

Research Paper

A meta-analysis of the effectiveness of marriage enrichment programs on marital intimacy

Reza Khojasteh Mehr¹, Sara Shirmardi², Morteza Omidian³, Mansour Sodani¹

1. Professor, Faculty of Psychology & Educational Science, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

2. Ph.D Student in Counseling, Faculty of Psychology & Educational Science, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

3. Associate Professor, Faculty of Psychology & Educational Science, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

Citation: Khojasteh Mehr R, Shirmardi S, Omidian M, Sodani M. A meta-analysis of the Effectiveness of Marriage Enrichment Programs on Marital Intimacy. J of Psychological Science. 2021; 20(103): 1077-1093.

URL: <https://psychologicalscience.ir/article-1-1081-fa.html>



ORCID



doi:10.52547/JPS.20.103.1077

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Keywords:

Marriage enrichment programs,
Marital intimacy,
Meta-analysis

Background: Intimacy refers to the interaction between couples that leads to feelings of closeness and love. Couples need skills to maintain and increase intimacy in their relationship. There are various approaches to enriching marriages to teach couples these skills. While studies indicate that these programs are effective and by considering the increasing apply of these preventive intervention, no meta-analysis has been accomplished on marriage enrichment programs and to identify a program that will be more effective on couples' intimacy.

Aims: The aim of this study was to answer two basic questions including determining whether marriage enrichment programs are effective and in this case, which marriage enrichment program has a large effect size.

Methods: In this study of Meta-analysis methods was used. The statistical population of this meta-analysis included 44 articles related to the research topic that were identified in Iranian and Latin databases. The sample consisted of 17 studies and (18 effects size). Then, base on the present research interior measure criterion, 17 articles (18 effect sizes) were selected as a sample. The research tool was a meta-analysis checklist and related research.

Results: A meta-analysis findings showed that marriage enrichment programs on marital intimacy were, overall, effective with a weighted effect size of 1.295. Moderator analysis of the overall effect size showed that Emotion- focused of marriage enrichment program had the highest effect size on in promoting intimacy ($d = 4/080$).

Conclusion: The final finding of the present study indicated the effectiveness of marriage enrichment programs on promoting marital intimacy. Furthermore, marriage enrichment programs specially emotion-focused marriage enrichment program for promoting intimacy is suggested to the family and marriage counsellors.

Received: 12 Dec 2020

Accepted: 07 Jan 2021

Available: 23 Sep 2021

* **Corresponding Author:** Reza Khojasteh Mehr, Professor, Faculty of Psychology & Educational Science, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

E-mail: Khojasteh_r@scu.ac.ir

Tel: (+98) 9163063053

2476-5740/ © 2021 The Authors. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>).



Extended Abstract

Introduction

One of the factors that play a very important role in the longevity of marital life and marital satisfaction is the intimate relationship between husband and wife (Cordova, Gay & Warren, 2005). Bagarozzi (2001) considers intimacy as a relationship resulting from proximity and similarity and a romantic or emotional personal relationship that requires mutual understanding and awareness and the expression and expression of thoughts and feelings. Bagarozzi also points out that a sense of intimacy allows a couple to present themselves in a desirable way in a marital relationship and to express their needs. However, it should be noted that to maintain and increase intimacy, skills and training are needed (Etemadi, 2007; quoted by Mohammadi, 2012; Jaberi, Etemadi & Ahmadi, 2014) because the level of intimacy of spouses decreases over time. (Zare & Safiari Jafarabad, 2014). There are various approaches to increase and intimacy, one of which is marriage enrichment (ME), which has played an important role in this regard (Schaefer and Olson, 1981, quoted by parents, Fathizadeh & Bahrami, 2006). In marital enrichment, the current elements in a relationship have been upgraded and changed; The goal of these changes and growths is to increase intimacy (Schaefer & Olson, 1981, quoted in Ovlia et al., 2006). Since the Transformation (ME), many diverse programs have emerged (Bowling, Hill, & Janice, 2005), including: Marriage Enrichment Couples Association (ACME), Preparation / Enrichment Program, Marriage Enrichment Training (TIME), Relationship Prevention and Promotion Program (PREP), Practical Application Skills Program (pairs), Relationship Enhancement Program (RE), Hope-Based Relationship Enrichment Program, Emotion-Focused Approach, Mindfulness-Based Enrichment Program, and Marriage Enrichment Program Based on choice theory. So far, many Iranian and foreign studies have been conducted on the effectiveness of various marriage enrichment programs on marital intimacy (marital quality, marital satisfaction, marital adjustment, marital happiness, marital commitment). The results of these studies show the effectiveness of

these programs, but no research has been done on an enrichment program that is more effective on couples intimacy. Therefore, considering the increasing use of marriage enrichment programs as a preventive intervention in marital relations and limited meta-analyzes performed on the effectiveness of marriage enrichment, especially in Iran, the main purpose of this study is to answer the questions whether marriage enrichment programs are effective on marital intimacy? Also, due to the great variety of marriage enrichment programs and to avoid wasting therapists' time to determine the type of preventive intervention when working with couples, another question of this study is which marriage enrichment program has the greatest effect on marital intimacy?

Method

In this research, meta-analysis statistical technology has been used. The statistical population of this meta-analysis included 44 articles related to the research topic in databases that were identified and studied according to the keywords, then 17 articles that met the inclusion criteria of the research were selected as a sample. The tools of this research included researches related to the subject and meta-analysis worksheet. The meta-analysis method was used to determine the effects size of Iranian and foreign research collected on marriage enrichment programs on marital outputs and to determine a marriage enrichment program with the largest effect size.

Results

Table 1 shows the means of effect size of the researchs. Based on the information in this table, the amount of effect size obtained for the random effects model is 1.295, which is significant at the level of 0.000. Thus, according to Table 1 and in response to the first question of the research, it was found that in general, the education of enrichment programs is effective on marital intimacy. According to Figure 1, the studies in this research have a publication bias. This can be the result of experimental studies in this study, which usually aims to change the dependent variable, which can be a source of scatter in this study. Also, lack of access to all studies and unpublished items can be another possible reason for this dispersion. Figure 2 shows the publication funnel

diagram showing the effectiveness of marriage enrichment programs on marital intimacy after sensitivity analysis. According to this chart, out of the first 18 studies, about 10 studies did not have a publication bias. After performing the sensitivity analysis, the fixed and random effect size was 0.204, which is significant at the level of 0.000. This value indicates that marriage enrichment programs are generally effective on marital intimacy. Table 2

identifies the fixed and random effects size of each marital enrichment program program. th that had the greatest effect size in this study. As shown in Table 2), and in answer to question two, which marriage enrichment program is most effective on marital intimacy, given that random effect size of 4.080 belonging to program 2, the motion-focused enrichment program had greatest effect size than other programs.

Table 1. means of effect sizes of marriage enrichment programs and marital intimacyresearch

Model	Number	Effect size	SD	Upper	Dipper	Z	P	Q	DF	I squar
Fixed	18	0/315	0/038	0/390	0/241	8/325	0/000	291/956	17	94/177
Random	18	1/295	0/238	1/761	0/829	5/447	0/000	-	-	-

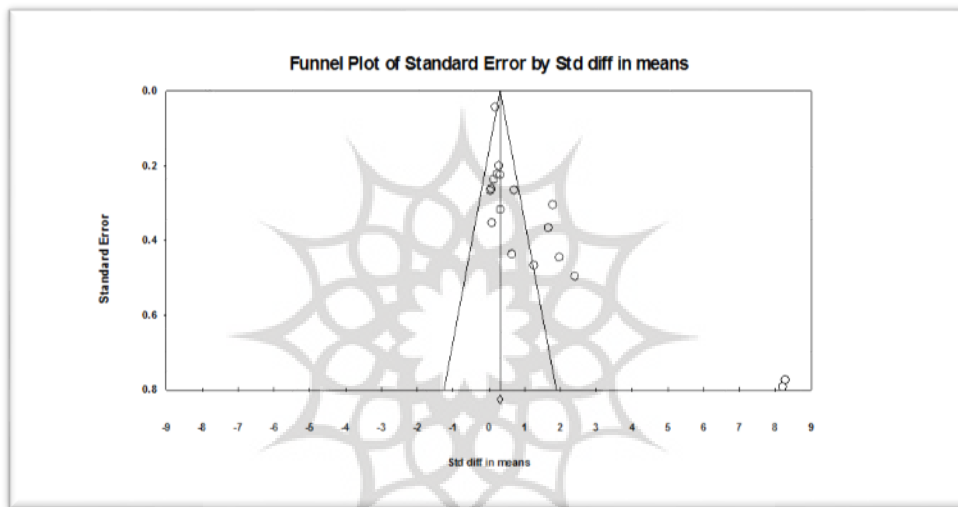


Figure 1. funnel diagram before sensitive analysis

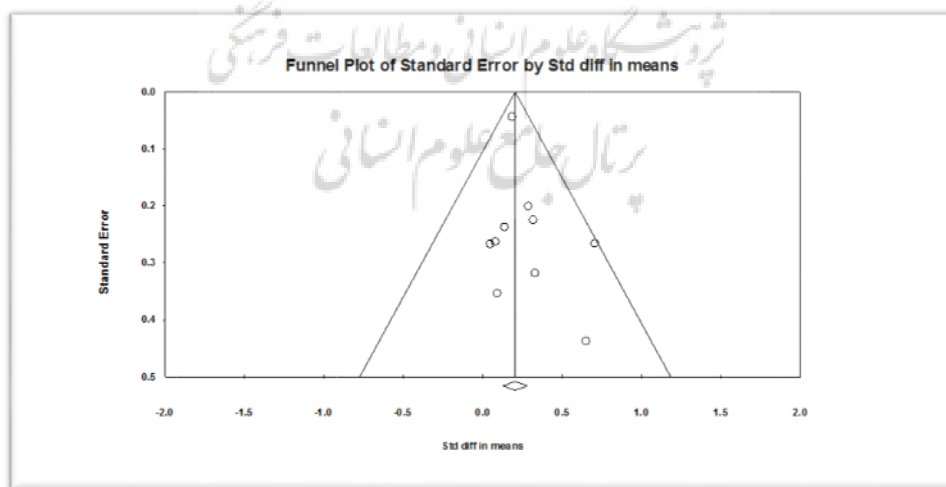


Figure 2. funnel diagram after sensitive analysis

[DOI: 10.52547/JPS.20.103.1077]

