



## The effectiveness of an educational program based on Iranian-Islamic culture on marital satisfaction and conflict resolution patterns among couples in conflict

Vahab Zand <sup>1</sup>, Leila Zoghi <sup>2</sup>✉, Hassan Heydari <sup>3</sup>, Khalil Ghaffari <sup>4</sup>,  
Hossein Davoudi <sup>5</sup>

1. PhD student in Department of Counseling, Khomein Branch, Islamic Azad University, Khomein, Iran.
2. Associate Professor, Department of Psychology, Amin University of Law Enforcement Sciences, Tehran, Iran.
3. Professor, Department of Counseling, Khomein Branch, Islamic Azad University, Khomein, Iran.
4. Associate Professor, Department of Counseling, Khomein Branch, Islamic Azad University, Khomein, Iran.
5. Associate Professor, Department of Counseling, Khomein Branch, Islamic Azad University, Khomein, Iran.

### Article Info

### ABSTRACT

#### Article type:

Research Paper

#### Article History:

##### Received:

August 8, 2025

##### Accepted:

December 4, 2025

#### Keywords:

Educational Package,  
Marital Satisfaction,  
Conflicting Couples,  
Conflict Resolution  
Styles, Iranian-Islamic  
Culture

**Introduction:** The present study aimed to investigate the effectiveness of a marital satisfaction educational package based on Iranian-Islamic culture on marital satisfaction and conflict resolution styles among conflicting couples. **Method:** This quasi-experimental study was conducted using a pretest-posttest design with a control group and follow-up phase. The statistical population consisted of conflicting couples in Dorud County in 2023. Twenty couples were selected via convenience sampling and randomly assigned to the experimental group (10 couples) and the control group (10 couples). The experimental group received the educational package over eleven 90-minute sessions. Data were collected using the ENRICH Marital Satisfaction Questionnaire and the Conflict Resolution Styles Inventory (ROCI-II), and analyzed by repeated measures ANOVA using SPSS version 22. **Findings:** The findings indicated that the educational intervention significantly improved marital satisfaction and conflict resolution styles. **Conclusion:** this educational package can be an effective approach to enhancing the quality of couples' relationships and managing marital conflicts.

#### Cite this article:

Zand, V., Zoghi, L., Heydari, H., Ghaffari, K., Davoudi, H. (2025). The effectiveness of an educational program based on Iranian-Islamic culture on marital satisfaction and conflict resolution patterns among couples in conflict. *Journal of Islamic-Iranian Family studies*. 5(3), 30-42.

#### Leila Zoghi

#### Corresponding author

**Address :** Department of Psychology, Amin University of Law Enforcement Sciences, Tehran, Iran .

**Email:** [Leila.zoghi@yahoo.com](mailto:Leila.zoghi@yahoo.com)

## Extended Abstract

### Introduction

The family is the most fundamental social institution, playing a key role in the formation and stability of society. Among various components of family well-being, marital satisfaction is a crucial determinant. As tensions and conflicts in marital relationships rise, there is an increasing need to design culturally grounded interventions to enhance couples' quality of life. Most existing interventions in the field of family therapy are based on Western models, which do not fully align with the cultural and religious foundations of Iranian–Islamic society. Accordingly, the present study aimed to examine the effectiveness of a marital satisfaction training package based on Iranian–Islamic culture on marital satisfaction and conflict resolution styles among conflicting couples.

### Methodology

This research employed a quasi-experimental design with a pre-test–post-test control group and a three-month follow-up. The statistical population consisted of conflicting couples residing in Doroud city (Iran) in 2023. A total of 20 couples (40 individuals) were selected via convenience sampling and randomly assigned to experimental and control groups (10 couples each). Data collection tools included the ENRICH Marital Satisfaction Questionnaire and the ROCI-II Conflict Resolution Styles Questionnaire. The experimental group received the culturally adapted training in 11 group sessions of 90 minutes each. Data were analyzed using repeated measures ANOVA and Bonferroni post hoc tests via SPSS-22.

### Results

Findings revealed a significant increase in marital satisfaction among the experimental group compared to the control group ( $p < 0.01$ ). In addition, conflict resolution styles improved substantially: constructive styles (integration and compromise) increased, while non-constructive styles (dominating, obliging, and avoiding) significantly decreased ( $p < 0.001$ ). Follow-up results confirmed that the effects of the intervention were sustained over time. The large effect sizes indicated that the culturally and religiously informed training had a strong impact on the couples' relational outcomes.

### Discussion and Conclusion

The results are consistent with previous studies that emphasize the positive effects of communication and conflict resolution training on couples' relationships. However, the distinct contribution of this study lies in the use of Islamic and Iranian cultural resources in designing the training content. Compared to conventional interventions based solely on psychological theories, the culturally grounded package demonstrated more durable and culturally relevant outcomes.

It can be concluded that the marital satisfaction training package based on Iranian-Islamic culture is an effective tool for enhancing marital satisfaction and improving dysfunctional conflict resolution styles. It is recommended that this package be used in family counseling centers, premarital education programs, and couple therapy settings. Future research should examine its effectiveness in different cultural regions and explore its long-term impact with extended follow-up periods.

### **Limitations and Suggestions**

The study's limitations include the small sample size and its confinement to a specific geographical area. Future studies are encouraged to use larger samples across diverse regions in Iran and to assess long-term outcomes beyond three months.

### **Ethics approval and consent to participate**

All ethical guidelines were followed. Informed consent was obtained from all participants, and the control group received the intervention after study completion.

### **Funding**

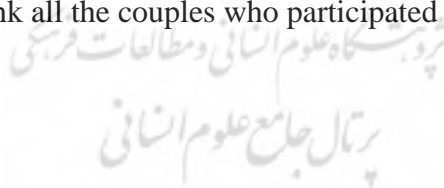
This study received no financial support.

### **Conflict of interests**

The authors declare no conflicts of interest related to this study.

### **Acknowledgements**

The authors sincerely thank all the couples who participated in this research.





