

## The effectiveness of the solution-oriented approach on marital adjustment and spiritual vitality of couples in Tehran

### ARTICLE INFO

**Article Type**  
Research Article

#### Authors

Navan Kazemi\*  
Mandana Serajinizhad  
Arghavan Jalalvand  
Atena Torabian  
Zahra Darvishi Bedagh

#### How to cite this article

Navan Kazemi, Mandana Serajinizhad, Arghavan Jalalvand, Atena Torabian, Zahra Darvishi Bedagh,  
The effectiveness of the solution-oriented approach on marital adjustment and spiritual vitality of couples in Tehran. *Journal of Islamic Life Style Centered on Health*. 2023;7(1):463-470.

1. PhD student in psychology, Gilan University, Gilan, Iran (Corresponding Author).
2. MA in Clinical Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran.
3. MA in clinical psychology, Borujard Branch, Islamic Azad University, Borujard, Iran.
4. MA in Family Counseling, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
5. MA in clinical psychology, Borujard Branch, Islamic Azad University, Borujard, Iran.

#### \* Correspondence:

Address:  
Phone:  
Email: kazeminavab384@gmail.com

#### Article History

Received: 2023/01/23  
Accepted: 2023/04/05

### ABSTRACT

**Purpose:** Spiritual vitality is also one of the most essential natural desires and psychological needs of humans and marital adjustment is considered as one of the most important influencing factors in married life. Therefore, the present study was conducted with the aim of determining the effectiveness of the solution-oriented approach on marital adjustment and spiritual vitality of couples in Tehran.

**Materials and Methods:** The research method was a semi-experimental pre-test-post-test type with a control group and a follow-up period. The statistical population included all the couples in Tehran in 2022 that had referred to counseling centers in Tehran due to marital in adjustment. Among them, 30 people were selected by available sampling method and were randomly divided into two experimental and control groups. And they responded to Chirian and Afroz's spiritual vitality questionnaire (2015) and Spanir's marital adjustment (1976). The experimental group participated in seven 90-minute sessions of the solution-oriented approach, but the group did not receive a training certificate. To analyze the data, repeated measurement analysis of variance was used with the help of SPSS version 24 software.

**Results:** The results showed that by controlling the effect of the pre-test in the variables of marital adjustment and spiritual vitality, there is a significant difference between the average of the post-test in the experimental group and the control group, and the results were stable during the follow-up period ( $p < 0.001$ ).

**Conclusion:** The results showed that the solution-oriented approach was effective in increasing marital adjustment and spiritual vitality of couples in Tehran.

**Keywords:** Solution-oriented approach, Spiritual vitality, Marital adjustment

## اثر بخشی رویکرد راه حل محور بر سازگاری زناشویی و

### نشاط معنوی زوجین شهر تهران

نواب کاظمی\*

دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی، دانشگاه گیلان، گیلان، ایران  
(نویسنده مسئول).

ماندانا سراجی نژاد

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.

ارغوان جلالوند

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران.

آتنا ترابیان

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

زهرا درویشی بلاق

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران.

چکیده

هدف: نشاط معنوی نیز یکی از ضروری‌ترین خواسته‌های فطری و نیازهای روانی انسان و سازگاری زناشویی به عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل اثر گذار در زندگی زناشویی به شمار می‌رود. لذا مطالعه حاضر با هدف تعیین اثر بخشی رویکرد راه حل محور بر سازگاری زناشویی و نشاط معنوی زوجین شهر تهران انجام شد.

مواد و روش: روش پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه همراه با دوره پیگیری بود. جامعه آماری شامل کلیه زوج‌های شهر تهران در سال ۱۴۰۱ بودند که به دلیل ناسازگاری زناشویی به مراکز مشاوره‌ای شهر تهران مراجعه کرده بودند. که از بین آن‌ها ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند. و به پرسشنامه نشاط معنوی چیریان و افروز (۱۳۹۵) و سازگاری زناشویی اسپانییر (۱۹۷۶) پاسخ دادند. گروه آزمایش در طی هفت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای رویکرد راه حل محور شرکت نمودند، اما گروه گواه آموزشی دریافت نکردند. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر با کمک نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که با کنترل اثر پیش‌آزمون در متغیرهای سازگاری زناشویی و نشاط معنوی بین میانگین پس‌آزمون در گروه آزمایش و گواه تفاوت معناداری وجود دارد، همچنین در دوره پیگیری نتایج پایدار بود (۰.۰۰۰۱ > p).

