/۱۳	۱/۶۶	۵۱/۲۱	۲/۳۵		
پس‌آزمون	آزمایش	۶۹/۰۳	۱/۲۳	۱۹۲/۱۶	۳/۴۹	۱۲۵/۱۲	۲/۲۱		
	کنترل	۲۵/۹۷	۲/۶۶	۱۱۱/۰۲	۴/۱۲	۵۹/۱۲	۱/۹۶		
پیگیری	آزمایش	۷۰/۸۷	۲/۴۵	۱۹۹/۲۵	۴/۶۵	۱۲۶/۴۷	۲/۹۹		
	کنترل	۲۷/۱۲	۳/۰۶	۱۰۷/۲۳	۲/۲۶	۶۰/۲۳	۳/۴۵		

همان‌گونه‌که در جدول ۱ دیده می‌شود، میانگین و انحراف معیار نمره عشق و علاقه در مرحله پیش‌آزمون، برای گروه آزمایش به ترتیب ۲۵/۱۲ و ۳/۸۱ و برای گروه کنترل ۳۶/۴۴ و ۱/۹۷ است. میانگین و انحراف معیار نمره عشق و علاقه در مرحله پس‌آزمون، برای گروه آزمایش به ترتیب ۶۹/۰۳ و ۱/۲۳ و برای گروه کنترل ۲۵/۹۷ و ۲/۶۶ است. در مرحله پیگیری نیز میانگین و انحراف معیار نمره عشق و علاقه، برای گروه آزمایش به ترتیب ۷۰/۸۷ و ۲/۴۵، و برای گروه کنترل ۲۷/۱۲ و ۳/۰۶ می‌باشد؛ یعنی نمره عشق و علاقه گروه آزمایش در پس‌آزمون، نسبت به پیش‌آزمون و گروه کنترل افزایش یافته است و این افزایش، در مرحله پیگیری همچنان ادامه داشت.

همچنین میانگین و انحراف معیار نمره احترام به همسر در مرحله پیش‌آزمون برای گروه آزمایش به ترتیب ۹۸/۰۸ و ۲/۱۴ و برای گروه کنترل ۹۹/۱۳ و ۱/۶۶ است. میانگین و انحراف معیار نمره احترام به همسر در مرحله پس‌آزمون، برای گروه آزمایش به ترتیب ۱۹۲/۱۶ و ۳/۴۹ و برای گروه کنترل ۱۱۱/۰۲ و ۴/۱۲ است. در مرحله پیگیری نیز میانگین و انحراف معیار نمره احترام به همسر در مرحله پیش‌آزمون، نسبت به پیش‌آزمون و گروه کنترل افزایش یافته است و این افزایش، در مرحله پیگیری همچنان ادامه داشت.

همچنین میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در مرحله پیش‌آزمون، برای گروه آزمایش به ترتیب ۴۹/۴۶ و ۲/۸۳ و برای گروه کنترل ۵۱/۲۱ و ۲/۳۵ است. میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی در مرحله پس‌آزمون، برای گروه آزمایش به ترتیب ۱۲۵/۱۲ و ۲/۲۱ و برای گروه کنترل ۵۹/۱۲ و ۱/۹۶ است. در مرحله پیگیری نیز میانگین و انحراف معیار نمره رضایت زناشویی،

برای گروه آزمایش به ترتیب ۱۲۶/۴۷ و ۲/۹۹ و برای گروه کنترل ۶۰/۲۳ و ۳/۴۵ می‌باشد؛ یعنی نمره رضایت زناشویی گروه آزمایش در پس‌آزمون، نسبت به پیش‌آزمون و گروه کنترل افزایش یافته است و این افزایش در مرحله پیگیری همچنان ادامه داشت.

در این پژوهش، پیش از تحلیل داده‌ها برای بررسی همگنی واریانس متغیرها، از آزمون لوین استفاده شد. جدول ۲، آزمون همگنی واریانس‌های لوین را در گروه‌های آزمایش و کنترل، بر اساس متغیرهای عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی نشان می‌دهد.