## اثربخشی بسته آموزشی رضایت زناشویی مبتنی بر فرهنگ ایرانی اسلامی بر رضایت زناشویی

### و الگوهای حل تعارض زوجین متعارض

وهاب زند<sup>۱</sup>، لیلا ذوقی<sup>۲</sup>، حسن حیدری<sup>۳</sup>، خلیل غفاری<sup>۴</sup>، حسین داوودی<sup>۵</sup>

۱. دانشجوی دکتری گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد خمین، دانشگاه آزاد اسلامی، خمین، ایران.

۲. دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه علوم انتظامی امین، تهران.

۳. استاد گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد خمین، دانشگاه آزاد اسلامی، خمین، ایران.

۴. دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد خمین، دانشگاه آزاد اسلامی، خمین، ایران

۵. دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد خمین، دانشگاه آزاد اسلامی، خمین، ایران

#### اطلاعات مقاله

۵

#### نوع مقاله :

مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله :

تاریخ دریافت:  
۱۷ مرداد ماه ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش:

۱۳ آذر ۱۴۰۴

#### واژه های کلیدی :

بسته آموزشی، رضایت زناشویی، زوجین متعارض، سبک های حل تعارض، فرهنگ ایرانی اسلامی

**مقدمه:** هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی بسته آموزشی رضایت زناشویی مبتنی بر فرهنگ ایرانی-اسلامی بر میزان رضایت زناشویی و سبک های حل تعارض زوجین متعارض بود. **روش:** این مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون، گروه کنترل و مرحله پیگیری انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه زوجین متعارض ساکن شهرستان دورود در سال ۱۴۰۲ بود که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ده زوج) جایگزین شدند. گروه آزمایش طی ۱۱ جلسه ۹۰ دقیقه ای تحت مداخله گروهی بسته آموزشی قرار گرفت. ابزار گردآوری داده ها شامل پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (۱۹۹۳) و پرسشنامه سبک های حل تعارض (۱۹۳۸) بود. داده ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و از طریق نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ تحلیل شدند. **یافته ها:** نتایج نشان داد که بسته آموزشی به طور معناداری رضایت زناشویی و سبک های حل تعارض را بهبود بخشید. **نتیجه گیری:** این بسته آموزشی می تواند رویکردی مؤثر برای ارتقای کیفیت روابط زوجین و مدیریت تعارضات زناشویی باشد.

زند، و، ذوقی، ل، حیدری، ح، غفاری، خ، داوودی، د. (۱۴۰۴). اثربخشی بسته آموزشی رضایت زناشویی مبتنی

بر فرهنگ ایرانی اسلامی بر رضایت زناشویی و الگوهای حل تعارض زوجین متعارض، فصلنامه مطالعات اسلامی

ایرانی خانواده. ۵(۳)، ۳۰-۴۲.

#### استناد :

#### لیلا ذوقی

نشانی: گروه روانشناسی، دانشگاه علوم انتظامی امین، تهران.

ایمیل: [Leila.zoghi@yahoo.com](mailto:Leila.zoghi@yahoo.com)

#### نویسنده

#### مسئول:

## مقدمه

تعارضات زناشویی<sup>۱</sup> یکی از مشکلات شایع و مهم در روابط زوجین است که به عنوان یکی از نتایج تحولات نهاد خانواده، می‌تواند بنیان و کانون خانواده را تهدید کند (Park & Park, 2019). این تعارضات که فرایندی تعاملی‌اند، هنگامی بروز می‌کنند که رفتار یک طرف با انتظارات طرف مقابل همسو نباشد. هرچند تعارض در روابط نزدیک اجتناب‌ناپذیر است، اما می‌تواند زمینه‌ساز جدایی شود و از بگو مگوهای ساده تا درگیری‌های کلامی و نهایتاً جدایی گسترش یابد (Beiramloei et al., 2024). مطالعات نشان می‌دهد بسیاری از زوجین دوره‌هایی از تعارض و تحولات در روابط خود را تجربه می‌کنند و این روند در دنیای معاصر قابل انکار نیست. افزایش ناسازگاری‌ها و نرخ بالای طلاق در کشورهای مختلف، از جمله ایران، انگلستان و ایالات متحده، نگرانی پژوهشگران را برانگیخته است (Guyette & Harris, 2024).

رضایت زناشویی<sup>۲</sup> که نگرش مثبت و لذت‌بخش زن و شوهر نسبت به جنبه‌های مختلف ازدواج است، به عنوان سنگ زیربنای عملکرد اثربخش خانواده مطرح می‌شود (Moazzen & Sedaghatifard, 2025). این رضایت تحت تأثیر عوامل متعددی قرار دارد که هیچ یک به تنهایی کافی نیستند (Dokaneifard & Kermani, 2024). همچنین دینداری به عنوان عامل مؤثری در پیش‌بینی رضایت زناشویی شناخته شده است (Tam et al., 2024). افزایش صمیمیت و رضایت زناشویی، باعث ارتقاء میزان بخشودگی در رابطه زوجین می‌شود و باورهای زناشویی، فضایل و هماهنگی زوجین، پیش‌بینی‌کننده‌های رضایت زناشویی هستند (Wondimu & Andualem, 2024). با توجه به اهمیت رضایت زناشویی، پژوهش‌های متعددی به بررسی اثربخشی درمان‌های روانشناختی مانند واقعیت‌درمانی، درمان متمرکز بر هیجان و رفتار درمانی دیالکتیک پرداخته‌اند که همگی اثرات مثبت آن‌ها را نشان داده‌اند (Mohammadi et al., 2023). همچنین تشدید تعارضات زناشویی می‌تواند منجر به دوری زوجین، درگیری‌های لفظی یا حتی فیزیکی شود، اما شیوه‌های حل تعارض سازنده (پذیرش دیدگاه مقابل، بحث و تلاش برای حل مشکل) عامل مهمی در تداوم زندگی مشترک هستند، در مقابل، راهبردهای مخرب (خصومت، رقابت، کناره‌گیری) به گسست بیشتر رابطه می‌انجامد (Atashpour & Delforoozi, 2024). استفاده از سبک‌های حل تعارض سازنده با کاهش طلاق عاطفی<sup>۳</sup> ارتباط دارد و این شیوه‌ها قدرت بیشتری در پیش‌بینی گرایش به طلاق نسبت به خود تعارضات دارند (Afkhani-Poostchi, 2023). همچنین پژوهش‌ها نشان دادند که درمان‌های مختلف زوج‌درمانی بر بهبود شیوه‌های حل تعارض مؤثرند (Ünal & Akgün, 2022).