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد که رویکرد راه حل محور بر افزایش سازگاری زناشویی و نشاط معنوی زوجین شهر تهران موثر بود. واژگان کلیدی: رویکرد راه حل محور، نشاط معنوی، سازگاری زناشویی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۱/۰۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۱/۱۶

\*نویسنده مسئول: kazeminavab384@gmail.com

مقدمه

امروزه خانواده بر اساس اصول و هنجارهای ویژه شکل می‌گیرد و حفظ و ارتقای روابط خانوادگی از ارزش بسیاری برخوردار است به همین دلیل در سالهای اخیر کوششهای بسیاری صورت گرفته تا ثبات و کیفیت روابط زناشویی را با استفاده از مفاهیمی چون سازگاری زناشویی، موفقیت، رضایت، ثبات، خوشبختی توافق و مفاهیمی از این دست ارزیابی کنند (۱). از طرفی پژوهشگران در دهه‌های اخیر سازگاری زناشویی (Marital adjustment) را با جنبه‌های مختلف زندگی انسان‌ها به صورت گسترده مورد مطالعه قرار داده‌اند (۲). سازگاری زناشویی به عنوان احساس خشنودی و رضایت تجربه‌شده از طرف همسر در همه جنبه‌های زندگی زناشویی تعریف می‌شود (۳). سازگاری زناشویی به معنای نداشتن مشکل در زندگی نیست بلکه به معنای ظرفیت سازگار شدن با مشکلات و توانایی حل آنهاست (۴). سازگاری یک فرایند روان شناختی است که به افراد اجازه می‌دهد به خواسته‌های محیط پاسخ دهند و عدم وجود سازگاری در زوجین مشکلات فراوانی به همراه دارد به طوری که بر اساس آمارهای گزارش شده ثبت احوال روند طلاق رو به افزایش است و نشان دهنده شرایط نگران کننده در کشور است (۵). افزون بر این، نتایج مطالعاتی حاکی از آن است که نشاط معنوی (Spiritual Vitality) یکی از متغیرهای است که ارتباط تنگاتنگی با رضایتمندی زوجیت و سازگاری زناشویی دارد (۶). اهمیت معنویت و رشد معنوی در انسان به صورت روز افزون توجه روانشناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب نموده است (۷). نشاط معنوی به معنای احساس آرامش مهرورزی و امیدبخشی یا وارستگی و بخشایش‌گری و برخورد از طراوت و زلالی درون و باور قلبی به خالص هستی است (۸). به طور کلی نشاط معنوی عبارت است از چگونگی داوری فرد درباره نحوه گذران زندگی معنوی، این نوع داوری متأثر از ادراکات معنوی/شخصی فرد و تجربه احساسات و عواطف مثبتی است که بر سبک تبیین، قضاوت و تصمیم‌گیری‌های معنوی او اثر می‌گذارد (۹). مداخلات درمانی متعددی برای ارتقای نشاط معنوی و بهبود سازگاری زناشویی افراد به کار گرفته شده است که از آن جمله میتوان به درمان راه حل محور (Solution-Focused Therapy) اشاره کرد. درمان راه حل محور بر این فرض استوار است که افراد، سالم و باکفایت هستند و از توانایی لازم برای ایجاد راه‌حل‌هایی که می‌تواند زندگی آن‌ها را بهبود بخشد، برخوردار هستند، فقط باید به آن‌ها کمک کرد تا از اشتغال ذهنی به شکست‌هایشان خلاص شوند و به توانایی‌های خود جانی دوباره ببخشند (۱۰). درمانگر راه حل مدار به مراجعان کمک میکند تا

این دید متفاوت را درباره آینده در خود شکل دهند که مشکلات در آن حل شدنی هستند و میتوانند لحظات استثنایی که به عنوان مطلوب و بدون مشکل تجربه نموده اند را کشف و تقویت کنند، همچنین بتوانند نقاط قوت و منابع حمایتی خاص خود را مشخص و تعریفی نو و مختص به خودشان را از اهداف استراتژی ها نقاط قوت و منابع حمایتی خود بیابند(۱۱). درمان راه حل محور بر روی نقاط مثبت تشخیص و تعیین راه حل به جای مشکلات یافتن استشنا در رخدادهای ناگوار و جستجوی دیدگاه ترجیحی افراد تاکید میکند(۱۲). درمان راه حل محور کوتاه مدت یک رویکرد قوی و سازنده است که به واسطه آن افراد از این توانایی برای توسعه راه حل‌های خلاق به منظور ارتقاء زندگی خود و توسعه یک خود جدید، تغییر جهان بینی و پیاده سازی تغییرات رفتاری استفاده میکنند(۱۳).

فرایند درمان راه حل محور معمولاً شامل پنج مرحله است : ۱) مشخص کردن مشکل و هدف (۲) شناسایی و افزایش استثنائات (۳) مداخلات یا وظایف طراحی شده برای شناسایی و افزایش استثنائات (۴) ارزیابی تأثیر مداخلات (۵) ارزیابی دوباره مشکل و هدف(۱۴). درمان راه حل محور یک دیدگاه غیر بیماری شناختی نسبت به مراجعه کنندگان دارد و به آن‌ها کمک می‌کند که برای مشکلات فعلی خود راه حل پیدا کنند. بنابراین درمان راه حل محور بر اساس حل مسئله نبوده و به مسائل موجود و علت‌های آن در گذشته نمی‌پردازد، بلکه بر پایه راه حل سازی است و به واسطه کشف نیروهای جاری مراجعه کنندگان و امیدواری به آینده هدایت می‌شود. این رویکرد به جای تأکید بر نقص‌ها و ناتوانی‌های افراد بر برجسته کردن قابلیت‌ها و موفقیت‌های آن‌ها و ایجاد روابط حمایتی طی فرایند درمان متمرکز است(۱۵). در پژوهش‌ها اثربخشی درمان راه حل محور گروهی بر شادکامی زوجین(۱۶)، بر شادکامی نوجوانان دختر محروم از پدر(۱۷)، اثربخشی زوج درمانی راه حل محور بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین(۱۸)، اثر بخشی آموزش رویکرد راه حل محور بر سازگاری زناشویی زوج‌های مراجعه کننده به مراکز مشاوره خانواده(۱۹)، تأثیر زوج درمانی راه حل محور بر سازگاری زناشویی، کیفیت روابط زناشویی و سلامت اجتماعی در زوجین متقاضی طلاق(۲۰) و تأثیر رویکرد زوج درمانی کوتاه مدت راه حل محور بر سازگاری زناشویی در زنان و مردان مستعد طلاق(۲۱) تأیید شده است.

بر اساس بیشتر طلاق‌های ثبت شده در سال ۱۴۰۰ به طول مدت ازدواج یک تا پنج سال معطوف میشود که نشان دهنده افزایش ناسازگاری زناشویی در این مدت زمان ازدواج است(۲۲)، بنابراین در مجموع مطابق با آخرین گزارش در زمینه طلاق امکان افزایش این آمار وجود دارد در بسیاری از موارد افراد از زندگی زناشویی ناراضی هستند. و سازگاری زناشویی ندارند. از سویی نظر به اهمیت نشاط معنوی در زندگی زوجین و تأثیر درمان راه حل محور و با توجه به وجود خلاء در تحقیقات داخلی و خارجی این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی رویکرد راه حل محور بر سازگاری زناشویی و نشاط معنوی زوجین شهر تهران انجام شد و به دنبال پاسخ به این سوال است که آیا رویکرد راه حل محور بر سازگاری زناشویی و نشاط معنوی زوجین شهر تهران تأثیر دارد؟

#### مواد و روش‌ها

روش پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه همراه با دوره پیگیری بود. جامعه آماری شامل کلیه زوج‌های شهر تهران در سال ۱۴۰۱ بودند که به دلیل ناسازگاری زناشویی به مراکز مشاوره‌ای شهر تهران مراجعه کرده بودند. که از بین آن‌ها ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت از زندگی مشترک با همسر، رضایت آگاهانه از شرکت در پژوهش، دارای تحصیلات حداقل دیپلم، عدم شرکت همزمان در برنامه دیگر بود. ملاک‌های خروج شامل عدم تمایل به ادامه درمان، غیبت بیش از دو جلسه در جلسات آموزشی و عدم مشارکت و همکاری در فرآیند اجرای پژوهش بود. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه‌های زیر بودند:

مقیاس سازگاری زناشویی: این مقیاس ۳۲ گویه‌ای توسط اسپانیر (۱۹۷۶) ساخته شده و چهار خرده مقیاس رضایت زناشویی، همبستگی زناشویی، توافق زناشویی و ابزار محبت زناشویی را بر روی طیف لیکرت می‌سنجد. حداکثر نمره در این پرسشنامه ۱۵۱ و حداقل نمره آن صفر است. نمره پایین‌تر از ۱۰۰ سازگاری زناشویی کمتر و نمره بالاتر از ۱۰۰ سازگاری زناشویی بهتر را نشان می‌دهد. در مطالعه اسپانیر، روایی محتوایی تأیید و پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۶ به دست آمد(۲۳). در ایران ملازاده و همکاران، پایایی آن را با روش بازآزمایی ۰/۸۶ و با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ و میزان روایی همزمان آن با پرسشنامه سازگاری زناشویی لاک والاس برابر با ۰/۹۰ گزارش کردند(۲۴). در مطالعه حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

مقیاس نشاط معنوی: این مقیاس ۶۰ سؤالی توسط چیریان و افروز (۱۳۹۵) طراحی که دو بعد باورها با ۲۰ سؤال و احساس و رفتار با ۴۰ سؤال را بر روی یک مقیاس پنج‌گزینه‌ای لیکرت از خیلی کم (۱) تا خیلی زیاد (۵) می‌سنجد. دامنه نمرات بین ۶۰ تا ۳۰۰ هست. کسب نمره بالای ۶۰ نشانگر میزان نشاط معنوی بالا و نمره کمتر از ۶۰ نشان‌دهنده نشاط معنوی پایین است. روایی محتوایی این ابزار از طریق متخصصان این حوزه مورد بررسی و تأیید قرار گرفته، همچنین پایایی به روش همسانی درونی از طریق ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۹ گزارش شده است(۲۵). در پژوهش حاضر پایایی برای خرده مقیاس باورها و احساس و رفتار به روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۸۹ به دست آمد.

در مرحله اجرا در ابتدا شرکت کنندگان به پرسشنامه‌های پژوهش پاسخ دادند (پیش‌آزمون)، سپس افراد نمونه به طور تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و گواه جای گرفتند. نحوه انجام مداخله به این ترتیب بود که گروه آزمایش به صورت گروه‌های تحت درمان راه حل محور در ۷ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای در مدت دو ماه قرار گرفته و گروه گواه نیز هیچ‌گونه مداخله‌ای را دریافت نکردند. سپس از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد. شرح مختصر جلسات آموزش در جدول ۱. گزارش شده است.



جدول ۱. ساختار جلسات رویکرد راه حل محور

جلسه	شرح جلسات	تکلیف
۱	اجرای پیش آزمون، آشنایی گروه با هم و با درمانگر گروه، بیان قواعد گروه و تعیین چهارچوب ها و بیان اصول کلی زوج درمانی کوتاه مدت راه حل محور	شرکت کنندگان موظف شدند برای جلسه بعد اهداف مورد نظر خود را از شرکت در جلسات نوشته و به گروه بیاورند. این اهداف متمرکز بر تغییراتی باشد که در گروه ایجاد خواهند شد.
۲	کمک به شرکت کنندگان تا بتوانند هدف های خود را به صورت مثبت، معین، ملموس و قابل اندازه گیری تدوین کنند.	شرکت کنندگان درخواست شد برای جلسه بعد انتظارات و هدف های دیگری را که از همسر خود و زندگی شان دارند به صورتی مثبت، دقیق، ملموس و قابل اندازه گیری نوشته و به جلسه آینده بیاورند.
۳	کمک به شرکت کنندگان تا دریابند که از یک واقعه تعابیر متفاوتی در خانواده وجود دارد و بتوانند تلقی خود از مشکلات پیش آمده را به شکل مفیدتر تغییر خود از مشکلات پیش آمده را به شکل مفیدتر تغییر پی برده و بتوانند یکدیگر را تحسین کنند.	از اعضای گروه درخواست شد که در طول هفته جاری، به هیچ وجه از همسر خود ایراد نگیرند و در عوض هر کار و فعالیت مثبت که از همسرشان می بینند را مورد تحسین و دهند، کمک به آنها تا به قابلیت و منابع خود قدردانی قرار دهند و گزارش آن را به جلسه بیاورند.
۴	قاب دهی مجدد به مشکل از طریق توجه به چرخه منفی، هیجانات زیر ساختاری و نیازهای دلبسته مدار.	تشدید تجربه هیجانی، افزایش تمایل به درگیری و رویارویی هیجانی، افزایش پاسخگویی به طرف مقابل به این صورت که مجدداً مشکل بر حسب احساسات نهفته و نیازهای دلبستگی شکل داده می شود.
۵	برهم زدن الگوهای رفتاری مختلفی که از شرکت کنندگان طراحی کرده اند، با استفاده از پرسش معجزه آسا.	از شرکت کنندگان درخواست شد درباره سؤال مطرح شده در منزل فکر کنند و پاسخ ها را برای جلسه بعد بیاورند.
۶	کمک به اعضا برای این که راه های دیگری برای تفکر، احساس و رفتار به جای آنچه الان انجام می دهند را پیدا کرده و احساسات جدیدی را تجربه کنند با استفاده از واژه مهم به جای.	از شرکت کنندگان درخواست شد که هر روز در ساعتی مشخص، سکه ای را به هوا پرتاب کرده و شخص برنده ۱۰ دقیقه از همسرش شکایت کند و وقتی ۱۰ دقیقه تمام شد شخص دیگر ۱۰ دقیقه شکایت کند و سپس نتیجه را به جلسه بعدی بیاورند
۷	جمع بندی و نتیجه گیری و تعیین این که آیا اعضا به اهداف خود دست یافته اند؟ اجرای پس آزمون	

