

مقایسه اثربخشی آموزش روانی بر اساس الگوی اولسون و مک‌مستر در عملکرد خانواده معلمان زن^۱

امیر مستوفی سرکاری^۲

دکتر محمد قمری^۳

دکتر سیمین حسینیان^۴

چکیده

هدف پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی آموزش روانی بر اساس الگوی اولسون و مک‌مستر بر بهبود عملکرد خانواده معلمان زن شهرستان خرمدره بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری بود. جامعه پژوهش همه معلمان زن متأهل شاغل در آموزش و پرورش شهرستان خرمدره در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ به تعداد ۵۵۰ نفر بودند. نمونه پژوهش ۴۵ نفر بودند که از میان معلمانی انتخاب شدند که در پرسشنامه ابزار سنجش خانواده (اپشتاین، بیشاپ و لوین، ۱۹۷۸) نمره بالا (عملکرد پایین خانواده) کسب کرده بودند و به صورت تصادفی در سه گروه [گروه آزمایشی ۱ (۱۵ نفر)، گروه آزمایشی ۲ (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر)] قرار گرفتند. گروههای آزمایشی در جلسات آموزشی شرکت کردند و افراد گروه کنترل مداخله خاصی دریافت نکردند. پس از پایان جلسات، پس‌آزمون برای هر سه گروه اجرا شد. یک ماه بعد نیز جلسه پیگیری برگزار شد. داده‌ها با روش آماری تحلیل واریانس چندراهه (آمیخته) تجزیه و تحلیل شدند. نتایج پژوهش نشان داد که آموزش روانی بر اساس الگوی اولسون و الگوی مک‌مستر در ارتقای عملکرد خانواده معلمان زن اثربخش است و این اثربخشی طی زمان ماندگار است ($P \leq 0/001$). همچنین نتیجه پژوهش نشان داد که اثربخشی این دو آموزش در عملکرد خانواده معلمان زن متفاوت نیست. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که برای ارتقای عملکرد خانواده معلمان زن می‌توان از آموزشهای مبتنی بر الگوی اولسون و الگوی مک‌مستر استفاده کرد.

کلید واژگان: الگوی اولسون، الگوی مک‌مستر، عملکرد خانواده

تاریخ دریافت: ۹۷/۷/۱۰ تاریخ پذیرش: ۹۸/۶/۳۱

۱. این مقاله مستخرج از رساله دکتری است.

۲. دانشجوی دکتری رشته مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۳. دانشیار گروه مشاوره، واحد ابهر، دانشگاه آزاد اسلامی، ابهر، ایران (نویسنده مسئول)

۴. استاد تمام گروه مشاوره، دانشگاه الزهرا

mostofi@abhariau.ac.ir

ghamari.m@abhariau.ac.ir

hosseini@alzahra.ac.ir

مقدمه

مفهوم خانواده و ارزش این نهاد برای هر دولت و جامعه‌ای اساس کار تلقی می‌شود و هر جامعه متناسب با ارزشهای خود ابتدا به سراغ خانواده می‌رود تا از درون آن شهروندان آتی خویش را پروراند. به همین سبب است که خانواده یکی از نخستین نهادهایی است که در جامعه باید تغییر کند و تغییرکردن در آن حاصل نخواهد شد مگر از طریق درک و شناخت علمی از کارکردها و بدکاریهایی آن. خانواده با کارکرد سالم، به سالم‌سازی فضای جامعه یاری می‌رساند و زمینه رشد و شکوفایی اعضای خود را فراهم می‌کند. خانواده بستر رشد و رفاه جسمی و روانی اجتماعی کودک و عامل تحقق یافتن تعادل فیزیکی، روانی و اجتماعی انسانهاست (چیانگ، چن، دای و هو، ۲۰۱۲). از سویی هم، از ابتدای زندگی بشر، پدیده کار و اشتغال مورد توجه بوده است و زنان از دیرباز همپای مردان، بار مسئولیتهای زندگی را به دوش می‌کشیده و کار می‌کرده‌اند (گو، ایلیس و ویلسون، ۲۰۱۵). با رشد فناوری و صنعتی شدن جوامع، به نظر می‌رسد که تکیه خانواده‌ها، صرفاً به درآمد مردان، امکان پذیر نیست و در بیشتر جوامع، زن نیز مانند مرد، بیرون از خانه کار می‌کند (درکز، باکر، پیتزر و فان‌وینگردن، ۲۰۱۶) که این مسأله می‌تواند به ایجاد اختلال در کارکرد خانواده بینجامد. تعارض خانواده - کار می‌تواند به عنوان منبع اصلی تنیدگی با پیامدهای منفی مانند افزایش خطر سلامت زنان شاغل، انجام دادن وظایف والدینی و همسری به شکل ناکارآمد، کاهش رضایت زناشویی و سلامت روانی همراه شود (کلی^۴ و همکاران، ۲۰۱۴). یکی از مشاغل بسیار مهم و حساس در جامعه برای زنان که از اهمیت والایی برخوردار است و در وضعیت فعلی و آینده جامعه تأثیر دارد شغل معلمی است. شغل معلمی نیز تقریباً همانند مشاغل دیگر دارای عوامل استرس‌زای مخصوص به خود است. این امر تأثیر مستقیمی بر وضعیت روانشناختی معلمان زن دارد (دهشیری، ۱۳۸۳). از جمله متغیرهای متأثر از اشتغال زنان می‌تواند عملکرد خانواده آنان باشد. عملکرد خانواده^۵ به توانایی آن در هماهنگی با تغییرات، حل تضادها و تعارضات، همبستگی میان اعضا و موفقیت در اعمال الگوهای انضباطی، رعایت حد و مرز میان افراد و اجرای مقررات و قوانین حاکم بر این نهاد با هدف حفاظت از کل سیستم خانواده مربوط است (عباسی، ۱۳۹۰).

1. Chiang, Chen, Dai & Ho

2. Goh, Ilies & Wilson

3. Derks, Bakker, Peters & van Wingerden

4. Kelly

5. Family functioning

عملکرد خانواده جنبه مهم محیط خانواده است که سلامت جسمانی، اجتماعی و هیجانی افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و در واقع آنچه در درون خانواده اتفاق می‌افتد و چگونگی عملکرد آن می‌تواند عاملی کلیدی در ایجاد انعطاف‌پذیری و کاهش خطرات فعلی و آینده مرتبط با رویدادهای ناگوار و شرایط نامناسب باشد. محیطهای برانگیزنده و پرورش دهنده کودکان را قادر می‌سازند تا یاد بگیرند و پیشرفت کنند. به عکس محیطهای خانوادگی بدکارکرد می‌توانند برای بسیاری از جنبه‌های رشد کودکان و انتقال مثبت آنها به بزرگسالی بسیار مضر باشند (سیلبرن^۱ و همکاران، ۲۰۰۶). بابازاده (۱۳۹۰) در پژوهشی نشان داد که هر قدر خانواده در اجرای کارکردهای خود عملکردی بهتر کسب کند، به همان میزان موجب رضایت زناشویی کلی و همچنین مؤلفه‌های آن می‌شود. اسمیث، پرینز، دوما و لافلین^۲ (۲۰۰۱) در پژوهش خود نشان دادند که ارتباطات خانوادگی یک بعد تسهیل کننده برای انسجام و سازگاری میان اعضای خانواده است، بنابراین، عملکرد خانواده متغیر بسیار مهم و قابل توجه در حوزه خانواده است.

