

Effect of meaning-centered training on marital intimacy of women

N. Nasr Isfahani*

A. Etemadi**

AA. Shafie Abadi***

*M.Sc. of Family Counseling, Young Researchers Club, Khomeini Shahr Branch, Islamic Azad University, Khomeini Shahr, Isfahan, Iran

**Associate Professor of Counseling, Faculty of Psychology and Education, Allame Tabatabaei University, Tehran, Iran

***Professor of Counseling, Faculty of Psychology and Education, Allame Tabatabaei University, Tehran, Iran

*Abstract

Background: Intimacy in marital relations has been conceptualized as a very important behavioral pattern that is made based on acceptance, satisfaction and love and this love is a way toward meaning full life.

Objective: The purpose of this study was to determine the effect of meaning-centered training on marital intimacy of women.

Methods: This quasi experimental research was conducted on 24 women that referred to one of the healthy home of region 7 in Tehran and voluntarily participated in this research. The women were randomly divided into intervention and control groups. Measurement tool consisted of Marital Intimacy Scale that was completed as pre-test and post-test. The intervention group participated in 10 sessions of meaning-centered training. Data were analyzed by covariance analysis.

Findings: After adjusting for pre-test scores, there were significant differences between subjects of two groups ($F_{(1, 21)} = 36.922, P < 0.05, \text{Partial } \eta^2 = 0.637$). The adjusted mean scores showed that after implementing the independent variable, marital intimacy in the intervention group was increased compared to the control group.

Conclusion: With regard to results, having shared meaning in life can be used as a way to increase intimate relations between spouses.

Keywords: Meaning-Centered Training, Marital Intimacy, Women

Corresponding Address: Narges Nasr Isfahani, Islamic Azad University, Manzaraye, Khomeini Shahr, Isfahan, Iran

Email: nargess.nasrisfahani@iaukhsh.ac.ir

Tel: +98-311-3664102

Received: 25 Jul 2011

Accepted: 2 Jan 2012

بررسی تأثیر آموزش معنا- محور بر صمیمیت زناشویی زنان

نرگس نصرصفهانی*

دکتر احمد اعتمادی**

دکتر عبدا... شفیع آبادی***

* کارشناس ارشد مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، باشگاه پژوهشگران جوان

** دانشیار گروه مشاوره دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی

*** استاد گروه مشاوره دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی

آدرس نویسنده مسؤول: اصفهان، خمینی شهر، منظره، دانشگاه آزاد اسلامی، تلفن ۰۳۱۱-۳۶۶۴۱۰۲

Email: nargess.nasrisfahani@iaukhsh.ac.ir

تاریخ پذیرش: ۹۰/۱۰/۱۲

تاریخ دریافت: ۹۰/۵/۳

* چکیده

زمینه: صمیمیت در روابط زناشویی، به صورت الگوی رفتاری بسیار مهمی مفهوم‌سازی شده است که بر پایه پذیرش، رضایت خاطر و عشق شکل می‌گیرد و این عشق مسیری به سمت زندگی پُر معناست.

هدف: مطالعه حاضر به منظور تعیین تأثیر آموزش معنا- محور بر صمیمیت زناشویی زنان انجام شد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه نیمه تجربی، بر روی ۲۴ نفر از زنانی انجام شد که به یکی از خانه‌های سلامت منطقه ۷ شهر تهران مراجعه و به طور داوطلبانه در این مطالعه شرکت کردند. این زنان به طور تصادفی در دو گروه مداخله و شاهد تقسیم شدند. ابزار اندازه‌گیری پرسش‌نامه صمیمیت زناشویی بود که به صورت پیش‌آزمون- پس‌آزمون در هر دو گروه تکمیل شد. گروه مداخله در ۱۰ جلسه آموزش مبتنی بر رویکرد معنا- محور شرکت کردند. داده‌ها با روش تحلیل کوواریانس تحلیل شدند.