Table 2. comparison of effect sizes of different marriage enrichment programs on marital intimacy

program	Fixed Model		Random Model			Dispersion					
	number	Combined effect size	SD	Z	Combined effect size	SD	Z	P	Q	df	I squar
1	3	0/596	0/191	3/116	2/687	1/574	1/707	0/002	97/964	2	97/958
2	3	2/602	0/247	10/551	4/080	1/575	2/591	0/000	61/147	2	96/729
3	3	1/253	0/241	5/199	1/229	0/306	4/021	0/000	3/158	2	36/676
4	4	0/209	0/042	4/990	0/270	0/089	3/036	0/000	4/183	3	28/289
5	1	0/332	0/318	1/042	0/332	0/318	1/042	0/000	0/298	0	0/000
6	1	1/972	0/446	4/423	1/972	0/446	4/423	0/000	0/000	0	0/000
7	1	0/082	0/263	0/312	0/082	0/263	0/312	0/000	0/755	0	0/000
8	1	0/048	0/267	0/048	0/048	0/267	0/048	0/000	0/181	0	0/000

Conclusion

The findings of this meta-analysis in response to the first question showed that marriage enrichment programs have a positive and significant effect on marital intimacy. In explaining this finding, it can be said that the marriage enrichment programs have elements and education that have been able to affect intimacy (marital quality, satisfaction, adaptation, commitment and happiness). Since intimacy is a skill (Etemadi, 2008, quoted by Mohammadi, 2013), it needs educating and there are different approaches to teaching it, one of which is marriage enrichment training (ME) (Schafer and Olson, 1981, quoted by parents and et al, 2006). The purpose of these educations is to satisfy the basic needs of the family (Soka, 2005, quoted by Khamseh, Zahrakar and Mohsenzadeh, 1394). Meeting the basic needs of each other in the marital relationship is one of the important factors in improving the intimacy of couples (Fathollahzadeh, 1397).

Also, this meta-analysis in response to the second question of the study showed that the effect of marriage enrichment program on marital intimacy is significant according to the moderator variable of the type of marriage enrichment program. And showed that the emotion-focused marriage enrichment program has a greater effect size than other marriage enrichment programs. Explaining this finding, it can be said that the emotion-focused enrichment program is an attempt to reveal the vulnerable emotions in each couple and facilitate the couple's ability to express these emotions in a safe and loving way; It is believed that the processing of negative emotions in a safe context creates healthier and newer interaction patterns that calm the level of confusion, increase

affection, intimacy, adjustment, and more satisfying communication (Plasso, 2007; Johnson, 2004, quoted by Jalali Shahkooh et al., 2017).

The meta-analysis also analyzed other variables that affect the effectiveness of marriage enrichment programs on marital intimacy. These moderating variables include the type of program, research location and tools. It was found that the role of these variables in explaining the heterogeneity among the researches is small. It is suggested that in future meta-analyzes, other researches that are not included in this meta-analysis and also the researches that have been done after this meta-analysis be used in a more comprehensive meta-analysis. Since the moderators of this study, including the type of program, research location and tools, had a small role in explaining the dispersion among the studies in this study, it is suggested that future studies focus on identifying other moderators.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: This study was conducted as a PhD thesis of the second author in counseling at Shahid Chamran University of Ahvaz.

Funding: This study was conducted as a PhD thesis with no financial support and with the financial support of the Research and Technology office of Shahid Chamran University of Ahvaz in the form of a grant (SCU. EM99.467).

Authors' contribution: The second author was the senior author, the first was the supervisors and the third and fourth was the advisors.

Conflict of interest: The authors declare no conflict of interest for this study.

Acknowledgments: I would like to appreciate the supervisors, advisors, participants of this research and Research and Technology office of Shahid Chamran University of Ahvaz who helped in conducting this research.

فرا تحلیل اثربخشی برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی

رضا خجسته‌مهر*^۱، سارا شیرمردی^۲، مرتضی امیدیان^۳، منصور سودانی^۱

۱. استاد، گروه مشاوره، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۲. دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۳. دانشیار، گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

چکیده

مشخصات مقاله

زمینه: صمیمیت به تعاملی میان زوج‌ها اشاره دارد که منجر به احساس نزدیکی و عشق می‌شود. زوج‌ها برای حفظ و افزایش صمیمیت در رابطه‌شان به مهارت‌هایی نیاز دارند. برای آموزش این مهارت‌ها به زوج‌ها رویکردهای مختلف غنی‌سازی ازدواج وجود دارد. در حالی که پژوهش‌ها مؤثر بودن این برنامه‌ها را نشان می‌دهد و با توجه به کاربرد روزافزون این مداخلات پیشگیرانه، فراتحلیلی در مورد برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج و شناسایی برنامه‌ای که بر صمیمیت زوج‌ها اثربخشی بیشتری داشته باشد، انجام نشده است.

هدف: هدف پژوهش حاضر پاسخ به دو سؤال اساسی شامل تعیین این که آیا برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج اثربخش هستند و در این صورت، کدام برنامه غنی‌سازی ازدواج، اندازه اثر بالایی دارد، بود.

روش: در این پژوهش از روش فراتحلیل استفاده شد. جامعه آماری این فراتحلیل شامل ۴۴ مقاله مرتبط با موضوع پژوهش بود که در پایگاه‌های اطلاعاتی ایرانی و لاتین شناسایی شدند. سپس، براساس معیارهای درون‌سنجی این پژوهش، ۱۷ مقاله (۱۸ اندازه اثر) به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار پژوهش چک لیست فراتحلیل و پژوهش‌های مربوط به موضوع بود.

یافته‌ها: نتایج فراتحلیل نشان داد که به طور کلی، برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی با وزن اندازه اثر ۱/۲۹۵ مؤثر بودند. بر این اساس مشخص شد برنامه غنی‌سازی ازدواج هیجان‌مدار بالاترین اندازه اثر را در ارتقای صمیمیت زناشویی دارد ($d=۴/۰۸۰$).

نتیجه‌گیری: نتیجه نهایی مبین اثربخشی برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج بر ارتقای صمیمیت زناشویی بود. بنابراین، برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج به ویژه برنامه غنی‌سازی هیجان‌مدار به مشاوران خانواده و ازدواج جهت ارتقای صمیمیت زناشویی پیشنهاد می‌شود.

کلیدواژه‌ها:

برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج، صمیمیت زناشویی، فراتحلیل، اندازه اثر

دریافت شده: ۱۳۹۹/۰۹/۲۲

پذیرفته شده: ۱۳۹۹/۱۰/۱۸

منتشر شده: ۱۴۰۰/۰۷/۰۱

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

* نویسنده مسئول: رضا خجسته‌مهر، استاد، گروه مشاوره، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

رایانامه: Khojasteh_r@scu.ac.ir

تلفن: ۰۹۱۶۳۰۶۳۰۵۳

مقدمه

یکی از عواملی که در دوام زندگی زناشویی و و رضایت زناشویی^۱ همسران نقش بسیار مؤثری دارد، رابطه‌ی صمیمانه زن و شوهر است (کوردوا، گی و وارن، ۲۰۰۵). اساساً صمیمیت و همدلی یکی از مظاهر زندگی اجتماعی انسان است (عدالتی و ردزوان، ۲۰۱۰) و با کیفیت زندگی زوج رابطه‌ی معنادار دارد (یو، بارتل - هارینگ و دی، ۲۰۱۴؛ برزگر و سامانی، ۱۳۹۵). اگرچه صمیمیت براساس سن، جنسیت، فرهنگ و سایر عوامل معانی مختلفی دارد و تعریف آن بسیار دشوار است (مارتین و ترادیف، ۲۰۱۴)، اما با گاروزی (۲۰۰۱) صمیمیت را نوعی رابطه‌ی ناشی از مجاورت و مشابهت و رابطه‌ی شخصی رمانتیک یا عاطفی می‌داند که مستلزم درک و آگاهی متقابل و ابراز و افشای افکار و احساسات است. همچنین با گاروزی مشخص کرده که احساس صمیمیت موجب می‌شود تا زن و شوهر خود را به شیوه‌ی مطلوبی در رابطه‌ی زناشویی عرضه کرده و نیازهای خود را ابراز کنند. البته صمیمیت به اشکال مختلفی تعریف می‌شود و احتمالاً برای هر فرد به شیوه‌ی خاصی مطرح است برای مثال، زنان صمیمیت را بیشتر با ابزار احساسات نشان می‌دهند، اما مردان صمیمیت را بیشتر به شکل مشارکت در فعالیت‌های مختلف می‌دانند (هاک، جرتین، دتربچ و گرایدلی، ۲۰۰۳). با این حال باید به این موضوع توجه نمود که برای حفظ و افزایش صمیمیت به مهارت و آموزش نیاز است (اعتمادی، ۱۳۸۷؛ نقل از محمدی، ۱۳۹۲؛ جابری، اعتمادی و احمدی، ۱۳۹۴) زیرا میزان صمیمیت همسران در طول زمان کاهش می‌یابد (زارع و صفیاری جعفرآباد، ۱۳۹۴). شواهد فراوانی نیز گویای آن است که زوج‌ها در جامعه امروزی برای برقراری و حفظ روابط صمیمانه با مشکلات شدید و فراگیر مواجه هستند (حیدرینیا، نظری و سلیمانیان، ۱۳۹۳). پیش فرض این نگاه این است که دلیل کم‌رنگ شدن صمیمیت در رابطه زوج‌ها، فقدان مهارت آنها در ایجاد و تداوم رابطه صمیمانه است و برای آموزش این مهارت‌ها به زوج‌ها رویکردهای مختلفی وجود دارد که یکی از آنها آموزش‌های غنی سازی ازدواج^۲ (ME) است که تاکنون نقش مهمی را در این راستا ایفا کرده است (شافر و اولسون، ۱۹۸۱، نقل از اولیا، فتحی زاده و بهرامی، ۱۳۸۵). در غنی سازی زناشویی

