

فرا تحلیل اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی

فاطمه صالحی

دانش آموخته کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه آزاد واحد تهران شمال، تهران، ایران

رضا حسین پور*

عضو هیئت علمی گروه علوم تربیتی دانشگاه جامع امام حسین(ع)، تهران، ایران -

نویسنده مسئول

چکیده:

توسعه شایستگی های هوشی از جمله هوش هیجانی نقش مهمی در ثبات روابط زوجین به خصوص رضایت زناشویی و سازگاری زناشویی ایفا می کند، بنابراین لازم است رویکرد مناسبی برای ارتقای آنها اتخاذ شود. این مطالعه با هدف بررسی اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی با رویکرد فرا تحلیل انجام شد. تحقیق یک جستجوی مرور سیستماتیک الکترونیکی با استفاده از پایگاه های داده فارسی از جمله پایگاه داده نورمگز، سیویلیکا، سامانه علمی جهاد دانشگاهی و موتور جستجوی گوگل از سال 1390 تا 1402 است که کلیه کارآزمایی های بالینی مرتبط و تجربی و شبه تجربی انجام شده مربوط به اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی شناسایی و تحلیل شد. جستجوی نظام مند، ادبیات 116 مقاله را بازیابی کرد. پس از حذف موارد تکراری و غربالگری عنوان و چکیده مقالات، متن کامل 25 مطالعه باقی مانده از نظر واجد شرایط بودن به دقت بررسی شد. در نهایت 15 مقاله برای بررسی سیستماتیک انتخاب شدند. متاآنالیز روی 15 مطالعه با پیامد اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر سازگاری و رضایت زناشویی انجام شد. یافته ها نشان داد که اثر تمامی مطالعات مربوط به آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین تأثیر معناداری دارد ($p > 0.001$) بدین صورت که این آموزش توانسته بود منجر به بهبود رضایت و سازگاری زناشویی زوجین شود. نتایج فرا تحلیل تأثیر مداخلات روانشناختی مبتنی بر آموزش هوش هیجانی را بر افزایش رضایت و سازگاری زناشویی زوجین نشان داد. با این حال، قبل از نتیجه گیری قطعی، آزمایشات بالینی بیشتری مورد نیاز است.

واژه های کلیدی: فرا تحلیل، آموزش هوش هیجانی، رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی

1-مقدمه و بیان مسئله

خانواده ساختاری است که حفظ بنیان آن برای تمام جوامع امری ضروری است؛ چرا که ثبات در کیان خانواده میتواند به حفظ ساختار هنجارمند جوامع کمک شایانی نماید. این در حالی است که توجه

به جایگاه بی مانند خانواده به عنوان اولین ساختار جامعه که پایه و اساس تربیت و تعلیم فرزندان به شمار می رود، می تواند به عنوان سرمایه گذاری اجتماعی هدفمند و بالارزش برای جوامع تلقی شود. (سلحشوری و آتش پور، 1400) به شکل معمول در روزهای اولیه زندگی زناشویی، زوجین احساس عاطفی و روانی نزدیکی نسبت به همدیگر دارند. اما به مرور بعضی از زوجین به دلیل مختلف به مشکل ارتباطی برخورد و تعارضات زناشویی را تجربه می کنند (ویلسون^۱ و همکاران، 2017). تعارض زناشویی با اختلاف نظر، مشاجره و اختلاف بین والدین مشخص می شود و عنصر کلیدی در تعیین سازگاری کودک است (کامینگز و دیویس^۲، 2011). تعارض زناشویی به تقابل متقابل بین اعضای زوج اطلاق می شود که نشان دهنده اختلاف بین آنهاست. با توجه به این تفاوت ها، برخی از زوج ها قادر به ایجاد مکانیسم های مقابله ای موثر برای بازگرداندن تعادل و رفاه در سیستم هستند. با این حال، دیگران مشکلات بیشتری را در جستجوی راه حل نشان می دهند، که باعث بروز وقایع مشکل سازتر در زیر سیستم زناشویی و سیستم خانواده می شود (مایورگا مونوز^۳ و همکاران، 2017).

تحقیقات نشان می دهد که زوجهای دارای تعارض زناشویی بالاتر، از نظر بهداشت روانی و سلامتی در سطح ضعیفی هستند. با افزایش تعارض در روابط زوجی، ناسازگاری افزایش می یابد، نارضایتی بیشتری حاصل می شود علاوه بر این چالش ها، از مقدمات طالق محسوب می شوند (اوزگاک و تانریوردی^۴، 2018). از جمله عواملی که میتواند تحت تاثیر تعارضات زناشویی دچار آسیب شده و زوجین را به هر چه بیشتر از هم دور کند، کاهش سازگاری و رضایت زناشویی است (لی و مککینش^۵، 2019). سازگاری زناشویی و رضایت زوجین از عوامل مهم در ایجاد یک رابطه خوب و پایدار تلقی می شود. در واقع رضایت زناشویی به معنای احساس شادی و نشاط زوجین از زندگی مشترک است. برای اکثر زوج ها، رضایت زناشویی حتی می تواند به عنوان منبع اصلی حمایت اجتماعی و محافظت در برابر بیماری های جسمی و روحی تلقی شود و موجب رضایت از زندگی و موفقیت در جامعه شود (توکل و همکاران، 1395). سطح بالای رضایت زناشویی بین زوجین منجر به افزایش توانایی سازگاری و برقراری روابط اجتماعی، افزایش امید به زندگی و کاهش خطر افسردگی و اختلالات روانی می شود. همچنین فرزندان این خانواده ها با توانایی سازگاری بیشتر به سطح تحصیلات بالاتری دست می یابند (بافرانی^۶ و همکاران، 2023). رضایت زناشویی تحت تأثیر عوامل زیادی از جمله سن، مدت ازدواج، تحصیلات و درآمد،

1. Wilson

2. Cummings, E. M., & Davies

3. mayorga Muñoz

4. Özgüç, S., & Tanrıverdi,

5. Lee, W. S., & McKinnish

6. Bafrani

ویژگی های شخصیتی، مذهب، هوش هیجانی، روابط جنسی، سلامت شخصی و تفاوت سنی زوجین قرار دارد (توکل و همکاران، 1395).

بروز اختلافات زناشویی، علاوه بر کاهش رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی را نیز کاهش می دهد سازگاری زناشویی، نگرش مثبت و لذت بخشی است که زن و شوهر از جنبه های مختلف روابط زناشویی مثل ارتباط، مسائل شخصیتی، حل تعارض، مسائل مالی، روابط جنسی و فرزندان دارد (سلحشوری و اتش پور، 1400).

