

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



دانشگاه علامه طباطبائی  
دانشکده‌ی روانشناسی و علوم تربیتی

:

پایان نامه جهت اخذ مدرک کارشناسی ارشد رشته  
مشاوره خانواده  
عنوان پایان نامه  
اثر بخشی آموزش رویکرد تلفیقی شناختی - روان نمایش گری بر  
اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متأهل

استاد راهنما:  
دکتر احمد اعتمادی

استاد مشاور:  
دکتر حسین سلیمی

استاد داور:  
دکتر عبدالله شفیع آبادی

پژوهشگر:  
ملیحه شهرستانی

بهمن ماه ۱۳۹۰

## تقدیر و تشکر:

الهی هر که تو را شناسد کار او باریک و هر که تو را نشناسد راه او تاریک، تو را شناختن از تو سستن است و پیوستن به تو، از خود گذشتن. الاهی زبانم در سر ذکر شد و ذکر در سینه ذکر، دل در مهر شد و مهر بر سر نور، جان در سر عیان شد و عیان از میان دور. خداوند متعال در آغاز آفرینش سکوت انسان را تاب نیاورد و میان راه او تعلیم داد، قلم را آفرید و به او قسم یاد کرد، تا از مغانی باشد برای جان های جست و جوگر و حق طلب.

بعد از ذکر نام حق، بر خود فرض می دارم از همه اساتید بزرگوار که در طول تحصیل از خزانه معرفت شان بهره مند بودم، پاسگزاری کنم؛ استاد راهنمای معظم و کرامت دارم، جناب آقای دکتر احمد اعتمادی که با سه صدر و صف ناشدنی، زحمت هدایت و راهنمایی این رساله را پذیرفتند و همچنین استاد بزرگوارم جناب آقای دکتر سلیمی که بنده را در انجام این رساله یاری و همراهی نمودند. همچنین بر خود لازم می دانم از استاد فاضل و فریخته جناب آقای دکتر عبدالله شعیب آبادی که با داوری ارزشمند خود بر غنای این پژوهش افزودند، نهایت تشکر و قدر دانی را کنم. آرزوی کنم خداوند سایه سار این بزرگان فریخته را همیشه بر سر ما مستدام بدارد.

بر روی بوم زندگی هر چنبرمی خواهی بکش

زیبا و زشتش پای تو ست، تقدیر را باور نکن

تصویر اگر زیبا بود تقاش خوبی نیستی

از نو دوباره رسم کن، تصویر را باور نکن

خالق تو را ساد آفرید، آزاد آزاد آفرید

پرواز کن تا آرزو، زنجیر را باور نکن

## تقدیم به روح پاک دو عزیزم بر فراز آسمان ها:

آنجا که شما بودید اکنون  
سیاهچاله ایست در دنیای من،  
که من خود را روزهنگام در حال  
پرسه زدن به دور آن و شب  
هنگام در حال فرو غلتیدن در  
آن یافتم. آفتاب مهرتان هرگز  
در بیکران قلبم غروب نخواهد  
کرد.

## تقدیم به نازنین پدرم:

او که سال هاست نگاه نگران و  
دعای خیرش بدرقه راهم است.  
سپید موی گشت تا سفید روی  
باشم، همان فرشته ای که کلامش  
آرامش می دهد و عشق می  
آموزد، به پاس تعبیر زیبا و  
انسانیش از کلمه ایثار، به  
پاس عاطفه سرشار و گرمای امید  
بخش وجودش که در سردترین  
روزگاران بهترین پشتیبان است،  
به پاس نکوداشت قلب بزرگش که

سرگردانی و ترس در پناهِش به  
امنیت و شجاعت می‌گراید، و به  
پاس محبت بی دریغش که هرگز  
فروکش نمی‌کند.

و تقدیم به معلم مهربانی و  
اخلاق، دکتر حسین سلیمی: افسوس  
که این پاره ورق قابل تبدیل  
نبود...

## چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش تلفیقی رویکرد شناختی-روان‌نمایش‌گری بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متاهل انجام شد. جامعه آماری این پژوهش کلیه زنان متاهل ساکن خوابگاه‌های دانشگاه علامه طباطبائی در سال ۱۳۹۰ می‌باشند. نمونه شامل ۳۰ نفر خانم متاهل است که با روش نمونه‌گیری تصادفی از بین ۴۴ نفر داوطلب شرکت در این طرح آموزشی، انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش سیاهه باورهای ارتباطی زناشویی (RBI) می‌باشد. طرح پژوهش از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل است. مداخله آزمایشی به مدت ۸ جلسه ۲ ساعته و یک بار در هفته بر روی اعضاء گروه آزمایش اجرا گردید. پس از اتمام برنامه آموزشی، از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد. برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش و آزمون فرضیه‌ها، از تحلیل کواریانس استفاده شد. نتایج نشان داد که آموزش رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایش‌گری بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متاهل گروه آزمایش موثر بوده است.

کلید واژه‌ها: باورهای ارتباطی ناکارآمد زناشویی، شناخت درمانی، روان‌نمایش‌گری، رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایش‌گری

فهرست مطالب

عنوان

صفحه

## فصل اول: کلیات

مقدمه ۲

بیان مساله ۳

اهمیت و ضرورت پژوهش ۷

هدف پژوهش ۸

فرضیه های پژوهش ۸

متغیرهای پژوهش ۸

تعریف مفاهیم و واژگان اختصاصی ۹

## فصل دوم: ادبیات پژوهش

مقدمه ۱۲

ارتباط ۱۲

انواع ارتباط ۱۳

مفهوم باور ۱۴

انواع باورها ۱۵

باورهای ارتباطی غیر منطقی زناشویی از دیدگاه آیدلسون و ایشناین ۱۷

باورهای ارتباطی غیر منطقی زناشویی از دیدگاه سالیوان ۱۹

نظریات مرتبط با باورهای ارتباطی ۱۹

- دیدگاه روان شناسی فردی آدلر ۱۹

- نظریه کارن هورنای در زمینه اختلافات شناختی ۲۰

- درمان های عقلانی-هیجانی-عاطفی ۲۰

مدل ABCDE : ناراحتی و تغییر ۲۱

اصول تعامل گرایی روانشناختی ۲۲

انواع عمده افکار غیر منطقی در اختلال روابط زناشویی از نظر الیس ۲۴

- رویکرد شناخت درمانی ۲۷

تحریفات شناختی ۲۷

نظرات آرون بک در رابطه با ناراضایتی زناشویی ۳۰

طرحواره های بین شخصی در تعارض زناشویی از دیدگاه لی هی ۳۰

مقایسه باورها و عقاید زوج های سالم و غیر سالم ۳۲



سایر باورهای ارتباطی غیرمنطقی از نظر لازاروس ۳۲

گروه درمانی ۳۴

نظریه روان نمایش گری ۳۴

اصول بنیادی روان نمایش گری ۳۶

اهداف درمانی روان نمایش گری ۴۰

ابزار سایکودرام ۴۱

عناصر اصلی روان نمایش گری ۴۱

فرآیند درمان ۴۳

فنون روان نمایش گری ۴۶

اگزودیورام – سوسیودیورام ۴۸

اگزودیورام ۴۸

سوسیودیورام ۴۹

پیشینه داخلی ۵۰

پژوهش های خارجی ۵۲

## فصل سوم: روش اجرای پژوهش

مقدمه ۵۷

جامعه آماری و روش نمونه گیری ۵۷

طرح کلی پژوهش ۵۷

روش جمع آوری اطلاعات و ابزار پژوهش ۵۷

سیاهه باورهای ارتباطی ۵۸

اعتبار و روایی آزمون ۵۸

روش نمره گذاری آزمون ۵۸

روش تجزیه و تحلیل داده ها ۵۹

برنامه آموزشی پژوهش ۵۹

## فصل چهارم: روش تجزیه و تحلیل

مقدمه ۶۲

الف) اطلاعات توصیفی ۶۲

ب) اطلاعات استنباطی ۶۴

## فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

مقدمه ۶۹

یافته های پژوهش ۶۹

محدودیت ها ۷۷

پیشنهادات و کاربردها ۷۸

الف) پیشنهادات کاربردی بر اساس یافته ها ۷۸