از نکات مهم در بررسی مسائل خانواده، توجه به فرهنگ و دین است. هر جامعه و قومی آداب و رسوم خاصی در امور زناشویی دارد و پایبندی به مذهب نقش مهمی در رضایت زناشویی ایفا می‌کند (KavehFarsani et al., 2019). دین اسلام که جامع‌ترین دین‌ها است، ضمن بیان آموزه‌های اخلاقی و حقوقی فراوان، تشکیل و تعالی خانواده را محور بسیاری از دستورات خود قرار داده است (Razazi et al., 2024). در قرآن کریم ازدواج و رابطه زناشویی به عنوان نشانه‌ای الهی توصیف شده که آرامش، مودت و رحمت را به همراه دارد (Quran, rum:21). در واقع می‌توان گفت با توجه به اهمیت خانواده در دین و فرهنگ ایرانی-اسلامی، و افزایش نگران‌کننده آمار طلاق و پیامدهای اجتماعی، فردی و فرهنگی آن، انجام پژوهش‌هایی که به بررسی رضایت زناشویی و الگوهای حل تعارض با تأکید بر فرهنگ بومی بپردازند، بسیار ضروری است. افزایش رضایت زناشویی و بهبود شیوه‌های حل تعارض می‌تواند به اصلاح روابط زوجین و کاهش گرایش به طلاق

<sup>1</sup> Marital Conflict

<sup>2</sup> Marital Satisfaction

<sup>3</sup> Emotional divorce

منجر شود. همچنین ملاحظات اخلاقی در این پژوهش به این صورت بود که شرکت در این پژوهش کاملاً اختیاری بود. قبل از شروع طرح، مشارکت کنندگان با مشخصات طرح و مقررات آن آشنا شدند. نگرش و عقاید افراد مورد احترام بود. اعضای گروه آزمایش و گواه، اجازه خروج از پژوهش در هر مرحله ای داشتند. علاوه بر این، اعضای گروه گواه در صورت علاقه‌مندی می‌توانستند بعد از اتمام طرح، مداخله انجام شده برای گروه آزمایش را در جلسات درمانی مشابه، عیناً دریافت کنند. کلیه مدارک و پرسشنامه‌ها و سوابق محرمانه، تنها در اختیار مجریان بود. رضایت نامه کتبی آگاهانه از همه داوطلبان اخذ گردید. در جلسه توجیهی، توضیحات کلی در مورد روند اجرای پژوهش و جلسات آموزشی به زوجین ارائه شد. گروه آزمایش به صورت هفتگی تحت درمان گروهی بر مبنای اصول درمان مبتنی بر بسته آموزشی رضایت زناشویی قرار گرفت و گروه کنترل هیچ مداخله ای دریافت نکرد. هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی بسته آموزشی رضایت زناشویی با تأکید بر فرهنگ ایرانی اسلامی بر رضایت زناشویی و الگوهای ارتباطی زوجین متعارض است و لذا درصد پاسخ‌گویی به سوالات زیر می‌باشد: آیا بسته آموزشی رضایت زناشویی با تأکید بر فرهنگ ایرانی اسلامی بر رضایت زناشویی زوجین متعارض اثرگذار است؟ آیا این بسته بر الگوهای حل تعارض زوجین متعارض تأثیر دارد؟

## روش

پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری همراه با گروه گواه بود و در بازه زمانی اردیبهشت تا شهریور ۱۴۰۲ انجام شد؛ پیش‌آزمون در اردیبهشت، اجرای مداخله در خرداد و تیر و پس‌آزمون و پیگیری در مرداد و شهریور صورت گرفت. جامعه آماری شامل تمامی زوجین متعارضی بود که در سال ۱۴۰۲ به مرکز مشاوره شهرستان دورود مراجعه و تشکیل پرونده داده بودند. ابتدا ۳۰ زوج واجد شرایط اولیه بر اساس معیارهای ورود شناسایی شدند. از این تعداد، ۲۰ زوج که تمایل به شرکت در پژوهش داشتند و تعهد حضور در تمام جلسات را پذیرفتند، به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ده زوج) تقسیم شدند. معیارهای ورود شامل داشتن پرونده فعال در مرکز مشاوره سروش، نداشتن مشکلات روان‌شناختی مزمن طی شش ماه گذشته، داشتن حداقل مدرک دیپلم و تمایل به شرکت در جلسات آموزشی بود. زوجین قبل از شروع پژوهش با امضای تعهدنامه‌ای موافقت کردند که در تمام جلسات حضور مستمر داشته باشند و غیبت بیش از دو جلسه، معیار خروج از پژوهش بود؛ این تعهد و اعمال معیار خروج باعث شد که تمامی زوجین بتوانند در همه جلسات مداخله حضور داشته باشند و پژوهش به صورت منظم و هماهنگ با برنامه زوجین اجرا گردد. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ و پرسشنامه سبک‌های حل تعارض زوجین (ROCI-II) بود. پرسشنامه انریچ توسط فورز و السون (۱۹۹۳) طراحی شده و شامل ۳۵ سؤال با مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای است و چهار زیرمقیاس دارد: تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، ارتباطات و حل تعارض. نمرات کلی به صورت زیر تفسیر می‌شوند: بالاتر از ۱۴۳ بسیار بالا، ۱۲۲ تا ۱۴۳ بالا، ۹۷ تا ۱۲۲ متوسط، ۷۸ تا ۹۷ پایین و کمتر از ۵۰ بسیار پایین. پایایی این پرسشنامه در مطالعه فورز و السون با ضریب آلفای کرونباخ بین ۰.۸۳ تا ۰.۸۶ و در مطالعه شجاعی و همکاران (۱۴۰۳) برابر با ۰.۹۳ گزارش شده است. همچنین، برای اطمینان از پایایی در نمونه حاضر، یک پایلوت با ۱۰ زوج مشابه جامعه آماری اصلی انجام شد که ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ محاسبه شد.