عناصر فعلی موجود در یک رابطه ارتقاء داده شد و در آن تغییر ایجاد می‌شود؛ هدف این تغییردهی‌ها و رشددهی‌ها، تبدیل عدم صمیمیت به صمیمیت است (شافر و اولسون، ۱۹۸۱، نقل از اولیا و همکاران، ۱۳۸۵). از زمان تحول (ME)، بسیاری از برنامه‌های متنوع ظاهر شده‌اند؛ هرچند هر یک از برنامه‌های (ME) توصیف شده در قالب و حوزه متفاوتند اما همگی درصدد تقویت روابط، ساخت مهارت‌های بین فردی و ممانعت از آشفستگی زناشویی می‌باشند (بولینگ، هیل و جنیسس، ۲۰۰۵)، که عبارتند از:

انجمن زوجین برای غنی‌سازی ازدواج^۳ (ACME): میس و میس (۱۹۷۵) این برنامه (ACMR) را که در سال ۱۹۷۳ ارائه شده بود، توصیف کردند. هدف این برنامه ملی، کمک به زوجین برای رشد و غنی‌سازی ازدواج‌شان، هماهنگ‌سازی فعالیت‌هایی که در آن زوجین می‌توانند به هم در رشد بیشتر کمک کنند، آغاز خدمات اجتماعی که ازدواج‌های موفق را ارتقاء دهند و بهبود تصور عامه از ازدواج می‌باشد (زیمپفر، ۱۹۹۸). این برنامه از این لحاظ که برای زوجین، زمانی جهت تمرکز بر ارزش‌ها، نقطه قوت‌ها و حمایت بلند مدت گروهی فراهم می‌کند، منحصر به فرد می‌باشد و همچنین زوجین فرصت دارند که در مجموعه‌ای از زوجین باشند و یکدیگر را مشاهده کرده و از هم یاد بگیرند (زیمپفر، ۱۹۹۸).

برنامه آماده‌سازی/غنی‌سازی^۴ (کارگاه با هم رشد کردن^۵): این برنامه برای کمک به زوج‌ها که درباره رابطه‌شان با هم بحث می‌کنند، توسعه پیدا کرد (هانت، ۱۹۹۸، نقل از زیمپفر، ۱۹۹۸). مقیاس‌هایی نیز برای کمک به تسهیل گفتگو در میان زوج‌هایی که در این برنامه شرکت کردند، طراحی شد مانند مقیاس آماده‌سازی که به وسیله دیوید السون در ۱۹۹۷ طراحی شد، و مقیاس غنی‌سازی به وسیله دیوید السون و همکاران در سال ۱۹۸۱ طراحی شد و بر اساس یافته‌های این مقیاس‌ها، نوع‌شناسی^۶ زوج‌ها توسعه یافت (زیمپفر، ۱۹۹۸).

آموزش غنی‌سازی ازدواج^۷ (TIME): دینک مییر و کارلسون (۲۰۰۳) برنامه تایم را توسعه دادند که مهارت‌هایی را برای بهبود رضایت زناشویی آموزش می‌دهد. کارلسون و دینک مییر برنامه آموزشی را برای کمک به زوجین برای یادگیری مهارت‌های مورد نیاز جهت توسعه عشق‌ورزی،

1. marital satisfaction

2. marital Enrichment

3. Association of Couple for Enriching Marriage

4. Prepare/ Enrich Program

5. Growing Together

6. typology

7. Training in Marriage Enrichment

امید - محور، شش وجه دارد که عبارتند از: ۱. رابطه درمانگری ۲. هدف ۳. تمرکز ۴. راهکار ۵. هدف نهایی برای تغییر ۶. مجموعه مداخلات (ورتینگن، ۲۰۰۵).

رویکرد متمرکز بر هیجان^۵: درمان هیجان مدار در اوایل دهه ۱۹۸۰ توسط دکتر سوزان جانسون و دوستش دکتر لس گرینبرگ مطرح شد و از فلسفه - ای پشتیبانی می کند که هسته تجارب وجود انسان، ارتباط انسانی است و بدین معناست که ارتباطات عاطفی ارضا کننده جنبه های ضروری بهزیستی روانی و جسمی فردی هستند (جانسون، ۲۰۰۴؛ ترجمه بهرامی و اعتمادی، ۱۳۸۹). این برنامه در قالب برنامه های آموزشی و درمانی به شرکت کنندگان چگونگی غلبه کردن بر نگرش های قضاوتی و الگوی رفتاری که ارتباط اثربخش، آرام و سالم را به خطر می اندازد را آموزش می دهند و به زخم ها یا آسیب های گذشته می پردازد همچنین هدف عمده این رویکرد این است که به زوجین کمک کند تا نیازها و گرایش های اصلی و نگرانی های دلبستگی یکدیگر را شناسایی کرده و ابراز کنند؛ بنابراین نامی های دلبستگی زوجین کاسته می شود و دلبستگی ایمن میان آنها پرورش می یابد (جانسون، ۲۰۰۳؛ نقل از فروغی، باقری، احدی و مظاهری، ۱۳۹۶).

برنامه غنی سازی مبتنی بر ذهن آگاهی^۶: این برنامه توسط کارسون و دینک میسر (۲۰۰۴) با هدف بهبود رابطه زوج های غیر آشفته و افزایش موفقیت در ازدواج شان بر اساس برنامه ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس^۷ (Mbsr) توسعه پیدا کرده است.

برنامه غنی سازی ازدواج بر اساس نظریه انتخاب^۸: نظریه انتخاب رویکردی آموزشی برای ارتقای روابط زوج ها است و هدف آن کمک به زوج ها برای آگاهی از واقعیت و مسئولیت خودشان، کاهش رفتار مثبت و مخرب، گسترش همدلی و صمیمیت، رشد ارتباط مؤثر و مهارت های حل مسأله است و علت انتخاب رفتارهای غیر انطباقی را، ناکامی در ارضای نیازهای اساسی می داند (یوسفی، ۱۳۹۵، نقل از فتح اله زاده، ۱۳۹۷).

تاکنون پژوهش های داخلی و خارجی زیادی در زمینه اثربخشی برنامه های مختلف غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی (کیفیت زناشویی^۹،

حمایت و رضایت از رابطه طراحی کردند. این برنامه به مدت ۱۰ جلسه در ۱۰ هفته به منظور آموزش اصول پایه و ارائه فرصت هایی برای تمرین مهارت های مورد نیاز برای ارتقاء ازدواج زوجین، ایجاد شد. در این برنامه، پیامد مطلوب برای زوجین توانایی ادغام و اعمال مهارت های یاد گرفته شده در رابطه شان می باشد (کارلسون و دینک میسر، ۲۰۰۳).

برنامه پیشگیری و ارتقاء رابطه^۱ (PREP): در این برنامه در اوایل دهه ۱۹۹۰ توسعه یافت، یک برنامه مبتنی بر پژوهش و منحصر به فرد است که می توان آن را به زوج های متأهل و ازدواج نکرده آموزش داد تا به طور مؤثر ارتباط برقرار کنند، مشکلات را به عنوان یک تیم حل کنند، تعارضات را مدیریت کنند و تعهد را ارتقاء دهند (هانت، ۱۹۹۸، نقل از زیمپفر، ۱۹۹۸). برنامه کاربرد عملی مهارت های ارتباط صمیمانه^۲ (pairs): این برنامه نوعی برنامه آموزشی است که توسط گوردن در سال ۱۹۷۵ ابداع شد و با هدف آموزش مهارت های مورد نیاز برای تشکیل روابط صمیمانه برگزار می شود (سیلبرسوینگ ۲۰۱۵، نقل از حسینی، رسولی، داورنیا و بابایی گرمخانی، ۱۳۹۵). برنامه کاربرد عملی مهارت های ارتباط صمیمانه یک برنامه تقاطعی می باشد. این برنامه بیش از هشتاد تکنیک تجربی، رفتاری و ارتباطی را دارا می باشد (بکمن، ۲۰۰۵، نقل از حسینی و همکاران، ۱۳۹۵).

برنامه ارتقاء رابطه^۳ (RE): برنامه ارتقاء رابطه که محصول ارتباط درمانگری بود، توسط برنارد گارنی، جی آر در سال ۱۹۶۲ پدید آمد. برنامه RE رویکردی روان - آموزشی و مبتنی بر مهارت به جای کاهش علائم است (آکوردینو و گورنی، ۲۰۰۳، نقل از چانگ، ۲۰۰۷). این درمان حاصلی از ترکیب و هماهنگ سازی روشمند مفاهیم و روش هایی از چهار مدل نظری ناهمسان شامل نظریه مراجع محور کارل راجرز، نظریه های یادگیری و تغییر رفتار بندورا و اسکینر، نظریه میان فردی سالیوان و نظریه روان پویایی فروید است و به افراد کمک می کند که روابط صمیمانه خود را تقویت کنند و در عین حال کیفیت این روابط را در طول زمان حفظ کنند (چانگ، ۲۰۰۷).