یافته‌ها: پس از تعدیل نمره‌های پیش‌آزمون، اختلاف معنی‌داری بین آزمودنی‌های دو گروه وجود داشت ($F_{(۱,۲۱)}=۳۶/۹۲۲$ ، $P<۰/۰۵$ Partial $\eta^2=۰/۶۳۷$). نمره‌های میانگین تعدیل شده نشان داد که صمیمیت زناشویی گروه مداخله در مقایسه با گروه شاهد پس از اجرای متغیر مستقل افزایش یافت.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها، داشتن معنای مشترک در زندگی زناشویی می‌تواند به عنوان روشی برای افزایش روابط صمیمانه بین همسران به کار رود.

کلیدواژه‌ها: آموزش معنا- محور، صمیمیت زناشویی، زنان

* مقدمه

عرضه کند و نیازهای خود را به شکل مؤثرتری به شریک و همسر خود ابراز نماید.^(۴)

مطالعه‌ها و تجارب بالینی نشان داده‌اند که در جامعه معاصر، زوج‌ها مشکلات شدید و فراگیری را هنگام برقراری و حفظ روابط صمیمانه و ارضای انتظارات و نیازهای یکدیگر تجربه می‌کنند. ایجاد و حفظ روابط صمیمانه و ارضای نیازهای عاطفی و روانی در جریان ازدواج، یک مهارت و هنر است که علاوه بر سلامت روانی و تجارب سالم اولیه به داشتن نگرش‌های منطقی و کسب مهارت‌ها و انجام وظایف خاصی نیاز دارد.^(۵و۶) رینبرگر و همکاران در یک بررسی طولی به این نتیجه

از جمله مظاهر زندگی اجتماعی انسان، وجود تعامل سازنده میان انسان‌ها و برقرار بودن عشق به هم‌نوع و ابراز صمیمیت و همدلی به یکدیگر است.^(۱) صمیمیت در روابط زناشویی، به صورت الگوی رفتاری بسیار مهمی مفهوم‌سازی شده است که جنبه‌های عاطفی- هیجانی و اجتماعی نیرومندی دارد و بر پایه پذیرش، رضایت خاطر و عشق شکل می‌گیرد.^(۲) روان‌شناسان صمیمیت را توانایی برقراری ارتباط با دیگری و بیان عواطف تعریف می‌کنند و آن را حق مسلم و از حالت‌های طبیعی انسان می‌دانند.^(۳) فردی که میزان صمیمیت بالاتری را در روابط تجربه می‌کند، قادر است خود را به شیوه مطلوب‌تری در روابط

معنادار خود به دست آورند.^(۱۵) هدف اصلی درمان در این رویکرد، تسهیل فرایند جستجوی خانواده برای معناست و وظیفه اصلی درمان‌گر یاری رساندن به خانواده برای بیرون آوردن معانی پوشیده، مخفی و بالقوه از ناخودآگاه خانواده به آگاهی از طریق تفکر و سپس کمک به خانواده برای استفاده از این معانی بالقوه از طریق عمل کردن است.^(۱۶) در این رویکرد چنین فرض می‌شود که بسیاری از مشکلات خانوادگی هنگامی رخ می‌دهند که خانواده به کشف، تجزیه یا استفاده از معانی در زندگی خانوادگی نمی‌پردازد. در واقع هدف اصلی، تسهیل فرایند جستجوی خانواده برای معناست؛ یعنی به اعضای خانواده کمک می‌شود تا معنایی در وجودشان به عنوان یک گروه بیابند.^(۱۷) این رویکرد کار خود را بر درک مشکلات عمیق و واقعی انسان قرار می‌دهد که بخش عمده این مشکلات را مسایل مربوط به زندگی خانوادگی، زناشویی و روابط صمیمانه و عاشقانه تشکیل می‌دهد و از معناداری به عنوان روشی برای افزایش روابط صمیمانه در زوج درمانی استفاده می‌کند.^(۱۸ و ۱۹)

لذا مطالعه حاضر به منظور تعیین تأثیر آموزش معنا-محور بر صمیمیت زناشویی زنان انجام شد.