۷۸ (ب) پیشنهادات پژوهشی برای تحقیقات آینده

منابع فارسی ۷۹

منابع انگلیسی ۸۳

## پیوست ها

۸۸ پیوست شماره ۱-مداخلات آموزشی

## فهرست جداول

عنوان

صفحه

- جدول ۴-۱، ویژگی های جمعیت شناختی خانم های متاهل در دو گروه آزمایش و کنترل ۶۲
- جدول ۴-۲، میانگین و انحراف معیار نمره خرده مقیاس های باورهای ارتباطی گروه های آزمایش و کنترل در مراحل پیش آزمون و پس آزمون ۶۳
- جدول ۴-۳، میانگین و انحراف استاندارد نمره کل باورهای ارتباطی گروه های آزمایش و کنترل در مراحل پیش آزمون و پس آزمون ۶۴
- جدول ۴-۴، آزمون تحلیل کواریانس برای مقایسه میانگین نمرات پس آزمون دو گروه آزمایش و کنترل در خرده مقیاس های باورهای ارتباطی ۶۵
- جدول ۴-۵، تحلیل کواریانس برای مقایسه میانگین نمرات پس آزمون دو گروه آزمایش و کنترل برای باورهای ارتباطی کلی ۶۶
- جدول ۴-۶، میانگین اصلاح شده پس آزمون در دو گروه بعد از حذف اثر پیش آزمون ۶۷

:

## فصل اول

### کلیات

خانواده این واحد به ظاهر کوچک اجتماعی از ارکان عمده و از نهادهای اصلی هر جامعه به شمار می رود. در واقع خانواده را باید خشت زیربنایی جامعه و کانون اصلی حفظ سنت و رسوم و ارزش های والا و مورد احترام و شالوده مستحکم مناسبات پایدار اجتماعی و روابط بین افراد دانست که مامنی برای پرورش فکر و اندیشه و اخلاق و تعالی روح انسانی به شمار می رود (جمعه اسدآباد، ۱۳۸۰).

خانواده با بستن پیمان زناشویی بین زن و مرد تشکیل می شود. ازدواج اولین تعهد عاطفی و حقوقی است که ما در بزرگسالی قبول می کنیم و انتخاب همسر و انعقاد پیمان زناشویی نقطه عطفی در رشد و پیشرفت شخصی تلقی می گردد. ازدواج موجب بقاء نوع انسان، توسعه اقتصادی یک ملت، آسایش و آرامش زوجین، حفظ و تقویت ایمان، افزایش سلامتی جسمی و روانی، رشد و تکامل اخلاقی، اجتماعی و اقتصادی می گردد. آنچه از خود ازدواج مهم تر است، رضایت از ازدواج و در واقع سازگاری زناشویی است. برای ازدواج رضایت بخش برقراری و تداوم ارتباط اثربخش ضروری است (اسلامی، ۱۳۸۵).

زن و مرد با برقراری ارتباط موثر می توانند نیازهای زناشویی خود را برطرف کرده و به سعادت و خوشبختی دست یابند (موسوی، ۱۳۸۲).

تحقیقات مختلف نشان داده یکی از عوامل موثر در ناسازگاری، اختلال در ارتباط یا به عبارتی اختلال در باورهای ارتباطی است. به عنوان مثال در گزارشی که توسط آژانس مشاوره خانواده در سال ۱۹۷۰ توسط محققین دانشگاه اوهایو انجام شد، نشان داد که ۸۴ درصد از پرونده های طلاق مربوط به باورهای ارتباطی بوده است. به طوری که اغلب زوجین اظهار کرده اند که «همسر من اصلا به حرف های من توجهی ندارد و یا من هر چه می گویم او فقط حرف خود را می زند و یا او همیشه از گاه کوه می سازد (فرهنگی، ۱۳۷۹). افزایش روزافزون اختلافات و تعارضات زناشویی در دنیای معاصر و خطر بروز جدایی موجب شده است مکاتب مختلف در خانواده درمانی تئوری ها و نظرات خود را جهت تبیین مشکلات زناشویی مطرح کنند که از جمله آن ها می توان به نظریات خانواده درمانی شناختی اشاره نمود. به اعتقاد نظریه پردازان شناختی مناسب ترین راه برای درمان تعارضات زناشویی کارکردن بر روی باورهای غیرمنطقی زوجین است و مطالعات متعدد نشان داده است تلفیق این رویکرد با دیدگاه روان نمایش گری، با افزودن تصور، عمل و رویارویی بین فردی، فرآیند تجربی تری را ارائه می کند (کوری<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱، ترجمه اعتمادی و هاشمی آذر، ۱۳۸۵).

