



«بسمه تعالی»



دانشگاه علامه طباطبائی

دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی

پایان نامه جهت اخذ مدرک کارشناسی ارشد رشته روانشناسی بالینی

عنوان پایان نامه: بررسی اثربخشی شناخت درمانی گروهی بر مبنای الگوی مایکل فری بر کاهش تعارضات زناشویی مراجعان به مرکز مشاوره دانشگاه علامه طباطبائی

استاد راهنما: جناب آقای دکتر محمود گلزاری

استاد مشاور: جناب آقای دکتر احمد برجعلی

استاد داور: جناب آقای دکتر فرامرز سهرابی

پژوهشگر: بهنام عسکری احمد آباد

سال تحصیلی: ۱۳۹۰ - ۱۳۸۹

تقدیم به :

همسر گرامیه

این گوهر گرانبهای زندگی ام،

باشد به پاس قطره ای در مقابل دریای بیکران زحماتش.

با تقدیر و تشکر فراوان از اساتید بزرگوارم، آقایان ؛

دکتر گلزاری، دکتر برجعی و دکتر سهرابی

که با راهنمایی های خود انجام این پژوهش را برایم میسر ساختند.

چکیده:

این پژوهش به منظور ارزیابی میزان اثر بخشی شناخت درمانی گروهی بر مبنای الگوی مایکل فری بر کاهش تعارضات زناشویی انجام شده است. جامعه آماری مورد مطالعه مشتمل بر زوج های مراجعه کننده به مرکز مشاوره و بهداشت روان دانشگاه علامه طباطبایی بودند. از جامعه مورد نظر، ۴۰ نفر (۲۰ زوج) - به عنوان نمونه تحقیق - با استفاده از مصاحبه اولیه و پرسشنامه تعارضات زناشویی به روش در دسترس مورد گزینش و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل مورد گمارش قرار گرفتند. قبل از اجرای درمان از هر دو گروه، پیش آزمون تعارضات زناشویی به عمل آمد. سپس گروه آزمایش ۱۲ جلسه تحت شناخت درمانی گروهی به روش مایکل فری قرار گرفت. پس از پایان جلسات از هر دو گروه، پس آزمون تعارضات زناشویی به عمل آمد. با توجه به در نظر گرفتن دوره پیگیری ۴۵ روزه، پس از ۴۵ روز از خاتمه درمان، بار دیگر در مورد هر دو گروه آزمون تعارضات زناشویی به اجرا درآمد. با استفاده از آزمون t مستقل، داده ها تحلیل شدند. نتایج نشان داد که شناخت درمانی گروهی مایکل فری توانسته است میزان تعارضات زناشویی را (هم پس از اتمام درمان و هم در دوره پیگیری) به طور معناداری کاهش دهد ($P < 0/01$).

کلید واژه ها: شناخت درمانی گروهی، مایکل فری، تعارضات زناشویی

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۲	۱-۱- مقدمه
۴	۱-۲- بیان مسأله
۵	۱-۳- اهمیت و ضرورت تحقیق
۶	۱-۴- اهداف تحقیق
۶	۱-۵- فرضیه های تحقیق
۶	۱-۶- تعریف مفاهیم تحقیق
۶	۱-۶-۱- تعریف نظری
۶	۱-۶-۱-۱- گروه درمانی شناختی
۷	۱-۶-۱-۲- تعارض زناشویی
۷	۱-۶-۲- تعریف عملیاتی
۷	۱-۶-۲-۱- گروه درمانی شناختی
۸	۱-۶-۲-۲- تعارض زناشویی

فصل دوم: گستره نظری و پیشینه پژوهش

۱۱	۲-۱- گستره نظری
۱۱	۲-۱-۱- تعارض در روابط زناشویی تاریخچه
۱۳	۲-۱-۲- موضوع های تعارض
۱۳	۲-۱-۳- علل تعارض
۱۴	۲-۱-۳-۱- رویکرد شناختی رفتاری
۱۴	۲-۱-۳-۲- رویکرد ادراک برابری
۱۶	۲-۱-۳-۳- استقلال طلبی و فردیت گرایی
۱۶	۲-۱-۳-۴- رویکرد ارتباطی
۱۷	۲-۱-۴- تفاوت زن و شوهر ها در مواجهه با تعارض
۱۷	۲-۱-۵- منابع اختلافات و تعارضات زناشویی
۱۸	۲-۱-۶- مراحل رشد تعارضات زناشویی
۲۲	۲-۱-۷- زوج درمانی (آموزش زوجین)
۲۳	۲-۱-۸- درمان شناختی رفتاری
۲۳	۲-۱-۸-۱- تاریخچه
۲۵	۲-۱-۸-۲- رفتار درمانی
۲۶	۲-۱-۸-۳- شناخت درمانی
۲۶	۲-۱-۸-۴- رفتار درمانی شناختی
۲۷	۲-۱-۸-۵- راهبردهای عمده درمان شناختی رفتاری
۲۹	۲-۱-۸-۶- ویژگی های درمان شناختی رفتاری