برنامه غنی سازی رابطه امید محور^۴: رویکرد امید - محور، زوج درمانگری و غنی سازی رابطه زناشویی را شامل می شود و همچنین مشاوره ازدواج

5. Emotion-Focused approach

6. Mindfulness- Based Enhancement Program

7. Mindfulness based on stress reduction

8. Choice Theory- based Marriage Enhancement Program

9. marital quality

1. Prevention and Relationship Enhancement program

2. Practical Application of Intimate Relationships Skills Program

3. Relationship Enhancement

4. Hope Focused Enhancement Program

دسترس و مرتبط با رابطه اثربخشی برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی در داخل و خارج از کشور می شود که از لحاظ روش شناختی شرایط لازم را دارا بودند. بر اساس شیوه پژوهشی فراتحلیل، ابتدا ۴۴ مقاله مرتبط با موضوع پژوهش، در پایگاه های اطلاعاتی با توجه به کلید واژه ها (کیفیت زناشویی، رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی، صمیمیت زناشویی، برنامه های غنی سازی ازدواج، ارتقاء رابطه زناشویی، فراتحلیل برنامه های غنی سازی رابطه زناشویی) شناسایی و مورد مطالعه قرار گرفت، سپس ۱۷ مقاله که از معیارهای درون سنجی برخوردار بودند، به عنوان نمونه انتخاب شدند. شرایط لازم برای قرار گرفتن در این پژوهش عبارتند از:

۱. داشتن شرایط لازم از نظر روش شناسی (روش تحقیق، حجم نمونه، روایی و پایایی ابزار اندازه گیری، روش تحلیل آماری و صحیح بودن محاسبات آماری) ۲. موضوع پژوهش ها مرتبط با اثربخشی برنامه های غنی سازی رابطه زناشویی بر صمیمیت زناشویی (رضایت، تعهد، کیفیت و سازش یافتگی، کیفیت غنی سازی ازدواج و کیفیت زناشویی، فراتحلیل برنامه های غنی سازی ازدواج و...) باشد، ۳. برای جستجو از پایگاه های اطلاعاتی ایرانی از جمله، پایگاه تخصصی نور، پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، مرجع دانش سیولیکا، بانک اطلاعات نشریات کشور، وب سایت مرکز اسناد و مدارک علمی ایران، پایگاه استادی علم جهان اسلام و پایگاه های اطلاعاتی لاتین همچون ساینس دایرکت، گوگل اسکولار، وایلی، سیج، اریک، ای پی ای، و... استفاده شد.

اشپرنکل و پی یرسی (۲۰۰۵)، نقل از خجسته مهر و همکاران، (۱۳۹۶) برای انجام فراتحلیل مراحل زیر را بیان کردند؛ ۱) تعریف و بیان دقیق مسأله پژوهش، ۲) جستجوی تحقیقات انجام شده در مورد موضوع پژوهش (۳) گزینش پژوهش هایی که ملاک های ورود به پژوهش را دارا هستند، ۴) کدگذاری و ثبت داده ها را جمع آوری و تحقیقات در فرم کاربرگ فراتحلیل، ۵) ورود داده ها به نرم افزار فراتحلیل، ۶) محاسبه و تعیین اندازه اثر هر یک از پژوهش های منفرد، ۷) تحلیل داده ها، ۸) گزارش نتایج تحلیل ها.

رضایت زناشویی، سازش یافتگی زناشویی^۱، شادکامی زناشویی^۲، تعهد زناشویی^۳ انجام شده است. نتایج این پژوهش ها (هوف و میلر، ۱۹۸۱؛ هاوولی و اولسون، ۱۹۹۵؛ آکوردینو، ۲۰۰۳؛ جاکوبوسکی و همکاران، ۲۰۰۳؛ بولینگ و همکاران، ۲۰۰۵، زیمپفر، ۲۰۰۸؛ جهانیان، ۱۳۹۲؛ امینی، ۱۳۹۵؛ جلالی شاهکوه، ۱۳۹۶؛ کوردوا، گی و وارن ۲۰۰۵، چیت ساززاده، زهراکار و ثنایی، ۲۰۱۷؛ واژاپیلی و مک رییس، ۲۰۱۷؛ معصومی و همکاران، ۲۰۱۷، ایدلخانی، حیدری، داوودی و زارع بهرام آبادی، ۱۳۹۷، نقش، ابراهیمی و احمدی، ۱۳۹۸، رسولی، گل پرور، رضانی و حسنی، ۱۳۹۹) مؤثر بودن این برنامه ها را نشان می دهد اما در مورد برنامه غنی سازی ای که بر صمیمت زوج ها اثربخشی بیشتری داشته باشد، پژوهشی انجام نشده است. بنابراین، با توجه به کاربرد روز افزون برنامه های غنی سازی ازدواج به عنوان یک مداخله پیشگیرانه در زمینه روابط زناشویی و فراتحلیل های انجام شده محدود در مورد اثربخشی غنی سازی های ازدواج به ویژه در ایران، هدف اساسی این پژوهش پاسخ به این سؤالات است که آیا برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی اثربخش هستند؟ و همچنین به دلیل تنوع زیاد در برنامه های غنی سازی ازدواج و برای جلوگیری کردن از اتلاف وقت درمانگران جهت تعیین نوع مداخله پیشگیرانه خود در هنگام کار با زوجین، سؤال دیگر این پژوهش این است که کدام برنامه غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی بیشترین اثر را دارد؟

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت کنندگان: در این پژوهش برای تعیین، جمع آوری، ترکیب و خلاصه کردن یافته های پژوهشی در زمینه اثربخشی برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی از فن آماری فراتحلیل استفاده شده است. فراتحلیل به فوننی اطلاق می شود که هدف آن یکپارچه سازی نتایج پژوهش های مستقل است همچنین، با روش فراتحلیل می توان نتایج پژوهش ها را با یکدیگر ترکیب کرد و روابط تازه ای میان پدیده های اجتماعی کشف کرد (گلاس، ۱۹۷۶، نقل از خجسته مهر، آقایی و امیدیان، ۱۳۹۶). جامعه آماری این فراتحلیل شامل تحقیقات معتبر در

3. marital commitment

1. marital adjustment

2. marital happiness

(ب) ابزار

پژوهش های مربوط به موضوع: پژوهش هایی که در داخل و خارج از کشور ایران انجام شده و ملاک ها و شرایط لازم برای ورود به فراتحلیل را داشته باشند، مورد بررسی قرار گرفت. به منظور کاهش سوگیری در نتایج و گردآوری داده ها، استخراج داده ها توسط دو بررسی کننده آشنا به نحوه جستجو در منابع اطلاعاتی و به صورت جداگانه انجام گرفت، همچنین به منظور حل تناقض های احتمالی بین بررسی ها، نظر شخص سومی نیز دخالت داده شد.

فرم کاربرگ فراتحلیل: در این پژوهش جهت فراهم آوردن اطلاعات مورد نیاز، از چک لیست فراتحلیل کوهن استفاده شد و گزارش پژوهش های اولیه در این فرم ها ثبت گردید. این ابزار با توجه به اطلاعات مورد نیاز از تحقیقات اولیه از دو بخش اطلاعات کتابشناسی، اطلاعات روش شناسی و اطلاعات لازم برای محاسبه اندازه اثر تشکیل می شود.

روش اجرا و تحلیل: با توجه به موضوع پژوهش، اثربخشی غنی سازی زناشویی بر صمیمیت زناشویی (رضایت، سازش یافتگی، تعهد و کیفیت زناشویی)، برای انتخاب تحقیقات از کلید واژه های غنی سازی زناشویی، ارتقاء رابطه زناشویی، کیفیت زناشویی، رضایت زناشویی، سازش یافتگی زناشویی، غنی سازی رابطه زناشویی و صمیمیت زناشویی، برنامه های غنی سازی ازدواج، فراتحلیل برنامه های غنی سازی رابطه زناشویی و... برای جستجو در پایگاه های اطلاعاتی ایرانی از جمله، پایگاه تخصصی نور، پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، مرجع دانش سیولیکا، بانک اطلاعات نشریات کشور، وبسایت مرکز اسناد و مدارک علمی ایران، پایگاه استنادی علم جهان اسلام و پایگاه های اطلاعاتی لاتین همچون ساینس دایرکت، گوگل اسکولار، وایلی، سیج، اریک، ای پی ای، و... استفاده شد. از روش فراتحلیل نیز جهت تعیین اندازه اثرات پژوهش های داخلی و خارجی جمع آوری شده در مورد برنامه های غنی سازی ازدواج بر برون داده های زناشویی و تعیین یک برنامه غنی سازی ازدواج با بیشترین اندازه اثر، استفاده شد. جهت انجام فراتحلیل، از ۴۴ تحقیق انتخاب شده، ۱۷ پژوهش که تمام شرایط لازم را دارا بودند، وارد پژوهش شدند. ۲۷ پژوهش به علت اینکه فاقد شرایط لازم برای ورود به پژوهش بودند، حذف شدند. لازم به ذکر است که برای جلوگیری از مخدوش شدن استقلال

پژوهش ها (بورن استین، میشل، هگزر، ۲۰۰۹، نقل از خجسته مهر و همکاران، ۱۳۹۸) از آوردن پژوهش های وابسته به یک پژوهش خودداری شد.

یافته ها

داده های اولیه فراتحلیل حاضر از پژوهش های آزمایشی و نیمه آزمایشی که شامل اثربخشی برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی (کیفیت، سازش یافتگی، رضایت، شادکامی، تعهد زناشویی) بود، جمع آوری شدند. در مجموع حدود ۱۸ اندازه اثر به دست آمد. اطلاعات این نمونه ها در جدول ۱ ارائه شده است. همچنین در جدول ۱، اندازه اثر پژوهش های آزمایشی و نیمه آزمایشی مرتبط با تأثیر برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی نشان داده شده است.

بر اساس داده های ارائه شده در جدول ۱، هر یک از پژوهش های مورد نظر، اندازه اثر اعمال برنامه های آموزشی غنی سازی ازدواج محاسبه و در همین راستا، پژوهش طبق مراحل فراتحلیل کوهن (۲۰۰۹؛ ترجمه دلاور، ۱۳۸۸) پیش رفت. با توجه به پژوهش های انجام شده در ایران و خارج از کشور، میزان تأثیر برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی مورد بررسی قرار گرفت.