#### بیان مساله:

خانواده یکی از ارکان اصلی جامعه به شمار می رود. دستیابی به جامعه سالم، آشکارا در گرو سلامت خانواده و تحقق خانواده های سالم در گرو برخورداری افراد آن از سلامت روانی و داشتن رابطه های مطلوب با یکدیگر است (برنشتاین<sup>۲</sup>، ۱۹۸۹، ترجمه پورعابدی نائینی، ۱۳۸۰). خانواده با بستن پیمان زناشویی بین زن و مرد تشکیل می شود. ازدواج از نخستین تعهدهای عاطفی قانونی افراد و از تصمیم های مهم زندگی شمرده می شود. به علاوه همسرگزینی و پیمان زناشویی هردو نشانه بالیدگی و رشد شخصی است. آنچه از خود ازدواج مهم تر است، رضایتی است که همسران در ازدواج تجربه می کنند (جراره، ۱۳۸۷).

---

<sup>۱</sup>. Corey  
<sup>۲</sup> Bernstein

برای ازدواج رضایت بخش برقراری و تداوم ارتباط<sup>۱</sup> اثربخش ضروری است (اسلامی، ۱۳۸۵). برقراری ارتباط یکی از مهارت های اصلی زندگیست. به اعتقادستیر<sup>۲</sup> (۱۹۶۷)، به نقل از بیرشک، (۱۳۸۳) فنون ارتباطی که مردم در ارتباط با دیگران به کار می برند، نشانگرهای مورد اعتبار کارکرد بین فردی است و اهمیت این امر خصوصا در تعاملات زناشویی محرز است.

گاتمن و کروکف<sup>۳</sup> (۱۹۹۳) در مورد اهمیت روابط بین فردی زوجین به این نتایج رسیدند که: مهارت های ارتباطی زوج های جوان در تمامی جنبه های زندگی مشترک آن ها از جمله عشق ورزی، همکاری در ایجاد فضای آرام بخش و صمیمی، همکاری در اداره امور (تنظیم بودجه و برنامه ریزی های مالی، تعیین حد و مرز روابط با دوستان و خانواده، انجام امور منزل و دیگر امور روزمره) و ایجاد رضایت از روابط جنسی و بالاخره حفظ و مراقبت از روابط با دوستان و خانواده تاثیر بسیار شگرفی دارد. علاوه بر این، رضایت فردی هر یک از زوج ها در جنبه های دیگر زندگی از جمله رضایت شغلی، تحصیلی، اجتماعی و خانوادگی متاثر از مهارت های وی در برقراری ارتباط بوده و این خود در رضایت از زندگی زناشویی نیز نقش پراهمیتی را دارا می باشد.

عواملی که می توانند اثربخشی یک ارتباط را تضعیف کرده و موجب عدم درک درست پیام فرستاده شده یا به عبارتی رمزگشایی صحیح آن شود عبارتند از: باورهای غلط، پیش داوری ها و نگرش های منفی. همچنین هرچه حوزه شناختی<sup>۴</sup> دو عنصر ارتباط یعنی گیرنده و فرستنده پیام از یکدیگر دورتر باشد، اثربخشی ارتباط کمتر خواهد بود (هارجی<sup>۵</sup>، ۱۹۹۴، ترجمه فیروزبخت و بیگی، ۱۳۸۵). در این پژوهش منظور از باورهای ارتباطی<sup>۶</sup>: عقیده یا ذهنیتی است که زن و شوهر نسبت به ارتباط زناشویی خود دارند و آن را به عنوان واقعیت پذیرفته اند (آیدلسون و اپشتاین<sup>۷</sup>، ۱۹۸۲).