الگوهای مک‌مستر و اولسون از جمله الگوهای مؤثر در حوزه خانواده بوده که تاکنون تحقیقات کاربردی اندکی براساس این دو رویکرد در کشور ما انجام شده است. اولسون^۳ (۲۰۱۰) مدل خود را براساس رویکرد سیستمی مطرح کرده است. وی از ترکیب بعد انسجام^۴، انعطاف‌پذیری^۵ و ارتباط^۶ ۱۶ گونه خانواده را از هم جدا کرده و این مدل را مدل مدور ترکیبی^۷ نامیده است (اولسون، ۲۰۱۱). خانواده‌های متعادل فقط در وسط دو بعد انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده قرار دارند. انسجام (پیوستگی)، انعطاف‌پذیری و ارتباط از ابعاد اساسی این الگو هستند. یکی از مهم‌ترین مفروضه‌های رویکرد اولسون، قابلیت تجویزی این رویکرد است (اولسون، ۲۰۱۱). مرور سوابق پژوهشی اثربخشی آموزش روانی بر اساس این الگو را در متغیرهای گوناگون نشان می‌دهد. پژوهش حسینی حاجی بکنده، نوابی نژاد و کیامنش (۲۰۱۶) نشان داد که آموزش مدل اولسون سبب افزایش تاب آوری و کاهش تعارضات زناشویی زوجین می‌شود. پژوهش قاسمی مقدم، بهمنی و عسگری (۱۳۹۲) نشان داد که برنامه آموزش غنی‌سازی روابط زناشویی به سبک اولسون سبب ارتقای رضایت زناشویی زنان شد و حتی شوهران آنها با اینکه در برنامه آموزش حضور نداشتند

1. Silburn
2. Smith, Prinz, Dumas & Laughlin
3. Olson
4. Cohesion
5. Flexibility
6. Communication
7. Circumplex Model

تحت تأثیر قرار گرفتند. کبیری (۱۳۹۳) در پژوهش خود نشان داد که آموزش غنی‌سازی ازدواج به سبک اولسون بر صمیمیت و تعارضات زناشویی تأثیرات مثبت داشته است. جلالی، احدی و کیامنش (۱۳۹۵) در پژوهش خود نشان دادند که آموزش خانواده مبتنی بر رویکرد اولسون بر بهبود انطباق و انسجام خانواده زنان و مردان گروه آزمایش مؤثر است. سپهوند، رسول‌زاده طباطبایی، بشارت و الهیاری (۱۳۹۳) در پژوهش خود نشان دادند که زوج درمانی با مدل اولسون بر مشکلات زناشویی، رضایت زناشویی، بهزیستی روانشناختی و درماندگی روانشناختی زوجین تأثیر معناداری دارد. نقیائی (۱۳۹۲) در پژوهش خود نشان داد که زوج درمانی مبتنی بر تلفیق رویکرد وجودگرایی با مدل اولسون بر رضایتمندی زناشویی و کارکرد خانواده زنان مؤثر است. شیخی‌کوهسار (۱۳۹۰) در پژوهش خود نشان داد آموزش غنی‌سازی ازدواج اولسون سبب ارتقای رضایت زناشویی زوجین می‌شود، اما در انتظارات زناشویی و باورهای ارتباطی زوجین تأثیر معنادار آماری مشاهده نشده است. یزدان‌پناه احمد آبادی (۱۳۹۱) در پژوهش خود نشان داد که آموزش پیش از ازدواج بر اساس رویکرد غنی‌سازی اولسون سبب کاهش انتظار ایده‌آل گرایانه و بدبینانه در ازدواج می‌شود. هالوگ و مارکمن^۱ (۱۹۸۸) در پژوهش خود نشان دادند که برنامه آموزش غنی‌سازی به سبک اولسون سبب ارتقای رضایت زناشویی می‌شود.

الگوی مک‌مستر یکی دیگر از الگوهای مطرح شده در حوزه خانواده است. الگوی مک‌مستر یک مدل گسترده برای ارزیابی عملکرد بهنجار خانواده است. هدف از به کار بردن الگوی مک‌مستر این است که مفاهیم زیربنایی در درمان و عملکرد خانواده مشخص شود تا درمانگران با به‌کارگیری آن درمانی مؤثر به‌کار بگیرند. این مدل روی شش جنبه از عملکرد خانواده متمرکز می‌شود که عبارت‌اند از: حل مشکل، ارتباط، نقشها، همراهی عاطفی، آمیزشی عاطفی و کنترل رفتار (زهراکار و جعفری، ۱۳۹۴). الگوی مک‌مستر، عملکرد خانواده را در سه گروه وظایف بنیادی، وظایف رشدی (شامل مسائل مربوط به رشد فردی و مسائل مربوط به مراحل خانواده) و رویدادهای مخاطره‌آمیز طبقه‌بندی کرده است. خانواده‌های دارای عملکرد ضعیف، در زمینه موضوعات عاطفی مشکل دارند و اغلب از طی فرایند حل مسئله عاجزند. در این خانواده‌ها ارتباطات نادیده گرفته می‌شود، تعین و پاسخدهی نقش، مشخص و واضح نیست، گستره واکنشهای هیجان محدود است و کمیت و کیفیت این واکنشها، متناسب با بافت و محیط، غیرعادی است، در عین حال، اعضای خانواده، به یکدیگر علاقه‌ای ندارند و در مورد یکدیگر، اقدام به سرمایه‌گذاری عاطفی نمی‌کنند

1. Hahlweg & Markman

(ریان، اسپتن، کیتز، میلر و بیشاپ، ۲۰۰۵؛ ترجمه بهرامی و همکاران، ۱۳۹۱). باباخانی (۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان داد که آموزش الگوی مک‌مستر سبب افزایش ذهن آگاهی و کاهش تعارضات زناشویی زوجین می‌شود. کریمی، باباخانی و امیری‌مجد (۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان دادند که آموزش الگوی کارکرد خانواده (مک‌مستر) سبب افزایش صمیمیت زناشویی می‌شود و تأثیر آن در طول زمان پایدار است. الگوی اولسون و الگوی مک‌مستر هر دو بیشتر به عنوان الگوی سنجش و ارزیابی خانواده مطرح شده اند تا آموزش و درمان خانواده‌ها یعنی اولی انسجام و انطباق‌پذیری خانواده و دومی عملکرد خانواده را مورد سنجش قرار می‌دهد. مرور ادبیات و سوابق پژوهشی نشان می‌دهد که هر دو الگو با توجه به مفاهیم قابل آموزش آنها کاربرد آموزشی و مداخله‌ای نیز پیدا کرده و در تعدادی از حوزه‌های خانواده اثربخش بوده اند. ولی در حوزه عملکرد خانواده معلمان زن همچنین مقایسه اثربخشی دو الگو، پژوهشی انجام نشده است. از این رو، در پژوهش حاضر اثربخشی آموزش روانی بر اساس الگوی اولسون و مک‌مستر در عملکرد خانواده معلمان زن مورد مطالعه و مقایسه قرار گرفته است. بنابراین سؤال اصلی تحقیق حاضر این است: آیا اثربخشی آموزش روانی بر اساس الگوی اولسون و مک‌مستر در عملکرد خانواده معلمان زن متفاوت است؟

روش شناسی

روش: روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود.