جدول ۲، میانگین اندازه اثر پژوهش ها را نشان می دهد. بر اساس اطلاعات این جدول مقدار اندازه اثر بدست آمده برای مدل اثرهای تصادفی ۱/۲۹۵ است که در سطح ۰/۰۰۰ معنادار است. بدین ترتیب، با توجه به جدول ۲ و در پاسخ به پرسش اول پژوهش، مشخص شد که به طور کلی آموزش برنامه های غنی سازی بر صمیمیت زناشویی اثربخش است. لازم به ذکر است که در این پژوهش، پژوهش های وابسته نیز مورد بررسی قرار گرفتند و نتایج نیز اثربخشی برنامه های غنی سازی ازدواج را نشان داد اما به دلیل رعایت استقلال پژوهش ها، پژوهش های وابسته کنار گذاشته شدند.

جدول ۲، اندازه اثرهای مربوط به پژوهش های آزمایشی مربوط به اثربخشی برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی را نشان می دهد. در مدل ثابت اندازه اثر ترکیبی محاسبه شده برابر ۰/۳۱۵ و در مدل تصادفی این مقدار برابر ۱/۲۹۵ به دست آمد که هر دو معنادار هستند و طبق جدول کوهن تأثیر بالایی داشته است. همان گونه که در جدول ۲ مشاهده می شود مقدار شاخص Q برای ۱۷ پژوهش حاضر (۱۸ اندازه اثر) در این فراتحلیل ۲۹۱/۹۵۶ (درجه آزادی ۱۷) به دست آمد که در سطح ۰/۰۰۰ معنادار است

برای متغیر نوع برنامه غنی سازی ازدواج، $32/711$ (با مقادیر متناظر $df=8$ ، $P=0/000$) است که به لحاظ آماری معناداری است. اما، نقش اندکی در ناهمگونی موجود در پژوهش های گزینش شده دارد. همچنین مقدار شاخص Q برای متغیر تعدیل گر محل پژوهش، $0/003$ (با مقادیر متناظر $df=1$ ، $P=0/960$) است که به لحاظ آماری معناداری است و برای متغیر تعدیل گر ابزار، $48/804$ (با مقادیر متناظر $df=9$ ، $P=0/000$) است که نشان می دهد بخش کمی از این ناهمگونی به محل پژوهش و نوع ابزار و تنوع در آن مربوط است. به منظور بررسی سوگیری انتشار نیز از نمودار قیفی استفاده شد.

و این نشانگر وجود ناهمگونی در اندازه اثر پژوهش های اولیه است. بر اساس نتایج مندرج در جدول ۲ نیز، مقدار شاخص I^2 در این پژوهش $94/177$ است که بیانگر ناهمگونی زیاد در پژوهش های بررسی شده است؛ معناداری شاخص Q و مجذور I^2 نشانگر ناهمگونی و پراکندگی در پژوهش های بررسی شده است. بنابراین مدل نهایی برای ترکیب اندازه های اثر در این پژوهش، مدل اثرهای تصادفی است. همچنین برای شناسایی و بررسی نقش متغیرهای تعدیل گری که ممکن است این ناهمگونی به دلیل اثر احتمالی آنها رخ داده باشد، اقدام شد. به منظور بررسی این ناهمگونی، متغیرهای تعدیل کننده ای شامل نوع برنامه غنی سازی ازدواج، ابزار و محل پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. بر اساس این بررسی، مقدار شاخص Q

جدول ۱. پژوهش های استفاده شده در فراتحلیل و اندازه اثر هر پژوهش

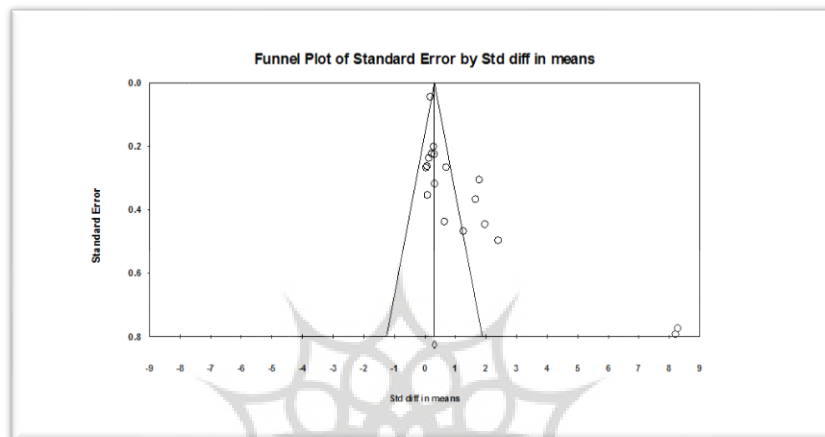
پژوهشگران	سال اجرا	مکان اجرا	حجم نمونه		ابزار	مدت آموزش	آماره	سطح معنی داری	اندازه اثر
			کنترل	آزمایش					
میری	۱۳۸۱	بیرجند	۲۰	۲۰	رضایت زناشویی MSQ	۸ هفته	۲۳/۹۰	۰/۰۱	۰/۳۱۷
ریپلی و ورتینگتون	۲۰۰۲	ویرجینیا	۳۰	۳۰	سازش یافتگی زوجی DAS	۸ هفته	۰/۷۶	۰/۶۱	۰/۰۸۱
ریپلی و ورتینگتون	۲۰۰۲	ویرجینیا	۲۸	۴۳	سازش یافتگی زوجی DAS	۸ هفته	۰/۷۶	۰/۶۱	۰/۰۴۸
اولیا و همکاران	۱۳۸۷	اصفهان	۱۵	۱۵	رضایت زناشویی اولیا	۷ هفته	۷/۵۰	۰/۰۰۸	۰/۷۰۰
هاولی	۲۰۰۷	داکوتای شمالی	۲۱	۷۱	رضایت زناشویی انریچ	۱۰ هفته	۰/۵۹	۰/۰۵	۰/۲۳۰
عیسی نژاد و همکاران	۱۳۹۰	اصفهان	۱۶	۲۰	شادمانی زناشویی MHS	۸ هفته	۴۴/۹۱	۰/۰۰۱	۰/۱۳۸
اورکی	۱۳۹۱	ارومیه	۱۵	۱۵	سازش یافتگی زوجی اسپینر	۱۰ هفته	۱۲۴/۵۴	۰/۰۰۰۱	۸/۱۰۱
قاسمی مقدم	۱۳۹۲	تهران	۲۰	۲۰	رضایت زناشویی انریچ	۱۰ هفته	۱۱۲/۱۸	۰/۰۵	۰/۳۲۵
خمسه و همکاران	۱۳۹۴	تهران	۱۱	۱۱	شادمانی زناشویی MHS	۸ هفته	۱۲/۰۹	۰/۰۰۴	۱/۲۱۸
امینی و همکاران	۱۳۹۵	خمینی شهر	۱۶	۱۶	شادمانی زناشویی MHS	۷ جلسه	۵۲/۵۹	۰/۰۰۱	۰/۰۹
حسینی و همکاران	۱۳۹۵	تهران	۱۰	۱۰	وضعیت زناشویی گلوبو-راست	۱۳ هفته	۴۶/۴۳	۰/۰۰۰	۱/۶۳۴
جلالی شاهکوه	۱۳۹۶	گرگان	۱۵	۱۵	سازش یافتگی زناشویی لاک	۸ هفته	۰/۸۴	۰/۰۵	۱/۷۶۶
طاهری و همکاران	۱۳۹۶	مشهد	۱۲	۱۲	رضایت زناشویی انریچ	۸ هفته	۱۰/۳۹	۰/۰۴	۰/۶۲۷
فروغی و همکاران	۱۳۹۶	تهران	۱۴	۱۴	رضایت زناشویی انریچ	۹ هفته	۱۲۹/۸۳	۰/۰۰۰	۲/۳۳۸
فتح الله زاده	۱۳۹۶	اصفهان	۷	۷	صمیمیت زناشویی والکر و تامپسون	۶ هفته	۲۴/۳۹	۰/۰۰۱	۱/۹۱۸
معصومی و همکاران	۲۰۱۷	همدان	۲۵	۲۵	صمیمیت زناشویی اولیا	۸ هفته	۳۱۸/۰	۰/۲۱	۰/۱۸۷
تامپکینس و کاج	۲۰۱۷	کانادا	۶۲۱	۲۳۸۱	سازش یافتگی زوجی DAS	۲ روز	۴۵/۲۵	۰/۰۰۱	۰/۲۸۶
واژاپلی و همکاران	۲۰۱۷	هند	۱۶	۱۶	سازش یافتگی زوجی DAS	۵ هفته	۵۵۱/۷۷	۰/۰۰۱	۸/۱۸۲

جدول ۲. اندازه اثرهای ترکیبی پژوهش های آزمایشی مربوط به برنامه های غنی سازی ازدواج و صمیمیت زناشویی

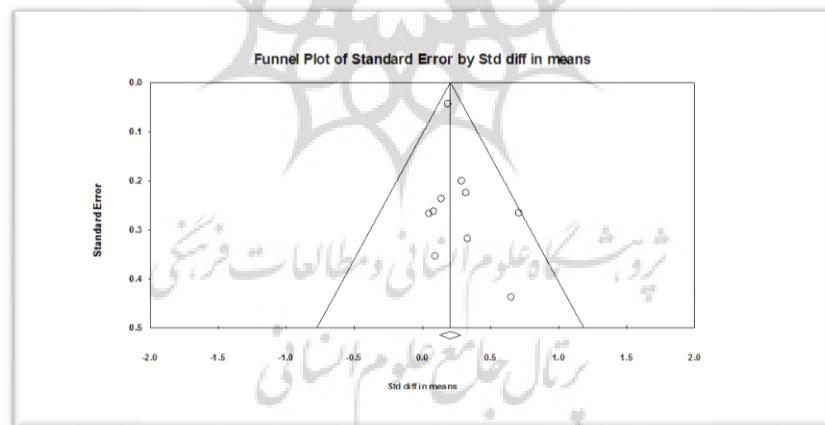
مدل	تعداد	اندازه اثر	خطای معیار	حد بالا	حد پایین	مقدار Z	مقدار P	Q	df	مجذور I
ثابت	۱۸	۰/۳۱۵	۰/۰۳۸	۰/۳۹۰	۰/۲۴۱	۸/۳۳۵	۰/۰۰۰	۲۹۱/۹۵۶	۱۷	۹۴/۱۷۷
تصادفی	۱۸	۱/۲۹۵	۰/۲۳۸	۱/۷۶۱	۰/۸۲۹	۵/۴۴۷	۰/۰۰۰	-	-	-

است. (قربانی زاده و حسن نانگیر، ۱۳۹۳). بر این اساس، مطالعات مورد بررسی در این پژوهش، دارای سوگیری انتشار هستند. این امر می تواند ناشی مطالعات آزمایشی این پژوهش باشد که معمولاً هدف این نوع تحقیقات ایجاد تغییر در متغیر وابسته است که می تواند منبع پراکندگی در این پژوهش باشد. همچنین عدم دسترسی به تمامی مطالعات و موارد چاپ نشده می تواند از دلایل احتمالی دیگر این پراکندگی باشد.