---

<sup>۱</sup>. communication

<sup>۲</sup>. Satir

<sup>۳</sup>. Gottman & Krokoff

<sup>۴</sup>. belief

<sup>۵</sup>. cognitive

<sup>۶</sup> Hargie

<sup>۷</sup>. relationship belief

<sup>۸</sup>. Eidelson & Epstein

نیکل<sup>۱</sup> (۲۰۰۶) باورهای ارتباطی را به دو دسته باورهای منطقی<sup>۲</sup> و باورهای غیرمنطقی<sup>۳</sup> تقسیم می‌کند: منظور از باور منطقی باوری است که حقیقت دارد و با واقعیت منطبق است، با استدلال حمایت می‌شود یک حکم مطلق نیست و به صورت تمایل و رجحان بیان می‌شود. باور غیر منطقی فلسفه خودآشفته ساز را تشکیل می‌دهد، با واقعیت مطابقت ندارد، مبتنی برظن و گمان و اطلاعات اولیه نادرست است و به صورت یک حکم و امر می‌باشد. در نتیجه فرد دارای این باور در مقابل حوادث نمی‌تواند نگرش تازه ای به مسئله داشته باشد.

آیدلسون و اپشتاین (۱۹۸۲) با گسترش ارزیابی باورهای ناکارآمد، پنج باور ارتباطی غیرمنطقی<sup>۴</sup> که در روابط زناشویی سهم هستند را مشخص کرده اند که این باورها عبارتند از:

- باور به اینکه مخالفت تخریب کننده<sup>۵</sup> است: زمانی که زوجین فکر می‌کنند قدرت کافی برای تحمل مشکل ندارند، سعی می‌کنند از بروز مشکل و اختلاف در روابط زناشویی جلوگیری کنند.

- باور توقع ذهن خوانی<sup>۶</sup>: که زن و شوهر به علت وابستگی عمیق شان به یکدیگر فکر می‌کنند باید قادر باشند نیازهای طرف مقابل را درک و در واقع ذهن خوانی کنند بدون اینکه نیازی به مطرح کردن مستقیم آن‌ها باشد.

- باور عدم تغییرپذیری همسر<sup>۷</sup>: زمانی است که یکی از زوجین رفتار ایده آل و قابل قبولی نداشته باشد و زوج دیگر بپندارد که چنین رفتار و وضعیتی وحشتناک است و در واقع هرگز تغییرات مثبت در رابطه زناشویی رخ نمی‌دهد.

---

<sup>۱</sup>. Nickle

<sup>۲</sup>.rational beliefs

<sup>۳</sup>.irrational beliefs

<sup>۴</sup>. irrational relationship belief

<sup>۵</sup>. disagreement is destructive

<sup>۶</sup>.mind reading is expected

<sup>۷</sup>. partner can not change



- باور کمال گرایی جنسی<sup>۱</sup>: چنانچه همسری در رابطه جنسی اش عالی نباشد ناکام و شکست خورده است. ریشه این باور را در باور حکم کنندگی، نیازمندی، و کمال گرایی می توان یافت.

- باور به تفاوت های جنسی<sup>۲</sup> (زن و مرد متفاوتند): باورهای قالبی هستند که اساس علمی ندارند و مردم پیشاپیش ویژگی های خاصی را به دو جنس نسبت می دهند.

نظریه ساخت درمانی<sup>۳</sup> و نظریه روان نمایش گری<sup>۴</sup> دو نظریه مشاوره و روان درمانگری هستند که هر یک به گونه ای متفاوت به تبیین و توصیف مسائل و مشکلات روان شناختی افراد در زمینه های عقلانی، هیجانی، رفتاری و ارتباطی می پردازند و راهبردهای منحصر به فردی را به منظور رفع آنها ارائه می دهند.

بک<sup>۵</sup> (۱۹۷۶) یکی از بنیانگذاران مکتب شناخت درمانی درباره باورهای ناکارآمد می گوید: اغلب زن و شوهرها درباره کارکرد زن و شوهری در خانواده باورهای متفاوتی دارند. این باورها همچون قواعدی بر زندگی حکمرانی می کنند. یکی از مسائلی که این قواعد ذهنی به وجود می آورند، این است که زن و شوهر از یکدیگر انتظاراتی دارند و بر این عقیده اند که همسرشان باید به گونه خاصی رفتار کند. از طرف دیگر این انتظارات را واضح تر از آن می دانند که به همسرشان اعلام کنند، غافل از اینکه شاید همسرشان باورهای مغایری داشته باشد و اینجاست که سوء تفاهات از رفتار و گفتار یکدیگر در ارتباط بروز می کند. همچنین الیس<sup>۶</sup> (۲۰۰۳) معتقد است که تعارضات زناشویی را می توان با باورهای غیرمنطقی زوجین توجیه نمود. طبق این دیدگاه احساسات و رفتارهای آشفته معلول رفتار غلط یکی از زوجین یا حتی گرفتاریها و مشکلات زندگی نیست بلکه بخش عمده ای از آن می تواند به دلیل باورها و نگرش هایی باشد که یک یا هر دو آنان در مورد رفتار و یا دشواری های زندگی دارد.