پرسشنامه سبک‌های حل تعارض زوجین (ROCI-II) توسط رحیم (۱۹۹۵) طراحی شده و شامل ۲۸ گویه است و پنج بعد دارد: سبک یکپارچگی، سبک مسلط، سبک ملزم شده، سبک اجتنابی و سبک مصالحه. طیف پاسخ‌دهی این پرسشنامه

به صورت لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم است و حداقل نمره آن ۲۸، نمره متوسط ۸۴ و حداکثر نمره ۱۴۰ است. رحیم و مکنر (۱۹۹۵) همسانی درونی زیرمقیاس‌های پرسشنامه را بین ۰,۷۲ تا ۰,۷۷ گزارش کردند و در پژوهش امانعلی‌خانی و خیبر (۱۴۰۲) ضریب آلفای کرونباخ ۰,۷۹ به دست آمد. در پایلوت حاضر با همان ۱۰ زوج، ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۸ محاسبه شد. بسته آموزشی رضایت زناشویی مبتنی بر فرهنگ ایرانی-اسلامی حاضر، بر اساس ترکیبی از منابع اسلامی، مرور ادبیات علمی مرتبط، مقالات و رساله‌های پژوهشی و استخراج تجربیات زوجین از طریق مصاحبه‌های کیفی طراحی و تدوین گردیده است. جلسات درمانی به صورت گروهی طی ۱۱ جلسه و به مدت ۹۰ دقیقه در محل کانون امام علی (ع) برگزار شد. ساختار جلسات به این صورت در نظر گرفته شده بود که ابتدای هر جلسه به مدت ۱۰ دقیقه تکالیف ارائه شده در جلسه قبل بررسی و سپس به مدت ۷۰ دقیقه مباحث مربوط به هر جلسه ارائه می‌شد و بحث و گفت‌وگو پیرامون مطالب ارائه شده با تأکید بر مشکلات و تجربیات شخصی افراد صورت می‌گرفت و در پایان هر جلسه تکالیف جلسه آینده توضیح داده می‌شد. پس از جلسات درمان، همه افراد نمونه (گروه آزمایش و کنترل) در یک جلسه پس از آزمون بار دیگر به سؤالات مقیاس (رضایت زناشویی، الگوهای حل تعارض) پاسخ دادند. به منظور رعایت اصول اخلاقی در پژوهش، پس از پایان مداخله، جلسات دیگری نیز برای گروه کنترل برگزار شد در بررسی توصیفی داده‌ها شاخص‌های آماری مربوط به هر یک از متغیرهای پژوهش محاسبه گردید. در بخش آمار استنباطی از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و نرم‌افزار SPSS-22 استفاده گردیده است.

#### جدول ۱. مداخله‌ها

شماره جلسه	هدف جلسه	مدت زمان جلسه	محتوا جلسه	تکنیک‌ها	تکالیف
اول	معارفه/ بیان منطق جلسات	۹۰ دقیقه	معرفی اعضا و درمانگر، قوانین واهداف، رضایت زناشویی	ساخت اتحاد درمانی	نگارش هدف شخصی برای بهبود رابطه
دوم	شخصیت اثربخش	۹۰ دقیقه	ویژگی‌های مثبت شخصیتی و خودسازی	تحلیل پنج عاملی، ذهن‌آگاهی	تکمیل آزمون NEO، ثبت ویژگی‌های مثبت خود
سوم	مدیریت هیجانات	۹۰ دقیقه	انواع هیجانات، مدیریت منفی و ابراز مثبت	تنظیم هیجانی بر اساس مدل GROSS، آموزش رفتار دیالکتیکی <sup>۴</sup> ، ذهن‌آگاهی <sup>۵</sup>	فرم شناخت هیجانات، ثبت فعالیت‌های لذت‌بخش
چهارم	مهارت‌های شناختی	۹۰ دقیقه	تحریف‌های شناختی، مثلث فکر - احساس - عمل	بازسازی شناختی <sup>۶</sup> در CBT، شناخت‌درمانی <sup>۷</sup> دینی <sup>۸</sup>	ثبت تحریف‌های فکری، فرم خلق روزانه
پنجم	مهارت‌های ارتباطی	۹۰ دقیقه	ارتباط مؤثر، گوش دادن فعال، زبان بدن	مدل چهار سوار کاتمن، تحلیل رفتار متقابل <sup>۹</sup>	تمرین گفت‌وگو، جدول تحلیل موانع ارتباطی
ششم	الگوهای ارتباطی	۹۰ دقیقه	الگوهای سازنده و ناکارآمد، همدمی و قدردانی	تحلیل الگوهای خانواده	ثبت نمونه قضاوت‌ها، نوشتن ویژگی رابطه سالم
هفتم	حل تعارض	۹۰ دقیقه	مدیریت تعارض و مذاکره	مدل توماس - کلمان، مذاکره اصولی	تحلیل تعارض‌ها، نگارش راه‌حل مصالحه‌ای
هشتم	حل مسئله	۹۰ دقیقه	فرایند حل مسئله، ایفای نقش	حل مسئله اجتماعی، تصمیم‌گیری ACT	تکمیل کاربرگ ۶ مرحله‌ای حل مسئله
نهم	آموزش نیازها	۹۰ دقیقه	نیازها و بیان صحیح آن‌ها	تئوری انتخاب گلاسر <sup>۱۰</sup> ، واقعیت‌درمانی <sup>۱۱</sup>	تکمیل جدول نیازها، گفت‌وگو با همسر
دهم	مرزها و وظایف	۹۰ دقیقه	ساختار خانواده، مرزها، توافق و قوانین	نظریه مرزهای خانواده <sup>۱۱</sup>	برگزاری جلسه خانوادگی، تعیین قوانین
یازدهم	پایان	۹۰ دقیقه	جمع‌بندی جلسات، اجرای پس‌آزمون	جمع‌بندی گروهی با الهام از ACT و کارکردهای وجودی	مرور تغییرات، ارائه بازخورد، یادداشت بینش‌ها