جامعه آماری: جامعه آماری پژوهش حاضر شامل همه معلمان زن شاغل متأهل در مدارس شهرستان خرمدره (در استان زنجان) در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ به تعداد ۵۵۰ نفر بوده است.

روش نمونه‌گیری و حجم نمونه: روش نمونه‌گیری در پژوهش حاضر نمونه‌گیری هدفمند با واگذاری تصادفی بود. حجم نمونه در پژوهش حاضر ۴۵ نفر بودند. این تعداد نمونه از میان ۲۲۵ نفری انتخاب شده اند که به پرسشنامه ابزار سنجش خانواده پاسخ داده و نمره بالا (با توجه به اینکه نمره بالا در این پرسشنامه نشانگر عملکرد ضعیف خانواده است) در این پرسشنامه کسب کرده اند. این افراد به صورت تصادفی در سه گروه [گروه آزمایشی ۱ (۱۵ نفر)، گروه آزمایشی ۲ (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر)] قرار گرفتند. ملاکهای ورود آزمودنیها به پژوهش عبارت بود از: دامنه سنی ۳۰ تا ۵۵ سال، طول مدت ازدواج ۵ سال تا ۲۰ سال، داشتن تحصیلات لیسانس و بالاتر، توانایی شرکت در جلسات، مشارکت داوطلبانه.

ابزار اندازه‌گیری: در این پژوهش برای اندازه‌گیری عملکرد خانواده از پرسشنامه ابزار سنجش خانواده^۱ (اپشتاین، بیشاپ و لوین^۲، ۱۹۷۸) استفاده شده است. ابزار سنجش خانواده یک پرسشنامه ۶۰ سؤالی است که برای سنجیدن عملکرد خانواده بنابر الگوی مک‌مستر تدوین شده است. این الگو شش بعد از عملکرد خانواده را مشخص می‌کند. در این پژوهش از نمره کل پرسشنامه عملکرد خانواده استفاده شده است. در این پرسشنامه نمرات بالاتر نشانگر عملکرد ضعیف خانواده و نمرات کمتر نشانگر عملکرد بهتر خانواده است. در این پرسشنامه گویه‌هایی که نشان دهنده عملکرد ناکارآمدند (۱-۴-۵-۷-۸-۹-۱۱-۱۳-۱۴-۱۵-۱۷-۱۹-۲۱-۲۲-۲۳-۲۵-۲۷-۲۸-۳۱-۳۳-۳۴-۳۵-۳۷-۳۹-۴۱-۴۲-۴۴-۴۵-۴۷-۴۸-۵۱-۵۲-۵۳-۵۴-۵۸) نمره معکوس می‌گیرند.

شیوه نمره‌گذاری به این صورت است که به هر سؤال ۱ تا ۴ نمره داده می‌شود (قویاً موافق = ۱، موافق = ۲، مخالف = ۳، قویاً مخالف = ۴). به سؤالات با عبارتی که توصیف عملکرد ناسالم‌اند معکوس نمره داده می‌شود. برای به دست آوردن نمرات هفت مقیاس محاسبه می‌شود. دامنه نمرات در این پرسشنامه میان ۶۰ تا ۲۴۰ است و از جمع نمرات زیرمقیاس‌ها یک نمره کلی به دست می‌آید. این ابزار با ضرایب آلفای خرده مقیاس‌های خود از ۰/۷۲ تا ۰/۹۲ از همسانی درونی نسبتاً خوبی برخوردار است. این ابزار با قدرت متمایز سازی اعضای خانواده‌های بالینی و خانواده‌های غیربالینی، در هر هفت خرده مقیاس خود دارای روایی خوبی برای گروه‌های شناخته شده است (ثنایی، علاقبند و هومن، ۱۳۸۷). یوسفی (۱۳۹۱) در پژوهش خود به بررسی روایی، پایایی و تأیید علمی آن پرداخته است. در پژوهش وی پایایی کل پرسشنامه ۰/۸۳ گزارش شده است. بت وان زولکلیفی، بت اسحاق و بت مات سعد^۳ (۲۰۱۷) در پژوهش خود پایایی مقیاس سنجش عملکرد خانواده را ۰/۹۷ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۲ به دست آمده است.

1. McMaster Family Assessment Device (FAD)

2. Epstein, Bishop & Levin

3. Bt Wan Zulkifli, Bt Ishak & Bt Mat Saad

روش اجرا

برای اجرای پژوهش ابتدا از دانشگاه برای اداره آموزش و پرورش شهرستان خرمدره معرفی نامه دریافت شد. با مراجعه به اداره آموزش و پرورش پس از طی مراحل اداری و توضیح در مورد اهداف پژوهش، سیاههٔ معلمان زن (۵۵۰ نفر) دریافت شد. ۲۲۵ نفر از سیاهه به صورت تصادفی انتخاب شدند و به پرسشنامه ابزار سنجش خانواده پاسخ دادند. از میان پاسخ دهندگان ۷۲ نفر که نمره بالا (عملکرد ضعیف خانواده) در این پرسشنامه کسب کرده بودند انتخاب شدند و از آنها دعوت شد در یک جلسه شرکت کنند و ماهیت و اهداف پژوهش برای آنها توضیح داده شد. سرانجام از میان این معلمان ۴۵ نفر که معیارهای ورود به پژوهش را داشتند و داوطلب حضور در جلسات بودند انتخاب شدند و به صورت تصادفی در سه گروه ۱۵ نفری قرار گرفتند. گروه آزمایش یک به تعداد هشت جلسه و گروه آزمایش ۲ به تعداد ده جلسه، هفته ای یک بار به مدت ۹۰ دقیقه در جلسات آموزش شرکت کردند. بعد از پایان جلسات هر سه گروه به پرسشنامه ابزار سنجش خانواده پاسخ دادند. یک ماه پس از پایان جلسات نیز جلسه پیگیری برگزار شد و هر سه گروه در آزمون پیگیری شرکت کردند.