* مواد و روش‌ها:

این مطالعه نیمه تجربی، در سال ۱۳۹۰ بر روی زنان مراجعه‌کننده به یکی از خانه‌های سلامت منطقه ۷ شهرداری تهران به نام "خانه مدیران" انجام شد. زنانی که شرایط زیر را داشتند وارد مطالعه شدند.

- داشتن حداقل ۵ سال زندگی مشترک
- مشغول بودن به زندگی با همسر
- داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم
- نداشتن اختلال حاد روانی و شخصیتی

ابتدا به صورت فراخوان هدف کارگاه توضیح داده شد و از زنان داوطلب به شرکت در کارگاه دعوت به عمل آمد. سپس جهت بررسی وضعیت روانی و شخصیتی زنانی که سه شرط اول را داشتند، از پرسش‌نامه شخصیتی چند

رسیدند که عدم صمیمیت در زوجین جوان، پیش‌بینی‌کننده مهم طلاق در دوران میان‌سالی است.^(۲۰) به گفته مینوت و همکاران نیز رضایت زناشویی که صمیمیت یکی از مؤلفه‌های مهم آن است بر روی سایر نقش‌های زوجین مانند نقش والدینی و نقش کاری تأثیرگذار است.^(۲۱)

بنابراین نارضایتی زن و شوهر از یکدیگر و از هم‌گسیختگی کانون گرم خانواده‌ها و تأثیر سوء این جدایی بر افراد آن، نیاز به رسیدگی و رفع این مشکل را مطرح می‌کند.^(۲۲) این مسأله موجب شکل‌گیری الگوهای درمانی متعددی شده است. هدف کلی این درمان‌ها، نوعی خدمات روان‌شناختی برای زوجهاست که به شناسایی موانع و مشکلات میان فردی بین آن‌ها می‌پردازد و شیوه مناسب حل مسأله و الگوی رفتاری مناسب را با توجه به تفاوت‌های زن و مرد به آن‌ها آموزش می‌دهد؛ به طوری که به شکل‌گیری روابط سازنده منجر می‌شود و احساس رضایت از زندگی مشترک را در زوجین افزایش می‌دهد.^(۲۳)

در حال حاضر دیدگاه‌های نظری متعددی با رویکردهای متفاوت به دنبال تبیین و حل تعارض‌های زناشویی هستند.^(۲۴) معنادرمانی یک جهت‌گیری مفید است که بدون توجه به جهت‌گیری بالینی آن، طبیعتی گروهی دارد و بیش‌تر بر روی معنا و ارزش‌ها تمرکز می‌کند. کاربرد این رویکرد در زوج درمانی ارزش‌های روشنی را در بر می‌گیرد و بر پایه عشقی مبتنی بر پذیرش و رشد متعالی خود بنا شده است.^(۲۵)

آموزش معنا-محور مدلی از درمان زوجین است که بر پایه عقاید و مفاهیم ویکتور فرانکل قرار دارد.^(۲۶) این رویکرد مبتنی بر روان‌شناسی مثبت‌گراست و بر ارزش‌های زندگی، علی‌رغم وجود رنج‌ها و محدودیت‌ها، تأکید دارد و مراجعان را به ابزاری برای هدایت موارد منفی موجود در وجود انسان مجهز می‌کند و از این طریق آینده‌ای بهتر برای آنان فراهم می‌سازد.^(۲۷) رویکرد معنا-محور به مردم در شناسایی و اولویت‌بندی ارزش‌ها کمک می‌کند، تا درک بهتری از سلسله مراتب ارزش‌های

جلسه هفتم: کشف ارزش‌ها نسبت به هریک از اعضای خانواده و گسترش روابط ویژه معنادار
 جلسه هشتم: بحث درباره آزادی انتخاب، مسؤولیت در مقابل معنا و مشکلات جسمی که افراد تجربه می‌کنند
 جلسه نهم: جمع‌بندی مطالب عنوان شده در کل جلسه‌ها و نتیجه‌گیری
 جلسه دهم: اجرای پس آزمون صمیمیت زناشویی که گروه شاهد نیز طی جلسه جداگانه‌ای ارزیابی شد. سپس داده‌ها با آزمون آماری کوواریانس تحلیل شدند.