<sup>4</sup> DBT

<sup>5</sup> Mindfulness)

<sup>6</sup> Cognitive Restructuring

<sup>7</sup> Islamic Cognitive Therapy)

<sup>8</sup> Transactional Analysis

<sup>9</sup> Choice Theory

<sup>10</sup> Reality Therapy)

<sup>11</sup> Minuchin - Structural Family Therapy

## یافته‌ها

در بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان، نتایج نشان داد که در گروه کنترل، ۲ نفر دارای تحصیلات دیپلم یا کمتر، ۱ نفر فوق‌دیپلم، ۵ نفر لیسانس و ۲ نفر دارای تحصیلات فوق‌لیسانس و بالاتر بودند. در گروه آزمایش نیز ۱ نفر تحصیلات دیپلم یا کمتر، ۲ نفر فوق‌دیپلم، ۶ نفر لیسانس و ۱ نفر مدرک فوق‌لیسانس و بالاتر داشتند که نشان می‌دهد در هر دو گروه بیشترین فراوانی مربوط به تحصیلات لیسانس است. از نظر سن، میانگین سن افراد در گروه کنترل ۳۷/۵ سال با دامنه سنی ۳۱ تا ۴۸ سال و در گروه آزمایش ۳۹ سال با دامنه ۳۰ تا ۵۰ سال بود. همچنین میانگین مدت ازدواج در گروه کنترل ۹/۳ سال (دامنه ۴ تا ۲۰ سال) و در گروه آزمایش ۱۰ سال (دامنه ۵ تا ۲۲ سال) گزارش شد. شاخص‌های توصیفی نشان داد که میانگین سن و مدت ازدواج در گروه آزمایش کمی بالاتر از گروه کنترل است. این مقادیر نشان‌دهنده شباهت نسبی گروه‌ها در خصوص سن و مدت ازدواج است و تفاوت‌ها اندک و قابل قبول هستند. همچنین پیش‌فرض نرمال بودن برای رضایت زناشویی و الگوهای حل تعارض و مولفه‌های آنان با استفاده از آزمون شاپیرو-ویلک بررسی شد. با توجه به سطوح معناداری به دست آمده که از مقدار آلفای ۰/۰۵ بیشتر هستند، می‌توان گفت که توزیع رضایت زناشویی و الگوهای حل تعارض نرمال است.

جدول ۲. آمار توصیفی رضایت زناشویی و سبک‌های حل تعارض در دو گروه آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

مقیاس	گروه	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیگیری
رضایت زناشویی کل	کنترل	۱۳/۰۷ ± ۱/۹۶	۱۰/۰۴ ± ۱/۹۵	۸/۰۹ ± ۶/۹۴
	آزمایش	۵/۷۱ ± ۶/۹۵	۶/۵۷ ± ۹/۱۰۷	۵/۴۳ ± ۲/۱۰۴
سبک یکپارچگی	کنترل	۱/۱۹ ± ۹/۱۲	۱/۲۵ ± ۳/۱۳	۱/۵۶ ± ۱۳
	آزمایش	۰/۸۲ ± ۷/۱۲	۱/۶۸ ± ۲/۱۶	۱/۶۳ ± ۷/۱۷
سبک مسلط	کنترل	۱/۳۳ ± ۳/۲۴	۱/۴۷ ± ۲/۲۴	۱/۳۹ ± ۸/۲۳
	آزمایش	۱/۱۶ ± ۷/۲۴	۱/۸۸ ± ۲۰	۱/۵۲ ± ۱/۱۹
سبک ملزم‌شده	کنترل	۱/۱۷ ± ۶/۲۰	۱/۱۳ ± ۸/۲۰	۱/۰۳ ± ۲/۲۱
	آزمایش	۱/۵۲ ± ۱/۲۱	۲/۰۲ ± ۹/۱۶	۲/۰۱ ± ۴/۱۶
سبک اجتناب‌کننده	کنترل	۱/۷۹ ± ۹/۱۶	۱/۱ ± ۱/۱۷	۰/۷۸ ± ۸/۱۶
	آزمایش	۰/۶۷ ± ۷/۱۶	۱/۸۳ ± ۶/۱۲	۱/۵۶ ± ۷/۱۲
سبک مصالحه	کنترل	۰/۸۲ ± ۳/۱۰	۱/۰۷ ± ۶/۱۰	۱/۳۵ ± ۴/۱۰
	آزمایش	۱/۲۲ ± ۲/۱۱	۱/۵۹ ± ۱/۱۶	۱/۰۷ ± ۴/۱۶

جدول ۲ آمار توصیفی رضایت زناشویی و سبک‌های حل تعارض را در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد. مشاهده می‌شود که مداخله آموزشی، میانگین سبک‌های یکپارچگی و مصالحه را افزایش و میانگین سبک‌های مسلط، ملزم‌شده و اجتنابی را کاهش داده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس اثرات درون‌گروهی و تعاملی رضایت زناشویی در مراحل مختلف ارزیابی

اثر	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	معناداری	اندازه اثر
رضایت زناشویی	۳۲۶/۲	۱/۳۳	۲۴۴/۸	۱۰/۶	۰/۰۰۲	۰/۳۷۱
گروه*رضایت زناشویی	۴۸۱/۹	۱/۳۳	۳۶۱/۶	۱۵/۶۶	۰/۰۰۰	۰/۴۶۵
خطا (رضایت زناشویی)	۵۵۳/۸	۳۶	۱۵/۳۸	-	-	-

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس تکرارشونده (اثرات درون گروهی و تعاملی) برای سبک‌های حل تعارض در مراحل مختلف ارزیابی

