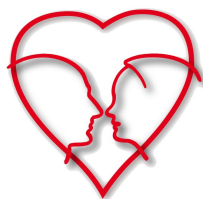


Mihalec Gábor és Csizmadia Róbert:

**A PREPARE/ENRICH házassági felkészítő és tanácsadó
program hatékonysága:
nemzetközi és magyarországi tapasztalatok**



**Ketten Együtt
házassági felkészítő és tanácsadó műhely**

A házassági felkészítő és gazdagító programok létjogosultsága

A jól működő házasságok pozitív hatása a társadalomra kimutatott tény. Az elmúlt évtizedben főként az angolszász kultúrával rendelkező országokban, ahol a civil és tudományos kezdeményezések megnövekedtek a házasságok megerősítésére, több tanulmány is készült. Ezek kimutatták, hogy a stabil családok - amik a jó házasságra épülnek - több előnnyel is rendelkeznek. Jó hatással vannak az egyénekre, a társadalomra, többek között stresszcökkentő, a pszichológiai egészséget és az általános közérzetet javító hatásukkal (Waithe & Gallagher 2000). A közvetlen hatáson túl a gyermekeknek is sokat jelent a biztos háttér: jobb tanulmányi eredményt érnek el, öntudatosabbak és jobb szociális készségeket fejlesztenek ki a stabil családban felnövekvők (Amato 2001).

Negatív oldalról nézve, a családok széthullásának vesztesége jelentős tételt tesz ki a társadalmi kiadások között. A Relationships Foundation nevű angol civil szervezet, mely a társadalom és a döntéshozók figyelmét hivatott a kérdésre ráirányítani, számításokat végzett, melynek eredménye megdöbbentő. Összeszámolták a családok széthullásának következtében fellépő közvetlen költségeket: a szociális, jogi és más állami kiadások összértéke meghaladta a 41,67 milliárd fontot az Egyesült Királyságban (<http://www.relationshipsfoundation.org>). Ennek hatására szeretnék elérni, hogy a házassági problémák prevenciójára, vagyis társkapcsolati nevelésre jusson közösségi támogatás.

Habár a házassági felkészítő programok hatékonyságát érte kritika is (Schumm & Silliman, 1997), illetve a tanulmányok további kutatások szükségességére hívják fel a figyelmet, a legjelentősebb tanulmányok mégis alátámasztották hasznosságukat. Ezek közül a legjelentősebbek:

- Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. (*Family Relations*, 52, 105-118.)
- Sayers, S. L., Kohn, C. S., & Heavey, C. (1998). Prevention of marital dysfunction: Behavioral approaches and beyond. (*Clinical Psychology Review*, 18, 713-744.)
- Silliman, B., Stanley, S.M., Coffin, W., Markman, H.J., & Jordan, P.L. (2001). Preventive interventions for couples. In H. Liddle, D. Santisteban, R. Levant, and J. Bray (Eds.), (*Family psychology: Science-based interventions* (pp. 123-146). Washington, D.C.: APA Publications.)

Carrol és Doherty 2003-as meta-analitikus összegzése, ami több mint 11 kísérleti tanulmányt dolgozott fel a házassági felkészítő programok terén, kimutatta, hogy a résztvevő párok 79%-a a kontrollcsoport átlagánál magasabban teljesített a program végeztével. A házassági felkészítő programokat széles körben vizsgáló felmérések szerint akár 30%-al is csökkenthetik a válás kockázatát (Stanley, Amato, Johnson,

Markman, 2006) Még jobb az eredmény, hogyha a felkészítést az esküvő után közösségi támogató programok is követik, így akár 3% alá is került a válási ráta, ami magáért szóló eredmény egy olyan társadalomban, ahol az átlag 50% fölött van (www.prepare-enrich.com). Meg kell jegyezzük ugyanakkor, hogy a szegénység, az iskolázatlanság és az akkut problémák (alkoholizmus, családon belüli erőszak, stb.) jelenléte esetén a házassági felkészítő programok hatása nem ismert. Ezekben az esetekben a személyes terápiát javasolja a legtöbb program.

A programok nemcsak a megtanult információkkal segítik a párokat. Elismert hatásuk van a párkapcsolat önjavító képességének kialakulásában. Az elsajátított készségek növekvő pályára állítják a kapcsolatot hosszú távon is. A felmérések alapján, a felkészítésen részt vevő párok hajlandóbbak szakmai segítséghez fordulni, hogyha kapcsolatuk krízisbe jut. Fontos megemlíteni ezt annak fényében, hogy a házasság első éveiben a kapcsolatok többsége krízist él át, vagy éppen válással végződik.

A tanulmányok nemcsak a szakma figyelmét keltették fel, hanem egyes esetekben az állami szerveket is a házassági felkészítést segítő lépések megtételére ösztönözték. A házassági felkészítés ugyan önkéntes alapon működik mindenhol, azonban a párokat a házasságkötési díj csökkentésével ösztönözik a programokon való részvételre. Az USA több államában 4-12 óra közötti házassági felkészítés választható, ami a házasságkötés díját akár 70%-al is csökkenti.

A PREPARE/ENRICH bemutatása

A PREPARE / ENRICH (Felkészítés / Gazdagítás) egy párkapcsolati diagnosztikai és tanácsadói csomag, amelyet házasulandó és házasságban élő párok részére dolgoztak ki. Az eszköztár legfontosabb eleme a 165 kérdésből álló teszt, amely:

- felszínre hozza a párkapcsolat erősségeit és növekedési területeit,
- gazdag diagnosztikai adatmennyiséget szolgáltat a pár kapcsolatáról, szociális és családi háttéréről,
- lehetőséget nyújt a a prevencióra, illetve a gyors és szakszerű intervencióra.

Nemzetközi szinten 14 nemzeti iroda és több mint százezer tanácsadó dolgozik az eszközzel. A teszt kitöltését, az eredmények megbeszélését, valamint a hozzá tartozó tanácsadást csak speciálisan képzett tanácsadók: pszichológusok, szociális munkások, mentálhigiénikusok, lelkészek vagy lelkigondozók vezethetik. A párok anonimitása garantált az adatok feldolgozása során, a tanácsadókat pedig titoktartási kötelezettség terheli. A párok világnézetének tiszteletben tartása alapkövetelmény minden PREPARE / ENRICH tanácsadó számára.

A PREPARE / ENRICH tudományos háttere

Prof. Dr. David H. Olson, a Minnesotai Egyetem Családszociológiai Tanszékének

Professzor Emeritusza, az ő kutatási eredményeire épül a program. Célja az volt, hogy létrehozzon egy minőségi rendszert, amiben integrálhatja családi kutatásainak eredményét. *Circumplex Model of Marital and Family Systems* néven ismert családelmélete rendszerelméleti alapokon nyugszik. Két fő dimenziója a kötődés és a rugalmasság, amit úgy a kapcsolatban résztvevő feleknél, mint azok származási családjainál is vizsgál. Az első teszteszköz 1968-ban készült el, és azóta nyolcszor került átdolgozásra, ami mutatja az elkötelezettséget a rendszer tudományos és releváns jellegének megőrzése iránt. A folyamatos kutatásoknak és a növekvő adatbázisnak köszönhetően a PREPARE / ENRICH mára egyedülálló statisztikai háttérrel rendelkezik. A tesztet eddig világszerte csaknem három millió pár töltötte ki, és az eljárás tudományos megbízhatóságát szaklapokban megjelent tanulmányok hosszú sora, valamint több mint száz PhD disszertáció igazolja. A párterápiában használt PREPARE / ENRICH mellett a FACES IV. eszköz a klinikai kutatásokhoz kidolgozott változat, amely családokkal kapcsolatos tudományos munkához használható.

A PREPARE / ENRICH kiértékelés áttekintése

A kutatások alapján kirajzolódtak azok a területek, melyek érdemben befolyásolják a házasság boldogságát és tartósságát. Ezek a személyiség, kommunikáció, konfliktuskezelés, pénzügyek, szabadidő, sexualitás, gyerekek és szülői szerep, család és barátok, a szerepértelmezés és a lelkeség. Ezeken felül a kiértékelés információkat tartalmaz az idealisztikus torzulásról, a házasság iránti elvárásokról / házassági megelégedettség szintjéről és a származási családok szerkezetéről. Személyiségdiagnosztikával és személyes adatokkal kiegészítve gazdag anyag áll a tanácsadó rendelkezésére a kapcsolatot befolyásoló személyiségi, intra- és interperszonális valamint szociális tényezőkről.

A PREPARE / ENRICH tesztek és programok

Életciklusuknak és családi állapotuknak megfelelően négy különböző teszteszköztár áll a párok rendelkezésére:

- PREPARE: házasság előtt álló párok részére.
- PREPARE MK: házasság előtt álló párok részére, akik közül legalább egyik félnek van gyermeke egy korábbi partnertől (mozaikcsalád).
- ENRICH: házas- vagy együtt élő párok részére.
- MATE: 50 év feletti párok részére.

A teszt eredménye egy 15 oldalas kiértékelés, amelynek alapján a tanácsadó személyre- azaz párra szabott tanácsadói programot dolgozhat ki.

A PREPARE / ENRICH magyarországi képviselője: Ketten Együtt Házassági Műhely

A jogtulajdonos Life Innovations Ltd. a PREPARE / ENRICH képviseletére Magyarországon a Ketten Együtt Házassági Műhelyt bízta meg. Nagy örömünkre

szolgál, hogy munkánkkal hozzájárulhatunk a házasságok boldogabbá tételéhez a magyar nyelvterületeken (beleértve Vajdaságot és Erdélyt is). Célunk a párok segítésén túl a szakemberek képzése és egy országos (sőt határokon átnyúló) tanácsadói hálózat kialakítása. Jelenleg száz tanácsadó dolgozik a PREPARE/ENRICH eszközökkel, de számuk folyamatosan bővül. Munkatársainkkal igazi interdiszciplináris és interkonfesszionális műhelyt alkotunk. Színvonalas, interaktív képzéseinken a szakembereknek a rendszer strukturált, gyakorlati ismeretét adjuk át. Tanácsadói képzésünk egy vagy kétnapos, illetve hamarosan távoktatásban is elérhetővé válik.

A teszteszközök rendelkezésre bocsátása mellett kidolgoztunk 3 csoportfoglalkozást is:

- GYŰRŰ-KÚRA: 10 részes csoportfoglalkozás házasulandó párok részére.
- KETTEN EGYÜTT: 10 részes csoportfoglalkozás házaspárok részére.
- PárOK: 6 részes csoportfoglalkozás egyedülálló fiatalok, fiatal felnőttek részére, akár osztályfőnöki órákra is (előkészületben).
- Ketten Együtt Játszóház: vidám kapcsolatfejlesztő játékok házaspárok részére (előkészületben).

A programok hatékonyságát szigorú kritériumok alapján mérjük és dokumentáljuk. A csoportfoglalkozások megtartására ugyancsak képezünk szakembereket, akik a képzésen megkapják a foglalkozások PPT prezentációit, szöveggönyveit és munkafüzeteit.

A PREPARE / ENRICH programok hatékonyságáról készült tanulmányok

A PREPARE/ENRICH programok hatékonyságának záloga a már fentebb is vázolt kutatási és statisztikai háttér. Az úgy nevezett National Survey (ENRICH), melyet 1999 során végeztek, 21501 házaspár adatait dolgozta fel az Egyesült Államok területéről. Ezen párokon belül külön figyelmet fordítottak a boldog és boldogtalan párok elemzésére. A feleségek és férjek átlag életkora 32 illetve 35 év volt. Tartalmaztak gyermekes és gyermektelen, átlagosan iskolázott párokat az USA fő nemzetiségeiből, társadalmi rétegeiből. Az így kapott eredmények megerősítették a teszt által használt kérdések validitását és a teszt reliabilitását.

A kapott adatok nemzetközi szinten is használhatók, ahogyan ez Dr. Andreas Bochmann németországi adaptációja során is igazolódott. A német normák eltérései szinte elhanyagolhatóak voltak a kulturális háttér különbségének ellenére. A program adaptációjáról doktori disszertációk születtek több más országban is, akár olyan távoli kultúrákban is, mint a japán és a koreai.

A kiértékelések megértéséhez fontos megérteni a program pártipológiáját. A PREPARE/ENRICH a párokat a kitöltött teszt alapján négy illetve öt pártípusba sorolja. A kapcsolat boldogsága és a kapcsolati területek erőssége alapján a szintek:

1. Vitális párok boldogok (Sok erősségük van, magas a pozitív megegyezések száma, néhány növekedési területük van.)
2. Harmonikus párok (Sok erősségük van. Több területen magas a pozitív megegyezés, de sokszor alacsony a pozitív megegyezés a Gyermekes és szülői

szerep valamint a Pénzügyek kategóriában.)

3. Tradicionális párok (Erősségeik a tradicionális területeken vannak: Gyermekek és szülőség, Család és barátok, Hagyományos szerepek és Lelkiség. Azonban alacsonyabbak az értékeik az interperszonális területeken: Személyiség, Kommunikáció, Konfliktuskezelés. Általában funkcionáló, boldogtalan házasságok.)
4. Feszült párok (Sok növekedési terület és kevés erősség. Alacsony értékek figyelhetők meg a Kommunikáció és Konfliktuskezelés kategóriákban. Fennáll a válás veszélye, maguk is keresik a terápiát.)
5. Elhaló kapcsolatú párok (Csak az ENRICH-nél van. Boldogtalan kapcsolat, s zinte kizárólagosan növekedési területeik vannak. Magas a válás kockázata.)

Ezt a pártipológiát több tanulmány is megerősítette. A különböző programok hatékonyságának mérésében fontos szerepet játszik, hogy egy pár a program végeztével magasabb vitalitást produkál-e, illetve magasabb besorolásba kerül-e az ellenőrző teszt során.

Az Empowering Couples program hatékonysága (Ted Burleson PhD. 2004)

A program 12 héten át heti egyszeri 45 perces foglalkozásból áll, ami feldolgozza az ENRICH párkapcsolati témákat, de főként a kommunikációs és a konfliktuskezelő képességeket fejlesztették. A 43 párt vizsgáló Ted Burton mérései szerint a párok többsége (95%) növekedett, míg 46%-a egy vagy több típussal lépett feljebb. Az ENRICH által mérhető területekben a férfiaknál 17-ből 14 esetében, míg a nőknél mind a 17-ben fejlődés történt. A résztvevők jelzései alapján a program „hasznos” volt és 100%-ban újra részt vennének rajta.

Figure 1: Types of Couples at Pre-test & Post-test

		POST-TEST					Total	%
		Vital.	Harmon.	Trad.	Conf.	Devit.		
P R E T E S T	Vital.	18 (100%)	0	0	0	0	18	42
	Harmon.	2 (100%)	0	0	0	0	2	5
	Trad.	3 (22%)	0	9 (64%)	2 (14%)	0	14	32
	Conf.	1 (14%)	1 (14%)	3 (43%)	2 (29%)	0	7	16
	Devit.	0	0	1 (50%)	1 (50%)	0	2	5
Total		24	1	13	5	0	43	
%		56	2	30	12	0		100

Changes from Pre-test to Post-test Using Male, Female, & PCA Scores (n=43 couples)

	MALE Scores			FEMALE Scores			Couple Scores (PCA)		
	n = 43 males			n = 43 females			n = 43 couples		
	Pre	Post	t	Pre	Post	t	Pre	Post	t
Marriage Satisfaction	63.0	69.7	2.76**	57.1	66.1	4.02***	54.9	66.7	3.53***
Personality Issues	61.7	67.9	2.31**	57.3	62.7	1.94*	47.4	56.5	3.24***
Communication	61.1	67.9	2.47**	52.7	63.3	3.92***	47.0	61.2	4.59***
Conflict Resolution	58.2	66.5	3.38***	56.7	63.8	2.74**	37.4	48.6	4.32***
Financial Management	63.7	67.7	1.77*	65.5	69.2	1.70*	62.6	69.5	2.65**
Leisure Activities	42.9	49.1	2.99**	40.8	52.7	4.15***	43.7	56.7	4.83***
Sexual Relationship	52.0	59.1	2.58**	50.1	59.4	2.65**	55.8	64.4	2.76**
Children & Parenting	73.5	79.4	2.66**	74.0	80.3	2.66**	67.0	77.0	3.15***
Family & Friends	74.4	77.4	1.25	70.3	78.5	2.55**	70.9	80.0	3.41***
Role Relationship	55.0	60.7	2.02*	46.1	55.2	3.26***	68.6	77.7	3.29***
Spiritual Beliefs	79.1	81.5	1.29	76.2	83.1	2.57**	86.1	93.5	2.93**
Couple Closeness	63.4	67.0	1.91*	64.7	67.6	1.74*	76.1	84.7	3.24***
Couple Flexibility	53.4	64.6	4.66***	51.1	62.9	4.87***	48.4	66.1	6.40***
Self-Confidence	74.7	82.4	2.8**	63.2	69.6	2.24**	n/a	n/a	n/a
Assertiveness	68.8	77.5	3.56**	65.5	74.4	3.46***	n/a	n/a	n/a
Avoidance	33.5	29.6	1.60	42.6	36.7	2.01*	n/a	n/a	n/a
Partner Dominance	38.0	31.1	4.13***	46.4	35.7	4.13***	n/a	n/a	n/a

* p < .05. ** p < .01. *** p < .001. No star = Not Significant

A PREPARE program hatékonysága (Luke Knutson és David H. Olson, *Marriage & Family*: 2003, 6, (4), 529-546)

A program vizsgálata a hetvenes évek végén az első tudományos kísérlet volt házassági felkészítő program hatékonyságának vizsgálatára (Fournier, Druckmann, Robinson, Olson, 1979). Három vizsgálat hosszabb távon is figyelemmel követte a párok változásait a PREPARE-ben való részvételük után. Az 1986-os tanulmány kimutatta, hogy a program prediktív validitása 80-85 %-os, tehát ilyen pontossággal mutatja ki, hogy mely kapcsolatok érnek véget válással, és melyek lesznek boldogok. Az 1989-es tanulmány megerősítette az előző 3 éves vizsgálat eredményeit. A harmadik három éves kutatás pedig megalapozta a PREPARE pártipológia használatát.

A 2003-ban 153 jegyespár részvételével lefolytatott kutatás eredményei szerint a PREPARE programban részt vett párok 90%-ánál javult a párkapcsolat, szemben a két kontrollcsoport párjaival. Különösen fontos, hogy a feszült kapcsolatú párok 90%-a kiegyensúlyozottabb típusba lépett fel. A párok 10%-ának kapcsolata romlott, ami a program eredményessége szempontjából nem jelent negatívumot, hiszen sokszor a

jegyespárok nem vetnek fel a kapcsolatukat fenyegető kényelmetlen kérdéseket, amik viszont a házasságban mindenképp felbukkannak.

POST-TEST

		Vitalized	Harmonious	Traditional	Conflicted	Total	%
P R E T E S T	Vitalized	17 (81%)	1 (5%)	3 (14%)	0	21	35.6
	Harmonious	5 (71%)	2 (29%)	0	0	7	11.9
	Traditional	10 (40%)	1 (4%)	12 (48%)	2 (8%)	25	42.4
	Conflicted	0	1 (16.5%)	4 (67%)	1 (16.5%)	6	10.2
Total		32	5	19	3	59	
%		54.2	8.5	32.2	5.1		100

- = Couple increases one couple type or more
- = Couple stays the same at pre and post
- = Couple decreases on couple type or more

A Ketten Együtt házasságerősítő program felépítése és hatékonysága

A program bemutatása

A Ketten Együtt házassági felkészítő és tanácsadó műhely 2007-ben dolgozta ki tízrészes foglalkozását házasulandó és házaspárok részére. Az egyenként másfél órás foglalkozások három alapvető elemből épülnek fel:

1. Információközlés. Az előadók az adott téma kapcsán rendszerezett, az aktuális kutatásokon alapuló információkat továbbítanak. Ennek célja az értékteremtés, a tévhitek eloszlatása és a témával kapcsolatos tudnivalók átfogó bemutatása. A 90 percből ez a rész mintegy 35-40 percet tesz ki.

2. Párok négy szem között. Olyan gyakorlatok tartoznak ebbe a részbe, amelyek során a résztvevő párok a saját kapcsolatukra lebontva elmélyíthetik az adott témakört illetve kialakítják saját véleményüket, állásfoglalásukat abban. A gyakorlatokat előre kiosztott munkalapok segítik.

3. Párok egymás között. Olyan gyakorlatokra kerül sor ebben az egységben, amelyekben több pár dolgozik együtt egy kérdésen. Ezáltal a párok egymástól is tanulnak, illetve a közös tanulás folyamatába beviszik a saját élményeiket, ismereteiket és tanulságaikat is.

A foglalkozások témaválasztása David H. Olson, a PREPARE/ENRICH tanácsadói módszer kidolgozójának kutatásain alapul. Vizsgálatai szerint ezek a kapcsolat minőségét legjobban meghatározó tényezők.

A tíz foglalkozás a következő témák köré csoportosul:

1. A kapcsolat iránti elvárások. Ez a kategória a felek elvárásainak szintjét mutatja a szerelem, az elkötelezés és a konfliktusok tekintetében. Olyan elemeket dolgozunk fel benne, mint a házasság céljai, az intimitás megvalósításának lépcsőfokai, a kapcsolaton belüli egyéni és közös célok kitűzése és megvalósítása.

2. Kommunikáció. Ez a kategória felszínre hozza, hogy a felek mennyire képesek megosztani egymással érzelmeiket és kívánságaikat, valamint milyenek ítélik meg saját és partnereik kommunikációs képességeit. Bemutatásra kerülnek különböző párkapcsolati kommunikációs irányzatok és meghallgatási technikák, amelyeket a gyakorlatok és szerepjátékok során a párok ki is próbálhatnak.

3. Konfliktuskezelés. A témakör a kapcsolatban jelentkező konfliktusokról és azok megoldási módjairól vallott nézeteket, érzelmeiket és meggyőződéseket hozza felszínre. A foglalkozás során megszólításra kerül az eltérő személyiségjegyek kezelése is,

valamint a résztvevők megismerkednek különböző konfliktuskezelési módszerekkel, amelyeket gyakorlatok, valamint házi feladatok során el is sajátítanak. A kommunikáció témájával együtt egy a kérdéskör a leghangsúlyosabb, hiszen a házasság minőségét semmi sem befolyásolja olyan mértékben, mint az interperszonális tényezők.

4. Pénzügyek. Ez a foglalkozás a pár figyelmét a pénzkezeléssel kapcsolatos hozzáállására, az azzal kapcsolatos gondjaira, elégedettségének szintjére irányítja. Olyan kérdések is megvitatásra kerülnek, mint a megtakarításhoz való hozzáállás, a hitelekhez való viszonyulás, a pénzügyi döntések és azokhoz kapcsolódó konfliktusok kezelése.

5. Szabadidő. Ebben a kategóriában az együtt és külön töltött szabadidő egyensúlyát vizsgáljuk, valamint segítséget adunk a párnak, hogy a gyakorlatok során saját helyzetükre szabva átgondolhassák szabadidős tevékenységeiket, megvitatva az azokkal kapcsolatos félelmeket és esetleges konfliktusokat. Ebbe a foglalkozásba építettük be a kötődés és a rugalmasság kategóriáit is, amelyek szintén fontos dinamikai elemei a kapcsolatnak, de külön foglalkozásként való feldolgozásuk túlfeszítené a program kereteit.

6. Szexualitás. A szexualitás kategória a gyengédség és a szexuális kapcsolat iránti érzéseket és aggodalmakat hozza felszínre. Olyan kérdéseket dolgoz fel a foglalkozás, mint az egymás iránt tanúsított gyengédséggel való megelégedettség, a nyitottság, amellyel a felek szexualitásról beszélnek, a szexuális viselkedés iránti beállítottság, családtervezés és szexuális hűség.

7. Gyermek és szülői szerep. A foglalkozás a gyermekekhez és a gyerekneveléshez fűződő érzelmeket és véleményeket hozza felszínre. A gyakorlatok azt mérik fel, hogy a pár mennyire van tudatában a gyermekeknek a házasságukra való befolyásával, valamint egyetért-e a nevelési módszerekkel, a felelősség-megosztással, a fegyelmezéssel, a gyereknevelést meghatározó értékrenddel és a kívánt gyermekek számával.

8. Család és barátok. Ez a kategória az anyóssal, apóssal, rokonokkal és barátokkal való kapcsolat iránti megelégedettséget vizsgálja. A gyakorlatok annak tisztázásában segítenek, hogy a rokonok és barátok mennyire szólnak bele a pár házasságába, a felek mennyire érzik jól magukat partnerük rokonainak és barátainak társaságában, valamint mennyi időt szeretnének velük együtt tölteni.

9. Szerepértelmezés. Ez a témakör a házasságban és a családban betöltendő szerepekkel kapcsolatos érzelmeket és véleményeket mutatja be. A foglalkozáson különbséget teszünk egyenlőségen alapuló szereposztás (a felek közösen hozzák a döntéseket, a feladatokat a preferenciák szerint osztják el) és tradicionális szerepértelmezés (a döntéseket a domináns fél hozza, a feladatokat a hagyományos

férfi-női szereposztás szerint végzik el) között. Az aktuális kutatási eredmények azt támasztják alá, hogy az egyenlőségre törekvő szerepmegosztás jobb hatással van a házasságra, mint a hagyományos szereposztás.

10. Lelkiség. A kategória a hittel és a hit megélésével kapcsolatos hozzáállást, érzelmeket és aggályokat írja le. A gyakorlatok a hit jelentőségét és fontosságát, az egyházi életben való részvételt, valamint a hit házasságra gyakorolt hatásait térképezik fel. Ez a kategória felekezet feletti és nem egy bizonyos hitbeli irányultságot vesz alapul.

A mérés módszere

A Ketten Együtt program hatékonyságának méréséül a PREPARE/ENRICH eszközök szolgáltatják a módszertani alapot. A David H. Olson által kidolgozott tesztcsomagok komoly kutatási háttérrel rendelkeznek, a teszteket eddig világszerte mintegy 3.000.000 pár töltötte ki, ezzel ez a módszer bír globálisan a legnagyobb kutatható adatbázissal. Az ENRICH (házasok és legalább két éve együtt élő párok számára kidolgozott tesztcsomag) teszt 165 kérdésből állítottunk össze egy 61 kérdésből álló rövidített kérdéssort. Ebbe a rövidített változatba kategóriánként a legmagasabb validitással és reliabilitással bíró ENRICH kérdéseket vettük be (David H. Olson személyesen segített a kérdések kiválasztásában).

Az így összeállított kérdéssor alkalmas arra, hogy átfogó képet nyújtson a pár kapcsolatáról a fent bemutatott kategóriákban. Minden résztvevő párral három tesztfelvétel készítünk:

1. felvétel: Azonnal a program elején, mielőtt bármilyen jellegű intervencióra sor kerülne, felmérjük a „hozott anyagot”, a pár kapcsolatának minőségét.

2. felvétel: A tíz foglalkozás végén, a tizedik alkalom befejezéseként újra kitöltetjük a felekkel a kérdéssort, hogy felmérjük, milyen közvetlen változások álltak be a program hatására.

3. felvétel: 5 hónappal a foglalkozások után készítjük el a harmadik tesztfelvételt, hogy kimutathassuk, mennyire bizonyultak tartósnak a kiváltott változások, mennyire tudtak a foglalkozáson megszerzett tanulságok beépülni a pár mindennapi életébe. Mivel ezen a ponton már nincs személyes kapcsolatunk a párokkal, sokan elmulasztják a kipoztázott kérdéssorok visszaküldését. Így a vizsgálatban kimutatott párok száma jóval alacsonyabb, mint azok száma, akik ténylegesen részt vettek a programban.

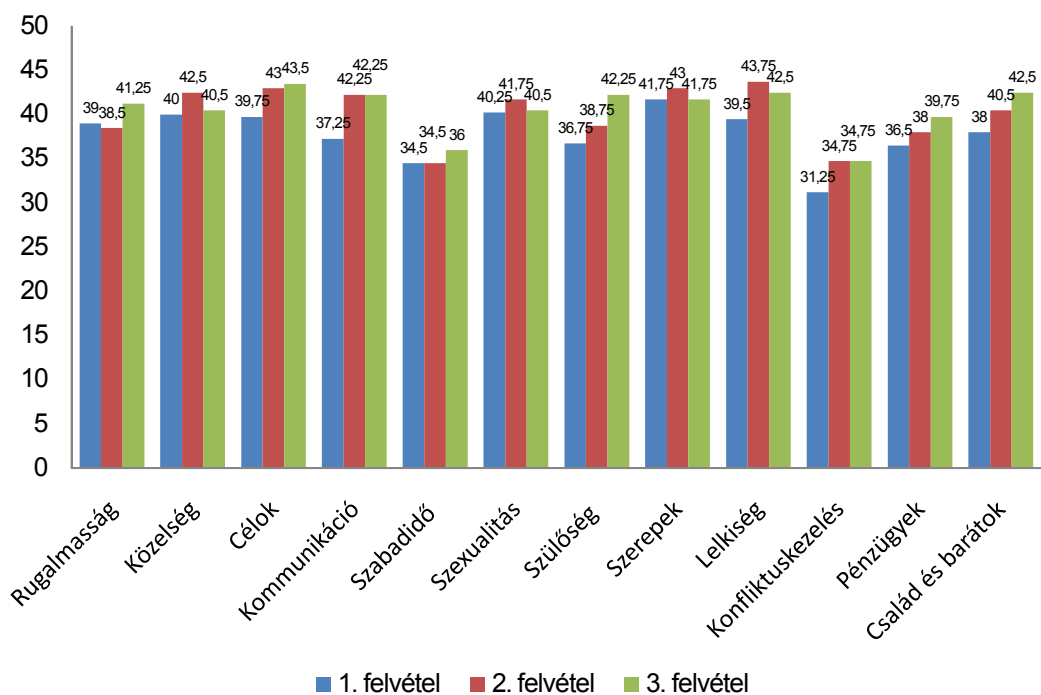
A programot két módozatban tartjuk, heti ciklusban, tízhetes hosszú távú rendezvénysorozatként, valamint intenzív hétvégi foglalkozásként. Mindkét módozat

adatait külön kezeljük, mert hosszú távú célunk, hogy azt is kimutassuk, van-e különbség a két foglalkozási forma hatékonysága között. Vizsgálati eredményeinket ezért ebben a két kategóriában mutatjuk be.

A mérés eredményei

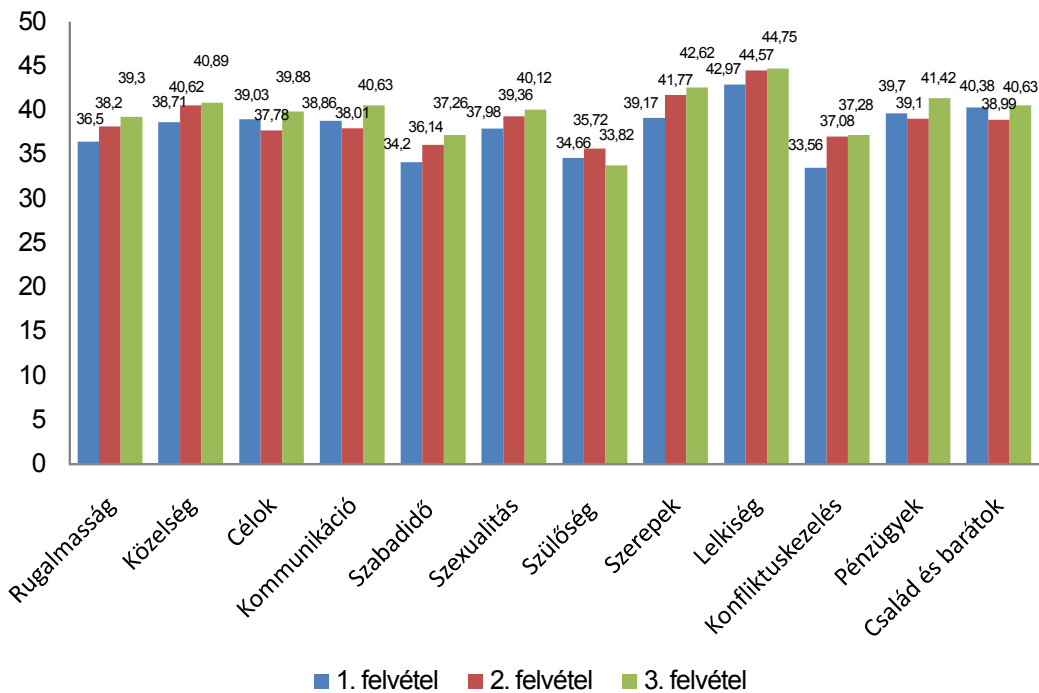
Miután a résztvevő párok mindhárom kérdéssort kitöltötték, adataik alapján a következő diagrammal ábrázoljuk a tízhetes foglalkozás-sorozat eredményeit:

Ketten Együtt 10 hetes program eredményeinek kiértékelése



Az intenzív hétfői foglalkozások mérési eredményei az alábbiak szerint alakultak:

Ketten Együtt intenzív hétvégi program eredményeinek kiértékelése



Tanulságok

1. A foglalkozások hatására minden kategóriában hosszú távú növekedés állt be az intervenciók előtti 1. felvételhez képest. Ez alól egyedüli kivétel az intenzív program „Szülőség” kategóriája, ahol az 1. felvételhez képest a 2. mérés ugyan növekedést mutat, ám hosszú távon az eredmény visszaállt az eredeti állapotba, sőt kis mértékű csökkenést is mutat. Valamennyi más kategóriában a program kimutatható, hosszabb távon is igazolt növekedést hozott a résztvevő párok kapcsolatának minőségében.

2. Számos kategóriában igazolódott, hogy a program hatására elindult egy önálló növekedési tendencia, amely nem állt meg a program befejeztével, hanem folytatódott a párok későbbi életében is. Ezek azok a kategóriák, amelyek oszlopai a diagramon lépcsőzetes növekedést mutatnak. (Vö.: a 10 hetes foglalkozási módozat „Célok”, „Szülőség”, „Pénzügyek” és „Család és barátok” kategóriáival, valamint az intenzív módozat „Rugalmasság”, „Közelség”, „Szabadidő”, „Szexualitás”, „Szerepek”, „Lelkiség” és „Konfliktuskezelés” kategóriáival.) Ez jelzés lehet arra, hogy az információkon túl a résztvevők új készségekkel is bővítették párkapcsolati eszköztárukat, amelyeket önállóan is használni tudnak a kapcsolatuk továbbfejlesztésére. Ezek a készségek biztosítékai lehetnek a folyamatos növekedésnek és ezzel a házassági kapcsolat folyamatos, tartós javulásának.

3. Vannak kategóriák, amelyekben a 2. felvétel eredményei jobbak voltak az elsőnél, ám a 3. felvétel idejére az eredmények visszaestek, ugyanakkor a 3. felvétel eredménye jobb, mint az 1. felvételé, így végső soron a párok ezekben a

kategóriákban is növekedtek az intervenciók előtti állapothoz képest, akkor is, ha a növekedés nem volt olyan stabil, mint a többi kategóriában. Ez a jelenség kizárólag a 10 hetes módozatra jellemző. (Vö.: a „Közelség”, „Szexualitás”, „Szerepek” és „Lelkiség” kategóriákkal.) Ezek a kategóriák jellemző módon magukban foglalják az intimitást, a meghittséget, amely a 2. felvételnél a pillanatnyi impulzusok (a foglalkozás bensőséges légköre, érzelmeket kiváltó gyakorlatok, gyertyafény, a terem berendezésének hangulata, zene, stb.) hatására mutatható kiugró eredményt.

4. Olyan kategóriák is vannak, amelyekben a 2. felvétel visszaesést mutat az 1. felvétel eredményeihez képest, ám a 3. felvétel eredménye magasabb, mint az 1. felvételen mért eredmény. Ez a különös hullámváltozás csak az intenzív módozatra vonatkozik. Valószínűleg a foglalkozások hirtelen váltakozása és az érzelmileg megterhelő információk túlaradása miatt a felek egy-egy kérdéskörben elbizonytalanodnak, ezért a 2. felvételen ez a bizonytalanság konkrét számadatokban manifesztálódik. Hosszú távon azonban ezekben a kategóriákban is visszaáll az egyensúly, sőt határozott növekedés látszik. (Vö.: a „Célok”, „Kommunikáció”, „Pénz” valamint a „Család és barátok” kategóriákkal.)

5. A 10 hetes módozat igazolta a kommunikáció kiemelt szerepét. Számos szerző ezt a kategóriát emeli a házassági minőségre legnagyobb befolyással bíró kategóriaként. Úgy is tekinthetjük, mint egy „külön kategóriát” a kategóriák között, ami hosszabb távú munkával jobban elmélyíthető. A kommunikáció kapcsolatban áll minden más kategóriával, ugyanis a többi kategória is a kommunikáció által válik hozzáférhetővé (ha például a javítani akar a pénzkezelésén, akkor ehhez beszélgetnie kell egymással, tehát indirekt módon is a kommunikációs képességeit fejleszti), és fordítva is: minden kategóriában való növekedés a kommunikáció fejlődését is magával hozza. Ezzel magyarázható a kiemelkedően magas fejlődés a 10 hetes módozatban 37,25-ről 42,25-re. A 10 hetes módozat ezzel – legalábbis a kommunikáció vonatkozásában – hatékonyabbnak tűnik, és talán ez magyarázza a párterápiában is a hosszabb távú intervenciók hatékonyságát.

Irodalom:

Amato, P. R., Booth, A., Johnson, D. R., Rogers, S. J. (2007). *Alone together: How marriage in American is changing*. Cambridge, MA: Harvard University.

Butler, M. H., & Wampler, K. S. (1999). A meta analytic update of research on the Couple Communication program. *The American Journal of Family Therapy*, 27, 223-237.

Carroll, J. S., & Doherty, W. H. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations*, 53, 105-118.

Giblin, P., Sprenkle, D. H., & Sheehan, R. (1985). Enrichment outcome research: A

- meta-analysis of premarital, marital and family interventions. *Journal of Marital and Family Therapy*, 11(3), 257-271.
- Hight, T. L. (2000). Do the rich get richer? A meta-analysis of the methodological and substantive moderators of couple enrichment, Virginia Commonwealth University, 2000). *Dissertation Abstracts International*.
- Lipsey, M. W., & Wilson, D. B. (2001). *Practical meta-analysis*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Reardon-Anderson, J., Stagner, M., Macomber, J. E., Murray, J. (2005). *Systematic review of the impact of marriage and relationship programs*. Washington D.C.: Administration for Children and Families, U.S. Department of Health & Human Services.
- Roberts, P. (2006, September). Building bridges between the healthy marriage, responsible fatherhood, and domestic violence movements: Issues, concerns, and recommendations. *CLASP Policy Brief*, Brief No. 7, Washington D.C.: Center for Law and Social Policy.
- Rosenthal, R., & Rubin, D. B. (1982). A simple, general purpose display of magnitude of experimental effect. *Journal of Educational Psychology*, 74, 166-169.
- Alan J. Hawkins, Victoria L. Blanchard, Elizabeth B. Fawcett, & Jaelynn Jenkins, (2007.), *Is marriage and relationship education effective? A comprehensive meta-analysis*. School of Family Life, Brigham Young University. Poster presented at the Society for Prevention Research Annual Conference, May 30, 2007, Washington D.C.