جدول ۱: خلاصه جلسات آموزشی مبتنی بر الگوی اولسون- برگرفته از: اولسون (۲۰۱۰) و جلالی، احدی و کیامنش (۱۳۹۵)

جلسه	محتوا
اول	آشنایی، برقراری رابطه میان اعضا و رهبر گروه، ایجاد انگیزه برای جلب مشارکت، تأکید و تمرین مهارت گوش دادن، تشریح هدفها میان اعضای گروه
دوم	آگاهی اعضا از خود و همسرشان، آگاهی از شباهتها و تفاوتها، بررسی نیازها و چگونگی برآوردن نیازها
سوم	تعریف خانواده موفق، آگاهی از ابعاد خانواده موفق، ایجاد یک نظام مبتنی بر محبت و پذیرش، ایجاد آهنگی مشخص در زندگی، برقراری آداب و سنتهایی در خانواده، داشتن نقشی فعال در روابط
چهارم	بررسی ارتباط میان اعضای خانواده، بررسی ارتباط فعال میان اعضای خانواده و تبیین عوامل مؤثر در تقویت ارتباط فعال شامل صحبت کردن در مورد مسائل جزئی و کم اهمیت، تغییر دادن موقعیت ارتباط، انسجام کارهای دسته جمعی
پنجم	بررسی نقش اعضا در خانواده و تأثیر هر عضو و نقش آن بر دیگر اعضای خانواده
ششم	بررسی ساختار و کارکرد خانواده، کمک به طرح ریزی مجدد خانواده متعادل با آموزش مدل مدور ترکیبی اولسون به اعضا
هفتم	بررسی اثرگذاری ساختارهای گوناگون بر ابعاد مختلف زندگی، تنظیم کردن برنامه برای ایجاد تعادل میان نقشهای گوناگون اعضا و مدیریت فشارهای حاصل از نقشها برای ارتقای ساختار و کارکرد درونی خانوادهها
هشتم	بررسی معنا و اهمیت انطباق پذیری و انسجام و نقش هر یک از والدین در این دو بعد، آشنایی و بررسی انواع خانواده متعادل و نامتعادل در دو بعد انسجام و انطباق پذیری پیان خلاصه ای از مباحث مطرح شده در جلسات قبلی و اجرای پس آزمون

جدول ۲: خلاصه جلسات آموزشی مبتنی بر الگوی مک‌مستر برگرفته از: اولیا و همکاران (۱۳۹۰) و باباخانی (۱۳۹۴)

جلسه	محتوا
اول	آشنایی، برقراری رابطه میان اعضا و رهبر گروه، ایجاد انگیزه برای جلب مشارکت، تشریح هدفهای تشکیل گروه میان اعضای گروه، آشنایی اجمالی با رویکرد مک‌مستر
دوم	تشریح مفاهیم اساسی رویکرد مک‌مستر و ارتباط این مفاهیم با عملکرد و انسجام خانواده، تشریح نقش و اهمیت عملکرد و انسجام خانواده در زندگی مشترک
سوم	بررسی فرضیات مدل سیستمی شامل: ۱. همه قسمتهای خانواده به هم وابسته‌اند. ۲. یکی از اعضای خانواده نمی‌تواند جدا از سیستم خانواده به حیات خود ادامه دهد. ۳. عملکرد خانواده با فهم تنها یکی از اعضا یا زیر گروهها نمی‌تواند مؤثر باشد. ۴. سازمان و ساختار خانواده عاملی مهم است که قویاً بر رفتار اعضای خانواده تأثیرگذار است و آنها را مشخص می‌کند. ۵. الگوهای سستی سیستم خانواده شکل دهنده قوی رفتار اعضا خانواده است.
چهارم	بررسی حل مشکل در خانواده‌ها، تبیین توان حل مشکلات از سوی اعضای خانواده به مثابه سطحی از عملکرد خانواده، نگرش به مشکل خانواده به عنوان یک مسئله و اینکه اگر سلامت و عملکرد مطلوب خانواده را تهدید کند، خانواده را وادار به یافتن راه حل می‌کند
پنجم	بررسی دو نوع حل مسئله به عنوان انواع حل مشکلات از دیدگاه مک‌مستر بررسی الگوی مک‌مستر برای حل مسئله شامل: ۱- شناخت و تشخیص مشکل ۲- ارجاع مسئله و ارتباط با شخص مناسب ۳- جستجو برای یافتن راه حل ۴- تصمیم‌گیری در مورد یکی از راه‌حلهای مناسب ۵- تصمیم‌گیری جدی برای حل کردن مسئله ۶- اجرای راه حل و نظارت بر آن ۷- ارزیابی میزان موفقیت برای حل مشکل
ششم	بررسی انواع ارتباط از دیدگاه الگوی مک‌مستر شامل ابزاری و عاطفی، بررسی انواع ارتباط از دیدگاه میزان وضوح و ابهام شامل: واضح و مبهم که می‌تواند واضح و مستقیم یا واضح و غیر مستقیم باشد. مبهم و مستقیم یا مبهم و غیر مستقیم
هفتم	بررسی نقشها و تأثیر آن بر ساختار و کارکرد خانواده، بررسی انواع نقشهای مؤثر در کارکرد خانواده از دیدگاه الگوی مک‌مستر شامل: امور مادی، تغذیه، حمایت اعضای خانواده از یکدیگر، ارضای جنسی زن و شوهر، ایجاد مهارتهای زندگی و حفظ کنترل سیستم خانواده
هشتم	بررسی میزان پاسخگویی عاطفی میان اعضای خانواده از دیدگاه مک‌مستر، بررسی نحوه پاسخ‌گویی عاطفی از لحاظ کمی و کیفی، بررسی دو سؤال در این حوزه شامل: آیا اعضای خانواده به همه احساسات تجربه شده در زندگی پاسخ می‌دهند؟ آیا عواطف تجربه شده با بافت موقعیتی و محرکها هماهنگ اند؟ در کمیت هم روی درجه پاسخ تمرکز می‌شود.
نهم	بررسی میزان آمیختگی عاطفی در خانواده، بررسی میزان علاقمندی اعضا به اعمال و علایق اعضای دیگر، بررسی سبکهای آمیختگی عاطفی در خانواده از دیدگاه مک‌مستر شامل: سبکهای آمیختگی، فقدان آمیزش، آمیزش بدون احساس، آمیزش خودشیفته، آمیزش همدلانه، آمیزش بیش از حد اعضای خانواده، آمیزش همزیست‌گونه
دهم	تبیین کنترل رفتار در خانواده‌ها، نقش کنترل رفتار در میزان عملکرد مناسب و انسجام میان خانواده‌ها، بررسی موقعیت کنترل رفتار از دیدگاه الگوی مک‌مستر، تشریح انواع کنترل از دیدگاه الگوی مک‌مستر. بیان خلاصه‌ای از مباحث مطرح شده در جلسات قبلی و اجرای پس‌آزمون

روش تجزیه تحلیل داده‌ها: در پژوهش حاضر از تحلیل واریانس چند متغیره (طرح آمیخته) بهره‌گیری شده است.

یافته‌های پژوهش

جدول ۳: شاخصهای توصیفی عملکرد خانواده در گروههای آزمایش و کنترل

متغیر	مراحل	گروه اولسون		گروه مک‌مستر		کنترل	
		SD	M	SD	M	SD	M
عملکرد	پیش‌آزمون	۶/۲۶	۱۶۰/۵۳	۴/۵۲	۱۵۶/۷۳	۷/۷۰	۱۵۶
خانواده	پس‌آزمون	۵/۱۰	۹۸/۲۰	۳/۲۱	۹۵/۹۳	۶/۷۴	۱۵۲/۴۰
	پیگیری	۵/۵۰	۹۵/۱۳	۴/۱۴	۹۲/۷۳	۶/۲۲	۱۵۱/۱۳

میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری گروههای آزمایش و کنترل در متغیر عملکرد خانواده در جدول ۳ ارائه شده است.

فرضیه پژوهش: آموزش روانی براساس الگوی اولسون و مک‌مستر بر افزایش عملکرد خانواده معلمان زن تأثیری متفاوت دارد.

برای آزمون فرضیه پژوهش، از روش تحلیل واریانس مختلط دو راهه (طرح آمیخته) استفاده شده است.

به منظور بررسی یکسانی واریانس خطای سطوح متغیر مداخله در هر سه شرایط مطالعه از F لوین استفاده شده است.

جدول ۴: نتایج آزمون لوین برای بررسی یکسانی واریانس خطا

متغیرها	F	Df1	Df2	سطح معناداری
نمره کل عملکرد	۱/۲۰	۸	۱۲۶	۰/۲۹۵

جدول ۴، نتایج آزمون لوین برای سنجش برابری واریانس خطا در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری را در متغیر پژوهش نشان می‌دهد. باتوجه به عدم معناداری مقدار F در سطح خطای کوچک‌تر از ۰/۰۵، می‌توان گفت که فرض یکسانی واریانسهای خطا برقرار است. برای اطمینان از برقراری مفروضه نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای پژوهش از دو شاخص چولگی و کشیدگی استفاده شده است.

جدول ۵: نتایج آزمون چولگی و کشیدگی برای برقراری نرمال بودن توزیع نمرات

متغیرها	چولگی	کشیدگی
نمره کل عملکرد	-۰/۱۷۱	-۱/۸۴

طبق نتایج جدول ۵ ضرایب چولگی میان ۳- و ۳ و ضرایب کشیدگی میان ۵- و ۵ قرار دارد. بنابراین شرط اولیه برای نرمال بودن نمرات متغیرهای پژوهش وجود دارد. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره در جدول ۶ گزارش شده است.

جدول ۶: نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره در نمرات عملکرد خانواده در گروههای آزمایش و کنترل

مقدار	F	Df فرضیه	Df خطا	Sig	مجذور اتا
گروه					
اثر پیلای	۱۹/۴۵	۷	۲۴۲	۰/۰۱	۰/۵۳۰
لامبدای ویلکز	۵۴/۲۱	۱۴	۲۴۰	۰/۰۱	۰/۷۶۰
اثر هتلینگ	۱۲۱/۵۹	۱۴	۲۳۸	۰/۰۱	۰/۸۷۷
بزرگ‌ترین ریشه خطا	۲۴۴/۸۰	۷	۱۲۱	۰/۰۱	۰/۹۳۴
مراحل					
اثر پیلای	۱۶/۲۳	۱۴	۲۴۲	۰/۰۱	۰/۴۸۴
لامبدای ویلکز	۵۹/۹۳	۱۴	۲۴۰	۰/۰۱	۰/۷۷۸
اثر هتلینگ	۱۶۰/۱۹	۱۴	۲۳۸	۰/۰۱	۰/۹۰۴
بزرگ‌ترین ریشه خطا	۳۲۵/۴۲	۷	۱۲۱	۰/۰۱	۰/۹۵۰
گروه*مراحل					
اثر پیلای	۶/۴۸	۲۸	۴۹۲	۰/۰۱	۰/۲۷۰
لامبدای ویلکز	۱۴/۴۷	۲۸	۴۳۴	۰/۰۱	۰/۴۴۸
اثر هتلینگ	۳۳/۶۹	۲۸	۴۷۴	۰/۰۱	۰/۶۶۶
بزرگ‌ترین ریشه خطا	۱۳۵/۸۳	۷	۱۲۳	۰/۰۱	۰/۸۸۵

نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد که سطوح معناداری همه آزمونها قابلیت استفاده از تحلیل واریانس چندمتغیری را مجاز می‌شمارد. مجذور اتا در تعامل گروه و مراحل نشان می‌دهد که تفاوت میان دو گروه با توجه به متغیرهای وابسته در مجموع معنادار است و میزان تفاوت براساس آزمون لامبدای ویلکز ۷۶ درصد است، یعنی ۷۶ درصد از واریانس مربوط به اختلاف میان دو گروه ناشی از تأثیر متغیرهای وابسته است.

به منظور بررسی یکسانی ماتریس کوواریانس از آزمون ام باکس استفاده می‌شود. مقدار $P \geq ۰/۰۵$ در این آزمون نشان دهنده برقراری فرض یکسانی ماتریس کوواریانس متغیر وابسته در میان گروههای متفاوت است.

جدول ۷: نتایج آزمون ام باکس برای بررسی فرض یکسانی ماتریس کوواریانس در عملکرد خانواده

آزمون ام باکس	Df1	Df2	F	سطح معناداری
۱۱/۱۶	۴۲	۴۲۱۵	۱/۱۴	۰/۳۶

با توجه به نتایج جدول ۷ ماتریس کوواریانس پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در گروه‌ها با همدیگر برابر است.

همچنین آزمون کرویت ماچلی^۱ نیز با استفاده از اجرای یک آزمون کرویت روی متغیر وابسته تبدیل شده نرمال، ساختار ماتریس - کوواریانس را تایید و اثبات می‌کند.

جدول ۸: نتایج آزمون ماچلی در عملکرد خانواده

آزمون ماچلی	خی دو	Df	سطح معناداری	اپسیلون		
				گرتین هاوس - گرتین	هیون - فلد	اپسیلون حد پایین
۰/۸۵	۰/۹۱	۱۴	۰/۸۸	۰/۳۲	۰/۵۱	۰/۴۳

جدول ۸ نشان می‌دهد که مقدار آزمون کرویت ماچلی (۰/۸۵) در سطح خطای کوچک‌تر از ۰/۰۵ معنادار نیست، لذا می‌توان کرویت ماتریس واریانس - کوواریانس متغیر وابسته را پذیرفت. نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیره در میان گروه‌های آزمایش و کنترل در عملکرد خانواده در جدول ۹ گزارش شده است.