از سوی دیگر، روندهای کنونی ازدواج و طلاق حاکی از اهمیت هوش هیجانی است. سازه ای در روانشناسی است که در حوزه های عمومی و تخصصی مورد توجه قرار گرفته است. از منظر کاربردی، نظریه پردازان معتقدند که عناصر هوش هیجانی مانند احساسات تنظیم کننده حالات عاطفی و اعمال آگاهی هیجانی با سازگاری روانی، موفقیت و رضایت از زندگی مرتبط است (عباسی¹ و همکاران، 2016). ازدواج به طور طبیعی سرشار از عواطف و هیجان است و شادکامی زناشویی با توانایی شناسایی، درک و درک واقعی خود و دیگران مرتبط است. به طور کلی رضایت از رابطه زناشویی حاصل ترکیبی از عواطف مثبت و منفی است که زوجین به طور مشترک تجربه می کنند. فیتنس² (2001) معتقد است که هوش هیجانی یا حداقل برخی از جنبه های آن می تواند یک ازدواج را با رضایت و سازگاری غنی کند. او معتقد است که توانایی درک و پذیرش سایر عواطف و افکار جانبی در زندگی زناشویی می تواند منجر به رضایت شود. در واقع بین توانایی هایی که هوش هیجانی را در بر می گیرد و توانایی هایی که برای تعاملات و گفتگوهای زناشویی موفق لازم است، رابطه روشنی وجود دارد.

در همین خصوص روشهای آموزشی و درمانی مختلفی برای بهبود روابط زناشویی و کیفیت تعامل زوجین به کار گرفته شده است. عمده پژوهش های صورت گرفته پیشین در حوزه زوج درمانی بر پایه آموزش الگوهای ارتباطی و تعاملی و آسیب شناسی این مولفه ها استوار بوده است. در حوزه با توجه به ضعف زوجین دارای اختلاف زناشویی در فرایند همدلی، ابراز هیجان مثبت و صمیمیت، میتوان در این پژوهش به تدوین بسته آموزشی پرداخت که مولفه هایی همچون خودآگاهی، صمیمیت، انگیزش در رابطه، همدلی، اصلاح مداوم الگوهای احساسی، جنسی، رفتاری و شناختی مشترک و اقدامات اثربخش را در خود جای دهد. تجمیع این مولفه ها را میتوان هوش زناشویی نامید. هوش زناشویی عبارت است از به کارگیری توانمندیهای ذهنی خود برای درک و فهم احساسات و عقاید دیگری و عدم قضاوت غیرمنصفانه و عجولانه در ارتباط با رفتار خود و دیگری است (اوزگاک و تانیوردی، 2018). نتایج یک

¹ . Abbasi

² . Fitness

مطالعه نشان می دهد هوش هیجانی نقش سرکوب کننده ای در رابطه بین تعارضات زناشویی و گرایش به خیانت زناشویی دارد به طوری که با واسطه هوش هیجانی رابطه غیرمستقیم بین تعارضات زناشویی و گرایش به خیانت زناشویی معنادار است. بر همین اساس می توان گفت افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند تعارضات زناشویی و گرایش به خیانت زناشویی کمتری دارند(نوابی نژاد¹ و همکاران، 2023).

هوش زناشویی قابل آموزش و رشد یافتن بوده و از این نظر بیانگر این است که باید در مورد احساسات و تاثیر آنها بر رفتار و عملکرد خود و دیگری چیزهایی آموخت. فهمیدن احساسات، مدیریت آنها، بیان صحیح آنها در زمان و مکان مناسب و نحوه تاثیرگذاری بر آنها در رشد روابط بخشی از این هوش است و بخش دیگر آن همدلی، درک تعارضها، احساس تعلق و نحوه آسیبپذیری روابط از عدم پذیرش و طرد شدن است. مساله مهم در چنین فرآیندی آگاهی، همدلی و مسئولیت پذیری و پذیرش تعلق و مدیریت احساسات و دلخوری های پنهان و رهایی از ترس و احساس بی ارزشی است(سلحشوری و آتش پور، 1400).

با توجه به اهمیت رضایت و سازگاری زناشویی در ثبات روابط زوجین، تحکیم بنیان خانواده و به تبع آن تشکیل جامعه، لازم است راهکار مداخله ای مناسب برای ارتقای رضایت و سازگاری زناشویی زوجین شناسایی شود.

اگرچه مطالعات متعددی در مورد تأثیر مداخلات مشاوره ای بر رضایت و سازگاری زناشویی با یافته های مختلف انجام شده است، اما مطالعه مروری برای نتیجه گیری مبتنی بر شواهد در این زمینه انجام نشده است. بنابراین، این مرور سیستماتیک و فراتحلیل با هدف بررسی اثربخشی آموزش هوش زناشویی بر رضایت و سازگاری زناشویی انجام شد.

مراحل تکامل هر حوزه مطالعاتی (از جمله روابط زوجین) در گذر زمان اتفاق می افتد. کمال هر حوزه علمی در حجم و کیفیت دانشی متجلی می شود که تولید و توزیع کرده و در عمل بکار برده است. با گذر زمان، عده ای از صاحب نظران با تامل بر بسته های دانش تولیدی آن حوزه به انعکاس مبانی ارزشی، سیاسی، جامعه شناختی، روانشناختی و همینطور مبانی فلسفی(هستی شناسی، شناخت شناسی، روش شناسی، انسان شناسی، ارزش شناسی و...) تئوری ها می پردازد. در این مطالعات سوژه مطالعه " دانش تولیدی " است؛ نه پدیده ها. اما بلوغ یک رشته در صرف انعکاس این مبانی نیست؛ بلکه

¹ . Navabinejad

به باز اندیشی آن مبانی نیز مربوط می‌شود. اگر صاحبان اندیشه، در یک حوزه مطالعاتی از این مبانی انتقاد کنند، آن حوزه به عرصه مطالعات فراتئوریک وارد شده است (دانایی فرد، 1387).

بنابراین، در مطالعه فرا تحلیل، اوضاع یک رشته علمی از بیرون و از یک سطح بالاتر مورد کنکاش قرار می‌گیرد. یک فرا-تئوری، که به عنوان راه‌حلی برای بلوغ یک رشته است، مجموعه منسجمی از قوانین فراهم می‌کند که منجر به شکل‌گیری کار آینده¹ در یک روش سازگار می‌شود. این فرا-تئوری، زمینه را برای ورود به مرحله علمی² فراهم می‌کند (کهن³، 1970). بر طبق لیتل جان⁴ (1992) فرا-تئوری (فرانظریه) عبارت است از نظریه درباره نظریه. فرا-تئوری در یک زمینه خاص، به عنوان مفروضات یا قوانینی در نظر گرفته می‌شود که اساس یک چشم انداز خاص بوده و به وسیله آن هر نظریه‌ای لزوماً به حیات خود ادامه می‌دهد. این فرا-تئوری نشان‌دهنده تعمیم بالا به پایین بوده و در هدایت و تشریح کارهای آینده مورد استفاده قرار می‌گیرد.