---

<sup>۱</sup>. sexual perfectionism  
<sup>۲</sup>. the sexes are different  
<sup>۳</sup>. cognitive therapy  
<sup>۴</sup>. psychodrama  
<sup>۵</sup>. Beck  
<sup>۶</sup>. Ellis

تفکر و شناخت تنها یکی از مولفه های تعیین کننده سلامت یا بیماری روانی تلقی می گردد که در رویکرد شناختی به آن توجه ویژه گردیده است. آسیب شناسی روانی و سلامتی بر مبنای سه عنصر هیجان، تفکر و رفتار بنا شده است. روش روان نمایش گری در هر حیطه ای که نیاز به آشکار سازی ابعاد روان شناختی مسئله ای مطرح باشد، به کار می رود. به عبارت دیگر روان نمایش گری می تواند بر هر یک یا همه قلمروهای رفتاری، هیجانی، افکار و روابط بین فردی با توجه به آنچه که درمانجویان نیاز به تجربه کردن دارند، متمرکز شود (بلاتنر، ترجمه حق شناس و اشکانی، ۱۳۷۰).

تحقیقات مختلف نشان می دهد تلفیق دو رویکرد شناختی و روان نمایش گری به منظور مداخله در باورهای غیرمنطقی افراد و هیجان و رفتار وابسته به آن با هدف دسترسی به سلامت رفتاری بیش تر افراد، می تواند اثربخشی درمان را افزایش دهد (تریدول، کومار، رایت<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲؛ کیپر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲).

رویکرد روان نمایش گری به علت تمرکز آن بر ارتباطات بین فردی، رویکردی بسیار اجتماعی است. این رویکرد روش های موثر پیاده کردن شیوه زندگی به شکلی آگاهانه و رشدیافته را به افراد نشان می دهد. این رویکرد افراد را عمیقاً درگیر مسئله می کند و راه حل های چند جانبه ای برای آن پیشنهاد می دهد. مراحل این فرآیند شامل کشف و تشخیص باورهای کلیدی، روشن سازی و گفت و گو در زمینه باورهایی که نگرش بر پایه آن ها استوار است، بازسازی تصمیم ها و تمرین نگرش های جدید تمایز یافته تر و مستقیم تر می باشد (بلاتنر، ترجمه حق شناس و اشکانی، ۱۳۸۳).

مطالعات متعددی با رویکردهای مطرح شده انجام گرفته است که تاثیرات باورهای ناسازگار را در زمینه روابط صمیمانه زوجین مشخص کرده اند.

در پژوهشی که توسط سلیمانان (۱۳۷۲) درباره تاثیر تفکرات غیرمنطقی بر نارضایتی زناشویی انجام شد، نتایج نشان داد که افراد واجد تفکرات غیرمنطقی به طور معناداری از نظر رضایت زناشویی در سطح پایین تری قرار دارند.

---

<sup>۱</sup>. Treadwell, Kumar & Write  
<sup>۲</sup>. Kipper

ادیب راد و ادیب راد (۱۳۸۴) در پژوهشی به بررسی رابطه بین باورهای ارتباطی با دلزدگی زناشویی پرداخت. نتایج نشان داد که بین باورهای غیر منطقی و دلزدگی زناشویی رابطه وجود دارد. هرچه در باورهای غیرمنطقی بیش تر باشد دلزدگی زناشویی افزایش می یابد.

در پژوهشی که مظاهری و حیدری (۱۳۸۱) با هدف تاکید بر تاثیر آموزش مهارت های شناختی زندگی زناشویی در تغییر باورهای ارتباطی دانشجویان طراحی کردند، نتایج نشان داد که باورهای غیرمنطقی ارتباطی به طورمعناداری با آموزش کاهش پیدا می کند.