* یافته‌ها:

میانگین سنی افراد مورد مطالعه $35/33 \pm 5/07$ و مدت تأهل آنان $18/83 \pm 6/78$ سال بود. از نظر تحصیلات، $70/8$ درصد دیپلم، $8/3$ درصد کاردانی و $20/8$ درصد مدرک کارشناسی داشتند.

میانگین نمره صمیمیت گروه مداخله در پیش آزمون $60/33 \pm 21/07$ بود که پس از اجرای متغیر مستقل در پس آزمون به $78 \pm 22/93$ رسید و این اختلاف از نظر آماری معنادار می‌باشد. میانگین نمره صمیمیت گروه شاهد در پیش آزمون و پس آزمون تفاوت آماری معنی‌داری نداشت (جدول شماره ۱).

جدول ۱- مقایسه میانگین نمره صمیمیت دو گروه مداخله و شاهد در پیش آزمون و پس آزمون (هر گروه ۱۲ نفر)

گروه	میانگین نمره	واریانس
پیش آزمون	$60/33 \pm 21/07$	۴۴۴/۰۶
	$73/16 \pm 18/62$	۳۴۷/۰۶
پس آزمون	$78 \pm 22/93$	۵۲۶/۱۸
	$72/50 \pm 18/20$	۳۳۱/۳۶

به منظور از بین بردن اثر پیش آزمون بر پس آزمون نیز از تحلیل کواریانس استفاده شد که پس از تعدیل نمره‌های پیش‌آزمون، اختلاف معنی‌داری بین آزمودنی‌های

وجهی مینه سوتا (MMPI) استفاده شد که توسط اخوت و همکاران در ۷۱ سؤال و با در نظر گرفتن فرهنگ ایرانی، کوتاه شده است. این پرسش‌نامه از سه مقیاس روایی و هشت مقیاس بالینی تشکیل شده است. نمره بالاتر از ۷۰ در هریک از این مقیاس‌ها نشان‌دهنده وجود اختلال در آن زمینه است. پژوهش‌های انجام شده نشان‌دهنده اعتبار و پایایی بالای این پرسش‌نامه است.^(۲۰) سپس واجدین شرایط، پرسش‌نامه صمیمیت زناشویی (MIS-17) را تکمیل کردند و از بین آن‌ها ۲۴ نفر که نمره‌های کم‌تری را کسب کردند، انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه مداخله و شاهد (هر گروه ۱۲ نفر) تقسیم شدند. پرسش‌نامه صمیمیت زناشویی توسط تامپلسون و والکر تدوین شده است و ۱۷ سؤال دارد. دامنه نمره‌های آن بین ۱ (هرگز) تا ۷ (همیشه) و نمره بالاتر نشانه صمیمیت بیش‌تر است. این مقیاس با ضریب آلفای $0/91$ تا $0/97$ از همسانی درونی خوبی برخوردار است.^(۲۱) این پرسش‌نامه توسط ثنایی در سال ۱۳۷۹ ترجمه شد و اعتمادی در پژوهش خود ضریب پایایی کل آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ $0/96$ گزارش کرد.^(۲۲) کارگاه آموزش معنا-محور طی ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، هفته‌ای یک بار تنها برای گروه مداخله برگزار شد. خلاصه جلسه‌های آموزشی برگزار شده به شرح زیر بود:
 جلسه اول: آشنایی و برقراری ارتباط با اعضا، بیان قواعد و اهداف گروه، معرفی دوره آموزشی و گرفتن تعهد از افراد
 جلسه دوم: زمینه‌سازی برای آموزش معنادرمانی و آشنایی با مفاهیم آن مثل آزادی اراده، اراده معطوف به معنا و معنای زندگی