اندازه اثر	معناداری	F	میانگین مربعات	درجه آزادی	مجموع مربعات	اثر
۰/۶۳۴	۰/۰۰۰	۲۹/۹	۵۳/۵۷	۱/۳۲	۷۱/۱	سبک یکپارچگی
۰/۵۸۹	۰/۰۰۰	۲۵/۸۳	۴۶/۲۸	۱/۳۲	۶۱/۴۳	گروه* سبک یکپارچگی
-	-	-	۱/۷۹	۳۳/۸۹	۴۲/۸	خطا (سبک یکپارچگی)
۰/۶۹	۰/۰۰۰	۴۰/۰۴	۸۱/۴۵	۱/۲۶	۱۰۳/۲	سبک مسلط
۰/۶۳	۰/۰۰۰	۳۰/۶۵	۶۲/۳۵	۱/۲۶	۷۹/۰۳	گروه* سبک مسلط
-	-	-	۲/۰۳	۳۲/۸۱	۴۶/۴	خطا (سبک مسلط)
۰/۴۷۹	۰/۰۰۰	۱۶/۵۳	۴۷/۳۲	۱/۱۵	۵۴/۷	سبک ملزم شده
۰/۵۷۵	۰/۰۰۰	۲۴/۳۱	۶۹/۵۹	۱/۱۵	۸۰/۴۳	گروه* سبک ملزم شده
-	-	-	۲/۸۶	۲۰/۸	۵۹/۵۳	خطا (سبک ملزم شده)
۰/۶۳۹	۰/۰۰۰	۳۰/۵۶	۴۰/۳۳	۱/۳۲	۵۳/۴۳	سبک اجتناب کننده
۰/۶۴۲	۰/۰۰۰	۳۲/۲۸	۴۲/۶	۱/۳۲	۵۶/۴۳	گروه* سبک اجتناب کننده
-	-	-	۱/۳۲	۳۳/۸۴	۳۱/۴۶	خطا (سبک اجتناب کننده)
۰/۶۷۸	۰/۰۰۰	۳۷/۸۲	۶۲/۵۶	۱/۴۶	۹۱/۹	سبک مصالحه
۰/۶۴۴	۰/۰۰۰	۳۲/۵۲	۵۳/۸	۱/۴۶	۷۹/۰۳	گروه* سبک مصالحه
-	-	-	۱/۶۵	۲۶/۴۳	۴۳/۷۳	خطا (سبک مصالحه)

نتایج تحلیل واریانس تکرار شونده (جدول ۴ و ۳) نشان داد که اثر زمان و تعامل گروه  $\times$  زمان بر رضایت زناشویی و تمام سبک‌های حل تعارض معنادار است.  $P < 0.05$  اندازه اثرها نشان دهنده تغییرات قابل توجه مداخلات آموزشی است.

جدول ۵. آزمون تعقیبی بونفرونی مقایسه زوجی مراحل ارزیابی رضایت زناشویی و سبک‌های حل تعارض

معناداری	انحراف معیار	تفاوت میانگین	مرحله ارزیابی	متغیر وابسته
۰/۰۰۲	۱/۳۷	-۵/۶۵	پیش آزمون - پس آزمون	رضایت زناشویی
۰/۰۸۸	۱/۴۹	-۳/۵۵	پیش آزمون - پیگیری	
۰/۰۲	۰/۶۸	۲/۱	پس آزمون - پیگیری	
۰/۰۰۰	۰/۳۶	-۱/۹۵	پیش آزمون - پس آزمون	سبک یکپارچگی
۰/۰۰۰	۰/۴۳	-۲/۵۵	پیش آزمون - پیگیری	
۰/۰۲۴	۰/۲	-۰/۶	پس آزمون - پیگیری	
۰/۰۰۰	۰/۴۳	۲/۴	پیش آزمون - پس آزمون	سبک مسلط
۰/۰۰۰	۰/۴۱	۳/۰۵	پیش آزمون - پیگیری	
۰/۰۰۵	۰/۱۷	۰/۶۵	پس آزمون - پیگیری	
۰/۰۰۲	۰/۴۹	۲	پیش آزمون - پس آزمون	سبک ملزم شده
۰/۰۰۱	۰/۴۷	۲/۰۵	پیش آزمون - پیگیری	
۱/۰۰۰	۰/۱۵	۰/۰۵	پس آزمون - پیگیری	
۰/۰۰۰	۰/۳۴	۱/۹۵	پیش آزمون - پس آزمون	سبک اجتناب کننده
۰/۰۰۰	۰/۳۴	۲/۰۵	پیش آزمون - پیگیری	
۱/۰۰۰	۰/۱۵	۰/۱	پس آزمون - پیگیری	
۰/۰۰۰	۰/۴۲	-۲/۶	پیش آزمون - پس آزمون	سبک مصالحه
۰/۰۰۰	۰/۳۵	-۲/۶۵	پیش آزمون - پیگیری	
۱/۰۰۰	۰/۲۳	-۰/۰۵	پس آزمون - پیگیری	

آزمون تعقیبی بونفرونی (جدول ۵) نیز تأثیر مثبت و معنادار مداخلات آموزشی بر رضایت زناشویی و سبک‌های حل تعارض را تأیید کرد، به طوری که تغییرات مثبت بیشتر در سبک‌های یکپارچگی و مصالحه مشاهده شد.

## بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی بسته آموزشی رضایت زناشویی مبتنی بر فرهنگ ایرانی-اسلامی بر رضایت زناشویی و الگوهای حل تعارض زوجین متعارض بود. یافته‌ها نشان داد که این بسته آموزشی تأثیر معناداری بر افزایش رضایت زناشویی زوجین داشته است. نتایج حاضر با پژوهش‌های تام<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۲۴)، محمدی و همکاران (۱۴۰۲) همسو است. همچنین، در پژوهشی مشابه، اثربخشی بسته غنی‌سازی زندگی زناشویی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی بر رضایت زناشویی زوجین تأیید شد (Satkin et al., 2024). همچنین در تبیین این نتایج می‌توان گفت رضایت زناشویی به معنای احساسات عینی خشنودی، رضایت و لذت تجربه‌شده توسط زن یا شوهر هنگام ارزیابی تمام جنبه‌های ازدواج است؛ زمانی که شریک زندگی نیازها و تمایلات آنان را برآورده می‌سازد (Najafi et al., 2024). یکی از دلایل اثربخشی بسته آموزشی، آموزش نیازهای بنیادین در زندگی مشترک است. گلاسر بیان کرده است که افراد برای ارضای نیازهای بنیادین خود ازدواج می‌کنند و تفاوت یا عدم برآورده شدن این نیازها می‌تواند بر روابط و رضایت زناشویی تأثیر منفی بگذارد (Midanchi et al., 2021). همچنین، زوجینی که ارتباطات بیشتری با یکدیگر دارند و زمان بیشتری را با هم می‌گذرانند، از حمایت عاطفی و عملی قوی‌تری بهره‌مند می‌شوند که این امر به روابط زناشویی مثبت‌تر و رضایت‌بخش‌تر منجر می‌شود (Tahmasby & Khorramabadi 2023). بسته آموزشی حاضر همچنین نقش خانواده‌های زوجین را مورد توجه قرار داده است. یافته‌های پژوهش همچنین نشان داد بسته آموزشی بر سبک‌های حل تعارض زوجین مؤثر بوده و سبک‌های مصالحه و یکپارچگی را افزایش داده است. این نتایج با پژوهش اونال و اگگون<sup>۱۳</sup> (۲۰۲۲) هم‌راستا است. در واقع سبک‌های حل تعارض به دو دسته سازنده و غیرسازنده تقسیم می‌شوند. سبک‌های سازنده بر مصالحه و راه‌حل‌های مثبت تأکید دارند، در حالی که سبک‌های غیرسازنده شامل روش‌های سلطه‌گرانه و اجتنابی است که در آنها نیازها و انتظارات شریک نادیده گرفته می‌شود (Khanjani, 2023). اهمیت نیازهای روان‌شناختی در فرآیندهای زوجی و تأثیر آن بر سبک‌های حل تعارض بارها توسط پژوهشگران مختلف تأیید شده است (Ghazanfari et al., 2018). از سوی دیگر، مهارت‌های شناختی نیز در بسته آموزشی به کار رفته است، چرا که رفتارها و واکنش‌های افراد به شدت تحت تأثیر نحوه تفسیر آنان از موقعیت‌های تعارض‌زا است (Amirkiani et al., 2021). پژوهشگران نشان دادند که آموزش‌های بازآموزی شناختی می‌تواند بر سبک‌های حل تعارض و سازگاری زناشویی اثر مثبت داشته باشد (Shokri & Matini, 2019). در نهایت، بومی‌سازی بسته آموزشی مطابق با فرهنگ ایرانی-اسلامی، از نقاط قوت این پژوهش است. استفاده از الگوها و آموزه‌های دینی و بومی موجب ارائه راهکاری متناسب‌تر با نیازهای جامعه ایرانی-اسلامی شده است که این مسئله در مقایسه با الگوهای غربی که کمتر به زمینه فرهنگی توجه کرده‌اند، مزیت قابل توجهی محسوب می‌شود.

<sup>12</sup> Tam

<sup>13</sup> Ünal & Akgün

## محدودیت‌های و پیشنهادهای پژوهش

پژوهش حاضر مانند دیگر پژوهش‌ها محدودیت‌هایی داشت از جمله اینکه چنین مطالعه‌ای در مرکز مشاورهٔ سروش شهرستان دورود با نمونه‌ای محدود انجام گرفته است که تعمیم نتایج را محدود می‌کند و همچنین عدم بررسی متغیرهای جمعیت‌شناختی مانند وضعیت اقتصادی، تحصیلی، اجتماعی و فرهنگی که ممکن است بر نتایج تأثیرگذار باشند. از نظر پیشنهادات نظری، به علت تأثیر فرهنگ‌های مختلف بر نگرش‌ها، مهارت‌های حل تعارض و میزان رضایت زناشویی زوجین لازم است پژوهش‌های آینده بسته آموزشی رضایت زناشویی را در جوامع و فرهنگ‌های مختلف و با توجه به متغیرهای فرهنگی، اجتماعی و روان‌شناختی بررسی کنند تا اثربخشی آن در بسترهای متفاوت سنجیده شود. همچنین توجه به نقش ویژگی‌های شخصیتی زوجین در فرایند رضایت زناشویی و حل تعارض، زمینه‌ساز توسعه مدل‌های نظری کاربردی‌تر در حوزه مشاوره خانواده خواهد بود. از نظر پیشنهادات کاربردی، با توجه به اهمیت خانواده در کاهش آسیب‌های اجتماعی، توصیه می‌شود دولت و نهادهای مرتبط آموزش‌های مهارت‌های زناشویی را به عنوان بخشی از برنامه‌های آموزشی خود در اولویت قرار دهند و این آموزش‌ها همراه با زوج‌درمانی توسط متخصصان باتجربه ارائه شود تا اثربخشی آن افزایش یابد. همچنین در فرایندهای زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی باید بر آموزش مهارت‌های ارتباطی، حل تعارض و توجه به ویژگی‌های شخصیتی زوجین تأکید بیشتری شود تا به بهبود رضایت زناشویی کمک گردد.

## تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

## اخلاق پژوهش

به هر کدام از شرکت کنندگان فرم رضایت آگاهانه داده شد تا در جریان اهداف پژوهش قرار گیرند. طور کلی نکات مربوط به اخلاق پژوهش از جمله رعایت حریم خصوصی جامعه پژوهش، دقت در استناد دهی، رعایت به ارزش‌های اخلاقی در گردآوری داده‌ها، امانت داری در استفاده از منابع و عدم سوگیری در تحلیل داده‌ها از سوی پژوهشگران اعمال گردید.

## حمایت مالی

مقاله حاضر برگرفته از رسالهٔ دکتری و بدون حمایت مالی انجام شده است.

## سپاسگزاری

نویسندگان پژوهش حاضر بر خود الزام دانستند که از کلیهٔ افرادی که در پژوهش شرکت نمودند، کمال تشکر و سپاس خود را ابراز نمایند.