به منظور رعایت اخلاق در پژوهش شرط اساسی رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش حفظ اطلاعات و اسرار شخصی شرکت کنندگان و خروج در هر مرحله از پژوهش هنگامی که فرایند درمان موجب سلب آسایش روانی فرد باشد لحاظ گردید. برای تجزیه و تحلیل آماری ابتدا از روشهای آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی از آزمون تحلیل واریانس اندازه گیری مکرر با کمک نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

یافته ها

نتایج نشان داد که در هر دو گروه اکثریت دارای تحصیلات لیسانس و اکثریت افراد دارای شغل آزاد هستند؛ میانگین سنی در گروه آزمایش ۳۸/۴۵ سال و گروه گواه ۳۹/۵۱ سال و میانگین مدت ازدواج در گروه آزمایش ۱۵/۶۲ سال و گروه گواه ۱۴/۷۶ سال بود.

جدول ۲: میانگین و انحراف استاندارد آزمون در سه مرحله (پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری) در دو گروه آزمایش و گواه

گروه ها	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری	
	SD	M	SD	M	SD	M
آزمایش	۱۱/۸۱	۱۳۱/۸۰	۱۱/۱۴	۱۳۶/۰۷	۹/۸۵	۱۱۹/۴۷
گواه	۱۲/۶۴	۱۲۲/۸۷	۹/۰۲	۱۲۲/۶۷	۱۰/۰۸	۱۲۱/۵۳
کل	۱۲/۰۳	۱۲۷/۵۷	۱۰/۴۳	۱۲۷/۷۳	۱۱/۶۴	۱۲۱/۰۰۰
آزمایش	۱۱/۱۳	۱۶۹/۴۰	۱۳/۳۶	۱۷۳/۱۳	۱۳/۴۹	۱۵۷/۱۳
گواه	۱۱/۳۸	۱۵۱/۴۰	۱۱/۶۹	۱۵۱/۶۷	۱۱/۱۱	۱۴۷/۳۷
کل	۱۱/۲۶	۱۵۸/۴۰	۱۴/۲۵	۱۶۰/۴۰	۱۵/۰۵	۱۴۹/۲۰

اما در گروه آزمایش نمره پس آزمون، هم در متغیر اجتماعی و هم در متغیر نشاط معنوی افزایش وجود داشته است.

همانطور که در جدول ۳. مشاهده می شود نمره میانگین در مرحله پس آزمون در گروه گواه تغییر چندانی نداشته است.