جلسه سوم: آشنایی با مفهوم معنا و این که چگونه داشتن یک رابطه معنادار ممکن است، هریک از زوجین را به سمت احترام متقابل و عمیق‌تر نسبت به یکدیگر برانگیزد
 جلسه چهارم: راه‌های کشف معنا و معرفی انواع ارزش‌ها
 جلسه پنجم: شناسایی و اولویت‌بندی ارزش‌ها و اجرای فن آگاهی از ارزش‌ها

جلسه ششم: بحث درباره عشق

بنابراین با توجه به نتایج حاصل از این پژوهش و مطالعه‌های مشابه، داشتن معنای مشترک در زندگی زناشویی، روابط صمیمانه بین همسران را افزایش می‌دهد و روابط خصوصی و صمیمانه را غنی می‌سازد.

* سپاس‌گزاری:

از تمام عزیزانی که در اجرای این پژوهش همکاری کردند، تشکر و قدردانی می‌شود.

* مراجع:

1. Edalati A, Redzuan M. Perception of women towards family values and their marital satisfaction. J American Sci 2010 Mar; 6 (4): 132-7
2. TenHouten WD. A general theory of emotions and social life. 1st ed. New York: USA: Rutledge; 2007. 6-7
3. Blume TW. Becoming a family counselor: a bridge to family therapy theory and practice. Hoboken. New Jersey: USA: Wiley; 2006. 106-9
4. Patrick S, Sells JN, Giordano FG, et al. Intimacy, differentiation, and personality variables as predictors of marital satisfaction. The Family J 2007 Jul; 15: 359- 67
5. Bernstein FC, Bernstein MN. Treatment of marital problems. Translated by: Tozande Johny H and Kamal Poor N. 1st ed Mashhad: Marandyz Publisher; 2001 [In Persian]
6. Bagarozzi DA. Enhancing intimacy in marriage. Branner-Rouledye. New York: USA; 2001. 56-9
7. Weinberger MI, Hofstein Y, Whitbourne SK. Intimacy in young adulthood as a predictor of divorce in midlife. Pers Relatsh 2008 Dec 1; 15 (4): 551-7
8. Minnott KL, Pedwrsen D, Mannon S. The emotional Terrain of parenting and marriage: emotion work and satisfaction. The Social Sci J 2010 Apr; 47: 747-61

($F_{(1,21)}=36/922, P<0/05, \text{Partial } n^2=0/637$) دو گروه وجود داشت (جدول شماره ۲).

جدول ۲- نتایج تحلیل کوواریانس پس از مون نمره‌های صمیمیت دو گروه با برداشتن اثر پیش آزمون

منبع تغییرات	مجموع مجزورات	df	میانگین مجزورات	F	سطح معنی‌داری
پیش آزمون	۸۴۲۵/۸۹	۱	۸۴۲۵/۸۹	۱۷۵/۶۹	۰/۰۰۰
بین گروه	۱۷۷۰/۶۵	۱	۱۷۷۰/۶۵	۳۶/۹۲	۰/۰۰۰
خطا	۱۰۰۷/۱۰	۲۱	۴۷/۹۵		
کل	۱۴۵۵۱۶	۲۴			

* بحث و نتیجه‌گیری:

مطالعه حاضر نشان داد آموزش معنا- محور بر صمیمیت زناشویی مراجعان به طور معنی‌داری مؤثر بود و میزان آن را افزایش داد. در همین راستا، فالی دریافت که نیاز اولیه اشخاص در رابطه زناشویی، تجربه کردن معنا در زندگی است و تجربه عشق در روابط به وجود معنا در زندگی هر دو طرف نیاز دارد.^(۲۳)

آندرسون و رتن رابطه میان مفاهیم معنا در معنا درمانی و عشق در روابط زوجین را بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که بین عشق و صمیمیت زوجین وجود مفاهیم معنا در زندگی رابطه وجود دارد.^(۲۴)