2-پیشینه تحقیق

پانزده مقاله منتخب و مورد بررسی در این فراتحلیل مشخصات و یافته‌های آن‌ها در جدول شماره یک آمده است.

1 - Future Work
 2 - Scientific Phase
 3 Kuhn
 4 -Littlejohn



جدول شماره: 1 بخشی از کدگذاری محتوای روش شناختی

عنوان مقاله	محقق	درجه مقاله	ابزار	روش تحقیق	آزمون	جامعه آماری	حجم نمونه	یافته ها
اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر صمیمیت زناشویی زوجین فرهنگی شهر قاین	قربانی 1401	کنفرانسی	پرسشنامه صمیمیت زناشویی	نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری	تحلیل کوریانس	جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه ی زنان مراجعه کننده به مرکز بهداشت شهرستان قاین در بهار ۱۴۰۰	از بین افراد داوطلب (۵۸ نفر) که معیارهای ورود به مطالعه را داشتند (۴۲ نفر) به صورت تصادفی ۳۰ نفر انتخاب شده	نشان داد که آموزش هوش هیجانی به طور معناداری میزان صمیمیت زناشویی زوج ها را افزایش داده بود. نتایج حاصل از این پژوهش می تواند راهگشای مشاوران و درمانگران در کمک به زوج ها باشد.
اثربخشی آموزش مهارتهای هوش هیجانی بر مهارتهای حل مسئله و سازگاری و سازگاری زناشویی،	نظری 1401	کنفرانسی	پرسشنامه حل مسئله و سازگاری زناشویی	نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری	تحلیل کوریانس	جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان متاهل ۲۵ تا ۴۰ ساله مراجعه کننده به خانه سلامت منطقه ۱۲	40 زن متاهل در دو گروه 20 نفری	نتایج نشان داد که آموزش مهارتهای هوش هیجانی بر مهارتهای حل مسئله و سازگاری زناشویی تاثیر دارد. از مهمترین عواملی که بر رضایت و سازگاری زناشویی اثرگذار بوده و نقشی تعیین کننده در حل تعارضات دارد، استفاده از مهارت های هوش هیجانی و حل مسئله است.



شهرداری تهران								
شربخشی آموزش هوش جنسی بر عملکرد نعوظی و سازگاری زناشویی مردان	سلمان پور و همکاران 1401	علمی پژوهشی	نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل با دوره پیگیری یک ماهه	جامعه آماری شامل کلیه ی مردان متاهل با علائم اختلال جنسی	با استفاده از ، 40 نفر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه 20 نفری	نتایج تحلیل واریانس مختلط با اندازه گیری مکرر نشان داد که آموزش آموزش هوش جنسی بر عملکرد جنسی ($F=172/359$ ، $p=0/001$) و سازگاری زناشویی ($p=0/001$) $F=130/690$ ، $p=$ اثر داشته و این تأثیر در دوره ی پیگیری پایدار مانده است. باتوجه به یافته ها ی پژوهش حاضر به نظر می رسد که باید به نقش دوره های هوش جنسی بر کاهش اختلال عملکرد نعوظی و افزایش سازگاری زناشویی مردان توجه کرد.		



اثر بخشی آموزش هوش زناشویی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین	سلحشوری و آتش پور 1400	علمی پژوهشی	برنامه آموزش هوش زناشویی و پرسشنامه	نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری	تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر	زوجین 20 تا 45 سال دارای تعارضات زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان	30 زوج 20 تا 45 سال دارای تعارضات زناشویی	نتایج نشان داد که آموزش هوش زناشویی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین تأثیر معنادار دارد ($p < 0.001$). بدین صورت که این آموزش توانسته بود منجر به بهبود رضایت (0/64) و سازگاری زناشویی (0/68) زوجین شود.
اثر بخشی زوج درمانی مبتنی بر مولفه های هوش هیجانی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش سازگاری زوجین متقاضی طلاق	پناهی فر و مومنی 1400	علمی پژوهشی	پرسشنامه های هوش هیجانی، تعارضات زناشویی، مقیاس سازگاری زوجی	نیمه آزمایشی با گروه کنترل و آزمایش	تحلیل کوواریانس	زوجین متقاضی طلاق شهرستان خرم آباد در سال ۱۳۹۷	تعداد ۱۸ زوج (۳۶ نفر) به صورت داوطلبانه	نتایج حاکی از اثر بخشی زوج درمانی مبتنی بر مولفه های هوش هیجانی بر کاهش تعارضات زناشویی ($f = 124/72$ ، $P = 0.01$ ، $\eta^2 = 976/0$ ، افزایش سازگاری ($f = 741/35$ ، $P = 0.01$ ، $\eta^2 = 816/0$) زوجین متقاضی طلاق بود. به عبارت دیگر سازگاری زناشویی زوجینی که زوج درمانی مبتنی بر مولفه های هوش هیجانی را دریافت کرده بودند در مقایسه با گروه کنترل که هیچ گونه درمانی را دریافت نکرده بودند به طور معنی داری



افزایش یافته و تعارضات زناشویی آنان نیز کاهش معنی داری پیدا کرده بود.								
نشان داد که انتظار ایده آل گرایانه، واقع گرایانه و مهارت تنظیم هیجانی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل به صورت معناداری افزایش یافته است. همچنین انتظار بدبینانه گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل به صورت معناداری کاهش یافته است. به علاوه نتایج پژوهش نشان داد که آموزش هوش هیجانی در تعدیل انتظارات واقع گرایانه و بدبینانه و بهبود مهارت تنظیم هیجانی جوانان پسر در آستانه ازدواج مؤثر بوده است.	30 نفر در دو گروه آزمایش (15 نفر) و کنترل (15 نفر)	کلیه دانشجویان پسر در آستانه ازدواج دانشگاه فرهنگیان پردیس شهید باهنر اصفهان	تحلیل کوواریانس	نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل	آموزش هوش هیجانی پرسشنامه مهارت تنظیم هیجانی و پرسشنامه انتظار از ازدواج	علمی پژوهشی	اخگر و فاتحی زاده 1400	اثر بخشی آموزش هوش هیجانی بر بهبود انتظارات از ازدواج و افزایش مهارت تنظیم هیجانی جوانان در آستانه ازدواج.