هامامسی<sup>۱</sup> (۲۰۰۲) در مطالعه ای تاثیر تلفیق دو رویکرد روان نمایش گری و درمان شناختی-رفتاری را بر کاهش تحریفات شناختی مرتبط با روابط بین فردی بررسی کرد. شرکت کنندگان (N = ۲۴) به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. نتایج نشان داد جلسات درمانی تحریفات شناختی گروه آزمایشی را کاهش داده است؛ یعنی در متغیرهای اجتناب از صمیمیت، انتظارات غیر منطقی در روابط و ذهن خوانی کاهش دیده شد. همچنین در پژوهشی دیگرمایکل<sup>۲</sup> (۲۰۰۲) نشان داد که روش های روان نمایش گری می تواند در کاهش افکار غیر منطقی که موجب برانگیختگی رفتارهای خشن می شوند، مورد استفاده قرار گیرند.

اهمیت و نقش کلیدی ارتباط در شکل دادن و تعیین کیفیت روابط زوجین از یک سو و این واقعیت که الگوهای ارتباط و باورهای ارتباطی آموختنی بوده و بنابراین می توان آن ها را با آموزش ها و مداخلات مرتبط تغییر داد، برای محقق این سوال ایجاد شد که: آیا آموزش تلفیقی دو رویکرد شناختی - روان نمایش گری بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متاهل تاثیر دارد؟

### اهمیت و ضرورت پژوهش:

در بسیاری از فرهنگ ها به روابط زناشویی به منزله منبع اولیه حمایت و عاطفه نگریسته می شود و از همسران انتظار می رود تا یک رابطه انحصاری برپایه صداقت، علاقه، عاطفه، و نیز صمیمیت و محبت از خود نشان دهند.

---

<sup>۱</sup>. Hamamci  
<sup>۲</sup>. Micheal

تحقیقات نشان می دهد که یکی از شایع ترین مشکلات زوجین، مشکلات ارتباطی است. داشتن معیارهای انعطاف ناپذیر، تعصب های شخصی و سوء تفاهم و عدم درک یکدیگر آن طور که هست، در اغلب ازدواج ها موجب نارضایتی زوجین شده، برهمه جنبه های ارتباط سایه می افکند (حیدری، مظاهری، پورا اعتماد، ۱۳۸۴). . به عقیده بک (۱۹۷۶) نیز ریشه بسیاری از مشکلات و ناسازگاری های زناشویی را می-توان در تفکرات غیرمنطقی یک یا هر دو شریک زندگی جست و جو کرد که در صورت اصلاح این تفکرات اختلاف زناشویی نیز از بین خواهد رفت. محقق سعی دارد تا باورهای ارتباطی رایج و موثر بر روابط زناشویی را شناسایی کرده و با تاکید هرچه بیشتر بر ایجاد رابطه، نحوه ارتباط و کیفیت ارتباط در تداوم زندگی زناشویی، به اصلاح این باورهای ناکارآمد بپردازد. از آنجا که در توضیح و تبیین باورهای ارتباطی، رویکرد شناختی از جایگاه ویژه ای برخوردار است و مطالعات متعدد نشان داده است که تلفیق این رویکرد با دیدگاه روان نمایش گری، با افزودن تصور، عمل و رویارویی بین فردی، فرآیند تجربی تری را ارائه می کند، اهمیت و ضرورت انجام پژوهش برای شناخت باورهای ناکارآمد به عنوان فاکتورهای موثر بر روابط و آموزش اصلاح یا تغییر آن محرز است (کوری، ۲۰۰۱، ترجمه اعتمادی و هاشمی آذر، ۱۳۸۵). در واقع محقق ضروری می داند تا از طریق پژوهش حاضر به معرفی هر چه بیشتر رویکرد روان نمایش گری به عنوان نظریه ای بپردازد که در تلفیق با سایر رویکردها، خصوصا رویکردهای خانواده درمانی، اثربخشی و کیفیت درمان را ارتقا می دهد.

#### **هدف پژوهش :**

تعیین اثربخشی رویکرد تلفیقی شناختی-روان نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان، عمده ترین هدف محقق از انجام این پژوهش می باشد.

#### **فرضیه های پژوهش**

فرضیه اصلی: آموزش مبتنی بر رویکرد تلفیقی شناختی - روان نمایش گری بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متاثر موثر است.

فرضیه های فرعی: