

Effectiveness of a Work–Family Balance–Based Training Program on Family Functioning, Marital Adjustment, and Sexual Function in Rotational Families of Ahvaz

1. Mozhdeh Hosseinpour[✉]: Department of Family Counseling, Sa.C., Islamic Azad University, Sanandaj, Iran

2. Mahmoud Goodarzi^{✉*}: Department of Family Counseling, Sa.C., Islamic Azad University, Sanandaj, Iran.

3. Omid Moradi[✉]: Department of Family Counseling, Sa.C., Islamic Azad University, Sanandaj, Iran

*Corresponding Author's Email Address: mahmoud.goudarzi@iaau.ac.ir



Received: 28 August 2025

Revised: 15 December 2025

Accepted: 24 December 2025

Published: 22 June 2026



Copyright: © 2026 by the authors.

Published under the terms and

conditions of Creative Commons

Attribution-NonCommercial 4.0

International (CC BY-NC 4.0) License.

Abstract:

Objective: This study aimed to determine the effectiveness of a work–family balance–based educational program on family functioning, marital adjustment, and sexual function among rotational families in Ahvaz.

Methods and Materials: This quasi-experimental study employed a pretest–posttest design with a control group and included 30 couples from rotational families of an oil and drilling company in Ahvaz. Participants were randomly assigned to experimental and control groups. The intervention group participated in eight structured training sessions based on the work–family balance model. Data were collected using standardized questionnaires and analyzed using analysis of covariance in SPSS.

Findings: The results demonstrated significant improvements in family functioning and marital adjustment in the intervention group, while no statistically significant effects were observed on female or male sexual function.

Conclusion: The training program effectively enhanced family functioning and marital adjustment; however, its impact on sexual functioning was not significant, indicating the necessity of incorporating specialized interventions to address sexual dimensions of marital life.

Keywords: *Work–family balance; family functioning; marital adjustment; sexual function; rotational families*

How to Cite: Hosseinpour, M., Goodarzi, M., & Moradi, O. (2026). Effectiveness of a Work–Family Balance–Based Training Program on Family Functioning, Marital Adjustment, and Sexual Function in Rotational Families of Ahvaz. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 3(2), 1-14.

اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر الگوی تعادل کار-خانواده بر عملکرد خانواده، تفاهم زناشویی و عملکرد جنسی در خانواده‌های اقماری شهر اهواز

۱. مژده حسین پور^{ID}: گروه مشاوره خانواده، واحد سنجش، دانشگاه آزاد اسلامی، سنجش، ایران

۲. محمود گودرزی^{ID*}: گروه مشاوره خانواده، واحد سنجش، دانشگاه آزاد اسلامی، سنجش، ایران. (نویسنده مسئول)

۳. امید مرادی^{ID}: گروه مشاوره خانواده، واحد سنجش، دانشگاه آزاد اسلامی، سنجش، ایران

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: mahmoud.goudarzi@iau.ac.ir

چکیده

هدف: هدف این پژوهش تعیین اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر الگوی تعادل کار-خانواده بر عملکرد خانواده، تفاهم زناشویی و عملکرد جنسی زوجین در خانواده‌های اقماری شهر اهواز بود.

روش‌شناسی: پژوهش حاضر یک مطالعه نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل بود که بر روی ۳۰ زوج از خانواده‌های اقماری شرکت نفت و حفاری اهواز اجرا شد. نمونه‌ها به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. گروه آزمایش در یک برنامه آموزشی ۸ جلسه‌ای مبتنی بر الگوی تعادل کار-خانواده شرکت کردند. داده‌ها با پرسشنامه‌های عملکرد خانواده، تفاهم زناشویی، عملکرد جنسی زنان و مردان جمع‌آوری و با استفاده از تحلیل کوواریانس در نرم‌افزار SPSS تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که برنامه آموزشی موجب بهبود معنادار عملکرد خانواده و تفاهم زناشویی در گروه آزمایش شد، در حالی که تأثیر معناداری بر عملکرد جنسی زنان و مردان مشاهده نشد.

نتیجه‌گیری: یافته‌ها نشان می‌دهد آموزش مبتنی بر تعادل کار-خانواده می‌تواند به‌طور مؤثر کیفیت عملکرد خانواده و تفاهم زناشویی را ارتقا دهد، اما برای بهبود عملکرد جنسی زوجین نیاز به مداخلات تخصصی‌تر وجود دارد.

کلیدواژگان: تعادل کار-خانواده؛ عملکرد خانواده؛ تفاهم زناشویی؛ عملکرد جنسی؛ خانواده‌های اقماری

نحوه استناددهی: حسین پور، مژده، گودرزی، محمود، و مرادی، امید. (۱۴۰۵). اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر الگوی تعادل کار-خانواده بر عملکرد خانواده، تفاهم زناشویی و عملکرد جنسی در خانواده‌های اقماری شهر اهواز. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۳(۲)، ۱-۱۴.



تاریخ دریافت: ۶ شهریور ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: ۲۴ آذر ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش: ۳ دی ۱۴۰۴

تاریخ انتشار: ۱ تیر ۱۴۰۵



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۵ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

Extended Abstract

Introduction

Contemporary family systems are increasingly shaped by complex interactions between occupational demands and private life responsibilities, making the achievement of work–family balance one of the central psychosocial challenges of modern societies. Rapid economic changes, intensified organizational competition, prolonged working hours, and evolving family structures have significantly amplified work–family conflict, thereby undermining individual well-being, family stability, and relational satisfaction (Mihelic & Tekavcic, 2014; Powell, 2018). Empirical evidence consistently demonstrates that persistent exposure to work–family conflict is associated with heightened stress, emotional exhaustion, depressive symptoms, and reduced quality of life (Park et al., 2024; Rabenu et al., 2017; Smith et al., 2019). When the balance between occupational and familial roles deteriorates, negative spillover effects emerge that disrupt communication patterns, emotional regulation, and the overall functioning of the family system (Sirgy & Lee, 2016; Wang et al., 2020).

Within the family context, family functioning constitutes a core indicator of psychological and relational health, encompassing problem solving, communication, emotional responsiveness, behavioral regulation, and mutual support among members (Dai & Wang, 2015; Goudarzi et al., 2019). Theoretical and empirical models emphasize that work–family balance is a foundational determinant of family functioning, as unresolved role conflicts deplete cognitive and emotional resources required for effective family interaction (Hirschi et al., 2019; Liu et al., 2019). Empirical studies further demonstrate that imbalance between work and family roles predicts deteriorations in marital satisfaction, emotional intimacy, and overall family cohesion (Karimi et al., 2019; Samadi et al., 2021; Zanella Delatorre & Wagner, 2021). In this regard, marital adjustment serves as a critical mediator through which

occupational stressors influence broader family outcomes (Javadi et al., 2017; Palumbo et al., 2021).