تأثیر آموزش مدیریت هوش هیجانی بر رضایت زناشویی و هوش هیجانی همسران آزادگان و مقایسه میزان رضایت زناشویی همسران آزادگان با همسران افراد عادی	محمودی 1399	علمی پژوهشی	پرسش نامه های رضایت زناشویی انریچ و هوش هیجانی بار- آن	نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون	آزمون های T مستقل، T همبسته و تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر	تمامی همسران آزادگان شهر تهران	30 زن از بین همسران آزادگان شهر تهران و 30 زن از بین همسران افراد عادی	میانگین رضایت زناشویی بین گروه همسران آزادگان و همسران افراد عادی اختلاف آماری معنی داری نداشت ($p=0.088$). میانگین نمرات رضایت مندی زناشویی و هوش هیجانی در مرحله پس از مداخله و پیگیری بیشتر از مرحله پیش از مداخله بود ($p=0.0001$) و این تفاوت در بین دو مرحله پس از مداخله و پیگیری دیده نشد.
بررسی اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر بخشودگی و سازگاری زناشویی در زوجین دارای روابط فرازناشویی: مطالعه تک آزمودنی	نادعلی 1397	کنفرانسی	برنامه آموزش هوش هیجانی و پرسشنامه	نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری	تحلیل واریانس	تمامی زنان مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهرستان	تعداد 8 نفر از زنان مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهرستان	نتایج نشان داد که بین دو گروه تفاوت معناداری وجود داشته است و نمره بخشودگی و سازگاری با آموزش هوش هیجانی تغییر پیدا کرده است. ($05/0P>$) یعنی آموزش هوش هیجانی میزان بخشودگی و سازگاری زناشویی را افزایش میدهد.
تأثیر آموزش مؤلفه های هوش هیجانی	جعفری بلامی و	علمی پژوهشی	آزمون های هوش هیجانی	نیمه آزمایشی با طرح	تحلیل واریانس	دانشجویان متأهلی مقطع	60 نفر از دانشجویان	نتایج این پژوهش نشان داد که میزان هوش هیجانی قابل تغییر بوده و می توان



بر افزایش مهارت های اجتماعی (با تأکید بر رضایت زناشویی) دانشجویان دانشگاه مازندران	همکاران 1396	و رضایت زناشویی	پیش آزمون - پس آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری	کارشناسی دانشگاه مازندران	متأهلی که در مقطع کارشناسی دانشگاه مازندران در حال تحصیل	آن را با آموزش مهارت های مرتبط افزایش داد. سطح هوش هیجانی آزمودنی هایی که در این دوره آموزشی شرکت کرده بودند ($343/7 \pm 43/21$) در مقایسه با آغاز دوره ($327/76 \pm 44/66$) و هم چنین به نسبت آزمودنی هایی که این دوره را نگذرانده بودند ($336/63 \pm 35/39$) تغییر قابل توجهی نشان داد ($p < 0/000$). آموزشی توانست بر میزان رضایت زناشویی گروه آزمایش نیز بیافزاید ($p < 0/002$). /span>).
تأثیر آموزش مهارت های مبتنی بر هوش هیجانی بر میزان رضایت زناشویی دانشجویان دانشگاه مازندران	جعفری بلامی و همکاران 1394	علمی پژوهشی	نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری	تحلیل واریانس دانشجویان متأهلی مقطع کارشناسی دانشگاه مازندران	60 نفر از دانشجویان متأهلی که در مقطع کارشناسی دانشگاه مازندران در حال تحصیل	سطح هوش هیجانی آزمودنی هایی که در این دوره آموزشی شرکت کرده بودند ($343/7 \pm 43/21$) در مقایسه با آغاز دوره ($327/76 \pm 44/66$) و هم چنین به نسبت آزمودنی هایی که این دوره را نگذرانده بودند ($336/63 \pm 35/39$) تغییر قابل توجهی نشان داد ($p < 0/000$). برگزاری این دوره آموزشی توانست بر



میزان رضایت زناشویی گروه آزمایش نیز بیافزاید (0/002 = p).								
اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر سازگاری و رضایت زناشویی زوجین	گنجی و باقری 1394	علمی پژوهشی	ابزارهای گردآوری اطلاعات مقیاس هوش هیجانی، سازگاری	شبه آزمایشی با طراحی پیش آزمون - پس آزمون با یک گروه کنترل	تحلیل کوواریانس و طرح سری های زمانی	کلیه زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران و شهر ری	۲۰ زوج که دارای سطح سازگاری و رضایت زناشویی پایین بودند	نتایج نمرات سازگاری و رضایت زناشویی زوجین قبل و بعد از آموزش هوش هیجانی و مولفه های آن تفاوت معنی داری را نشان داد. نتیجه این پژوهش نشان داد که آموزش هوش هیجانی بر سازگاری و رضایت زناشویی زوجین موثر
ثربخشی آموزش هوش هیجانی بر مهارت های حل مشکل خانواده در دانشجویان متأهل	کرائی و همکاران 1394	علمی پژوهشی	مقیاس حل مشکل خانواده	نیمه تجربی از نوع پیش آزمون - پس آزمون و پی گیری با گروه کنترل	تحلیل واریانس چند متغیری	دانشجویان متأهل دانشگاه شهید چمران	40 زوج	نتایج حاصل از تحلیل واریانس چند متغیری نشان داد آموزش هوش هیجانی باعث افزایش توانایی حل مشکل خانواده و بهبود رابطه در دانشجویان متأهل گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل، در مرحله پس آزمون و پی گیری شده است.



اثر بخشی آموزش پذیرش - تعهد بر بهزیستی روانشناختی، هیجانی و رضایت زناشویی زوجین در معرض طلاق	نریمانی و بخشایش 1393	علمی پژوهشی	مقیاس بهزیستی، هیجانی، مقیاس بهزیستی روانشناختی و پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ	پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل	تحلیل کوواریانس چند متغیری	جامعه آماری کلیه متقاضیان (زن یا مرد) مراجعه کننده به دادگاه های شهر اردبیل	40 نفر (20 نفر برای هر گروه)	نتایج پژوهش نشان داد که آموزش پذیرش- تعهد بر بهبود بهزیستی روانشناختی، هیجانی و رضایت زناشویی موثر است. بطور کلی، آموزش پذیرش تعهد بجای نادیده گرفتن هیجانات و تجارب درونی، برعکس، با گرایش دادن فرد به سوی آگاه شدن از احساسات، تجارب درونی و هیجانی و پذیرش آنها و استفاده بجا و متناسب از آنها، با خود و تجارب درونی اش و در نتیجه با موقعیت ها و تعاملاتش ارتباط مناسبی برقرار کند و با نگاهی تازه آنها را تجربه کند. این موضوع می تواند باعث احساس فاعلی بهزیستی هیجانی و روانشناختی و نهایتاً موجب افزایش رضایت ارتباطی زناشویی فرد شود.
--	-----------------------	-------------	---	-----------------------------------	----------------------------	---	------------------------------	--



بررسی اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر سازگاری زناشویی زوجین	هدی 1391	علمی تخصصی	مقیاس سازگاری زناشویی	طرح های شبه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون تک گروهی	تحلیل واریانس چند متغیری	زنان متأهل	30 زوج	پس از آموزش مهارت های هوش هیجانی، بین شرکت کنندگان گروه آزمایش و گواه از لحاظ سازگاری زناشویی کلی، تفاوت معناداری به وجود آمده است. از طرف دیگر نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که آموزش مهارت های هوش هیجانی بر افزایش خرده مقیاس های سازگاری شامل، توافق دو نفری، ابراز
تأثیر آموزش هوش هیجانی و مهارت های زندگی بر سازگاری زناشویی زوج های جوان	بارمحمدیان و همکاران 1390	علمی پژوهشی	مقیاس سازگاری زناشویی	پیش آزمون و پس آزمون و	تحلیل واریانس چند متغیری	جامعه آماری شامل زوج های شرکت کننده در کارگاه های آموزشی	60 نفر (20 نفر گروه آموزش هوش هیجانی، 20 نفر گروه آموزش مهارت های زندگی و 20 نفر گروه همبستگی دو نفری بین دو گروه آموزش	یافته ها نشان داد که آموزش مهارت های زندگی و هوش هیجانی تأثیر معناداری بر سازگاری زناشویی و مؤلفه های آن (رضایت دوتایی، توافق دوتایی، همبستگی دوتایی و بیان محبت آمیز) در زوج های جوان دارد (P 0/01) ولی در رضایت زناشویی و همبستگی دو نفری بین دو گروه آموزش

3- روش تحقیق

روش تحقیق اساسی‌ترین مقوله پژوهش است. چنانچه روش متناسبی با موضوع پژوهش انتخاب شود، کار تحقیق سریع‌تر و مطمئن‌تر انجام می‌شود (فدایی، 1385). مقاله حاضر از نظر هدف کاربردی است و به دلیل به کارگیری روش فراتحلیل و با توجه به ماهیت داده‌ها در زمره پژوهش‌های کمی قرار می‌گیرد. جامعه آماری تحقیق حاضر شامل همه مقالات نمایه شده در سایت‌ها و پایگاه داده شامل نومگز، پایگاه داده سیویلیکا، سایت جهاد دانشگاهی بوده است که پس از دریافت آنها از سایت مذکور به روش تصادفی تعداد 15 مقاله به عنوان نمونه آماری انتخاب گردید. به منظور گردآوری داده‌های مورد نیاز برای فراتحلیل از یک جدول کدگذاری استفاده شد که دارای 15 سطر و 8 ستون می‌باشد. این جدول معادل پرسشنامه یا فرم مصاحبه در انواع دیگر تحقیقات می‌باشد. فراتحلیل با یکپارچه کردن نتایج حاصل از پروژه‌های مختلف، که روی نمونه‌های متعددی اجرا شده‌اند، دیدگاه جامع‌تری از اثر متغیرهای گوناگون به دست می‌دهند (محمدی مقدم و عباس پور، 1394). در واقع با کنار هم قرار دادن نتایج حاصل از انجام یک پژوهش روی نمونه‌ای از یک جامعه، افراد مختلف بررسی می‌شوند. چیزی که یک فراتحلیل مد نظر دارد جمع‌آوری یافته‌های پژوهشی از مطالعات متعدد و پراکنده برای ترکیب و یکپارچه‌سازی و دستیابی به یافته‌های جدید است. بر این اساس، فراتحلیل روشی است برای تجزیه و ترکیب واحدهای تحلیل برای حصول شناخت از مجموعه‌ای منسجم یا غیر منسجم از مبانی علمی و سازه‌های پژوهشی. واحد تحلیل در این روش، مطالعات و پژوهش‌های مرتبط با موضوع خاصی است. در جدول شماره کدگذاری آورده شده است

4- یافته‌های تحقیق

یافته‌های توصیفی

الف- اطاعات مربوط به توزیع فراوانی پژوهش‌ها بر حسب سال انجام پژوهش

در جدول زیر اطلاعات توصیفی مربوط به تحقیقات انجام شده بر حسب سال پژوهش را نمایش می‌دهد

جدول 2) توزیع فراوانی پژوهش‌ها بر حسب سال انجام پژوهش

سال انتشار	فراوانی مطلق	درصد فراوانی
1390 تا 1395	6	40/0
1396 تا 1400	6	40/0
1401 تا 1402	3	20/0

100/0	15	جمع کل
-------	----	--------

بر طبق جدول 2 بیشترین مطالعات انجام شده در خصوص اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی در بین سال 1401 تا 1402 صورت گرفته است چرا که در این دو سال 3 مقاله منتشر شده است در حالی که در 5 سال قبلی در حدود 6 مقاله به چاپ رسیده است .

ب) اطاعات مربوط به توزیع فراوانی پژوهش ها بر حسب روش های نمونه گیری

در جدول زیر اطلاعات توصیفی مربوط به تحقیقات انجام شده بر حسب روش نمونه گیری را نمایش می دهد

جدول 3) توزیع فراوانی پژوهش ها بر حسب روش نمونه گیری

روش های نمونه گیری	فراوانی مطلق	درصد فراوانی
تصادفی ساده	6	40/0
نمونه گیری هدفمند	2	13.50
در دسترس	5	33
مشارکت داوطلبانه	2	13.50
جمع کل	15	100/0

نتایج جدول فوق نشان می دهد که اکثریت پژوهش هایی که در حیطه موضوع مورد مطالعه انجام شده اند و در نمونه پژوهش قرار گرفته اند به ترتیب از روش نمونه گیری تصادفی ساده و در دسترس 73 درصد بودند

ج) اطاعات مربوط به توزیع فراوانی درجه مجله منتشر شده

در جدول زیر اطلاعات توصیفی مربوط به تحقیقات انجام شده بر حسب درجه مقاله منتشر شده را نمایش می دهد

جدول 4) توزیع فراوانی پژوهش ها بر حسب درجه مقاله

جنسیت	فراوانی مطلق	درصد فراوانی
علمی پژوهشی	12	80/0

13/50	2	کنفرانسی
6/50	1	علمی تخصصی
100/0	15	جمع کل

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد که اکثریت پژوهش‌هایی که در حیطه مورد انجام شده‌اند و در نمونه پژوهش قرار گرفته‌اند از نوع مقالات علمی پژوهشی بودند به این صورت که 80 درصد مقالات دارای درجه علمی پژوهشی بودند

د) اطاعات مربوط به توزیع فراوانی پژوهش‌ها بر حسب روش تحقیق

در جدول زیر اطلاعات توصیفی مربوط به تحقیقات انجام شده بر حسب روش تحقیق نمایش داده شده است

جدول 5) توزیع فراوانی پژوهش‌ها بر حسب روش تحقیق

روش تحقیق	تعداد	درصد فراوانی (%F)
توصیفی پیمایشی	15	100/0
جمع کل	15	

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد که تمامی پژوهش‌هایی که در حیطه مورد انجام شده‌اند و در نمونه پژوهش قرار گرفته‌اند از نوع روش تحقیق توصیفی پیمایشی استفاده کرده‌اند.

ه) اطاعات مربوط به توزیع فراوانی پژوهش‌ها بر حسب نوع آزمون استفاده شده

در جدول زیر اطلاعات توصیفی مربوط به تحقیقات انجام شده بر حسب نوع آزمون ارائه شده است

جدول 6) توزیع فراوانی پژوهش‌ها بر حسب نوع آزمون

روش تحقیق	تعداد	درصد فراوانی (%F)
تحلیل واریانس	14	93/50
آزمون t مستقل	1	6/50
جمع کل	15	100/0

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد بیشتر آزمون‌های مورد استفاده در تحقیقات مربوط به موضوع از نوع تحلیل واریانس بودند و یک مورد نیز به صورت آزمون تی انجام شده است.

یافته‌های استنباطی

در این بخش بر اساس داده های ارائه شده در گزارش از تحقیقات مورد نظر ، به محاسبه اندازه اثر اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی پرداخته می شود. جدول 7 میانگین اندازه اثر این پژوهش ها را نشان می دهد

به عبارت دیگر نتایج فراتحلیل اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی در جدول 7 ارائه شده است

جدول 7) نتایج فراتحلیل اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر افزایش رضایت زناشویی

شماره مطالعه مورد بررسی	اندازه اثر	مقدار f	مقدار Eta	سطح معناداری
مطالعه 1	0/274	6/21	0/384	0/001
مطالعه 2	0/155	2/77	0/288	0/001
مطالعه 3	0/124	130/894	0/876	0/001
مطالعه 4	0/66	11/01	0/97	0/001
مطالعه 5	0.231	72/12	0/976	0/001
مطالعه 6	0/074	95/56	0/719	0/001
مطالعه 7	0/128	2/89	0/214	0/001
مطالعه 8	0/151	3/52	0/217	0/001
مطالعه 9	0/241	6/41	0/174	0/002
مطالعه 10	0/190	3/05	0/425	0/001
مطالعه 11	0/641	89/69	0/97	0/001
مطالعه 12	0/184	16/55	0/885	0/001
مطالعه 13	0/63	59/64	0/96	0/001
مطالعه 14	0/64	21/17	0/95	0/001
مطالعه 15	0/620	12/72	0/935	0/001

با توجه به نتایج یافته های این تحقیق مشاهده می شود میزان سهم تبیین کنندگی تاثیر آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی زوجین در هر یک از مطالعات را نشان می دهد. بررسی این اثرات مبنی بر اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی در مطالعات مختلف در سطح (sig=0.001) دارای تاثیر معناداری است.

5- نتیجه گیری و پیشنهادها

کسب شناخت و آگاهی از اوضاع درونی یک رشته تنها از طریق مطالعات فراتحلیل و فرا تئوریک میسر است. هر چند پژوهش های زیادی در مورد اثربخشی آموزش هوش هیجانی صورت گرفته است؛ اما آگاهی همه جانبه و نظام مند مسیرهای پژوهشی نیازمند نگاه از سطوح بالاتر است. البته نگاه فراپارادایمی و فراتئوریک در خصوص فردی و روان شناختی یک رشته اوضاع کلی آن توسط توسکاس و کنودسن¹ (2003) مطرح شده است. بنابراین یک مطالعه فرارشته ای و فرا نظری می تواند اوضاع کلی یک حوزه را بهبود بخشد. تاکنون تحقیقی از جنس فرا تئوریک و یا فراتحلیل در حوزه اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی؛ آن هم به صورت یک مطالعه آماری انجام نشده و یا محدود بوده است. در این مطالعه که با محوریت کنکاش در چکیده مقالات حوزه اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر رضایت و سازگاری زناشویی بوده است، نه موضوع روش شناختی در این مقالات رد یابی شد و بدین ترتیب روش های بکار گرفته شده شناسایی شد.

جستجوی نظام مند ادبیات 116 مقاله را باز یابی کرد. پس از حذف موارد تکراری و غربالگری عنوان و چکیده مقالات، متن کامل 25 مطالعه باقی مانده از نظر واجد شرایط بودن به دقت بررسی شد. در نهایت 15 مقاله برای بررسی سیستماتیک انتخاب شدند. متاآنالیز برای 15 مطالعه با پیامد اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر سازگاری و رضایت زناشویی انجام شد. در مطالعات مشخص شد که روش جمع آوری داده ها عمدتاً توصیفی- پیمایشی بوده است؛ در حالی که حوزه رضایت و سازگاری زناشویی به شدت نیازمند ابزار مصاحبه و رویکردهای پدیدارشناسی است تا لایه های عمیق آن و در ابعاد مختلف توسط خبرگان و سایر کسانی که به نحوی دست اندرکاران حوزه تربیتی هستند از زوجین متاهل اخذ گردد. همچنین، بیشتر مقالات مرور شده از نظر هدف پژوهشک ابرردی بود که جزء ساده ترین و سطحی ترین تحقیقات به حساب می آید و پژوهش های اکتشافی کمی انجام شده است. همچنین در خصوص راهبردهای تحقیق هم باید گفت که مطالعه طولی کمترین انجام شده و عمده پژوهش ها از نوع پیمایشی بوده است.

بررسی اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر رضایت زناشویی در برخی از مطالعات نشان داد که این مداخله از طریق تغییرات رفتاری افراد و توسعه قابلیت های هوشی فرد را قادر می سازد تا با ایجاد سبک های زندگی جدید، روابط نامطلوب زناشویی خود را تغییر داده و سازگاری زناشویی خود را بهبود بخشند.

¹ Tsoukas and Knudsen



مطالعات با رویکردهای مختلف اثربخشی هوش هیجانی، یافته های همسویی را گزارش کردند. اکثر مطالعات انجام شده در مورد تأثیر آموزش هوش هیجانی بر رضایت زناشویی و سازگاری زناشویی را مثبت نشان دادند یافته های به دست آمده از این تحلیل ها مورد بررسی قرار گرفت و مشخص شد که در تمامی زیرگروه ها تفاوت مهمی در رابطه بین آموزش هوش هیجانی قبل و بعد از دوره های درمانی در رضایت زناشویی و رضایت از زندگی وجود دارد. بر این اساس، مشخص شد که اندازه اثر مقالات نوشته شده برای اکثر مطالعات بالا بود. به طور کلی با توجه به این نتیجه، مطالعات فردی به بررسی اثر آموزش هوش هیجانی بر رضایت زناشویی و سازگاری نشان می دهد که آموزش این نوع از رویکردهای درمانی بر رضایت و سازگاری اثر مثبت و بالایی دارد. بر این اساس، هنگامی که مطالعات انجام ، در زمینه های مختلف و در سال های مختلف به طور کلی مورد ارزیابی قرار می گیرد، به این نتیجه رسیده است که آموزش هوش هیجانی رضایت زناشویی و سازگاری زناشویی را به طور مثبت افزایش می دهد. می توان گفت که مقدار اندازه اثر تلفیقی محاسبه شده با توجه به مدل اثر تصادفی نشان دهنده یک اثر متوسط بر اساس طبقه بندی کوهن¹ و همکاران (2007). است.

به طور کلی یافته های حاضر نشان داد که آموزش هوش هیجانی بر رضایت زناشویی زوجین تأثیر معنادار دارد. بدین صورت که این آموزش توانسته منجر به بهبود رضایت زناشویی زوجین شود. نتایج یافته های این مطالعه همسو با مطالعات ؛ قربانی (1401)، نظری (1401)، سلحشوری و آتش پور (1400)، پناهی فر و مومنی (1400)، اخگر و فاتحی زاده (1400) ، محمودی (1399)، نادعلی (1397)، جعفری بلامی و همکاران (1396) جعفری بلامی و همکاران (1394)، گنجی و باقری (1394)، کرائی و همکاران (1394)، نریمانی و بخشایش (1393)، هدی (1391) و بارمحمدیان و همکاران (1390) همسو است.

در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر سازگاری و رضایت زناشویی زوجین میتوان بیان نمود که در آموزش هوش هیجانی بر مولفه های تمرکز می شود که این مولفه ها در مرکز ثقل این زندگی زناشویی بهنجار کاربرد بی نظیری دارد. از مولفه های قابل آموزش در پروتکل آموزش هوش هیجانی، خودآگاهی و ایجاد صمیمیت است (سلحشوری و آتش پور، 1400)

خودآگاهی در تصمیم گیریهای مهم و سرنوشت ساز زندگی نقش بسیار مهم و اساسی دارد و در سازماندهی هیجانات و مقابله با چالش های روزمره زندگی از جمله استرس و اضطراب تاثیر چشمگیری دارد. خود آگاهی ، خودکارآمدی و آگاهی هیجانی موجب می شود تا هریک از زوجین به شکل واقع

¹ . Cohen



گرایانه باورها، ارزشها، احساسات و هیجانات خود را بررسی کرده و از آن در جهت تصمیم گیریها به گونه ای که به نفع خود و روابط با همسر باشد، استفاده نمایند. بنابراین آموزش مشخصه های هوش هیجانی به خصوص خودآگاهی، خودکارآمدی و آگاهی هیجانی سبب می شود زوجین ویژگیهای اصلی شخصیت خود مانند افکار، باورها، هیجانات، ارزشها و نقاط ضعف و قوت خویش را کشف نماید و در جهت مدیریت آنها کوشش کند. به بنابراین زوجین با کسب خودآگاهی، مهارتهای هیجانی سازگاران را به دست آورده، احساسات خود را بخوبی شناخته و هدایت میکنند و احساسات همسر خود را نیز درک کرده و به روشنی و اثربخش با آن برخورد می کنند. این فرایند سبب می شود تا زوجین با شناخت خود و همسرش، بتواند افکار و رفتارهای سازگاران تری را در تعامل زوجی بکار گرفته و بر این اساس، روابط سازنده تری را باهم تجربه نمایند که این فرایند نیز با بهبود رضایت زناشویی در زوجین همراه است.

از طرفی به نظر می رسد که مجموعه ای از پدیده های اجتماعی (مانند تعاون، نועدوستی و داشتن ارتباط سازنده) از طریق همدلی با فرد رنجاننده تسهیل می شود. بر این اساس همدلی، مفاهیمی مانند همدردی، دلسوزی و عطوفت را درهم می آمیزد. از طرفی، همدلی، ظرفیت بنیادی افراد در تنظیم روابط، حمایت از فعالیتهای مشترک و انسجام گروهی است. بنابراین زوجین با کسب و برخورداری از همدلی، می توانند با افزایش بخشش و کسب مهارتهای مربوط به روابط بینفردی، تعاملات سازندهای با همسر خود به دست آورده و سازگاری زناشویی بالاتری را گزارش نمایند.

6- منابع:

اخگر، مسعود و فاتحی زاده، مریم. (1400). اثر بخشی آموزش هوش هیجانی بر بهبود انتظارات از ازدواج و افزایش مهارت تنظیم هیجانی جوانان در آستانه ازدواج. دوفصلنامه روانشناسی خانواده، 8(1)، 65-78.

پناهی فر سجاد، مومنی آریا (۱۴۰۰). اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر مولفه های هوش هیجانی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش سازگاری زوجین متقاضی طلاق. مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت. ۱۴۰۰؛ ۸ (۴): ۳۸-۵۰.

جعفری بلالمی نادر، خلیلیان علیرضا، پغوسیان روبن، نوابی نژاد شکوه (۱۳۹۴). تأثیر آموزش مهارت های مبتنی بر هوش هیجانی بر میزان رضایت زناشویی دانشجویان دانشگاه مازندران. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران. ۲۵ (۱۳۴): ۳۲۹-۳۳۴.

جعفری بلالمی، نادر، خلیلیان، علیرضا و زرگرنجاج، طاهره. (1396). تأثیر آموزش مؤلفه های هوش هیجانی

- بر افزایش مهارت های اجتماعی (با تأکید بر رضایت زناشویی) دانشجویان دانشگاه مازندران. طب و تزکیه، 24(4)، 81-90.
- سلمان پور حمزه، خادمی علی، شاکر علی، عیسی زادگان علی (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش مبتنی بر هوش جنسی بر عملکرد جنسی و سازگاری زناشویی زوجین مرد. رویش روان شناسی. ۱۱ (۱۰): ۱۶۱-۱۷۰.
- قربانی، افسانه، (۱۴۰۱)، اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر صمیمیت زناشویی زوجین فرعنگین شهر قاین، دهمین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب های اجتماعی و فرهنگی ایران، تهران.
- کرائی، شهلا، سودانی، منصور، مهرابی زاده هنرمند، مهناز و مکتبی، غلامحسین. (1394). اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر مهارت های حل مشکل خانواده در دانشجویان متأهل. دست آوردهای روان شناختی، 22(2)، 189-208.
- گنجی، کامران و امینیان، فریبرز (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر سازگاری و رضایت زناشویی زوجین. تحقیقات روانشناختی تابستان 1394 - شماره 26 (18 صفحه - از 37 تا 54).
- محمودی ثریا (۱۳۹۹). تاثیر آموزش مدیریت هوش هیجانی بر رضایت زناشویی و هوش هیجانی همسران آزادگان و مقایسه میزان رضایت زناشویی همسران آزادگان با همسران افراد عادی؛ مطالعه موردی شهر تهران. ۱. ۱۳۹۹؛ ۱ (۲): ۱۰۱-۱۰۵.
- نادعلی، هادی (۱۳۹۷)، بررسی اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر بخشودگی و سازگاری زناشویی در زوجین دارای روابط فرازناشویی: مطالعه تک آزمودنی، چهارمین کنفرانس پژوهش در علوم تربیتی، روانشناسی و علوم اجتماعی، تهران.
- نریمانی محمد، بخشایش رباب (۱۳۹۳). اثر بخشی آموزش پذیرش - تعهد بر بهزیستی روانشناختی، هیجانی و رضایت زناشویی زوجین در معرض طلاق. پژوهش های مشاوره. ۱۳ (۵۲): ۱۰۸-۱۲۳.
- نظری، ریحانه، 1401، اثربخشی آموزش مهارت های هوش هیجانی بر مهارت های حل مسئله و سازگاری زناشویی، هفتمین همایش بین المللی مدیریت، روانشناسی و علوم انسانی با رویکرد توسعه پایدار، تهران.
- یارمحمدیان، احمد. بندکدراهای، نازنین و عسگری، کریم (۱۳۹۶). تأثیر آموزش هوش هیجانی و مهارت های زندگی بر سازگاری زناشویی زوج های جوان. مجله تحقیقات روان شناسی. شماره 26 دوره 7 تابستان.

- Abbasi, A. R. K., Tabatabaei, S. M., Sharbaf, H. A., & Karshki, H. (2016). Relationship of attachment styles and emotional intelligence with marital satisfaction. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, 10(3)
- Bafrani, M. A., Nourizadeh, R., Hakimi, S., Mortazavi, S. A., Mehrabi, E., & Vahed, N. (2023). The effect of psychological interventions on sexual and marital satisfaction: a systematic review and Meta-analysis. *Iranian Journal of Public Health*, 52(1), 49
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2007). *Research methods in education*. New York: Routledge
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2011). *Marital conflict and children: An emotional security perspective*. Guilford Press
- Fitness, J. (2001). Emotional intelligence and intimate relationships. *Emotional intelligence in everyday life: A scientific inquiry*, 98-112
- Kuhn, T. S. (1970). *The structure of scientific revolutions*. Chicago: University of Chicago Press
- Lee, W. S., & McKinnish, T. (2019). Locus of control and marital satisfaction: Couple perspectives using Australian data. *Journal of Economic Psychology*, 74, 102205
- Mayorga Muñoz, C. E. I. I. A., Godoy Bello, M. P., Riquelme Sandoval, S. A. N. D. R. A., Ketterer Romero, I. U. C. Y., & Gálvez Nieto, J. I. (2016). relationship between teen behavior problems and interparental conflict in intact and single-parent families. *revista colombiana de psicología*, 25(1), 107-122
- Navabinejad, S., Rostami, M., & Parsakia, K. (2023). The mediating role of emotional intelligence in the relationship between marital conflicts and tendency to marital infidelity in couples. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling (JARAC)*, 5(1), 1-8
- Özgüç, S., & Tanrıverdi, D. (2018). Relations between depression level and conflict resolution styles, marital adjustments of patients with major depression and their spouses. *Archives of psychiatric nursing*, 32(3), 337-342
- Wagheiy, Y., Miri, M. R., & Ghasemipour, M. (2009). A survey about effective factors on the marital satisfaction in employees of two Birjand universities. *Journal of Birjand University of Medical Sciences*, 16(4), 43-50
- Wilson, S. J., Andridge, R., Peng, J., Bailey, B. E., Malarkey, W. B., & Kiecolt-Glaser, J. K. (2017). Thoughts after marital conflict and punch biopsy wounds: Age-graded pathways to healing. *Psychoneuroendocrinology*, 85, 6-13

Meta-analysis of the effectiveness of emotional intelligence training on marital satisfaction and compatibility

Fatima Salehi

Master's degree in Psychology, Azad University, North Tehran Branch, Tehran, Iran

Reza Hosseinpour*

Faculty member of the Department of Educational Sciences, Imam Hossein (AS) University, Tehran, Iran - Corresponding author

Abstract:

The development of intellectual skills, including emotional intelligence, plays an important role in the stability of couples' relationships, especially marital satisfaction and marital compatibility, so it is necessary to adopt a suitable approach to promote them. This study was conducted with the aim of investigating the effectiveness of emotional intelligence training on marital satisfaction and adjustment with a meta-analytical approach. The research is an electronic systematic review search using Persian databases including Nurmazg database, Civilica, academic jihad scientific system and Google search engine from 1390 to 1402 that all related clinical and experimental and quasi-experimental trials have been conducted related to the effectiveness of education. Emotional intelligence on marital satisfaction and compatibility was identified and analyzed. The systematic literature search retrieved 116 articles. After removing the duplicates and screening the titles and abstracts of the articles, the full text of the remaining 25 studies was carefully checked for eligibility. Finally, 15 articles were selected for systematic review. A meta-analysis was conducted on 15 studies on the effectiveness of emotional intelligence training on marital adjustment and satisfaction. The findings showed that the effect of all the studies related to emotional intelligence training had a significant effect on the satisfaction and marital compatibility of couples ($p > 0.001$), so that this training was able to improve the satisfaction and marital compatibility of couples. The meta-analysis results showed the effect of psychological interventions based on emotional intelligence training on increasing marital satisfaction and compatibility of couples. However, more clinical trials are needed before definitive conclusions can be drawn.

Keywords: meta-analysis, emotional intelligence training, marital satisfaction, marital compatibility