## References

- Afkhami-Poostchi, M., & Alidoosti, F. (2023). The moderating role of conflict resolution styles in relation to marital conflicts and emotional divorce. *Quarterly Journal of Islamic-Iranian Family Studies*, 2(4), 1–18.  
<https://doi.org/10.30495/iifs.2023.197> ۳۶۳۵,۱۰۵۶

- Amirkiani, A., Ahmadi, Z., Jafari, K., & Rashidi Asl, S. (2021). The effectiveness of cognitive behavioral therapy on marital conflict and coping strategies of women involved in emotional divorce. *Journal of Applied Family Therapy*, 2(2), 572–58. <https://doi.org/10.22034/aftj.2023.289407.1104>
- Atashpour, S. H., & Delforoozi, F. (2024). Predicting marital compatibility based on conflict resolution methods in married women. *Mental Health in School*, 2(2), 74–83. <https://doi.org/10.22034/jmhs.2024.۴۶۱۶۳۳,۱۰۶۳>
- Beiramloei, S., Monazami Tabar, F., & Safaei Rad, I. (2024). Comparison of the effectiveness of couple therapy based on communication imagery and solution-focused couple therapy on communication patterns in conflicting couples. *Advances in Cognitive Science*, 26(2), 1–15. <https://doi.org/10.30514/icss.26.2.1>
- Dokaneifard, F., & Kermani, N. (2024). Designing a Suitable Structural Model to Predict the Marital Satisfaction of Couples Based on the Level of Differentiation with the Mediation of Family Functioning. *Journal of Isfahan Medical School*, 42(781), 749–758. <https://doi.org/10.48305/jims.v42.i781.0749>
- Ghazanfari, B., Keshavarzi Arshadi, F., Hassani, F., & Emamipour, S. (2018). Effectiveness of couple therapy based on Choice Theory on conflict resolution styles and marital relationship quality of incompatible couples. *Journal of Applied Psychology*, 12(1), 47–62. <https://doi.org/10.22034/apsy.2018.97018>
- Guyette, E., & Harris, S. M. (2024). The impact of divorce education programs on co-parental conflict: Review of programs with parent follow-up reports. *Family Court Review*, 62(3), 542–561. <https://doi.org/10.1111/fcre.12797>
- KavehFarsani, Z., Safi, S., & Bahmani, A. (2019). Introductory in family counseling with islamic-iraninan culture-based approach. *Family Counseling and Psychotherapy*, 9(1), 49–74. <https://doi.org/10.34785/J015.2019.015>
- Khanjani, M. (2023). Predicting family resilience based on conflict resolution styles and perceptions of the health of family-of-origin in couples. *Cultural Psychology*, 7(1), 280–299. <https://doi.org/10.30487/jcp.2023.357954.1470>
- Midanchi, M., Yaghoubi, R., & Karimi, G. (2021). The effectiveness of choice theory training on marital satisfaction and marital boredom of couples. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 64(5), 4108–4118. <https://doi.org/10.22038/mjms.2021.20207>
- Moazzen, M., & Sedaghatifard, M. (2025). The Structural Model of Predicting Marital Satisfaction based on the Attitude towards Divorce and the Justification of Extramarital Relationships in the Students of Islamic Azad University of Garmsar Branch. *Journal of Health Promotion Management*, 13(5), 93–104. <https://doi.org/10.22034/jhpm.13.5.93>
- Mohammadi, M., Shirafkan Kopkan, A., Shafiabadi, A., & Farhangi, A. (2023). Effectiveness of Reality Therapy on Attachment, Intimacy and Marital Satisfaction of Couples. *Journal of Modern Psychological Researches*, 18(71), 245–255. <https://doi.org/10.22034/jmpr.2023.54830.5352>

- Najafi, S., Delshad-Noghabi, A., Rajabzadeh, F., & Daneshfar, M. (2024). The Effect of Happiness Training on Students' Marital Satisfaction. *Journal of Health System Research*, 20(1), 32–38. <https://doi.org/10.48305/jhsr.v20i1.1527>
- Park, T.-Y., & Park, Y. (2019). Contributors influencing marital conflicts between a Korean husband and a Japanese wife. *Contemporary Family Therapy*, 41(2), 157–167. <https://doi.org/10.1007/s10591-018-9475-9>
- Razazi, M., Ghadami, M., Azizabadi Farahani, F., & Hajiani, E. (2024). Identifying the Factors Affecting the Preservation and Consolidation of the Islamic-Iranian Family. *National Studies Journal*, 25(97), 53–81. <https://doi.org/10.22034/rjnsq.2024.428629.1538>
- Satkin, M., Seyed Abolghasem, S. A., & N., & Asadzadeh. (2024). Effectiveness marital couples on teachings Islamic on based satisfaction. *Clinical & Psychology of Journal*, 22(1), 167–178. <https://doi.org/10.22070/cpap.2023.16940.1292>
- Shokri, O., & Matini, Y. L. (2019). The efficacy of Attributional Retraining Program on cognitive appraisal processes, conflict resolution strategies and marital adjustment. <https://doi.org/10.29252/apsy.13.3.409>
- Tahmasby, H., & Khorramabadi, Y. (2023). Predicting marital satisfaction in women based on conscientiousness, marital empathy, and marital forgiveness. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, 13(51), 61–74. <https://doi.org/10.22034/spr.2024.408676.1851>
- Tam, C. L., Wong, G. T.-L., Sen, A., & Bonn, G. (2024). Religiosity and the Marital Satisfaction of Malaysian Christians: A Pilot Study. *Journal of Sustainable Development Practice*, 1(2), 7–18. <https://doi.org/10.59953/jsdp.v1i2.12>
- Ünal, Ö., & Akgün, S. (2022). Relationship of conflict resolution styles in marriage with marital adjustment and satisfaction. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, 14(3), 322–330. <https://doi.org/10.1/^^^v3pgy.1016806>
- Wondimu, S., & Andualem, T. (2024). Marital Beliefs, Marital Virtues, and Neighborhood Cohesion as Predictors of Marital Satisfaction in Addis Ababa, Ethiopia: A Multilevel Analysis. *Innovation Journal of Social Sciences and Economic Review*, 6(1), 22–33. <https://doi.org/10.36923/ijsser.v6i1.246>