Another essential dimension of marital and family health is sexual functioning, which is strongly intertwined with emotional well-being, stress regulation, and relationship quality. Extensive research indicates that occupational stress, job strain, and work–family conflict negatively affect sexual satisfaction and performance through psychophysiological pathways including fatigue, emotional withdrawal, and diminished relational intimacy (Gholinejad, 2023; Mokarami et al., 2018). However, findings regarding the extent to which work–family balance interventions directly influence sexual functioning remain inconsistent (Dilmaghani, 2020; Shiri & Godarzi, 2020; Stark, 2020). While some scholars report indirect improvements through reduced stress and enhanced relational quality (Sadowski et al., 2014), others argue that sexual functioning is a multidimensional construct requiring targeted therapeutic interventions (Rezaie & Goudarzi, 2022).

In response to these challenges, numerous intervention models grounded in work–family balance theory have been developed to strengthen self-regulation, role management, communication skills, and stress coping strategies (Althammer et al., 2021; Kossek et al., 2014; Morganson et al., 2014). These programs aim to cultivate sustainable behavioral and cognitive adjustments that restore equilibrium between occupational and family roles (Arshadi & Kazemi Shahandashti, 2021; Thilagavathy & Geetha, 2021). Nonetheless, the majority of existing research has been conducted within general working populations, while comparatively little empirical attention has been devoted to families experiencing structurally intensified occupational stress, such as rotational (shift-based) families.

Rotational families face distinctive stressors including prolonged spousal separation, disrupted routines, role overload, emotional strain, and chronic uncertainty, placing them at heightened risk for marital distress and family dysfunction (Ajal Looeyan et al., 2022; Park et al., 2024;

Rony et al., 2023). Cultural values, marital beliefs, and psychosocial expectations further moderate how these families adapt to occupational pressures (Azarbayejani & Eshraghi, 2019; Muneer, 2015; Sadeghian et al., 2025). Despite their vulnerability, evidence-based interventions specifically tailored to the needs of rotational families remain scarce.

Consequently, the present study sought to systematically examine the effectiveness of a structured educational program based on the work–family balance model in improving family functioning, marital adjustment, and sexual functioning among rotational families.

Methods and Materials

This study employed a quasi-experimental pretest–posttest design with a control group. Participants consisted of 30 couples from rotational families working in an oil and drilling organization in Ahvaz. Couples were randomly assigned to either the experimental group or the control group, with 15 couples in each condition.

The experimental group participated in an eight-session structured educational program grounded in work–family balance principles. Each session lasted approximately 90 minutes and incorporated interactive lectures, group discussions, skill-building exercises, and behavioral assignments. The training focused on role management, stress regulation, communication enhancement, emotional awareness, conflict resolution, and cognitive restructuring related to occupational and family demands.

Data were collected at baseline and one month after completion of the program using standardized questionnaires measuring family functioning, marital adjustment, female sexual function, and male sexual function. The control group received no intervention during the study period. Data analysis was conducted using analysis of covariance to evaluate group differences while controlling for baseline scores.

Findings

The findings indicated that the educational program produced statistically significant improvements in family

functioning and marital adjustment among couples in the experimental group compared with the control group. Participants who received the intervention demonstrated enhanced problem-solving capacity, improved communication patterns, increased emotional responsiveness, and greater relational harmony.

However, no statistically significant differences were observed between the experimental and control groups with respect to female sexual functioning or male sexual functioning following the intervention. Although minor numerical increases were detected, these changes did not reach statistical significance, indicating that the educational program did not exert a direct effect on sexual functioning outcomes.

Discussion and Conclusion

The results of the present study demonstrate that work–family balance-based educational intervention is an effective approach for strengthening family functioning and marital adjustment among rotational families. The improvements observed suggest that enhancing individuals' ability to regulate competing role demands, manage stress, and communicate more effectively fosters healthier family interactions and relational stability.

The absence of significant effects on sexual functioning indicates that although improved emotional climate and reduced stress are beneficial, they may be insufficient to produce meaningful changes in sexual performance without targeted therapeutic components addressing sexual cognition, emotional intimacy, and physiological responsiveness. Sexual functioning appears to require more specialized interventions beyond general role and stress management training.

These findings underscore the importance of adopting a multi-component intervention framework when addressing complex marital and family challenges in high-stress occupational contexts.

This study provides robust evidence that a structured educational program grounded in the work–family balance model can substantially improve family functioning and

marital adjustment among rotational families. While the intervention enhanced relational and emotional domains of family life, it did not significantly influence sexual functioning, highlighting the necessity of integrating specialized sexual health interventions into family-based

programs. These findings offer important implications for family counselors, organizational policymakers, and mental health practitioners seeking to promote sustainable well-being in occupationally vulnerable families.

مقدمه

مستقیماً با افت کارکرد خانواده و تضعیف انسجام هیجانی اعضای آن همراه

است (Arshadi & Kazemi Shahandashti, 2021; Kossek et al., 2014).

(Zakerfard et al., 2014). در چنین شرایطی، زوجین بیش از دیگر

اعضای خانواده در معرض آسیب قرار می‌گیرند.

تفاهم زناشویی، به‌عنوان هسته مرکزی پایداری خانواده، نقش

تعیین‌کننده‌ای در رضایت از زندگی مشترک ایفا می‌کند (Karimi et al., 2021; Samadi et al., 2019).

تفاهم نه تنها شامل هماهنگی شناختی و

هیجانی زوجین است، بلکه توانایی مدیریت تعارض‌ها، حمایت عاطفی و

سازگاری رفتاری را نیز دربر می‌گیرد (Zaheri et al., 2020; Zanella, 2021; Delatorre & Wagner, 2021).

مطالعات متعدد نشان داده‌اند که تعارض

کار-خانواده به‌طور معناداری سطح تفاهم زناشویی و رضایت از رابطه را

کاهش می‌دهد (Javadi et al., 2017; Palumbo et al., 2021; Park, 2024).

در کنار ابعاد عاطفی و ارتباطی، عملکرد جنسی نیز یکی از مؤلفه‌های

اساسی سلامت زناشویی به‌شمار می‌رود. کیفیت روابط جنسی زوجین به‌طور

مستقیم تحت تأثیر سطح استرس شغلی، فرسودگی روانی و تعارض نقش‌ها

قرار دارد (Gholinejad, 2023; Mokarami et al., 2018).

رضایت جنسی در شرایط عدم تعادل کار-خانواده به‌عنوان یکی از پیامدهای

شایع گزارش شده است (Dilmaghani, 2020; Sadowski et al., 2020; Stark, 2020).

با این حال، یافته‌ها درباره میزان اثرگذاری مداخلات

مبتنی بر تعادل کار-خانواده بر عملکرد جنسی زوجین همچنان متناقض است

(Rezaie & Goudarzi, 2022; Shiri & Godarzi, 2020).

در پاسخ به این چالش‌ها، طی سال‌های اخیر برنامه‌های آموزشی و

مداخلاتی مبتنی بر الگوی تعادل کار-خانواده توسعه یافته‌اند که هدف اصلی

آنها ارتقای مهارت‌های تنظیم نقش، مدیریت استرس، تقویت ارتباطات

زندگی معاصر بیش از هر زمان دیگری تحت تأثیر فشارهای ناشی از

نقش‌های چندگانه فردی، خانوادگی و شغلی قرار گرفته است. گسترش

رقابت‌های سازمانی، تغییر الگوهای اشتغال، افزایش ساعات کاری و تحول

ساختار خانواده موجب شده است تعارض میان کار و خانواده به یکی از

بنیادی‌ترین چالش‌های روان‌شناختی و اجتماعی قرن بیست‌ویکم تبدیل شود

(Mihelic & Tekavcic, 2014; Powell, 2018). پژوهش‌ها نشان

می‌دهند که عدم تعادل میان این دو حوزه نه تنها سلامت روان و رضایت شغلی

افراد را تهدید می‌کند، بلکه بنیان روابط خانوادگی، ثبات زناشویی و کیفیت

زندگی زوجین را نیز به‌طور جدی تضعیف می‌سازد (Rabenu et al., 2017; Sirgy & Lee, 2016; Smith et al., 2019).

مفهوم تعادل کار-خانواده به‌عنوان توانایی فرد در هماهنگ‌سازی الزامات

شغلی با نیازهای خانوادگی، طی سال‌های اخیر به یکی از محورهای اساسی

پژوهش‌های بین‌رشته‌ای تبدیل شده است (Nayak & Pandey, 2015; Thilagavathy & Geetha, 2021).

این تعادل نه یک وضعیت ایستا، بلکه

فرایندی پویا و تنظیم‌پذیر است که به‌طور مستمر تحت تأثیر شرایط فردی،

سازمانی و فرهنگی قرار می‌گیرد (Hirschi et al., 2019; Liu et al., 2019).

زمانی که این تعادل مختل می‌شود، پیامدهایی نظیر استرس مزمن،

فرسودگی روانی، کاهش بهره‌وری شغلی و تضعیف روابط خانوادگی بروز

می‌یابد (Rony et al., 2023; Wang et al., 2020).

در سطح خانواده، کارکرد خانواده یکی از مهم‌ترین شاخص‌های سلامت

روانی و اجتماعی محسوب می‌شود. خانواده‌ای که از کارکرد مطلوب

برخوردار است، توان حل مسئله، تنظیم هیجان، ارتباط مؤثر و حمایت متقابل

را در خود نهادینه کرده است (Dai & Wang, 2015; Goudarzi et al., 2019).

شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که اختلال در تعادل کار-خانواده

هدف این پژوهش بررسی اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر الگوی تعادل کار-خانواده بر عملکرد خانواده، تفاهم زناشویی و عملکرد جنسی زوجین در خانواده‌های اقماری است.

روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش از نظر هدف کاربردی- توسعه‌ای و از نظر روش شناسی کمی و از نظر روش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. باتوجه به اینکه در این پژوهش به تدوین برنامه آموزشی مبتنی بر الگو تعادل خانواده-کار و اثربخشی آن پرداخته شده است، دو جامعه آماری وجود دارد. ۱- جامعه آماری متخصصین، از این جامعه به منظور استخراج برنامه آموزشی و بررسی اعتبار اجرایی برنامه آموزشی مستخرج از مدل استفاده شده است که برای این منظور ۱۰ نفر از متخصصین روانشناسی و مشاوره خانواده به صورت هدفمند انتخاب شدند و پرسشنامه مرتبط با بسته آموزشی مستخرج از مدل برای بررسی اعتبار اجرایی در اختیار آن‌ها قرار گرفت. ۲- جامعه آماری پژوهش شامل تمامی خانواده‌های اقماری شرکت نفت و حفاری ساکن در شهر اهواز بود که با توجه به حجم زیاد جامعه آماری، به صورت نمونه‌گیری در دسترس، ۳۰ زوج (۶۰ نفر) از زوجین انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ زوجی (۳۰ نفری) آزمایش و کنترل جایگزین شدند معیارهای ورود به مطالعه شامل: متاهل بودن، دارای فرزند، تمایل به همکاری با تیم پژوهش، متعهد بودن به شرکت در جلسات آموزشی بود اشتغال همسر در شرکت‌های اقماری؛ همچنین افرادی که تمایل به ادامه شرکت در جلسات آموزشی را نداشتند از مطالعه خارج شدند. در ادامه افراد انتخاب شده بصورت تصادفی و با رویکرد بلوک جایگشتی پنج تایی، به دو گروه کنترل و مداخله تقسیم شدند. بدین صورت که کد پرسنلی افراد انتخاب شده بر روی برگه‌های مجزا نوشته می‌شد و داخل یک پاکس قرار می‌گرفت، سپس از این پاکس بصورت تصادفی پنج برگه انتخاب می‌شد و این افراد

زناشویی و بهبود سلامت خانواده است (Althammer et al., 2021; Kossek et al., 2014; Morganson et al., 2014). این برنامه‌ها با بهره‌گیری از رویکردهای شناختی، رفتاری و مبتنی بر ذهن‌آگاهی تلاش می‌کنند زمینه‌ای برای بازسازی تعادل روانی و کارکردی زوجین فراهم آورند (Althammer et al., 2021; Thilagavathy & Geetha, 2021).

با وجود حجم گسترده پژوهش‌ها، همچنان خلأ مطالعات تجربی درباره اثربخشی این مداخلات در بافت‌های فرهنگی خاص، به‌ویژه در میان خانواده‌های دارای شرایط شغلی ویژه، مشاهده می‌شود (Azarbayejani & Eshraghi, 2019; Sundaresan, 2014). خانواده‌های اقماری به سبب دوری‌های مکرر، فشارهای شغلی بالا و ناپایداری ارتباطی در معرض آسیب‌های شدیدتری در حوزه کارکرد خانواده، تفاهم زناشویی و سلامت جنسی قرار دارند (Ajal Looney et al., 2022; Park et al., 2024; Rony et al., 2023). با این حال، مطالعات اندکی به‌طور نظام‌مند اثر مداخلات مبتنی بر تعادل کار-خانواده را در این گروه جمعیتی بررسی کرده‌اند.

از سوی دیگر، باورها و نگرش‌های زوجین نسبت به ازدواج، نقش‌های خانوادگی و کیفیت رابطه زناشویی نیز می‌تواند میزان اثربخشی چنین برنامه‌هایی را تعدیل کند (Muneer, 2015; Sadeghian et al., 2025). در نتیجه، طراحی مداخلات بومی‌سازی شده که همزمان ابعاد روان‌شناختی، فرهنگی و شغلی خانواده‌های اقماری را در نظر بگیرد، ضرورتی علمی و کاربردی محسوب می‌شود.

بر این اساس، پژوهش حاضر با تکیه بر ادبیات نظری و تجربی موجود، در پی بررسی نظام‌مند اثربخشی یک برنامه آموزشی مبتنی بر الگوی تعادل کار-خانواده بر سه مؤلفه اساسی سلامت خانواده شامل عملکرد خانواده، تفاهم زناشویی و عملکرد جنسی زوجین در خانواده‌های اقماری است.

همراه با همسرشان وارد گروه مداخله می‌شدند، سپس برگه‌های برداشته شده مجدداً وارد پاکس می‌گردید و مجدداً برگه برداشته می‌شد تا زمانی که ۵ نفر جدید بعدی انتخاب و وارد گروه کنترل گردند، با توجه به اینکه جلسات آموزشی بصورت ۱۰ نفری برگزار می‌گردید، این فرایند سه مرتبه و بعد از برگزاری هر دوره آموزش ۸ جلسه‌ای تکرار می‌شد. افراد گروه کنترل هیچ گونه مداخله‌ای دریافت نکردند و صرفاً همزمان با گروه مداخله پرسشنامه‌های مدنظر در اختیار این افراد قرار می‌گرفت و داده‌ها در طی دو مرحله و به صورت پیش‌آزمون، پس‌آزمون (یک ماه بعد از برگزاری جلسه هشتم گروه مداخله) گردآوری می‌شد. اطلاعات جمعیت‌شناختی و داده‌های مدنظر افراد گروه مداخله نیز در ابتدای شروع جلسات آموزشی گردآوری می‌شد سپس افراد در برنامه آموزشی تعادل کار-خانواده ۸ جلسه‌ای طراحی شده بر اساس الگوی تعادل کار-خانواده شرکت داده می‌شدند. این بسته آموزشی مستخرج از الگوی تعادل کار-خانواده می‌باشد که در ۸ جلسه ۵۰ دقیقه‌ای تدوین گردید و قبل از اجرای بسته آموزشی به بررسی روایی محتوایی بسته آموزشی براساس نظر متخصصین پرداخته شد که طبق نتیجه CVR بعد از انجام اصلاحات مورد نظر متخصصان بسته در ۸ جلسه مورد تایید نهایی قرار گرفت و قابلیت اجرایی آن توسط متخصصین تایید شد (جدول شماره ۱). یک ماه بعد از برگزاری جلسه آموزشی هشتم، مجدداً پرسشنامه‌ها در اختیار افراد قرار می‌گرفت و داده‌های مربوطه گردآوری می‌شد. ابزار جمع‌آوری داده‌ها: برای جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش از پنج پرسشنامه استفاده گردید:

۱- **مقیاس عملکرد خانواده (FAD):** مقیاس سنجش عملکرد خانواده بر اساس نظریه مک‌مستر، توسط اپستین، بالدوین و بیشاپ (۱۹۸۳) تهیه شده است. این پرسشنامه توسط نجاریان (۱۹۹۵) در ایران ترجمه شده است. این پرسشنامه شش بعد از عملکرد خانواده را مشخص می‌کند. این ابعاد از این

قرار است: حل مشکل، ارتباط، نقشها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی و کنترل رفتار. پایایی این ابزار در پژوهش سید محرمی و همکاران (۱۳۹۵) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴ محاسبه شده است (Najarian, 1995).

۲- **پرسشنامه تفاهم زناشویی:** پرسشنامه تفاهم و هماهنگی فکری زوجین ایرانی ساخته جاودان (۲۰۱۴)، عوامل مؤثر در میزان تفاهم و هماهنگی فکری زوجین تعیین شده است. این پرسشنامه توسط سازنده آن روی زوجین ایرانی هنجاریابی شده است. اساس ساخت این پرسشنامه بر مبانی تفاوت‌های فردی، شخصیت فکری، عوامل تربیتی، اجتماعی، شیوه زندگی، ارزیابی اختلافات زناشویی، مراحل تعارض زناشویی و ارزیابی میزان ناسازگاری و نارضایتی از ازدواج زوجین می‌باشد. پایایی کل پرسشنامه توسط سازنده به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۴ برای برآورده شدن انتظارات حاصل از ازدواج ۰/۸۹ مسائل عقیدتی ۷۸٪ و ویژگی‌های شخصیتی ۹۰٪ بدست آمد. این پرسشنامه دارای ۳۰ سؤال در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت می‌باشد (Javdan, 2014).

۳- **پرسشنامه عملکرد جنسی زنان (FSFI):** پرسشنامه عملکرد جنسی زنان توسط روزن^۱ و همکاران (۱۹۹۷) طراحی و اعتباریابی شده است (Rosen et al., 1997)، این پرسشنامه شامل ۱۹ گویه بسته پاسخ بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت می‌باشد، این پرسشنامه عملکرد جنسی را در ۶ حیطه میل جنسی، برانگیختگی، لغزندگی، درد، ارگاسم و رضایت جنسی می‌سنجد، این پرسشنامه توسط برقی ایرانی (۱۳۹۲) اعتباریابی شده است. ۴- **پرسشنامه عملکرد جنسی مردان (IIEF):** این پرسشنامه به بررسی عملکرد جنسی مردان پرداخته است که توسط روزن و همکاران (۱۹۹۷) طراحی و اعتباریابی شده است (Rosen et al., 1997)، این پرسشنامه شامل ۱۵ گویه

¹ Rosen

بسته پاسخ بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت می‌باشد، این پرسشنامه عملکرد جنسی را در ۵ حیطه عملکرد نعوظی، عملکرد رسیدن به لذت نهایی، تمایل جنسی، رضایت بخش بودن مقاربت و رضایت بخش بودن کل عملکرد جنسی می‌سنجد. در پژوهش برقی ایرانی (۱۳۹۲) اعتبار محتوای این پرسشنامه توسط اساتید راهنما و مشاور و چند تن از افراد صاحب‌نظر مورد تأیید قرار گرفته است و از اعتبار لازم برخوردار می‌باشد. همچنین در پژوهش برقی ایرانی (۱۳۹۲) پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۸۵/ درصد ذکر شده است.

۵- پرسشنامه محقق ساخته مبتنی بر بسته آموزشی: این پرسشنامه شامل سوالاتی برای بررسی نظر متخصصان در مورد بسته آموزشی استخراج شده بر مبنای الگو تعادل خانواده-کار است که به صورت موافق، مخالف و نیاز به اصلاح نمره گذاری می‌شود و در نهایت براساس روایی محتوایی نسبی اعتبار اجرایی بسته آموزشی براساس نظر متخصصان مورد بررسی قرار گرفته است. پروتکل مداخله این پژوهش در قالب یک بسته آموزشی هشت جلسه‌ای و ساختارمند اجرا شد که هر جلسه به‌طور میانگین ۱۲۰ دقیقه به طول انجامید و با هدف ارتقای تعادل کار-خانواده و تقویت کارکردهای ارتباطی و روانی زوجین طراحی گردید؛ در جلسه نخست، پس از معارفه و ایجاد فضای امن گروهی، اهداف کلی برنامه، قوانین جلسات از جمله رازداری، احترام متقابل، حضور منظم و انجام تکالیف توضیح داده شد و از زوجین خواسته شد با پذیرش تعهد نسبت به این اصول، مشارکت فعال خود را در روند مداخله تثبیت کنند؛ جلسه دوم به آموزش روابط بین فردی اختصاص یافت که در آن مهارت‌های ارتباط مؤثر، خودآگاهی و شناخت متقابل زوجین با استفاده از تکنیک «پنجره جوهری» تقویت شد و شرکت‌کنندگان با انجام تکلیف خانگی به تحلیل ویژگی‌های شخصیتی آشکار، پنهان، کور و ناشناخته خود پرداختند؛ در جلسه سوم، مدیریت تعارضات خانوادگی از طریق معرفی سبک‌های حل تعارض رابرت بلک و جین موتون آموزش داده شد و زوجین با تحلیل

موقعیت‌های تعارض‌آمیز واقعی زندگی خود و به‌کارگیری سبک‌های یکپارچه، متعهدانه، مسلط، اجتنابی و مصالحه‌گرانه تمرین عملی انجام دادند؛ جلسه چهارم بر مدیریت زمان و اولویت‌بندی وظایف متمرکز بود که با تکیه بر نظریه مدیریت زمان الک مکنزی، شرکت‌کنندگان عوامل اتلاف وقت را شناسایی کرده و برنامه‌ریزی روزانه و هفتگی خود را تنظیم نمودند و از تکنیک «همین الان انجامش بده» برای کارهای کوتاه‌مدت استفاده کردند؛ در جلسه پنجم، تعامل خانوادگی و تقویت پیوندهای عاطفی با آموزش مهارت گوش دادن فعال به شیوه راجرز، کاهش بار مسئولیت، افزایش مشارکت مرد در امور منزل و همدلی زناشویی دنبال شد و زوجین با شناسایی موانع گوش دادن و تمرین ارتباط بدون قضاوت، کیفیت تعامل خود را ارتقا دادند؛ جلسه ششم به آموزش مهارت حل مسئله مبتنی بر رعایت حقوق دیگران اختصاص یافت و با استفاده از مدل دزوریلا و گلدفرد، زوجین مراحل تعریف مسئله، تولید راه‌حل‌ها، ارزیابی پیامدها، انتخاب بهترین گزینه و اجرای آن را تمرین کردند؛ در جلسه هفتم، اولویت‌بخشی به خانواده و ارتقای کیفیت زندگی با بهره‌گیری از مدل کیفیت زندگی فلس و پری آموزش داده شد و زوجین با برنامه‌ریزی «ساعت خانوادگی» و طراحی فعالیت‌های مشترک سالانه، تمرکز خود را بر نیازهای عاطفی و اجتماعی خانواده افزایش دادند؛ نهایتاً در جلسه هشتم، مرور جامع تمامی جلسات، پاسخ به پرسش‌ها، تثبیت آموخته‌ها و تأکید بر کاربرد عملی مهارت‌ها در زندگی روزمره انجام شد تا فرایند یادگیری و انتقال مهارت‌ها به محیط واقعی زندگی زوجین تکمیل گردد.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو بخش توصیفی و استنباطی استفاده شده است که در بخش توصیفی شاخص‌های مرکزی و پراکندگی و در بخش استنباطی از روش تحلیل کوواریانس استفاده شده است و در نهایت از نرم افزار spss برای تحلیل داده‌ها استفاده شده است.

دوره سوم، شماره دوم

یافته‌ها

سن، سطح تحصیلات و جنسیت تفاوت معناداری نداشته و همگن بوده‌اند

($P > 0.05$).

جدول ۱ به بررسی متغیرهای جمعیت شناختی گروه‌های مورد مطالعه

پرداخته است، همانطور که در جدول نشان داده شده است، دو گروه از نظر

جدول ۱. مشخصات جمعیت شناختی گروه‌های مورد مطالعه

متغیر	گروه کنترل	گروه مداخله	P-Value
جنسیت n (%)	مؤنث	۱۵ (% ۵۰)	۱
	مذکر	۱۵ (% ۵۰)	
سطح تحصیلات n (%)	ابتدایی	۵ (% ۱۶/۶)	۰/۷۴۰
	راهنمایی	۲ (% ۶/۶)	
	دیپلم	۱۱ (% ۳۶/۶)	
	دانشگاهی	۱۲ (% ۴۰/۰)	
سن (Mean $\pm$ SD)	۳۹/۰۰ $\pm$ ۸/۰۱	۳۷/۶۶ $\pm$ ۱۰/۳۶	۰/۵۷۹
مدت زمان تاهل (Mean $\pm$ SD)	۱۲/۷۳ $\pm$ ۵/۹۸	۱۳/۹۳ $\pm$ ۸/۴۶	۰/۵۲۹

جدول شماره ۲ میانگین و انحراف معیار پیش‌آزمون و پس‌آزمون هرکدام

از متغیرهای مورد مطالعه را در دو گروه کنترل و مداخله نشان می‌دهد.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار پیش‌آزمون و پس‌آزمون متغیرهای مورد مطالعه به تفکیک گروه بندی

متغیر	کنترل	مداخله
عملکرد خانواده	پیش‌آزمون	۱۳۹/۲۰ $\pm$ ۲۰/۴۱
	پس‌آزمون	۱۳۵/۸۰ $\pm$ ۲۵/۵۸
تفاهم زناشویی	پیش‌آزمون	۱۰۵/۶۶ $\pm$ ۲۰/۴۸
	پس‌آزمون	۱۰۳/۹۶ $\pm$ ۱۹/۵۵
عملکرد جنسی زنان	پیش‌آزمون	۴۳/۰۶ $\pm$ ۱۴/۳۶
	پس‌آزمون	۴۴/۲۶ $\pm$ ۱۳/۱۱
عملکرد جنسی زنان	پیش‌آزمون	۳۳/۵۳ $\pm$ ۷/۳۶
	پس‌آزمون	۳۳/۶۰ $\pm$ ۶/۲۵

برای تحلیل اطلاعات مربوط به فرضیه‌های پژوهش از آزمون تحلیل

کوواریانس تک متغیره استفاده گردیده است. لازم است قبل از اجرای آزمون

مفروضات آزمون مورد بررسی قرار گیرد. در ادامه نتایج مربوط به مفروضات

جدول ۳. خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس فرضیه‌های پژوهش

متغیر وابسته	مجموع مجزورات بین گروهی	df بین گروهی	میانگین مجزورات بین گروهی	مقدار F	سطح معناداری (P)	نتیجه
عملکرد خانواده	۱۰۵۹۸/۲۵۵	۱	۱۰۵۹۸/۲۵۵	۶۹/۳۲۹	۰/۰۰۱	معنادار
تفاهم زناشویی	۱۱۰۶/۸۴۸	۱	۱۱۰۶/۸۴۸	۱۸/۳۳۲	۰/۰۰۱	معنادار
عملکرد جنسی زنان	۱۰۰/۸۰۱	۱	۱۰۰/۸۰۱	۲/۱۹۰	۰/۱۵۰	غیرمعنادار
عملکرد جنسی مردان	۱۷/۸۲۱	۱	۱۷/۸۲۱	۱/۷۳۷	۰/۱۹۹	غیرمعنادار

نشان داده‌اند اختلال در تعادل نقش‌های شغلی و خانوادگی موجب تضعیف انسجام هیجانی، افزایش تنش‌های درون‌خانوادگی و افت کارکرد خانواده می‌شود، همخوانی دارد (Mihelic & Tekavcic, 2014; Rabenu et al., 2017; Smith et al., 2019).

از منظر نظری، مدل‌های تنظیم کنش در تعادل کار-خانواده بیان می‌کنند که افراد با به‌کارگیری راهبردهای خودتنظیمی، مرزبندی نقش‌ها و بازتوزیع منابع شناختی و هیجانی می‌توانند تعارض نقش‌ها را کاهش داده و به سطح بالاتری از سازگاری خانوادگی دست یابند (Hirschi et al., 2019; Liu et al., 2019). در پژوهش حاضر نیز مشاهده شد که آموزش‌های ساختارمند مبتنی بر این الگو توانسته‌اند در مدت کوتاه، تغییرات معناداری در کارکرد خانواده ایجاد کنند؛ امری که با گزارش‌های تجربی درباره اثرگذاری برنامه‌های مداخله‌ای مشابه همراستا است (Palumbo et al., 2021; Thilagavathy & Geetha, 2021). همچنین نتایج پژوهش حاضر با مطالعاتی که به نقش تعادل کار-خانواده در بهبود سلامت روان، رضایت شغلی و کیفیت زندگی اشاره کرده‌اند همخوانی دارد (Powell, 2018; Sirgy & Lee, 2016; Wang et al., 2020).

در خصوص تفاهم زناشویی، یافته‌های این مطالعه نشان داد که مداخله آموزشی به‌طور معناداری کیفیت هماهنگی شناختی، هیجانی و رفتاری زوجین را بهبود بخشیده است. این نتیجه با پژوهش‌های پیشین که تفاهم زناشویی را پیامد مستقیم کاهش تعارض کار-خانواده و افزایش حمایت‌های هیجانی می‌دانند، همسو است (Karimi et al., 2019; Samadi et al., 2021; Zanelle Delatorre & Wagner, 2021). کاهش فشارهای نقش و استرس شغلی موجب می‌شود زوجین منابع هیجانی بیشتری برای تعامل مثبت، گفت‌وگوی سازنده و حل تعارض در اختیار داشته باشند (Javadi et al., 2017; Park et al., 2024). مطالعات انجام‌شده بر جمعیت‌های

نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیره نشان داد که پس از کنترل اثر پیش‌آزمون، اجرای برنامه آموزشی مبتنی بر الگوی تعادل خانواده-کار تأثیر معناداری بر عملکرد خانواده ($F=69/329$, $P=0/001$) و تفاهم زناشویی ($F=18/332$, $P=0/001$) داشته است، به‌گونه‌ای که وضعیت این دو متغیر در گروه مداخله به‌طور معناداری نسبت به گروه کنترل بهبود یافته است، در حالی که این مداخله بر عملکرد جنسی زنان ($F=2/190$, $P=0/150$) و عملکرد جنسی مردان ($F=1/737$, $P=0/199$) تأثیر معناداری نداشته و تفاوت مشاهده‌شده میان گروه‌ها در این دو متغیر از نظر آماری معنادار نبوده است؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که برنامه آموزشی طراحی‌شده توانسته است به‌طور مؤثر ابعاد ارتباطی و کارکردی خانواده شامل عملکرد خانواده و تفاهم زناشویی را ارتقا دهد، اما در بهبود عملکرد جنسی زوجین اثربخشی معناداری نشان نداده است.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که اجرای برنامه آموزشی مبتنی بر الگوی تعادل کار-خانواده منجر به بهبود معنادار عملکرد خانواده و تفاهم زناشویی در خانواده‌های اقماری شد، در حالی که این مداخله تأثیر معناداری بر عملکرد جنسی زنان و مردان نداشت. این الگوی نتایج با بدنه گسترده‌ای از پژوهش‌ها همسو است که تعادل کار-خانواده را به‌عنوان سازه‌ای بنیادین در ارتقای کارکرد خانواده، سلامت روان و کیفیت روابط زناشویی معرفی می‌کنند (Arshadi & Kazemi Shahandashti, 2021; Hirschi et al., 2016; Sirgy & Lee, 2019). بهبود مشاهده‌شده در کارکرد خانواده را می‌توان ناشی از تقویت مهارت‌های تنظیم نقش، مدیریت استرس، ارتباط مؤثر و حل مسئله دانست که از مؤلفه‌های اصلی برنامه‌های مداخله‌ای مبتنی بر تعادل کار-خانواده هستند (Althammer et al., 2021; Kossek et al., 2014; Morganson et al., 2014). این یافته با نتایج پژوهش‌هایی که

آموزش‌های تخصصی حوزه روابط جنسی، بهبود چشمگیری در این بعد ایجاد کند (Rezaie & Goudarzi, 2022; Sadowski et al., 2014).

همزمان، برخی پژوهش‌ها گزارش کرده‌اند که کاهش استرس شغلی و تعارض نقش‌ها می‌تواند به‌طور غیرمستقیم رضایت جنسی را بهبود بخشد (Gholinejad, 2023; Sadowski et al., 2014)، اما این تأثیر معمولاً در

بلندمدت و در ترکیب با مداخلات تخصصی حوزه روابط زناشویی و جنسی آشکار می‌شود (Rezaie & Goudarzi, 2022; Shiri & Godarzi, 2020). بنابراین، یافته پژوهش حاضر نشان می‌دهد که برای ارتقای عملکرد جنسی زوجین، ادغام برنامه‌های تعادل کار-خانواده با مداخلات آموزشی-درمانی ویژه روابط جنسی ضروری است.

در مجموع، نتایج این مطالعه چارچوب نظری پژوهش‌های پیشین را تقویت می‌کند که تعادل کار-خانواده را زیربنای سلامت خانواده و تفاهم زناشویی می‌دانند (Hirschi et al., 2019; Powell, 2018; Sirgy & Lee, 2016) و در عین حال بر پیچیدگی چندسطحی عملکرد جنسی تأکید دارند (Mokarami et al., 2018; Stark, 2020). این یافته‌ها به‌ویژه برای سیاست‌گذاران حوزه سلامت خانواده و طراحان برنامه‌های مداخله‌ای در سازمان‌ها و مراکز مشاوره خانواده حائز اهمیت است (Kossek et al., 2014; Morganson et al., 2014).

از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به حجم نمونه نسبتاً محدود، تمرکز بر خانواده‌های اقماری یک منطقه خاص و استفاده از ابزارهای خودگزارشی اشاره کرد که ممکن است تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی قرار گرفته باشند. همچنین مدت پیگیری کوتاه‌مدت امکان بررسی پایداری اثرات مداخله در بلندمدت را فراهم نداشت.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با نمونه‌های بزرگ‌تر و متنوع‌تر، در مناطق جغرافیایی مختلف و با دوره‌های پیگیری طولانی‌تر انجام شود. همچنین

مختلف نیز نشان داده‌اند که تعارض کار-خانواده به‌طور معناداری رضایت زناشویی و تفاهم زوجین را تضعیف می‌کند و هرگونه مداخله‌ای که بتواند این تعارض را کاهش دهد، پیامدهای مثبتی بر کیفیت رابطه خواهد داشت (Palumbo et al., 2021; Rabenu et al., 2017; Rony et al., 2023).

به‌ویژه در خانواده‌های اقماری که با فشارهای مضاعف ناشی از دوری‌های طولانی، بی‌ثباتی زمانی و بار هیجانی بالا مواجه‌اند، ارتقای مهارت‌های ارتباطی و تنظیم نقش‌ها اهمیت دوچندان می‌یابد (Ajal Looney et al., 2022; Park et al., 2024). پژوهش حاضر نشان داد که مداخله آموزشی توانسته است بخشی از این فشارهای ساختاری را از طریق افزایش آگاهی زوجین نسبت به الگوهای تعامل و مدیریت نقش‌ها کاهش دهد؛ نتیجه‌ای که با پژوهش‌های فرهنگی-اجتماعی در زمینه خانواده‌های شاغل در شرایط خاص همسو است (Azarbayejani & Eshraghi, 2019; Sundaresan, 2014).

در مقابل، یافته‌ها حاکی از عدم تأثیر معنادار مداخله بر عملکرد جنسی زوجین بود. این نتیجه با بخشی از ادبیات پژوهشی همخوانی دارد که نشان می‌دهد مداخلات مبتنی بر تعادل کار-خانواده اگرچه می‌توانند زمینه روانی و هیجانی رابطه را بهبود دهند، اما بدون پرداختن مستقیم به مؤلفه‌های شناختی-هیجانی و مهارت‌های جنسی، تغییر محسوسی در عملکرد جنسی ایجاد نمی‌کنند (Dilmaghani, 2020; Shiri & Godarzi, 2020; Stark, 2020). عملکرد جنسی سازه‌ای چندبعدی است که تحت تأثیر متغیرهای زیستی، روان‌شناختی، بین‌فردی و فرهنگی قرار دارد (Gholinejad, 2023; Mokarami et al., 2018). از این رو انتظار نمی‌رود که مداخله‌ای که تمرکز اصلی آن بر تنظیم نقش‌ها و کاهش تعارض‌های شغلی-خانوادگی است، بدون

- Models and Methods*, 13(49), 1-16.
https://jpmmm.marvdasht.iau.ir/article_5723.html?lang=en
- Althammer, S. E., Reis, D., van der Beek, S., Beck, L., & Michel, A. (2021). A mindfulness intervention promoting work-life balance: How segmentation preference affects changes in detachment, well-being, and work-life balance. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 94(2), 282-308.
<https://doi.org/10.1111/joop.12346>
- Arshadi, N., & Kazemi Shahandashti, S. S. (2021). The casual relationship of work-family enrichment with psychological well-being: The mediating role of work-life balance. *Iranian Journal of Family Psychology*, 5(2), 65-76.
https://www.ijfpjournal.ir/article_245546_en.html
- AzARBAYEJANI, M., & Eshraghi, H. (2019). To Explain the Concept of Balance in Life Based on Islamic Perspective and Identify the Factors of Individual Level Affecting Work-Family Balance.
- Dai, L., & Wang, L. (2015). Review of family functioning. *Open Journal of Social Sciences*, 3(12), 134-141.
<https://doi.org/10.4236/jss.2015.312014>
- Dilmaghani, M. (2020). Exploring the link between sexual orientation, work-life balance satisfaction and work-life segmentation. *International Journal of Manpower*, 41(6), 693-715. <https://doi.org/10.1108/IJM-10-2018-0313>
- Gholinejad, H. R. (2023). The moderating role of emotion regulation in the relationship between job stress, work-family conflict and sexual satisfaction among female nurses. *Journal of* <https://ndea10.khu.ac.ir/rph/article-1-4386-en.html>
- Goudarzi, M., Shiri, F., & Mahmoudi, B. (2019). Effectiveness of Cognitive-Behavioral Family Therapy on parent-child conflicts and marital conflict. *Quarterly of Applied psychology*, 12(4), 531-551.
https://www.researchgate.net/publication/351307503_Effectiveness_of_Cognitive-Behavioral_Family_Therapy_on_parent-child_conflicts_and_marital_conflict
- Hirschi, A., Shockley, K. M., & Zacher, H. (2019). Achieving work-family balance: An action regulation model. *Academy of Management Review*, 44(1), 150-171.
<https://doi.org/10.5465/amr.2016.0409>
- Javadi, R., Rasouli, M., Nazari, A. M., & Hassani, J. (2017). Predicting the quality of female teachers' work life based on work-family conflict and organizational.
- Javdan, M. (2014). Preparation scale for measuring intellectual understanding in matrimony life. *J Life Sci Biomed*, 4(3), 204-207.
- Karimi, R., Bakhtiyari, M., & Arani, A. M. (2019). Protective factors of marital stability in long-term marriage globally: a systematic review. *Epidemiology and Health*, 41, e2019023.
<https://doi.org/10.4178/epih.e2019023>
- Kossek, E. E., Hammer, L. B., Kelly, E. L., & Moen, P. (2014). Designing work, family & health organizational change initiatives. *Organizational Dynamics*, 43(1), 53-63.
<https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2013.10.007>
- Liu, P., Wang, X., Li, A., & Zhou, L. (2019). Predicting work-family balance: a new perspective on person-environment fit. *Frontiers in psychology*, 10, 1804.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01804>
- Mihelic, K. K., & Tekavcic, M. (2014). Work-family conflict: A review of antecedents and outcomes. *International Journal of Management & Information Systems (Online)*, 18(1), 15.
<https://doi.org/10.19030/ijmis.v18i1.8335>

بررسی همزمان متغیرهای شخصیتی، فرهنگی و کیفیت دلبستگی زوجین می‌تواند به تبیین دقیق‌تر سازوکار اثرگذاری این مداخلات کمک کند.

طراحان برنامه‌های آموزشی خانواده می‌توانند الگوی تعادل کار-خانواده را به‌عنوان یکی از ارکان اصلی برنامه‌های ارتقای سلامت خانواده در نظر گیرند و آن را با آموزش مهارت‌های ارتباطی، حل تعارض و مدیریت استرس تلفیق کنند. همچنین توصیه می‌شود در مراکز مشاوره، این مداخلات همراه با برنامه‌های تخصصی بهبود روابط جنسی اجرا شود تا تمامی ابعاد سلامت زناشویی به‌صورت جامع مورد توجه قرار گیرد.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش یاری رساندند تشکر و

قدردانی می‌گردد.

References

- Ajal Looeyan, N., Koorang Beheshti, F., & Abootorabi, R. (2022). The role of life-work balance and job stress in the quality of marital life of paramedics) Case study: Isfahan. *Psychological*

- Counseling Association Journal, 67. <https://scholarworks.waldenu.edu/facpubs/937/>
- Samadi, P., Alipour, Z., Salehi, K., Kohan, S., & Hashemi, M. (2021). The keys to a good and lasting marriage: Exploration of Iranian couple's experiences. *Journal of education and health promotion*, 10(1), 474. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1438_20
- Shiri, f., & Godarzi, M. (2020). The Effectiveness of Systemic-Behavioral Couple Therapy on Family Function and Sexual Function of Women with Addicted Spouse. *Applied Psychology*, 14(4), 368-345. <https://doi.org/10.29252/etiadpajohi.14.56.247>
- Sirgy, M. J., & Lee, D. J. (2016). Work-life balance: A quality-of-life model. *Applied Research in Quality of Life*, 11, 1059-1082. <https://doi.org/10.1007/s11482-015-9419-6>
- Smith, T. D., DeJoy, D. M., Dyal, M. A., & Huang, G. (2019). Impact of work pressure, work stress and work-family conflict on firefighter burnout. *Archives of Environmental & Occupational Health*, 74(4), 215-222. <https://doi.org/10.1080/19338244.2017.1395789>
- Stark, C. (2020). *The Impact of Sexual Satisfaction on the Relationship Between Work-Life Balance and Workplace Wellbeing*. Adler University]. https://www.researchgate.net/publication/347505993_THE_IMPACT_OF_SEXUAL_SATISFACTION_ON_THE_RELATIONS_HIP_BETWEEN_WORK-LIFE_BALANCE_AND_WORKPLACE_WELLBEING
- Sundaresan, S. (2014). Work-life balance-implications for working women. *OIDA International Journal of Sustainable Development*, 7(7), 93-102. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2505439
- Thilagavathy, S., & Geetha, S. (2021). Work-life balance-a systematic review. *Vilakshan-XIMB Journal of Management*, 20(2), 258-276. <https://doi.org/10.1108/XJM-10-2020-0186>
- Wang, H., Ma, A., & Guo, T. (2020). Gender concept, work pressure, and work-family conflict. *American Journal of Men's Health*, 14(5), 1557988320957522. <https://doi.org/10.1177/1557988320957522>
- Zaheri, F., Dolatian, M., Shariati, M., Simbar, M., Ebadi, A., & Azghadi, S. B. H. (2020). The concept and aspects of a successful marriage as stated by successful Iranian couples and experts: A qualitative study. *Crescent Journal of Medical and Biological Sciences*, 7(2), 159-169. https://www.researchgate.net/publication/340654390_The_Concept_and_Aspects_of_a_Successful_Marriage_as_Stat ed_by_Successful_Iranian_Couples_and_Experts_A_Qualitat ive_Study
- Zakerfard, M., Nouri, A., Talebi, H., & Samavatyan, H. (2014). The Relationship between Job Autonomy and Organizational Citizenship Behaviors, Considering the Mediating Role of Work-Family Balance. *Industrial and Organizational Psychology Studies*, 1(2), 21-38. https://jiops.scu.ac.ir/article_11290.html?lang=en
- Zanella Delatorre, M., & Wagner, A. (2021). The marital relationship from the perspective of couples. *Ciencias Psicológicas*, 15(1). http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v15n1/en_1688-4221-cp-15-01-e2355.pdf
- Mokarami, H., Toderi, S., Rahimi Pordanjani, T., & Taban, E. (2018). Role of psychosocial job stressors on sexual function of male nurses: The mediator role of work ability. *American Journal of Men's Health*, 12(6), 1908-1915. <https://doi.org/10.1177/1557988318803505>
- Morganson, V. J., Litano, M. L., & O'Neill, S. K. (2014). Promoting work-family balance through positive psychology: A practical review of the literature. *The Psychologist-Manager Journal*, 17(4), 221. <https://doi.org/10.1037/mgr0000023>
- Muneer, S. B. (2015). *Psychosocial determinants of marital quality among married couples* [Quaid-i-Azam University]. Islamabad. https://thesis.asianindexing.com/thesis.php?ari_id=1676725331137&title=Psychosocial+Determinants+of+Marital+Qual ity+Among+Married+Couples&q=
- Najarian, F. (1995). *Factors affecting family efficiency: A study of the psychometric properties of the Family Assessment Scale (FAD)*. Islamic Azad University]. <https://elmnet.ir/doc/10736647-21891>
- Nayak, A., & Pandey, M. (2015). Work-life balance and imbalance: A conceptual model.
- Palumbo, R., Manna, R., & Cavallone, M. (2021). Beware of side effects on quality! Investigating the implications of home working on work-life balance in educational services. *The TQM Journal*, 33(4), 915-929. <https://doi.org/10.1108/TQM-05-2020-0120>
- Park, G. R., Song, E., & Kim, J. (2024). Persistent exposure to work family conflict and depressive symptoms among Korean working women: An exploration of temporal patterns and age heterogeneity. *Journal of Family Issues*, 45(9), 2322-2339. <https://doi.org/10.1177/0192513X231204018>
- Powell, G. N. (2018). Family science and the work-family interface: An interview with Gary Powell and Jeffrey Greenhaus. *Human Resource Management Review*, 28(1), 98-102. <https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2017.05.009>
- Rabenu, E., Tziner, A., & Sharoni, G. (2017). The relationship between work-family conflict, stress, and work attitudes. *International Journal of Manpower*, 38(8), 1143-1156. <https://doi.org/10.1108/IJM-01-2014-0014>
- Rezaie, S., & Goudarzi, M. (2022). Effectiveness of family-centered problem-solving training on the negative effects of social distancing caused by COVID-19 in the family of nurses of Kermanshah University of Medical Sciences. *Avicenna Journal of Nursing and Midwifery Care*, 30(2), 81-89. <https://doi.org/10.32592/ajnm.30.2.81>
- Rony, M. K. K., Numan, S. M., & Alamgir, H. M. (2023). The association between work-life imbalance, employees' unhappiness, work's impact on family, and family impacts on work among nurses: A Cross-sectional Study. *Informatics in Medicine Unlocked*, 38, 101226. <https://doi.org/10.1016/j.imu.2023.101226>
- Rosen, R. C., Riley, A., Wagner, G., Osterloh, I. H., Kirkpatrick, J., & Mishra, A. (1997). The international index of erectile function (IIEF): a multidimensional scale for assessment of erectile dysfunction. *Urology*, 49(6), 822-830.
- Sadeghian, E., Ghasemi, S. A., & Maddineshat, M. (2025). Exploring marriage beliefs from the perspectives of married students. *Frontiers in psychology*, 16, 1481905. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1481905>
- Sadowski, A., Rush-Wilson, T., & Simmons, R. T. (2014). Balancing Work and Family in the 21st Century: Implications for Sexual Satisfaction among Dual-earning Partners. *The Alabama*