جدول ۲. آزمون همگنی واریانس‌های لوین در گروه‌های آزمایش و کنترل،

بر اساس متغیرهای عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی در مرحله پیش‌آزمون

متغیرها	درجه آزادی (۱)	درجه آزادی کامل	نسبت F	سطح P
عشق و علاقه	۱	۲۸	۷/۴۵۷	۰/۱۱
احترام به همسر	۱	۲۸	۱/۱۹۷	۰/۲۵
رضایت زناشویی	۱	۲۸	۰/۱۰۸	۰/۸۳

همان‌گونه‌که در جدول ۲ دیده می‌شود، نتایج آزمون همگنی واریانس‌های گروه‌های آزمایش و کنترل در رابطه با متغیرهای وابسته نشان می‌دهد که نسبت پیش‌آزمون و پس‌آزمون متغیرهای عشق و علاقه، رضایت زناشویی و احترام به همسر، معنادار نیست. بنابراین واریانس‌های گروه آزمایش و کنترل، یکسان است. این یافته به پژوهشگر اجازه می‌دهد تا فرض کند که واریانس‌ها برابر هستند.

جدول ۳، نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل مانکوا را بر روی میانگین نمره‌های پس‌آزمون عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی آزمودنی‌های گروه آزمایش و کنترل با کنترل پیش‌آزمون نشان می‌دهد.

جدول ۳. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل مانکوا بر روی میانگین نمره‌های پس‌آزمون عشق و علاقه،

حرام به همسر و رضایت زناشویی آزمودنی‌های گروه آزمایش و کنترل با کنترل پیش‌آزمون

نام آزمودنی	مقدار F	df فرضیه	df خطا	سطح معناداری (P)
اثر پیلای	۷/۶۳۴	۳	۲۳	۰/۰۰۱
لامبدای و بلکز	۷/۶۳۴	۳	۲۳	۰/۰۰۱
اثر هتلینگ	۷/۶۳۴	۳	۲۳	۰/۰۰۱
بزرگ‌ترین ریشه روی	۷/۶۳۴	۳	۲۳	۰/۰۰۱

مندرجات جدول ۳ نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و کنترل، از لحاظ متغیرهای وابسته در سطح $p < ۰/۰۰۱$ تفاوت معناداری وجود دارد. بر این اساس می‌توان بیان داشت که حداقل در یکی از متغیرهای وابسته (عشق و علاقه، رضایت زناشویی و احترام به همسر)، بین دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد. جهت پی بردن به این تفاوت، سه تحلیل کواریانس در متن مانکوا انجام گرفت که نتایج آن در جدول ۳ وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

خانواده جوهره‌ای زنده و در حال تغییر است که با استفاده از اعضای خویش و در جریان ارتباط دائمی تعاملی طرح‌دار با یکدیگر، یک کل را سازمان‌دهی می‌کند و در طول زمان و مکان گسترش می‌یابد. خانواده شبکه‌ای از روابط درهم‌تنیده است که از پیوند مرد و زن بنا شده است. پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور بر میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی انجام شد. یافته‌ها نشان داد که تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور باعث افزایش میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی در گروه آزمایش، در مقایسه با گروه کنترل شده و این نتایج در پیگیری حفظ گردیده است. یافته‌های این پژوهش با نتایج تحقیقات هماسی (۲۰۰۵)، کورد و دوارن (۲۰۰۵)، برابری (۲۰۰۲)، بوهولست (نقل از شفیق‌آبادی و دیگران، ۱۳۸۹)، کنگ (۲۰۰۵) و کرادوک (۲۰۰۷) همسو می‌باشد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که بسیاری از مشکلات زناشویی، حاصل عدم ارتباط صحیح کلامی و غیرکلامی زوجین با یکدیگر است. تجربیات بالینی پژوهشگر نشان می‌دهد که معمولاً زوجین در ارتباط محاوره‌ای، اغلب تابع «من کودک» شخصیت خویش‌اند؛ به عبارتی دیگر، پیام‌های محاوره‌ای و ارتباطی به صورت تکانشی و هیجانی، و بدون در نظر گرفتن پیامد حاصل بر رفتار همسر، و عاری از تفکر و تنظیم هیجانی است؛ یا اینکه تابع «من والد» شخصیت خویش‌اند که پیام‌های ایشان در این بعد، معمولاً انتقام‌جویانه، سلطه‌طلبانه و آمرانه است.

مسلماً چنین ارتباطاتی معیوب است و به کاهش عشق و علاقه، احترام به همسر و در نهایت، عدم رضایتمندی زناشویی می‌انجامد. اگرچه استفاده از روش درمانی تحلیل ارتباط محاوره‌ای (TA) کلاسیک، بی‌تأثیر نیست. اما اگر آمیزه‌های فرهنگی و اعتقادات معنوی و مذهبی با این نوع درمان تلفیق شوند، اثرات بسیار سودمندی خواهد داشت. در روش TA کلاسیک، فقط به زوجین آموزش می‌دهند که تنظیم هیجانی داشته باشند و تلاش کنند بعدی از شخصیت را که مبتنی بر کنترل هیجان و در نظر گرفتن پیامد رفتار و استفاده از تفکر و منطق درست در ارتباطات محاوره‌ای است، به کار گیرند؛ اما در روش TA مذهب‌محور این شرایط را برای زوجین فراهم می‌کنیم که در هر زمینه خالق هستی را ناظر بر رفتار و اعمال خویش ببینند. در نتیجه، کلام و هیجان تنظیم خواهد شد و به کار بردن کلمات محترمانه و محبت‌آمیز، و ارتباطات درست با زوج از بُعد «بالغ» و کنترل «والد» و «کودک»، تأثیر مثبتی بر تداوم ازدواج، رضایت همسر و فرزندان خواهد گذاشت. با استفاده از تحلیل محاوره‌ای مذهب‌محور

جدول ۴، نتایج حاصل از تحلیل کواریانس در متن مانکوا را بر روی میانگین نمره‌های پس‌آزمون عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی آزمودنی‌های گروه‌های آزمایش و کنترل نشان می‌دهد.

جدول ۴. نتایج حاصل از تحلیل کواریانس در متن مانکوا

متغیر وابسته	مجموع مجدورات	df	میانگین مجدورات	F	سطح معناداری (P)
عشق و علاقه	۴۷۳/۳۷	۱	۴۷۳/۳۷	۱۷/۹۶	۰/۰۰۱
احترام به همسر	۵۶۱/۰۹	۱	۵۶۱/۰۹	۱۹/۲۱	۰/۰۰۱
رضایت زناشویی	۵۹۳/۷۱	۱	۵۹۳/۷۱	۱۹/۹۰۸	۰/۰۰۱

با توجه به مندرجات جدول ۴ دیده می‌شود که تفاوت بین گروه‌های آزمایش و کنترل در پس‌آزمون، از لحاظ متغیرهای عشق و علاقه، رضایت زناشویی و احترام به همسر در سطح $p < ۰/۰۰۱$ معنادار است. بر این اساس می‌توان بیان داشت که روش تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور (TA) باعث افزایش میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است.

جدول ۵، نتایج حاصل از تحلیل کواریانس در متن مانکوا را بر روی میانگین نمره‌های پیگیری عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی آزمودنی‌های گروه‌های آزمایش و کنترل با کنترل پیش‌آزمون نشان می‌دهد.

جدول ۵. نتایج حاصل از تحلیل کواریانس در متن مانکوا بر روی میانگین نمره‌های پیگیری عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی آزمودنی‌های گروه‌های آزمایش و کنترل با کنترل پیش‌آزمون

متغیر وابسته	مجموع مجدورات	df	میانگین مجدورات	F	سطح معناداری (P)
عشق و علاقه	۴۹۲/۲۶۱	۱	۴۹۲/۲۶۱	۱۶/۹۲	۰/۰۰۱
احترام به همسر	۷۳۵/۱۹۷	۱	۷۳۵/۱۹۷	۱۷/۹۷	۰/۰۰۱
رضایت زناشویی	۸۴۳/۱۲۱	۱	۸۴۳/۱۲۱	۲۲/۳۰۲	۰/۰۰۱

چنان‌که در جدول ۵ دیده می‌شود، تفاوت بین گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پیگیری، از لحاظ متغیرهای عشق و علاقه، رضایت زناشویی و احترام به همسر در سطح $p < ۰/۰۰۱$ معنادار است. بر این اساس می‌توان بیان داشت که روش تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور (TA) باعث افزایش میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی گروه آزمایش در مرحله پیگیری سه‌ماهه شده است.

زوجین پی می‌برند که تلاش آنها برای برقراری ارتباط محترمانه با یکدیگر، با اجر معنوی و رضایت الهی همراه است. در نتیجه، انتظار بازتاب معنوی از سوی پروردگار، اثرات بیشتری بر تغییر رفتار آنها خواهد گذاشت.

بر اساس آموزه‌های رویکرد تحلیل ارتباط محاوره‌ای، فرد به‌عنوان یک سیستم پویا، در حال ارتباط و تبادل اطلاعات با سیستم‌های دیگر مورد تأکید می‌باشد. از این‌رو، آموزه‌های ارتباطی TA مذهب‌محور، برای بهبود تبادلات میان افراد، از جمله زن و شوهر مناسب به نظر می‌رسد. به بیان دیگر، همان‌گونه که گریف بیان می‌کند، ارتباط مؤثر و کارآمد میان زن و شوهر، مهم‌ترین جنبه خانواده‌های دارای عملکرد مطلوب است؛ ولی از آنجاکه ارتباط در دو سطح کلامی و غیرکلامی روی می‌دهد، یکی از دلایل اصلی اختلافات زناشویی، ناهماهنگی پیام‌هایی است که به‌طور هم‌زمان توسط این دو سطح منتقل می‌شوند. تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور با آموزش تحلیل روابط، بخصوص انواع روابط مکمل، متقاطع و نهفته مبتنی بر دستورهای الهی و اسلامی موجود در قرآن و احادیث، زوج‌ها را با برقراری ارتباط مؤثر آشنا می‌سازد؛ به عبارتی دیگر، زوجین را به مهارت‌های ارتباطی مناسبی مجهز می‌سازد تا با تشخیص حالات من، به‌ویژه با توجه به سرخ‌های کلامی و غیرکلامی، بتوانند ارتباط مناسبی را با یکدیگر برقرار کنند. به‌علاوه با استفاده از تکنیک‌های پس‌راندن «والد» طرف مقابل، بتوانند در موقعیت‌های احتمالی تعارض‌زا به‌خوبی و با نظارت «بالغ» تقویت‌شده خود، موقعیت را اداره کنند و شرایط را برای برقراری روابط سازنده فراهم سازند (پروچاسکا، ۱۹۹۹، ص ۲۷۲-۲۶۶).

ارتباط خوب همسران، آنها را قادر می‌سازد تا نیازها و علایق خود را با هم در میان گذارند و از عهده حل مشکلات و مسائل گریزناپذیر در خانواده برآیند. فقدان مهارت‌های ارتباطی لازم، امکان چنین عملکردی را از خانواده و زوجین سلب می‌کند و روابط صمیمانه آنها را به رابطه‌ای موازی و بدون صمیمیت بدل می‌سازد. تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور با بهبود ارتباطات بین زوجین باعث می‌شود که همسران نیازهایشان را مطرح کنند یا در ارتباط با یکدیگر به نیازهایشان پی ببرند؛ در صورت عدم وجود مهارت‌های ارتباطی مناسب، زوجین به راه‌حل مناسبی برای دستیابی به نیازهایشان نمی‌رسند. این امر موجب شکل‌گیری استرس، ناکامی، سرخوردگی، خشم و در نهایت، دل‌زدگی و کاهش کیفیت زندگی می‌شود.

نظریه تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور از نظریاتی است که به روابط بین‌فردی و واکنش متقابل افراد به یکدیگر توجه دارد و در زمینه مسائل بین‌فردی، راهکارهایی ارائه داده است. از طریق

این درمان می‌توان ارتباطات همسران را بهبود بخشید. در اصل، تحلیل ارتباط محاوره‌ای، یک حد میانه بین سنت تحلیلی با تأکید بر مکانیسم‌های روانی، سابق‌ها، روابط انتقالی و گرایش به تمرکز بر حل و فصل عمیق تعارضات بیمار، و رویکردهای رفتاری و روابط‌مدار است که وجه مشخص بسیاری از سیستم‌های خانواده‌های امروزی می‌باشد.

هنگامی که زن و شوهر از سه حالت من آگاهی یافتند، می‌توانند بین منابع متعدد افکارشان تمایز قائل شوند و انواع احساساتشان را تشخیص دهند. آنان در این صورت می‌دانند که هر کدام از احساسات، انتظارات، تفکرات و رفتارهای آنها، از کدام‌یک از حالات من آنها سرچشمه می‌گیرد. با استفاده از این روش، زوج‌ها قادر می‌شوند حالت من بالغ خویش را از خواست‌ها و تأثیرات مخرب و نامطلوب من والدینی که دستوردهنده، سرزنش‌کننده، تقلیدگر و انتقادگر است، و من کودکی را که احساساتی، وابسته، تکانشی، غیرمنطقی و غیرمسئولانه و کودکانه است، آزاد کنند و از این طریق، تغییرات رفتاری مطلوب و واقع‌بینانه‌ای را در خویشان به وجود آورند (Bern, 2007, p. 5-98).

در مجموع به نظر می‌رسد که آموزه‌های تحلیل تبادلی مذهب‌محور، با افزایش توانمندی‌های زوج‌ها در مهارت‌های ارتباطی و ایجاد نیات و انگیزه‌های مثبت نسبت به یکدیگر، بهبود مهارت‌های حل مسئله و مهارت‌های هیجانی، اصلاح عملکردهای شناختی و افزایش خودافشاسازی و صمیمیت، و در عین حال افزایش تفرد و تحقق خویشان و نیز کمک برای رسیدن به استقلال و خودرهبی، می‌تواند به بهبود کیفیت ازدواج و ارتقای سطح رضایتمندی زناشویی زوجین بیانجامد (ترکان و دیگران، ۱۳۸۵). با توجه به نتایج پژوهش‌های پیشین و نتیجه‌ای که از پژوهش حاضر به‌دست آمد، می‌توان گفت که آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور، در کاهش عوامل آسیب‌زا که به سردی روابط بین زوجین یا اعضای خانواده ایشان می‌انجامد، مؤثر واقع می‌شود. و اگر این آموزش به‌صورت گروهی و شرکت جستن اعضای خانواده صورت پذیرد، بررسی زیرسیستم‌های خانواده و مرزهای ارتباطی خانوادگی نیز امکان‌پذیر می‌گردد که خود می‌تواند در پیشگیری از بسیاری از آسیب‌های احتمالی آتی مؤثر شود.

پیوست مقاله

شرح جلسات آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور

جلسه اول: معرفی اعضا به همدیگر؛ تبیین مقررات و اهداف گروه از سوی رهبر؛ بیان اهمیت رازداری

در گروه؛ آشنا ساختن افراد با سه بُعد من (والد، بالغ و کودک) در شخصیت خود؛ و خودشناسی و تقویت بعد بالغ در افراد.

جلسه دوم: ایفای نقش «والد» در روابط بین‌فردی و آموزش به هریک از افراد در تقویت جنبه‌های معنوی و عقیدتی؛ اهمیت گذشت، صبر و بردباری؛ وقوف بر سه بُعد «والد»، «بالغ» و «کودک»؛ تنظیم رفتار و درک مفهوم بخشندگی و گذشت؛ و انجام تکالیف خانگی.

جلسه سوم: تمرین ارتباط متقابل مبتنی بر ارزش‌های اسلامی با توجه به تجسم حضور پروردگار در هر لحظه و نظارت همه‌جانبه بر اعمال انسان و بازخورد پروردگار به انسان در قالب امدادهای غیبی؛ حل مشکلات با عنایت به رحمت الهی؛ تقویت این جنبه در ارتباط محاوره‌ای کلامی و غیرکلامی بین‌فردی؛ و انجام تکالیف خانگی در این خصوص.

جلسه چهارم: تبیین ضرورت تقویت «بالغ» به‌عنوان مسئول اجرایی شخصیت و به‌کارگیری آموزش و ارزش‌های الهی در این راستا؛ و ضرورت کنترل جنبه‌های تکانشی و منفی «والد» و «کودک»،

جلسه پنجم: مشارکت اعضا در تمرکز بر تبادلات بین‌فردی مبتنی بر مهر و محبت و عطف و رحمت الهی؛ بحث پیرامون لزوم تنظیم محاوره‌ای کلامی و غیرکلامی؛ نوازش‌های مطلوب و مناسب از خود و دیگران؛ تأکید بر تفاوت میان سرزنش و نوازش؛ و ثبت پیامدهای آن در موقعیت واقعی زندگی به‌عنوان تکالیف خانگی.

جلسه ششم: آشنا ساختن اعضای گروه با مراسم و مناسک مذهبی و نیایش؛ تقویت ارتباط حسنه با یکدیگر و افراد خارج از گروه در مناسبات اجتماعی و بین‌فردی؛ لزوم اجتناب از پیام‌های کلامی و غیرکلامی متقاطع و ناکارآمد، و توجه به تأثیرات منفی آنها در زندگی افراد و ایجاد مشکل در حل مسائل در زمینه‌های مختلف زندگی؛ افزایش صمیمیت و عطف و مهربانی با یکدیگر؛ و انجام تکالیف خانگی در این زمینه.

جلسه هفتم: لزوم تصمیم‌گیری‌های این‌مکانی و این‌زمانی توسط «بالغ»؛ آشنا کردن اعضا با وضعیت‌های زندگی و بررسی تجربیاتی که مبتنی بر «والد» و «کودک» است درحالی‌که «بالغ» ضعیف شده و این امر به شکست و اشکال در حل مسئله انجامیده است.

جلسه هشتم: توضیح مفهوم «بالغ و وحدت‌یافته الهی» و ضرورت دستیابی به آن؛ افزایش صمیمیت و مهربانی؛ نظارت بر رفتار؛ تقویت و کنترل خویشتن در تنظیم هیجان‌ها؛ کنترل دخالت و آلودگی «بالغ» به‌واسطه غلبه «والد» و «کودک»؛ کنترل آگاهانه حالات من توسط «بالغ» به‌عنوان مسئول اجرایی

شخصیت؛ اهمیت اجرا کردن نوازش‌ها و رفتار محبت‌آمیز انسانی؛ الهام از سیره پیامبران و احادیث و قرآن در این زمینه و به‌منظور تقویت بیشتر «بالغ» و اجرای آن در زندگی خانوادگی؛ و انجام تکالیف خانگی و استمرار در اجرا در صورت نیاز.

- Ahmadi, K., et al, (2010). Effect of family problem solving on marital Satisfaction. *Journal of Applied Science*, 1(8), p: 682-687.
- Bern, E. (2007). Transactional analysis. 1st ed, New York: Valentine Books Press; 1998, p: 5-98.
- Chapman, A. (2007). Eric Berne's transactional analysis parent adult child model, theory and history article [On-line]. Available: <http://www.businessballs.com/transact.html>
- Craddock, A. E. (2007). Relationship between attitudinal similarity couples satisfaction in married and de factor couples. *Australian Journal of psychology*, 43, p. 11-16.
- DePaul, N. (2006). Healthy family functioning relationship advice & relationship tips. *Council for Relationships*, 2(15), p. 382-680.
- Edalati, A., & Redzuan, M. (2010). perception of Women towards Family values and Their Marital Satisfaction. *Journal of American Science*, 6(4), p. 132-137.
- Ellison, C. G., et al. (2010). The effects of parental marital discord and divorce on the religious and spiritual lives of young adults. *Journal Social Science Research*, 40, p. 538-551.
- Fisher, H. E. (2006). The drive to love. In: Sternberg, R & Weis, K. (Eds). *The new Psychology of love* (p.87-115) New Haven: Yale university press.
- Giblin, P. (1994). Communication in marriage and family. *Journal of family therapy*, 2(1), p. 48-53.
- Huber, C. H., Navarro, R. L., Womble, M. W., & Mumme, f. I. (2010). Family Resilience and midlife Marital satisfaction. *The family journal: Counseling and Therapy for Couples and families*, 33, p: 347-456
- Johnson, d. m., et al. (2005). Problem-Solving Skills and Affective expressions as predictors of change in marital satisfaction. *Journal of consulting and clinical psychology*, 73(1), p. 15-27.
- Kim, Y. M. & Others. (2004). Spirituality and effect: A function of changes in religious affiliation. *Journal of family psychology*, 13(3), p. 17
- Kong, S. S. (2005). A marital-relationship enhancement program for couples: Randomized controlled trail. USA, Department of nursing, soonchunhyang university, chonan city, Korea. kongsun@sch.ac.kr, 35, p. 991-995
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 43(2), p. 228-237.
- Mahoney, A. & Others. (2002). Marriage and the spiritual realm: the role of primal and distal religious constructs in marital functioning. *Journal of family psychology*, 13(3), p. 17.
- Mahoney, A., Pargament, K. I., Jewell, T., Swank, A. B., Scotte, E., Emery, E., & Rye, M. (2003). The role of proximal distal religious constructs in marital functioning. *Journal of Family Psychology*, 13(3), p. 321-338.
- Mohammadi, M., esmaeily, M., & Nik, A. (2010). The effectiveness of group consultation in the method of transactional analysis over the student's communicative skills. *Procedia Social and Behavioral*, 5, p. 1490-1492.
- Morrison, D. R. (2000). Communication skill and marital satisfaction. *Journal of marriage and the family*, 23(3), p. 25-37.
- Mullins, L. C., et al. (2001). Marital adjustment and religiosity: A comparison of those under age 65 with those age and order. *Journal of social science research*, 2(1), p. 43-67.
- Murakamia, M., et al. (2006). Transactional analysis and health promotion. *Psychosomatic Medicine*, 1287, p. 164-167.
- Olson, D. H., & Olson. A. K. (1997). Enrich Canada, Inc. *Journal of family ministry*, 11(4), p. 28-53.
- Peterson, R., & Gfeen, s. (2009). Families first keys to successful family functioning communication. <http://www.ext.vt.edu/pubs/family/092-350.html>.
- Sherkat, D. E. (2004). Religious intermarriage in the united states: Trends, patterns, and predictors. *Journal of social science research*, 18, p. 47-55.
- Stewart, I., & Joines, V. (2009). Today: A new introduction to transactional analysis. 3rd ed. North Carolina: Life space Publication. P; 63.
- Taniguchi, S. T., et al (2006). A study of married couples' perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. *Journal of Experiential Education*, 28(3), p; 253-256.
- Wood, J. T. (2006). *Interpersonal communication : everyday encounters*. 6^{ed}. Boston: wads worth publishing company.

منابع

- بخشایش، علیرضا و مهناز مرتضوی، «رابطه رضایت جنسی، سلامت عمومی و رضایت زناشویی در زوجین» (۱۳۸۸)، *روان‌شناسی کاربردی*، ش ۴(۱۲)، ص ۷۳-۸۵
- پروچاسکا، جیمز او. و جان سی نورکراس (۱۹۹۹)، *نظریه‌های روان‌درمانی*، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، رشد.
- ترکان، هاجر و دیگران، «بررسی اثربخشی گروه درمانی به شیوه تحلیل تبدیلی بر رضایت زناشویی» (۱۳۸۵)، *خانواده پژوهی*، ش ۲(۸)، ص ۳۸۳-۴۰۳.
- حمیدی‌پور، رحیم و دیگران، «تأثیر زوج درمانی گروهی مبتنی بر بخشش بر رضایت زناشویی» (۱۳۸۹)، *مطالعات زنان*، ش ۸(۴)، ص ۴۹-۷۲.
- دانش، عصمت و مریم حیدریان، «رابطه علاقه و احترام متقابل با رضایت زناشویی همسران در شهرستان قم» (۱۳۸۵)، *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، ش ۵(۱۸)، ص ۵۹-۷۶.
- روحانی، عباس و داود معنوی‌پور، «رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت زناشویی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد مبارکه» (۱۳۸۸)، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی*، ش ۳۵، ص ۱۸۹-۲۰۶.
- زادهوش، سمیه و دیگران، «مقایسه اثربخشی گروه درمانی شناختی رفتاری همراه با توصیه‌های مذهبی و گروه درمانی شناختی رفتاری کلاسیک بر کیفیت ارتباط زناشویی» (۱۳۸۹)، *خانواده پژوهی*، ش ۷(۲۵)، ص ۵-۶۸.
- سلیمانیان، عباس (۱۳۷۳)، *بررسی تأثیر تفکرات غیرمنطقی بر اساس رویکرد شناختی بر ناراضایی زناشویی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، تهران، دانشگاه تربیت معلم.
- سیاوشی، حسین و شکوه نوابی‌نژاد، «رابطه بین الگوهای ارتباط زناشویی و باورهای غیرمنطقی دبیران دبیرستان‌های شهر ملایر» (۱۳۸۴)، *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، ش ۴(۱)، ص ۹-۳۴.
- شفیع‌آبادی، عبدالله و دیگران، «مقایسه اثربخشی دو رویکرد تحلیل ارتباط متقابل (TA) و راه‌حل‌مدار در تغییر سطح رضایت زناشویی زنان متأهل شاغل تهران» (۱۳۸۹)، *زن و جامعه*، ش ۳(۱)، ص ۲۱-۴۰.
- شولتز، دوان پی و شولتز، سیدنی آلن (۲۰۰۵)، *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، ویرایش.
- عبدالمملکی، سعید، «در مصائب شکست عشقی» (۱۳۸۷)، *بهداشت روان*، ش ۲۶، ص ۵۰-۵۳.
- عزیزی، پریسا (۱۳۸۶)، *بررسی اثربخشی درمان گروهی با رویکرد تحلیل ارتباط محاوره‌ای برن بر کاهش تعارضات زناشویی زنان شهر تهران*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات.
- عطاری، یوسفعلی و دیگران، «بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و عوامل فردی- خانوادگی با رضایت زناشویی در کارکنان اداره‌های دولتی شهر اهواز» (۱۳۸۶)، *علوم تربیتی و روان‌شناسی*، ش ۳(۱۳)، ص ۸۱-۱۰۸.
- نظری، وکیل و دیگران، «مقایسه زوج درمانی غنی‌شده و زوج درمانی تلفیقی رفتاری در افزایش رضایت زناشویی» (۱۳۹۰)، *پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ش ۶(۲۲)، ص ۱۴۹-۱۷۵.
- نوابی‌نژاد، شکوه (۱۳۷۷)، *ویژگی‌ها و شرایط لازم دختر و پسر برای ازدواج، جوان و تشکیل خانواده*، تهران، انجمن اولیاء و مربیان.
- نیکویی، مریم و سوسن سیف، «بررسی رابطه دینداری با رضایت زناشویی» (۱۳۸۴)، *تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، ش ۱۳(۴)، ص