با توجه به تصویر ۱، تحقیقات بزرگ در بالای نمودار ظاهر می شوند و تمایل به تشکیل خوشه در مجاورت میانگین اندازه اثر دارند. مطالعات کوچک تر در پایین نمودار ظاهر می شوند و پراکندگی مقادیر آن زیاد است. در نبود سوگیری انتشار، تحقیقات، حول محور اندازه اثر ترکیبی به طور متقارن توزیع خواهند شد و در صورت وجود سوگیری، پراکندگی تحقیقات در پایین نمودار حول یک طرف میانگین بیشتر از طرف دیگر



تصویر ۱. نمودار کیفی پژوهش قبل از تحلیل حساسیت



تصویر ۲. نمودار کیفی پژوهش بعد از تحلیل حساسیت

اثربخش است و حتی با حذف مطالعاتی که اندازه اثر افراطی به یک جهت داشتند، مجدداً اندازه اثر معنادار بود.

در این پژوهش پس از بررسی ۴۴ پژوهش اثربخشی برنامه های متفاوت غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی و انتخاب ۱۷ پژوهش که دارای شرایط ورود به پژوهش بودند، ۸ برنامه غنی سازی ازدواج یافته شد از جمله، برنامه ارتقاء رابطه (۱)، برنامه غنی سازی مبتنی بر درمان هیجان مدار

تصویر ۲ نمودار کیفی سوگیری انتشار مربوط به اثربخشی برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی را بعد از تحلیل حساسیت نشان می دهد. با توجه به این نمودار از ۱۸ پژوهش اولیه حدود ۱۰ پژوهش دارای سوگیری انتشار نبوده است. پس از انجام تحلیل حساسیت اندازه اثر ثابت و تصادفی ۰/۲۰۴ بدست آمد که در سطح ۰/۰۰۰ معنادار است. این مقدار بیانگر این است که به طور کلی برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی

رضایت، شادکامی، تعهد زناشویی) اثرات مثبت و اندازه اثرهای متفاوتی داشته است. در جدول ۳، اندازه اثرهای ثابت و تصادفی هر برنامه تعیین شده و همچنین برنامه غنی سازی ازدواجی که بیشترین اندازه اثر را در این پژوهش داشته است، مشخص کرده است.

(۲)، برنامه کاربرد عملی مهارت های ارتباط صمیمانه (۳)، آموزش غنی سازی ازدواج (۴) برنامه پیشگیری و ارتقاء رابطه (۵)، برنامه غنی سازی زناشویی به روش اولسون (۶)، اثربخشی غنی سازی زندگی زناشویی بر اساس نظریه انتخاب (۷) و رویکرد امید و بخشش محور (۸). هر یک از این برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت (کیفیت، سازش یافتگی،

جدول ۳. مقایسه اندازه اثر برنامه های متفاوت غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی

برنامه	تعداد	مدل ثابت			مدل تصادفی			پراکندگی	
		اندازه اثر ترکیبی	خطای معیار	مقدار Z	خطای معیار	مقدار Z	سطح معنی داری	Q	df
۱	۳	۰/۵۹۶	۰/۱۹۱	۳/۱۱۶	۱/۵۷۴	۱/۷۰۷	۰/۰۰۲	۹۷/۹۶۴	۲
۲	۳	۲/۶۰۲	۰/۲۴۷	۱۰/۵۵۱	۱/۵۷۵	۲/۵۹۱	۰/۰۰۰	۶۱/۱۴۷	۲
۳	۳	۱/۲۵۳	۰/۲۴۱	۵/۱۹۹	۰/۳۰۶	۴/۰۲۱	۰/۰۰۰	۳/۱۵۸	۲
۴	۴	۰/۲۰۹	۰/۰۴۲	۴/۹۹۰	۰/۰۸۹	۳/۰۳۶	۰/۰۰۰	۴/۱۸۳	۳
۵	۱	۰/۳۳۲	۰/۳۱۸	۱/۰۴۲	۰/۳۱۸	۱/۰۴۲	۰/۰۰۰	۰/۲۹۸	۰
۶	۱	۱/۹۷۲	۰/۴۴۶	۴/۴۲۳	۰/۴۴۶	۴/۴۲۳	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰
۷	۱	۰/۰۸۲	۰/۲۶۳	۰/۳۱۲	۰/۲۶۳	۰/۳۱۲	۰/۰۰۰	۰/۰۷۵۵	۰
۸	۱	۰/۰۴۸	۰/۲۶۷	۰/۱۸۱	۰/۲۶۷	۰/۰۴۸	۰/۰۰۰	۰/۱۸۱	۰

کنار گذاشته شدند که در نهایت ۱۸ اندازه اثر از کل پژوهش ها به دست آمد.

یافته های این فراتحلیل در پاسخ به سؤال اول نشان داد که برنامه های غنی سازی ازدواج تأثیر مثبت و معناداری بر صمیمیت زناشویی دارند. تجزیه و تحلیل حاکی از میانگین اندازه اثر ترکیبی در مدل ثابت و میانگین اندازه اثر ترکیبی در مدل تصادفی بود که هر دو معنادار بودند. بنابراین می توان نتیجه گرفت که برنامه های غنی سازی ازدواج تأثیر مثبت و معناداری بر صمیمیت زناشویی دارد. برخی پژوهش ها نیز این یافته را تأیید می کند (هوف و میلر، ۱۹۸۱؛ هاوولی و اولسون، ۱۹۹۵؛ آکوردینو، ۲۰۰۳؛ جاکوبوسکی و همکاران؛ بولینگ و همکاران، ۲۰۰۵؛ زیمپفر، ۲۰۰۸؛ جهانیان، ۱۳۹۲؛ امینی، ۱۳۹۵؛ جلالی شاهکوه، ۱۳۹۶؛ چیت سازاده و همکاران، ۲۰۱۷؛ تامپکینس و کاج، ۲۰۱۳؛ واژاپیلی و مک رییس، ۲۰۱۷؛ معصومی و همکاران، ۲۰۱۷). در تبیین این یافته باید به این نکته توجه کرد که برنامه های غنی سازی ازدواج بر چه مباحثی تأکید می کند که آموزش آنها توانسته است بر صمیمیت (کیفیت، رضایت، سازش یافتگی، تعهد و شادکامی زناشویی) اثرگذار باشد. از آنجا که صمیمیت یک مهارت است (اعتمادی، ۱۳۸۷، نقل از محمدی، ۱۳۹۲)، نیاز به آموزش دارد و برای

جدول ۳، اندازه های اثر ترکیبی ثابت و تصادفی اثربخشی برنامه های متفاوت غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی را نشان می دهد. همان طور که در جدول ۳ مشخص است و در پاسخ به سؤال دو مبنی بر اینکه کدام برنامه غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی بیشترین اثربخشی را دارد، با توجه به اینکه اندازه اثر اندازه اثر تصادفی ۴/۰۸۰ متعلق به برنامه ۲، بیشترین اندازه اثر را در میان دیگر برنامه های غنی سازی ازدواج داشته است که طبق جدول کوهن تأثیر بالایی می باشد، برنامه غنی سازی هیجان مدار بیشترین اثربخشی را بر صمیمیت زناشویی داشته است. همچنین پس از انجام تحلیل حساسیت برنامه غنی سازی هیجان مدار با اندازه اثر ثابت و تصادفی ۰/۶۵۲ بیشترین اندازه اثر را در میان دیگر برنامه ها داشته است.

بحث و نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی و ترکیب نتایج تحلیل ها انجام گرفت. بر اساس معیارهای انتخاب تحلیل، از میان نتایج پژوهش های گزارش شده در پایگاه های اطلاعاتی، ۱۷ پژوهش مورد بررسی قرار گرفتند. به دلیل رعایت استقلال پژوهش ها، برخی مطالعات که از چندین متغیر استفاده کرده بودند از فرآیند فراتحلیل

استین و یانگ، ۲۰۰۷)، عده‌ای دیگر افزایش سطح خودآگاهی زوجین، از اجرای مهم برنامه آموزشی آنها است (هاروی و وینزل، ۲۰۰۲؛ هنرینگتون و فریدلندر، ۲۰۰۷) و دسته‌ای دیگر آموزش مهارت‌های مهم برای تداوم و تازه نگه داشتن یک رابطه را در نظر دارند (حیدرنیا و همکاران، ۱۳۹۳)، برنامه غنی‌سازی متمرکز بر هیجان به عنوان یک رویکرد جدید جهت غنی‌سازی ازدواج، در تلاش برای آشکار ساختن هیجان‌ات آسیب‌پذیر در هر کدام از زوج‌ها و تسهیل توانایی زوج‌ها در ابراز این هیجان‌ات به شیوه‌ای ایمن و محبت‌آمیز می‌باشد؛ اعتقاد بر این است که پردازش هیجان‌ات منفی در بافتی ایمن، الگوهای تعاملی سالم‌تر و جدیدتر را بوجود می‌آورد که سبب آرام شدن سطح آشفتگی، افزایش دوست داشتن، صمیمیت، سازش یافتگی و ارتباطی رضایت‌بخش‌تر می‌شود (پلاسو، ۲۰۰۷؛ جانسون، ۲۰۰۴، نقل از جلالی شاهکوه و همکاران، ۱۳۹۶).