جدول ۹: نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیره در میان گروه‌های آزمایش و کنترل در نمره عملکرد خانواده در سه مرحله اندازه‌گیری

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجزورات	Df	میانگین مجزورات	F	Sig	مجدور سهمی اتا (Eta)
نمره کل عملکرد	درون - گروهی	۵۶۹۰۹/۳۷	۲	۲۸۴۵۴/۶۸	۸۹۱/۴۲	۰/۰۱	۰/۹۳۴
	خطا	۴۰۲۲	۱۲۶	۳۱/۹۲			
میان - گروهی	مداخله	۴۰۴۳۹/۲۴	۲	۲۰۲۱۹/۶۲	۶۳۳/۴۳	۰/۰۱	۰/۹۱۰
	خطا	۴۰۲۲	۱۲۶	۳۱/۹۲			
تعامیل	مراحل * مداخله	۲۳۱۵۶/۳۱	۴	۵۷۸۹/۰۷	۱۸۱/۳۵	۰/۰۱	۰/۸۵۲

*مراحل: یعنی تغییرات در میان پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

**مداخله: یعنی تغییرات میان گروه‌های اولسون، مک‌مستر و گروه کنترل

همان گونه که در جدول ۹ مشاهده می‌شود اثر متغیر درون - گروهی زمان عملکرد خانواده معنادار است ($P \geq 0/001$). یعنی میان نمرات عملکرد خانواده گروه‌ها در پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون تفاوت معنادار وجود دارد. همچنین اثر متغیر میان - گروهی مداخله‌ها در افزایش نمره عملکرد خانواده گروه‌ها معنادار است ($P \geq 0/001$). یعنی انجام دادن مداخله آموزش روانی الگوی اولسون و رویکرد مک‌مستر توانسته است نمره کل عملکرد خانواده معلمان زن را نسبت به گروه کنترل ارتقا دهد.

تعامل میان زمان و مداخله و تأثیر همزمان این دو متغیر بر میزان نمره عملکرد خانواده معلمان زن نیز از نظر آماری معنادار است ($P \geq 0/001$)

جدول ۱۰: نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه دوتایی گروهها در عملکرد خانواده

متغیر	گروه ۱	گروه ۲	میانگین تفاوتها	انحراف استاندارد	سطح معناداری
عملکرد خانواده	اولسون	مک مستر	۲/۸۲	۱/۱۹	۰/۰۵۸
		کنترل	-۳۵/۲۲*	۱/۱۹	۰/۰۱
	مک مستر	اولسون	-۲/۸۲	۱/۱۹	۰/۰۵۸
		کنترل	-۳۸/۰۴*	۱/۱۹	۰/۰۱
	کنترل	اولسون	۳۵/۲۲*	۱/۱۹	۰/۰۱
		مک مستر	۳۸/۰۴*	۱/۱۹	۰/۰۱

براساس نتایج جدول ۱۰، از آزمون بونفرونی برای مقایسه‌های دوتایی مداخله‌ها در پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری استفاده شده است. نتایج این آزمون نشان می‌دهد که میان دو گروه آزمایش (آموزش الگوی اولسون و مک‌مستر) تفاوت معنادار وجود ندارد. اما میان گروه آموزش الگوی اولسون و گروه کنترل و گروه آموزش الگوی مک‌مستر و گروه کنترل تفاوت معنادار وجود دارد.

جدول ۱۱: نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه دوتایی گروهها در عملکرد خانواده در سه مرحله اندازه‌گیری

متغیر	مرحله ۱	مرحله ۲	میانگین تفاوتها	انحراف استاندارد	سطح معناداری
عملکرد خانواده	پیش آزمون	پس آزمون	۴۲/۲۴*	۱/۹۱	۰/۰۱
		پیگیری	۴۴/۷۵*	۱/۹۱	۰/۰۱
	پس آزمون	پیش آزمون	-۴۲/۲۴*	۱/۹۱	۰/۰۱
		پیگیری	۲/۵۱	۱/۹۱	۰/۱۱
	پیگیری	پیش آزمون	-۴۴/۷۵*	۱/۹۱	۰/۰۱
		پس آزمون	-۲/۵۱	۱/۹۱	۰/۱۱

نتایج این آزمون بونفرونی نشان می‌دهد که در نمره عملکرد خانواده میان مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون و میان پیش‌آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود دارد. اما میان مراحل پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود ندارد و این نشان می‌دهد که اثربخشی آموزشها پایدار است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش روانی بر اساس الگوی اولسون و مک‌مستر در عملکرد خانواده معلمان زن بود. نتایج تحلیل نشان داد میزان نمره عملکرد خانواده زنان معلمی که در آموزش روانی بر اساس الگوی مک‌مستر و الگوی اولسون شرکت کرده‌اند و افراد گروه کنترل با هم متفاوت است. همچنین نتایج آزمون پیگیری حاکی از این بود که عملکرد خانواده هر دو گروه تحت آموزش به گونه‌ای معنادار بالاتر از گروه کنترل است و میان دو گروه آزمایش در

افزایش عملکرد خانواده تفاوت معنادار وجود ندارد. این نتیجه با نتایج پژوهشهای کریمی و همکاران (۱۳۹۴)، قاسمی مقدم و همکاران (۱۳۹۲)، حسینی حاجی بکنده و همکاران (۲۰۱۶)، یزدان پناه احمدآبادی (۱۳۹۱)، شیخی کوهسار (۱۳۹۰)، نقیائی (۱۳۹۲) و باباخانی (۱۳۹۴) همسوست.

در تبیین یافته فوق می توان اظهار داشت که الگوی مک مستر در مورد ارزیابی عملکرد خانواده بر رویکرد سیستمی استوار است که در آن ساختار، چگونگی سازماندهی و الگوهای تبدیلی خانواده مورد بررسی قرار می گیرد. اصول بنیادی این الگو عبارت اند از: ارتباط میان بخشها و اجزای خانواده بایکدیگر، قابل درک نبودن یک جزء جدای از سایر اجزای خانواده، نقش مهم ساختار و الگوهای تعاملی خانواده در تعیین و شکل دهی رفتار اعضای خانواده و اینکه کارکرد خانواده چیزی است بیش از کارکرد مجموع اجزای آن. بنابراین، آموزش روانی بر اساس این الگو توانسته است عملکرد خانواده معلمان زن را افزایش دهد. همچنین، الگوی اولسون الگویی آموزش-محور است، که برای بهبود بخشیدن به بهبود روابط زوجین طراحی شده است و هدف آن کمک به زوجها برای آگاهی از خودشان و همسرشان، کاوش احساسات و افکار همسرشان، گسترش همدلی و صمیمیت و رشد ارتباط مؤثر و مهارتهای حل مساله است (بولینگ، هیل و جنسیوس، ۲۰۰۵). در رویکرد اولسون عناصر فعلی ارتباط ارتقا می یابند و در آنها تغییر ایجاد می شود. هدف از این تغییردهی و رشددهی تبدیل نارضایتیها به رضایتمندی است (اولسون، ۲۰۱۱). مطابق این مدل، اصول خانوادگی قابل آموزش است و بر همین اساس می توان برنامه های آموزش خانواده و مداخلات درمانی را براساس آن تدوین و اجرا کرد. براساس این مفروضه، می توان از طریق تقویت مهارتهای فرایندی خانواده، وضعیت گونه شناختی خانواده را ارتقا بخشید. مدل اولسون که بر سه بعد خانواده تمرکز دارد، با انواع مختلف نظریه های خانواده و رویکرد خانواده درمانی مرتبط است و نیز برای ارزیابی کلینیکی، طرحهای درمانی و درمانهای مربوط به مسائل زناشویی طراحی شده است (اولسون، ۱۹۹۹). رویکرد اولسون، تمرکز خود را بر آموزش مهارتهای همدلی، بازشناسی و حل مشکلات، مدیریت تعارض، گفتگو و مذاکره، پایه گذاری صداقت و صمیمیت و احترام، مهارتهای گوش دادن، مهارتهای مدیریت شرم، مهارتهای ارتباط جنسی، مهارتهای اثبات گری، مهارتهای مدیریت خشم، مهارتهای مدیریت اقتصادی و یادگیری تغییر و تقویت مهارتهای همسر گذاشته است (بولینگ و همکاران، ۲۰۰۵). با توجه به سیستمی بودن این الگو آموزش روانی بر اساس این الگو به معلمان زن سبب بهبود عملکرد خانواده و تأثیر در سیستم خانواده شده است.