جدول ۳: خلاصه نتایج تحلیل کواریانس نمره های پس آزمون در گروه گواه و آزمایش با نمره پیش آزمون (همپراش)

منبع	SS	df	MS	F	Eta
پیش آزمون (همپراش)	۱۶۰۲/۶۶۶	۱	۱۶۰۲/۶۶۶	۴۸/۵۱۱*	۰/۶۴۲
گروه	۷۵۷/۴۴۵	۱	۷۵۷/۴۴۵	۲۲/۹۲۷*	۰/۴۵۹
خطا	۸۹۲/۰۰۰	۲۷	۳۳/۰۳۷		

سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. مقدار واریانس تبیین شده آن ۰/۶۴۲ است. یعنی ۶۴/۲ درصد متغیر وابسته توسط تاثیر گروه تبیین می شود. بر همین اساس میتوان نتیجه گرفت درمان راه حل محور بر افزایش سازگاری زناشویی زوجین موثر بوده است.

با توجه به جدول ۳، آزمون F در متغیر هم پراش یا پیش آزمون، برابر با ۴۸/۵۱۱ و در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. مقدار واریانس تبیین شده آن ۰/۶۴۲ است. یعنی ۶۴/۲ درصد متغیر وابسته نمره (پس آزمون) توسط پیش آزمون تبیین می شود. آزمون F برای متغیر مستقل (دو گروه آزمایش و گواه) برابر با ۲۲/۹۲۷ و در

جدول ۴: خلاصه نتایج تحلیل کواریانس نمره های پس آزمون در گروه گواه و آزمایش با نمره پیش آزمون (همپراش)

منبع	SS	df	MS	F	Eta
پیش آزمون (همپراش)	۲۲۲۲/۸۷۳	۱	۲۲۲۲/۸۷۳	۲۷/۳۷۶*	۰/۵۰۳
گروه	۲۱۵۹/۲۷۷	۱	۲۱۵۹/۲۷۷	۲۶/۵۹۳*	۰/۴۹۶
خطا	۲۱۹۲/۳۲۷	۲۷	۸۱/۱۹۷		

سلامت اجتماعی در زوجین متقاضی طلاق شد (۲۰). در پژوهشی دیگر نتایج نشان داد رویکرد زوج درمانی کوتاه مدت راه حل محور بر سازگاری زناشویی در زنان و مردان مستعد طلاق موثر بود (۲۱). در تبیین یافته فوق می توان گفت زوج درمانی راه حل محور دیدگاهی انعطاف محور دارد که به جای تمرکز بر رفتارهای مشکل آفرین بر رشد و پرورش راه حلها تمرکز دارد قابلیتها و راه حلها با تمرکز بر تعامل غیر مشکل زا تشخیص داده میشوند و در این دیدگاه به دلیل تمرکز بر موارد مثبت به جای تمرکز بر نقایص مقاومت همسران از بین میرود و زوجین سعی میکنند مشکلات خود را حل کرده و درگیریهای آنها کمتر شود مهمترین ویژگی دیگر این رویکرد کمک به مراجعین برای یافتن استثناها است. درمانگران راه حل محور بر معانی کلمات تاکید دارند و آنها معتقدند که درمانگر در هنگام محاوره بین مراجع و درمانگر به جای تمرکز بر جستجوی خارجی حقیقت آن را از چشم انداز متفاوتی نگاه می کند. درمانگران راه حل محور به اعضای خانواده کمک میکنند تا راه حلهای منطبق بر ادراکات خود را خلق کنند در نتیجه این عوامل باعث میشوند که زوجین در حل مشکلات خود موفق تر عمل نمایند که این امر باعث افزایش سازگاری زناشویی در آنان می گردد.

دیگر یافته پژوهش نشان داد که درمان راه حل محور بر نشاط معنوی زوجین موثر بود و نتایج در مرحله پیگیری نیز پایدار بود. یافته به دست آمده با نتایج پژوهش های مشابه در این زمینه همسو است. به طور مثال پژوهش ترکش دور و ثناگوی محرر، نشان داد رویکرد راه حل محور، باعث افزایش شادکامی و تنظیم هیجان زوجین شد (۱۶). نتایج تحلیل پژوهشی دیگر نشان داد که آموزش

با توجه به جدول ۴، آزمون F در متغیر هم پراش یا پیش آزمون، برابر با ۲۷/۳۷۶ و در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. مقدار واریانس تبیین شده آن ۰/۵۰۳ است. یعنی ۵۰/۳ درصد متغیر وابسته نمره (پس آزمون) توسط پیش آزمون تبیین می شود. آزمون F برای متغیر مستقل (دو گروه آزمایش و گواه) برابر با ۲۶/۵۹۳ و در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. مقدار واریانس تبیین شده آن ۰/۴۹۶ است. یعنی ۴۹/۶ درصد متغیر وابسته توسط تاثیر گروه تبیین می شود. بر همین اساس میتوان نتیجه گرفت درمان راه حل محور بر افزایش نشاط معنوی زوجین موثر بوده است.

#### نتیجه گیری

نشاط معنوی نیز و سازگاری زناشویی یکی از مهم ترین عوامل اثر گذار در زندگی زناشویی به شمار می روند. لذا مطالعه حاضر با هدف تعیین اثربخشی رویکرد راه حل محور بر سازگاری زناشویی و نشاط معنوی زوجین شهر تهران انجام شد. نتایج نشان داد درمان راه حل محور بر سازگاری زناشویی زوجین موثر بود و نتایج در مرحله پیگیری نیز پایدار بود. یافته فوق با نتایج مطالعات پیشین در این زمینه همسو بود. به عنوان مثال نتایج مطالعه شریعت زاده جنیدی، نشان داد که زوج درمانی راه حل محور میزان رضایت زناشویی و سازگاری زناشویی را به طور معناداری افزایش می دهد و نتایج در مرحله پیگیری نیز پایدار بود (۱۸). تحلیل داده های پژوهشی دیگر نشان داد که رویکرد راه حل محور به طور معناداری سازگاری زناشویی زوج ها را بهبود بخشیده است (۱۹). مطالعه محمدی پور و همکاران نشان داد روش زوج درمانی راه حل محور باعث بهبود سازگاری زناشویی، کیفیت روابط زناشویی و

Model test to explain happiness based on marital adjustment and life satisfaction: The mediating role of forgiveness. *Journal of Family Psychology*. 2021;6(2):29-42. (persian)

7. Wilson J. *The performance of practice: Enhancing the repertoire of therapy with children and families*: Routledge; 2020.

8. Mohammadi A, Afrooz G, Shahnazari M, Ghasemzade S. Investigating the Spiritual Vitality and Communication Skills of Gifted Students and Graduates Entering the University before the Age of 15. *Educational Development of Judishapur*. 2022;13(2):282-94. (persian)

9. Diener E, Seligman ME. Very happy people. *Psychological science*. 2002;13(1):81-4.

10. Rahbari Ghazani N, Hajloo N, Aghajani S. The effectiveness of family-based empowerment based on short-term solution-oriented therapy on emotional expression and psychological trauma of adolescents with substance-dependent parents. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ)*. 2022;11(5):111-24. (persian)

11. Trepper TS, McCollum EE, De Jong P, Korman H, Gingerich W, Franklin C. *Solution-focused therapy treatment manual for working with individuals. Solution-focused brief therapy: A multicultural approach*. 2010:14-31.

12. Denault A-S, Déry M. Participation in organized activities and conduct problems in elementary school: The mediating effect of social skills. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*. 2015;23(3):167-79.

13. Cortes B, Ballesteros A, Collantes J, Aguilar M. What makes for good outcomes in solution-focused brief therapy? A follow-up study. *European Psychiatry*. 2016;33(S1):s232-s3.

14. Guterman JT, Rudes J. A solution-focused approach to rational-emotive behavior therapy: Toward a theoretical integration. *Journal of rational-emotive and*

گروهی به شیوه راه‌حل محور بر شادکامی نوجوانان دختر محروم از پدر در مراحل پس‌آزمون و پیگیری تأثیر داشته است(۱۷).  
 اهرمیان و همکاران، در مطالعه خود دریافتند که رویکرد راه‌حل محور به‌طور معنا داری شادمانی و سازگاری زناشویی را بهبود بخشیده است(۲۶). در تبیین یافته فوق می‌توان گفت درمان راه حل محور از اندوخته‌ها و توانایی‌های خود مراجعان در فرایند تغییر استفاده می‌کند و این کار تصویری از امید را در مراجعان ایجاد می‌کند، درمانگران راه حل محور حس خودکفایی و خودمختاری را در مراجعان تقویت میکنند که این مساله در افزایش نشاط معنوی موثر است.

از محدودیت‌های مطالعه حاضر خودگزارشی بودن ابزار پژوهش، عدم کنترل متغیرهای جمعیت شناختی و روش نمونه‌گیری در سترس بود. لذا پیشنهاد در پژوهش‌های آتی تاثیر عوامل مانند فرهنگ و سن نیز کنترل شود تا بتوان نتایج پژوهشی را به‌طور دقیق‌تری تعمیم داد. پیشنهاد می‌شود که روانشناسان، درمانگران و متخصصان سلامت از روش زوج‌درمانی راه‌حل محور در کنار سایر روش‌های درمانی برای بهبود ویژگی‌های مرتبط با سلامت به‌ویژه بهبود سازگاری زناشویی و افزایش نشاط معنوی زوجین استفاده کنند.

## Reference

1. Najarpourian S, Hassani F, Samavi A, Samani S. Comparing the Effectiveness of Positive Couple Therapy and Solution-Focused Therapy on Improving Marital Adjustment and Psychological Well-Being among Family in Shiraz. *Psychological Methods and Models*. 2021;11(42):59-72. (persian)
2. Bali A, Dhingra R, Baru A. Marital adjustment of childless couples. *Journal of Social Sciences*. 2010;24(1):73-6.
3. Fazel Hamedani N. The prediction of marital adjustment based on psychological capital (hope, optimism, resilience and self-efficacy) . *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ)*. 2020; 8(12):91-8. (persian)
4. Malesza M, Kaczmarek MC. Grandiose narcissism versus vulnerable narcissism and impulsivity. *Personality and Individual Differences*. 2018;126:61-5.
5. Fahimi M, Taghvaei D. Predicting marital adjustment based on marital justice and marital burnout. *Assessment and Research in Applied Counseling*. 2022;4(1):1-12. (persian)
6. Kermani Mamazandi Z, Akbari Balutbangan A, Mohammadyfar MA.

- Journal(RRJ). 2021;10(8):135-48. (persian)
23. Spanier GB. Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*. 1976;15-28.
24. Molazadeh J, Mansour M, Ejei j, Kiamanesh A. Coping styles and marital adjustment in control children. *Journal of Psychology*. 2002;6(3):255-76. (persian)
25. Chirian K, Afrooz GA. The relationship between religious beliefs and creativity and spiritual happiness. karaj,2016.
26. Ahrimanian A, SudanimM, Hosseinpour M. Effectiveness of teaching solution-oriented approach in a group manner on happiness and marital adjustment of couples referring to Bushehr family counseling centers. *Counseling Research & Developments*. 2011;36(4):7-28. (persian)
- cognitive-behavior therapy. 2005;23:223-44.
15. De Shazer S, Dolan Y. More than miracles: The state of the art of solution-focused brief therapy. 2012.
16. Tarkeshdooz S, Sanagouye-Moharer G. Effectiveness of Group Solution-Focused Counseling on Couples' Happiness and Emotional Regulation. *Salamat-Ijtimai* 2019;7(2):127-35. (persian)
17. Adibi M, Gorji Y. The Positive Effects of the Solution-Oriented Group Approach on Happiness among Fatherless Female Adolescents in 2015. *Community Health Journal*. 2017;10(3):1-10. (persian)
18. Arvand J, Zandi A, Keyvan S. The Effectiveness of Solution-Focused Couple Therapy in Improving Marital Satisfaction and Adjustment of Couples. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling*. 2021;3(3):38-49. (persian)
19. Surani M. The effectiveness of training of solution- focused approach on marriage adjustment of couples who called on family counseling centers. *Counseling Culture and Psychotherapy*. 2010;1(2):71-98. (persian)
20. Mohammadipour M, Shojaei KalateBali N, Bakhshipour A. The effect of solution focused couple therapy on marital adjustment, marital relationship quality and social health in divorce applicant couples. *Scientific Journal of Social Psychology*. 2021;8(57):75-85. (persian)
21. Davoodi Z, Etemadi O, Bahrami F, Shahsiah M. The effect of brief solution-focused couple therapy approach on couples' marital adjustment in men and women prone to divorce in 2010-2011 in Isfahan. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2012;14(55):9-190. (persian)
22. Montajabian Z, Rezai Dehnavi S. Study of the Effectiveness of Meta Cognitive Interpersonal Therapy on Improving Dysfunctional Communication Patterns Couples and Increase of Marital Adjustment. Rooyesh-e-Ravanshenasi