این فراتحلیل همچنین متغیرهای دیگری را که اثربخشی برنامه های غنی سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی را تحت تأثیر قرار می دهد، مورد تحلیل قرار داد. این متغیرهای تعدیل‌گر شامل نوع برنامه، محل پژوهش و ابزار است و مشخص شد که نقش این متغیرها در تبیین ناهمگونی در بین پژوهش‌های انجام شده اندک است. همچنین این پژوهش دارای سوگیری انتشار نیز بود. با توجه به تصویر ۱، از آنجا که سوگیری به سمت راست نمودار وجود دارد، می‌توان گفت علت احتمالی این سوگیری، مطالعات آزمایشی مورد بررسی در این پژوهش می‌باشند که معمولاً به دنبال ایجاد تغییر در متغیرهای وابسته می‌باشند. همچنین کم بودن حجم نمونه این پژوهش (به دلیل گزینش براساس معیارهای ورود به پژوهش و در نظر گرفتن پژوهش‌های مستقل) از دیگر منابع احتمالی سوگیری انتشار در این پژوهش بوده است. به همین منظور جهت بررسی این سوگیری و برآورد دقیق از اندازه اثرات ترکیبی، تحلیل حساسیت انجام گرفت. نتایج این تحلیل نیز اثربخشی برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی نشان داد و برنامه غنی‌سازی هیجان‌مدار نیز با بالاترین اندازه اثر مشخص شد.

در این فراتحلیل سعی شده است از تمامی پژوهش‌های انجام شده در دامنه زمانی مورد نظر استفاده شود. با این حال ممکن است پژوهش‌های مختلفی وجود داشته باشند که از مطالعه دور مانده‌اند و همچنین مطمئناً پژوهش‌های زیادی در سال‌های آینده در زمینه اثربخش برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی انجام خواهد گرفت که به لحاظ ملاک‌های ورود به

آموزش آن رویکردهای مختلفی وجود دارد که یکی از آنها آموزش‌های غنی سازی ازدواج (ME) است (شافر و اولسون، ۱۹۸۱، نقل از اولیا و همکاران، ۱۳۸۵). هدف این آموزش‌ها ارضای نیازهای اساسی خانواده مانند عشق، مهربانی، تعلق، اعتماد، وفاداری، امنیت و لذت (سوکا، ۲۰۰۵، نقل از خمسه، زهراراکار و محسن‌زاده، ۱۳۹۴)، رشد صمیمیت (شافر و اولسون، ۱۹۸۱، نقل از اولیا و همکاران، ۱۳۸۵)، تقویت رابطه، ساخت مهارت‌های ارتباطی بین فردی و ممانعت از آشفستگی زناشویی می‌باشد (بولینگ و همکاران، ۲۰۰۵). بنابراین زوج‌ها ممکن است قبل از مداخله، آنگونه که باید به نیازهای خود و همسرشان توجه نکرده باشند. زیرا طبق نظر گلاسر (۲۰۰۸) افراد برای ارضای نیازهای بنیادین خود ازدواج می‌کنند و رفع نیازهای بنیادین یکدیگر در رابطه زناشویی یکی از عوامل مهم بهبود صمیمیت زوج‌ها است (فتح‌اله‌زاده، ۱۳۹۷). از این‌رو، بعد از حضور در جلسه‌های برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج، مهارت‌های جدیدی را می‌آموزند و نسبت به نیازهای همسر خود آگاهی پیدا می‌کنند. این آگاهی به تغییر رفتار و الگوهای ارتباطی آنها کمک می‌کند و موجبات افزایش رضایت و کیفیت زناشویی را فراهم می‌آورد (گلاسر، ۲۰۰۸). همچنین این فراتحلیل در پاسخ به سؤال دوم پژوهش نیز نشان داد که تأثیر برنامه غنی‌سازی ازدواج بر صمیمیت زناشویی با توجه به متغیر تعدیل‌گر نوع برنامه غنی سازی ازدواج معنادار است. همچنین این پژوهش اثربخشی یک برنامه غنی‌سازی ازدواج (بر صمیمیت زناشویی) را که دارای اندازه اثر بیشتری نسبت به دیگر برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج است، نشان می‌دهد. برنامه غنی‌سازی ازدواج هیجان‌مدار دارای اندازه اثر ترکیبی ثابت ۰/۶۰۲ و اندازه اثر تصادفی ۴/۰۸۰ است که هر دو در سطح ۰/۰۰۰ معنا دار هستند. تفسیر اندازه اثر به دست آمده در این سؤال براساس جدول کوهن، در حد زیاد است. این یافته تأییدی بر یافته‌های جلالی شاهکوه، مظاهری، کیانمنش و احدی (۱۳۹۶)، فروغی و همکاران (۱۳۹۶) و واژاپیلی (۲۰۱۷) است که گزارش می‌دهند برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج هیجان‌مدار بر صمیمیت زناشویی (سازش یافتگی، رضایت و ارتباط زوجین) اثربخش است. کوردوا، گی و وارن (۲۰۰۵) نیز دریافتند که توانایی ارتباط هیجانی به طور معناداری با سازش یافتگی زناشویی و صمیمیت ایمن ارتباط دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که در میان رویکردهای مختلف غنی‌سازی ازدواج که برخی سعی در اصلاح یا تغییر باورهای زوجین دارند (ریسو، دوتویت،

References

- Abdul Azeez, E. P. (2013). Employed Women and Marital Satisfaction: A Study among Female Nurses. *International Journal of Management and Social Sciences Research (IJMSSR)*, 2 (11). 19-22. [\[Link\]](#)
- Accordino, M. P., & Guerney, B. G. (2003). Relationship Enhancement Couples and Family Outcome Research of the Last 20 Years. *The Family Journal*, 11(2), 162-166. [\[Link\]](#)
- Amini, M., & Heydari, H. (2016). effectiveness of relationships enrichment education on improvement of life quality and marital satisfaction in married female students. *Journal of education and community health*, 3(2), 23-31. [\[Link\]](#)
- Bagarozzi, D. A. (2001). *Enhancing intimacy in marriage*. Philadelphia: Brunner/Routledge. [\[Link\]](#)
- Barzegar, E., & Samani, S. (2016). The meditating role of intimacy in the association between communication patterns and quality of married life. *sociology of women (journal of woman and society)*, 7(2 (26)), 115-128. [\[Link\]](#)
- Bernstein, H., Ph., & Bernstein, T., M (2010). *Marital Therapy from a Communicative Behavioral Perspective*. Translated by Hassan Pourabedi Naeini and Gholam Reza Manshei. Tehran: Roshd Publications. (Year of publication of the work in the original language, 2011). [\[Link\]](#)
- Borenstein, M., Hedges, L. V., Higgins, J. P. T., & Rothstein, H. R. (2009). *Introduction to Meta-Analysis. Introduction to Meta-Analysis*. [\[Link\]](#)
- Bowling, T. K., Hill, C. M., & Jencius, M. (2005). An Overview of Marriage Enrichment. *The Family Journal*, 13(1), 87-94. [\[Link\]](#)
- Chang, W. O. (2007). The effect of the relationship enhancement program among Korean immigrant couples. *Journal of Syracuse University*, 87, 213-230. [\[Link\]](#)
- Chitsazzadeh, B., Zaharakar, K., Sanai, B. (2017). Effect of practical application of intimate relationship skills program in marital commitment of couples. *Journal of Research and Health*, 7 (1), 653-662. [\[Link\]](#)
- Cordova, J. V., Gee, C. B., & Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness in marriage: Intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24 (2), 218-35. [\[Link\]](#)
- Dinkmeyer, D., & Carlson, J. (2003). *Time for a better marriage*. Journal of psychotherapy & the family, 2 (1), 19-28. [\[Link\]](#)
- Durana, C. (1997). Enhancing Marital Intimacy Through Psychoeducation: The PAIRS Program. *The Family Journal*, 5(3), 204-215. [\[Link\]](#)
- Ebrahimi, P., Sanaei Zakir, B., & Nazari, A. (2010). Investigating the effect of communication enrichment program training on increasing the intimacy of both working couples. *Scientific Journal of Kurdistan University of Medical Sciences*, 16 (4 (Series 62)), 37-43. [\[Link\]](#)
- Everett, L., Worthington, JR. (2005). *Hope- focused marriage counseling: A guide to brief therapy: IVP academic*. [\[Link\]](#)
- Eydelkhani, S., Heydari, H., Davoodi, H., & Zare Baharmabadi, M. (2019). Comparison of the effectiveness of feldman multivariate approach and intimate skills (pairs) on the sexual intimacy in women have marital distress. *Journal of psychological science*, 17(72), 937-944. [\[Link\]](#)
- Faraji Pak, M., Khojasteh Mehr, R., Omidian, M. (2019). Comparison of marital satisfaction of employed and non-employed women: a meta-analysis study. *Social Psychological Studies of Women*, 18 (1), 201-248. [\[Link\]](#)
- Fathollahzadeh, N., Mirsaifi fard, L., Kazemi, M., Saadati, N., & Navabinejad, S. (2017). Effectiveness of marital life enrichment based on choice theory on quality of marital relationship and couples' intimacy. *journal of applied psychology*, 11(3 (43)), 353-372. [\[Link\]](#)
- Foroughi, M., Bagheri, F., Ahadi, H., & Mazaheri, M. (2018). The effectiveness of educational interventions of enrichment of marital life with emotional-focused approach during pregnancy on couples' marital satisfaction after the birth of the first child. *journal of family counseling & psychotherapy*, 7(2 (24)), 55-81. [\[Link\]](#)
- Furgas, J. (1994). *Clinical Psychology*. Translated by Mehrdad Firoozbakht and Khashayar Beigi. Tehran: Amjad Publications. (Year of publication in the original language, 1947). [\[Link\]](#)
- Ghasemi Moghaddam, K., Bahmani, B., & Asgari, A. (2013). Effectiveness of group education of marital enrichment program (olson style) on improvement of married women's satisfaction. *clinical psychology & personality (daneshvar raftar)*, 20(8), 1-10. [\[Link\]](#)

- Ghorbanizadeh, V., & Hassan Nangir, S. T (2013). *Practical guide for meta-analysis with CMA2 software*. Tehran: Sociologists Publications. [[Link](#)]
- Glasser, W. (2008). *Station of the mind: New direction for reality therapy*. New York Harper & Row, 1981. Linda Shatzer Micheal A. Pennella. [[Link](#)]
- Greeff, P., Hildegarde L., & Malherbe, A. (2001). Intimacy and marital satisfaction in spouses. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 27(3), 247-257. [[Link](#)]
- Halliday, M. Cohen, L. (2008). *Statistics of educational sciences and physical education*. Tehran: Roshd Publications. (Date of publication of the work in the original language, 2009). [[Link](#)]
- Heatherington, L., & Friedlander, M. L. (2007). Manifestations and Facilitation of Insight in Couple and Family Therapy. *Insight in psychotherapy*, 81-99. [[Link](#)]
- Harvey, J., Wenzel, A. (2002). *A Clinical's Guide to Maintaining and Enhancing Close Relationships*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers. [[Link](#)]
- Hawley, D. R., & Olson, D. H. (1995). Enriching newlyweds: An evaluation of three enrichment programs. *The American Journal of Family Therapy*, 23 (2), 129-147. [[Link](#)]
- Heidarnia, A., Nazari, A., M., & Soleimanian, A., A. (2013). The effectiveness of the prevention and relationship improvement program on increasing the marital intimacy of couples. *Clinical Psychology Studies*, 4 (15), 61-78. [[Link](#)]
- Hosseini, A., Rasouli, M., Davarniya, R., & Babaeigarmkhani, M. (2016). The effect of group training based on practical application of intimate relationship skills program on marital relationships quality. *Journal of ilam university of medical sciences*, 24(2), 8-17. [[Link](#)]
- Hof, L., & Miller, w. (1981). Marriage enrichment. *Marriage & Family Review*, 3 (1-2), 1-27. [[Link](#)]
- Hook, M. K., Gerstein, L. H., Detterich, L., & Gridley, B. (2003). How close are we? Measuring intimacy and examining gender differences. *Journal of Counseling & Development*, 81(4), 462-473. [[Link](#)]
- Hooman, H. A. (2007). *Practical guide to meta-analysis in scientific research*. Tehran: Samat Publications. [[Link](#)]
- Isanezhad, O, Ahmadi, S., Bahrami, F., Baghban, I., & Shojaheidari, M. (2011). The effect of relationship enhancement training on marital happiness and optimism. *journal of psychology (tabriz university)*, 6(21), 129-150. [[Link](#)]
- Jaberi, S., Etemadi, O., & Ahmadi, S. (2016). Investigation of structural relationship between communication skills and marital intimacy. *research in cognitive and behavioral sciences*, 5(2 (9), 143-151. [[Link](#)]
- Jahanian, M., Fatehizadeh, M., Ahmadi, A., & Bahrami, F. (2012). *The effect of enriching couples relationships based on mindfulness training on marital satisfaction of couples*. Master Thesis. University of Esfahan. [[Link](#)]
- Jakubowski, S. F., Milne, E. P., Brunner, H., & Miller, R. B. (2004). A review of empirically supported marital enrichment programs. *Family relations*, 53(5), 528-536. [[Link](#)]
- Johnson, Susan (2009). *Practice emotion-focused couple therapy*. Translated by Fatemeh Bahrami and Ozra Etemadi. Tehran: Danjeh Publications. (Year of publication in the original language, 2004). [
- Khamse, F, Zaharakar, K., & Mohsenzade, F. (2015). The effect of practical application of intimate relationship skills (pairs) on enhancing sexual satisfaction and marital happiness in married wives. *positive psychology research*, 1(2 (2)), 41-51. [
- Khojastehmehr, R., Aghaei, Z., & Omidian, M. (2019). Meta-analysis of the relationship among approach and avoidance motives for sacrifice and marital quality. *Journal of Family Counseling and Psychotherapy*, 9 (1), 89-1. (Persian). [[Link](#)]
- Mace, D. R., & Mace, V. C. (1975). *Marriage enrichment: Wave of the future?* The Family Coordinator, 24 (2), 131-135. [[Link](#)]
- Manne S, Badr H. (2008). Intimacy and relationship processes in couples' psychosocial adaptation to cancer. *Cancer*. 112 (11), 2541-2555. [[Link](#)]
- Martin, G. M., & Tardif, M. (2014). What we do and don't know about sex offenders' intimacy dispositions. *Aggression and Violent Behavior*, 19(4), 372-382. [[Link](#)]
- Masoumi SZ, Khani S, Kazemi F, Kalhori F, Ebrahimi R, Roshanaei G. (2017). Effect of Marital Relationship Enrichment Program on Marital Satisfaction, Marital Intimacy, and Sexual Satisfaction of Infertile Couples. *Int J Fertil Steril*. 2017 Oct;11(3):197-204. [[Link](#)]
- Miri, M., Miri, M., Sharifzadeh, G., & Miri, M. (2014). Evaluating the impact of relationship enrichment education on marital satisfaction of primary school female teachers in birjand, 2012. *modern care journal*, 11(3), 177-185. [[Link](#)]

- Mohammadi, S. (2013). Examining the model of warm relationships between spouses. *pazhuheshname-ye zanan (women's studies)*, 4(1), 163-187. [Link]
- Mohammadi, M., Zaharakar, K., Jahangiri, J., Davarniya, R., Shakarami, M., & Morshedi, M. (2017). Assessing the efficiency of educational intervention based on gottman's model on marital intimacy of women. *journal of health*
- Naghsh, Z., Ebrahimi, A., Ahmadi, S. J. (2019). The effectiveness of marital relationship enhancement program on improving quality of traumatic couple's satisfaction, living in thirteen district of kabul city. *Journal of psychological science*, 18 (82), 1111-1119. [Link]
- Nazari, A. M., Taheri Rad, M., Asadi, M. (2012). The effect of relationship enrichment program on marital adjustment of couples. *Journal of Family Counseling and Psychotherapy*, 3 (4), 527-543. [Link]
- Ovliia, N., Fatehizadeh, M., & Bahrami, F. (2006). the study of effectiveness of instruction marital enrichment on increasing of marital intimacy. *Journal of family research*, 2(6), 119-135. [Link]
- Poorheidari, M., Alijani, F., Aghayan, S., Keramat, A., Masoumi, S., & Asadi, Z. (2016). The effect of relationship enrichment training on marital intimacy among infertile couples with domestic violence. *journal of isfahan medical school (i.u.m.s)*, 34(402), 1187-1196. [Link]
- Rasouli, S., Golparvar, M., Ramezani, M., & Hasani, J. Comparison of the effectiveness of iranian sexual satisfaction training package and masters & johnson's approach on marital quality of married people. *Journal of psychological science*, 19 (85), 101-110. [Link]
- Ripley, J. S., & Worthington, E. L. (2002). Hope-focused and forgiveness-based group interventions to promote marital enrichment. *Journal of Counseling & Development*, 80(4), 452-463. [Link]
- Riso, L. P., DuToit, P. L., Stein, D. J., & Young, J. E. (2007). *Cognitive Schemas and Core Beliefs in Psychological Problems: A scientist-practitioner*. Published by American Psychological Association, Washington DC, 199-220. [Link]
- Talebi, N., Naeini Davarani, M., Nourouzi Koohdasht, R., & Yaghoubi, L. (2017). Effectiveness of transdiagnostic integrated treatment in cognitive emotion regulation strategies and social adjustment among infertile women, *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 19 (78), 160-166. [Link]
- Taheri, N., Aghamohammadian sherbaf, H., & Asghari Ebrahimabad, M. (2017). The effectiveness of an intimate relationship skills training (pairs) on increasing marital adjustment and satisfaction in women with cancer. *journal of urmia nursing and midwifery faculty*, 15(4 (93)), 301-312. [Link]
- Tompkins, S. A., Roeder, J. A., Thomas, J. J., & Koch, K. K. (2013). Effectiveness of a relationship enrichment program for couples living with multiple sclerosis. *International journal of MS care*, 15(1), 27-34. [Link]
- Vazhappilly, J. J., & Reyes, M. E. S (2018). Efficacy of Emotion-Focused Couples Communication Program for Enhancing Couples' Couples' Communication and Marital Satisfaction Among Distressed Partners. *Journal of Contemp Psychotherapy*, 48 (2), 79-88. [Link]
- Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day, R. D., & Gangamma, R. (2014). Couple communication, emotional and sexual intimacy, and relationship satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 40, 275-293. [Link]
- Zare, B., Safiari Jafarabad, H. (2014). Study of the relationship between factors affecting marital life satisfaction among married men and women in Tehran. *Social Psychological Studies of Women*, 13 (1), 111-140. [Link]
- Zimpfer, D., G. (1988) Marriage enrichment programs: A review. *The Journal for Specialists in Group Work*, 13 (1), 44-5. [Link]