خانواده دارای عملکرد مناسب قادر است نیازهای عاطفی، روانی و جسمی اعضای خود را برآورده کند، اما خانواده با کارکرد نامناسب از برآورده کردن نیازهای اعضای خود عاجز است (قمری، ۱۳۹۰). روابط و عملکرد مناسب خانواده برای سلامتی فرد، خانواده و جامعه ضروری

است (واکر و شفرد^۱، ۲۰۰۸). تحقیقات نشان داده است در خانواده‌هایی که ارتباط میان اعضا و تعاملات داخل خانواده بر اساس نزدیکی و صمیمیت و تفاهم میان افراد استوار است، همه اعضا نسبتاً علیه فشارهای زندگی مقاوم و مصون هستند. میان عملکرد ضعیف خانواده و ابتلای فرزندان به علایم جسمی، اضطراب، اختلال خواب، افسردگی و اختلال در کارکرد اجتماعی رابطه معنادار وجود دارد (فتاح‌زاده، ۱۳۸۸). در میان همسرانی که از مهارت‌های ارتباطی سازنده استفاده می‌کنند، خودافشایی احساسی بیشتر پدیدار می‌شود و زوجین عملکرد خانواده بهتری دارند. بهره‌گیری از مهارت‌های ارتباطی مناسب و سازنده تا حد زیادی در بهبود و افزایش عملکرد خانواده مؤثر است. همچنین ارتباط سازنده در زوجین موجب می‌شود که آنها در رابطه فردی با خویشاوندان خود تجدیدنظر کنند و واکنش هیجانی خود را تعدیل کنند (روزن گرندن، مایرز و هتی^۲، ۲۰۰۴). در الگوی اولسون، انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده دو بعد مهم و اساسی محسوب می‌شود. انسجام به معنای پیوند عاطفی میان اعضای خانواده و انعطاف‌پذیری به معنای میزان تغییر در مدیریت، نقشها و قواعد خانواده است. عملکرد مطلوب خانواده به نحوه برقراری تعادل میان هر یک از این ابعاد به تنهایی و با یکدیگر بستگی دارد. در جلسات آموزش بر اساس این الگو تمرکز بر این دو بعد و سطح مطلوب انسجام و انعطاف‌پذیری از موارد مهم و اساسی محسوب می‌شود. بنابراین، در پژوهش حاضر آشنایی معلمان زن با این مؤلفه‌ها و مهارت‌های برقراری تعادل میان این دو بعد توانسته است عملکرد خانواده آنان را بهبود بخشد. در الگوی مک‌مستر نیز حل مشکل، برقراری ارتباط، نقشها، واکنش (همراهی) عاطفی، مشارکت، آمیزش عاطفی و کنترل رفتار مؤلفه‌های عملکرد خانواده محسوب می‌شوند. از این رو، بر اساس پژوهش حاضر آشنایی معلمان زن با مهارت‌های حل مساله، مهارت‌های ارتباطی، مدیریت تعارض، همراهی عاطفی و دیگر مؤلفه‌های موجود در الگوی مک‌مستر سبب بهبود عملکرد خانواده آنان شده است و چون در هر دو الگو به موارد اساسی در تعاملات خانواده پرداخته می‌شود تفاوتی میان اثربخشی دو الگو مشاهده نشده است. از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به این نکته اشاره کرد که مداخلات در هر دو گروه آزمایش را یک پژوهشگر اجرا کرده است، از این رو این احتمال وجود دارد که ویژگی‌های شخصیتی پژوهشگر در به کارگیری مداخلات اثر تعاملی داشته باشد. با توجه به اثربخشی مداخله‌های آموزشی الگوی اولسون و مک‌مستر در افزایش عملکرد خانواده معلمان زن پیشنهاد می‌شود که مراکز مشاوره خانواده و ارائه‌دهندگان خدمات مشاوره‌ای به این قشر از جامعه از آموزش روانی بر اساس این الگوها استفاده کنند.