تبریزی نشان داد روش زوج درمانی تلفیقی گروهی (معنا درمانی)، در کاهش ناراضی زناشویی مؤثر است.^(۲۵) یافته‌های گواهی جهان حاکی از وجود رابطه معنی‌دار بین معنا در زندگی و رضایت از زندگی زناشویی بود. در مطالعه وی میزان معنا در زندگی زوجینی که از زندگی زناشویی خود راضی بودند و به مراکز مراجعه نکرده بودند، بیش‌تر از زوجینی بود که به مراکز مشاوره مراجعه کرده بودند و از زندگی زناشویی خود راضی نبودند.^(۲۶)

تگریان نیز به بررسی تأثیر زوج درمانی معنوی بر خوش‌بینی، صمیمیت و پرورش شخصیت سالم زوجین خمینی شهر پرداخت و نشان داد زوج درمانی معنوی بر خوش‌بینی، صمیمیت و پرورش شخصیت سالم زوجین گروه نمونه تأثیر معنی‌دار داشته است.^(۲۴)

9. Oylery D, Hymen R, Jangsmā AA. The couples psychotherapy treatment planner. Translated by: Kimiyaei A, Bagherian Nejad Z. 1st ed. Tehran: The Growth; 2004.65-70 [In Persian]
10. Jonson SM, Whifen VE. Attachment process in couple therapy. 1st ed. New York: USA; The Guilford Press; 2003. 245-50
11. Heyrat A. Evaluate the effectiveness of couple therapy based on consistency, mental health and optimism couples in Isfahan. M.Sc. Thesis, University of Isfahan 2008 [In Persian]
12. Schulenberg SE, Schnetzer LW, Winters MR, et al. Meaning-centered couples therapy: logotherapy and intimate relationships. *J Contemp Psychother* 2010 Feb; 40: 95-102
13. Lantz JE. Family logotherapy with an overweight family. *Contemporary Family Therapy* 2002 Apr; 11 (4): 287-97
14. Wong PT. Meaning therapy: an integrative and positive existential psychotherapy. *J Contemp Psychother* 2010 Jun; 40 (2): 85
15. Schulenberg SE, Hutzell RR, Nassif C, et al. Logotherapy for clinical practice. *Psychotherapy (Chic)* 2008 Dec; 45: 447-63
16. Lantz J. World view concepts in existential family therapy. *Contemporary Family Therapy* 2004 Feb; 26 (2): 165
17. Lantz J. Resistance in family logotherapy. *Contemporary Family Therapy* 2006 Jun; 14 (5): 405-18
18. Lantz J. Meaning-centered marital and family therapy: Learning to bear the beams of Love. Charles C Thomas, Publisher; 2000. 56-60
19. Schulenberg SE, Henrion RP. Logotherapy past, present and future: A conversation with James C. Crumbaugh. *The International Forum for Logotherapy* 2005 Mar; 28: 65-71
20. Vafaei B, Ghaderi S. Prevalence of mental disorders in the Iran-Iraq war veterans and victims of chemical. *TUMJ* 2002; 62 (10): 858-63 [In Persian]
21. Sanaei Zakir B. Marriage and family assessment scales. 2nd ed. Tehran: Besat Publisher; 2000 [In Persian]
22. Etemadi O. Compared the efficacy of psychological approach-based education, cognitive-behavioral therapy and relationship intimacy couples counseling centers in Isfahan. PhD thesis, University of Teacher Education 2006 [In Persian]
23. Yusef-Zadeh J. Effectiveness of logotherapy training on modifying attitude towards mating selection. M.Sc. Thesis, Allameh Tabatabaei University 2009 [In Persian]
24. Tagryan N. Couple therapy and spiritual effects on air happy family and a couple of Khomeini Shahr city. M.Sc. Thesis, University of Isfahan 2007 [In Persian]
25. Tabrizi M. Compared the effectiveness of integrative couples therapy, therapeutic area and the Beck book, marital therapy in reducing discontent. PhD Thesis, Allameh Tabatabai University 2004 [In Persian]
26. Govahi Jahan F. The relationship between meaning in life and marital life satisfaction. *J Psychology and Education* 2007 Summer; 2 (8): 46-9 [In Persian]