1. Walker & Shepherd

2. Rosen-Grandon, Myers & Hattie

منابع

- اولیاء، نرگس؛ فاتحی‌زاده، مریم و بهرامی، فاطمه. (۱۳۹۰). آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی. تهران: نشر دانژه.
- باباخانی، وحیده. (۱۳۹۴). مقایسه اثربخشی آموزش الگوی مک‌مستر و فلدمن بر ذهن آگاهی و تعارضات زناشویی زوجین. پایان نامه دکتری مشاوره. دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران.
- بابازاده، رحمان. (۱۳۹۰). رابطه عملکرد خانواده و رضایت زناشویی در بین دانشجویان و کارکنان متأهل دانشجویان دانشگاه‌های شهرستان ساوجبلاغ. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابرهر.
- ثنایی، باقر؛ علاقیند، ستیلا و هومن، عباس. (۱۳۸۷). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. تهران: انتشارات بعثت.
- جلالی، ایران؛ احدی، حسن و کیامنش، علیرضا. (۱۳۹۵). بررسی تأثیر آموزش خانواده مبتنی بر رویکرد اولسون بر بهبود انطباق و انسجام خانواده. روش‌ها و مدل‌های روانشناختی، ۷ (۲۴)، ۱-۲۲.
- دهشیری، غلامرضا. (۱۳۸۳). بررسی رابطه هوش هیجانی و مدیریت زمان با استرس شغلی معلمان مقطع متوسطه. پژوهش‌های مشاوره تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۴ (۱۲)، ۵۳-۶۴.
- ریان، کریستین ای؛ اِستین، ناتان بی؛ کیتز، گابور ای؛ میلر، ایوان دبلیو و بیشاپ، دوآن اس. (۲۰۰۵). ارزیابی و درمان خانواده‌ها: رویکرد مک‌مستر، ترجمه فاطمه بهرامی، روناک عشقی، مجید غفاری، مهناز جوکار، محمد مسعود دیاریان و ناصر یوسفی (۱۳۹۱). تهران: ارجمند.
- زهراکار، کیانوش و جعفری، فروغ. (۱۳۹۴). مشاوره خانواده (مفاهیم، تاریخچه، فرایند و نظریه‌ها). تهران: ارسباران.
- سپهوند، تورج؛ رسول‌زاده طباطبایی، سیدکاظم؛ بشارت، محمدعلی و الهیاری، عباسعلی. (۱۳۹۳). مقایسه مدل زوج‌درمانگری تلفیقی مبتنی بر خود تنظیم‌گری - دلبستگی با مدل غنی‌سازی انریچ در افزایش رضایت زناشویی و بهزیستی روان شناختی زوجین. روانشناسی معاصر، ۹ (۱)، ۵۵-۷۰.
- شیخی‌کوهسار، زینب. (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش غنی‌سازی ازدواج اولسون بر ارتقاء آگاهی از انتظارات، بهبود باورهای ارتباطی و افزایش رضایت زناشویی افراد مراجعه‌کننده به بهزیستی گنبد کاووس. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه فردوسی مشهد.
- عباسی اول، کریم. (۱۳۹۰). بحران هویت در بین نوجوانان و جوانان و ارائه راهکارهای عملی با تأکید بر شناخت علایم. پیوند، (۳۸۹)، ۳۳-۳۶.
- فتاح‌زاده، الهام. (۱۳۸۸). مقایسه کیفیت زندگی و عملکرد خانواده در کارکنان خشنود و ناخشنود پالایشگاه شازند اراک. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اراک.
- قاسمی‌مقدم، کبری؛ بهمنی، بهمن و عسگری، علی. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش گروهی برنامه غنی‌سازی زناشویی (سبک اولسون) بر افزایش رضایتمندی زنان متأهل. فصلنامه روانشناسی بالینی و شخصیت، ۲۰ (۸)، ۱-۱۰.
- قمری، محمد. (۱۳۹۰). مقایسه ابعاد عملکرد خانواده و کیفیت زندگی و رابطه این متغیرها در بین افراد معتاد و غیرمعتاد. فصل نامه اعتیاد پژوهشی، ۵ (۱۸)، ۵۵-۶۸.
- کبیری، سحر. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش غنی‌سازی ازدواج به سبک اولسون بر صمیمیت و تعارضات زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد مرودشت.
- کریمی، ناهید؛ باباخانی، وحیده و امیری‌مجد، مجتبی. (۱۳۹۴). اثربخشی الگوی کارکرد خانواده (مک‌مستر) بر صمیمیت زناشویی زوجین. فصلنامه علوم رفتاری دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ابرهر، ۷ (۲۳)، ۱۲۳-۱۳۸.

نقیائی، مانده. (۱۳۹۲). اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر تلفیق رویکرد وجودگرایی با مدل اولسون بر رضایت‌مندی زنانجویی و کارکرد خانواده زنان ماستکتومی شده و همسرانشان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

یزدان‌پناه احمدآبادی، منصوره. (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش اولسون بر انتظار از ازدواج و هوش هیجانی دختران در آستانه ازدواج شهر رفسنجان در سال ۱۳۹۱. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.

یوسفی، ناصر. (۱۳۹۱). بررسی شاخص‌های روان‌سنجی مقیاس‌های شیوه سنجش خانوادگی مک‌مستر (FAD). فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی، ۳ (۷)، ۸۳-۱۱۲.

Bowling, T. K., Hill, C. M., & Jencius, M. (2005). An overview of marriage enrichment. *The Family Journal*, 13(1), 87-94.

Bt Wan Zulkifli, W.N., Bt Ishak, N. A., & Bt Mat Saad, Z. (2017). The reliability of McMaster Family Assessment Device (FAD) instruments among delinquent teenagers. *IOSR Journal of Humanities and Social Science (IOSR-JHSS)*, 22(7), 40-43.

Chiang, L.C., Chen, W.C., Dai, Y.T., & Ho, Y.L. (2012). The effectiveness of telehealth care on caregiver burden, mastery of stress, and family function among family caregivers of heart failure patients: A quasi-experimental study. *International Journal of Nursing Studies*, 49(10), 1230-1242.

Derks, D., Bakker, A. B., Peters, P., & van Wingerden, P. (2016). Work-related smartphone use, work-family conflict and family role performance: The role of segmentation preference. *Human Relations*, 69(5), 1045-1068.

Goh, Z., Ilies, R., & Wilson, K. S. (2015). Supportive supervisors improve employees' daily lives: The role supervisors play in the impact of daily workload on life satisfaction via work-family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 89, 65-73.

Hahlweg, K., & Markman, H. J. (1988). Effectiveness of behavioral marital therapy: Empirical status of behavioral techniques in preventing and alleviating marital distress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(3), 440-447.

Hosseini Hajibekandeh, N., Navabinejad, S., & Kiamanesh, A. (2016). A comparison in the effectiveness of the Olson Circumplex Model and the Walsh Integrated Approach on couples' resilience and conflicts. *International Journal of Behavioral Science*, 10(3), 123-128.

Kelly, E. L., Moen, P., Oakes, J. M., Fan, W., Okechukwu, C., Davis, K. D., ... Casper, L. (2014). Changing work and work-family conflict: Evidence from the work, family, and health network. *American Sociological Review*, 79(3), 485-516.

Olson, D. H. (1999). *Circumplex model of marital & family systems*. Available at: <https://www.uwagec.org/erurfamilies/ERFLibrary/Readings/CircumplexModelOfMaritalAndFamilySystems.pdf>

_____. (2010). *Family Communication and Family Satisfaction Scales. FACES IV Package*. Available at: www.facesiv.com

_____. (2011). FACES IV and the circumplex model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(1), 64-80.

- Rosen-Grandon, J.R., Myers, J.E., & Hattie, J.A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes, and marital satisfaction. *Journal of Counseling & Development*, 82(1), 58-68.
- Silburn, S., Zubrick, S., De Maio, J., Shepherd, C., Griffin, J., Mitrou, J., ... Pearson, G. (2006). *The Western Australian Aboriginal Child Health Survey: Strengthening the capacity of Aboriginal children, families and communities*. Perth: Curtin University of Technology and Telethon Institute for Child Health Research.
- Smith, E. P., Prinz, R. J., Dumas, J. E., & Laughlin, J. (2001). Latent models of family processes in African American families: Relationships to child competence, achievement, and problem behavior. *Journal of Marriage and Family*, 63(4), 967-980.
- Walker, R., & Shepherd, C. (2008). *Strengthening Aboriginal family functioning: What works and why?* Telethon Institute for Child Health Research.