۲۹ ۹-۱-۲- زوج درمانی شناختی رفتاری (CBCT)
۳۱ ۱-۹-۱-۲- علل نابسامانی های زناشویی از منظر رویکرد شناختی رفتاری
۳۲ ۲-۱-۹-۲- مقایسه باورها و عقاید زوج های سالم و آشفته
۳۵ ۱۰-۱-۲- فرایند درمان بر اساس زوج درمانی شناختی رفتاری
۳۶ ۱۱-۱-۲- فنون زوج درمانی در CBCT
۴۰ ۲-۲- بررسی پیشینه مطالعاتی
۴۰ ۱-۲-۲- تعارض زناشویی
۴۷ ۲-۲-۲- زوج درمانی
۴۹ ۳-۲-۲- آموزش شناختی رفتاری زوجین

فصل سوم: روش پژوهش

۵۵ ۱-۳- مقدمه
۵۵ ۲-۳- جامعه آماری
۵۵ ۳-۳- گروه نمونه و شیوه گزینش آن
۵۶ ۴-۳- طرح پژوهش
۵۶ ۵-۳- روش اجرای پژوهش
۵۷ ۶-۳- ابزار پژوهش
۵۷ ۱-۳-۶- توصیف خرده مقیاس ها
۵۸ ۲-۳-۶- پایایی و روایی آزمون
۵۹ ۷-۳- روش تجزیه و تحلیل داده ها

فصل چهارم: یافته های پژوهش

۶۱ ۱-۴- مقدمه
۶۱ ۲-۴- ارائه یافته ها
۶۱ ۱-۴-۲- بررسی ویژگی های جمعیت شناختی گروه های مورد مطالعه
۶۹ ۳-۴- بررسی فرضیه های پژوهش

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۷۲ ۱-۵- مقدمه
۷۲ ۲-۵- یافته های پژوهش
۷۳ ۳-۵- نتیجه گیری
۷۴ ۴-۵- محدودیت های پژوهش
۷۴ ۵-۵- پیشنهادها
۷۴ ۱-۵-۵- پیشنهادهای کاربردی
۷۵ ۲-۵-۵- پیشنهادهای پژوهشی

منابع

۷۷ منابع فارسی
۸۰ منابع انگلیسی

پیوست ها

۸۳ پیوست شماره ۱
----	---------------------

فهرست جداول

عنوان	صفحه
جدول شماره ۱: توصیف آماری ویژگی های جمعیت شناختی آزمودنی های گروه کنترل و آزمایش	۶۱
جدول شماره ۲: فراوانی و درصد شغل آزمودنی های مورد مطالعه	۶۲
جدول شماره ۳: وضعیت سنی آزمودنی های مورد مطالعه	۶۳
جدول شماره ۴: وضعیت تحصیلی آزمودنی های مورد مطالعه	۶۴
جدول شماره ۵: توصیف آماری نمرات آزمودنی ها در کل مقیاس و خرده مقیاس های پرسشنامه تعارضات زناشویی بر اساس پیش آزمون و پس آزمون	۶۵
جدول شماره ۶: توصیف آماری نمرات آزمودنی های گروه کنترل در کل مقیاس و خرده مقیاس های پرسشنامه تعارضات زناشویی بر اساس پس آزمون و دوره پیگیری	۶۷
جدول شماره ۷: آزمون t مستقل برای مقایسه تفاضل میانگین نمرات گروه آزمایش و کنترل بر اساس پیش آزمون و پس آزمون در پرسشنامه تعارضات زناشویی	۶۹
جدول شماره ۸: آزمون t مستقل برای مقایسه تفاضل میانگین نمرات گروه آزمایش و کنترل بر اساس پیش آزمون و دوره پیگیری در پرسشنامه تعارضات زناشویی	۷۰

فصل اول

کلیات

ازدواج یکی از قدیمی ترین پیوندهای انسانی است که نقشی ارض‌کننده و رشد دهنده در شخصیت آدمی به عهده دارد. ازدواج از همان اوایل مورد توجه نویسندگان، فلاسفه و به خصوص اخلاقیون و پیروان ادیان بزرگ قرار گرفته، که چون می دانستند عوامل بسیاری خانواده را تهدید می کند، توصیه هایی در حفظ بنیادهای آن داشته اند. اکثر آنها طلاق را منفور و گاهی ممنوع اعلام کرده اند. در حقیقت خانواده به عنوان یک گروه کوچک طبیعی، از دهه پنجاه میلادی مورد توجه روانشناسان و مشاوران واقع شد. در این میان، برخی بر این عقیده شدند که ریشه تمام مشکلات روانی در خانواده است و بنابراین، در درمان هر مشکل روانی، خانواده باید آماج مداخله درمانی قرار گیرد. نهضت راهنمایی کودک، رشد نظریه روان تحلیل گری و تاکید آن بر نقش والدین در رشد «من» و «فرامن»، تشکیل انجمن مشاوران ازدواج در آمریکا، طرح نظریه عمومی سیستم ها، توجه به بیماری اسکیزوفرنی و اثر خانواده بر آن، گروه درمانی و مشاوره گروهی، همگی در پیدایش خانواده درمانی مؤثر بوده اند (گلدنبرگ و گلدنبرگ^۱، ۲۰۰۰؛ ترجمه براواتی و نقشبندی، ۱۳۸۸).

یکی از مشکلات شایعی که از ابتدا مورد توجه خانواده درمانگران و به ویژه «زوج درمانگران» واقع شده، تعارض های زناشویی^۲ می باشد. این مشکل ممکن است اشکال گوناگونی داشته باشد و به صورت افسردگی یکی یا هر دو زوج، اعتیاد، رفتار اختلال آمیز بین فرزندان، سوء رفتار با همسر و درگیری لفظی و فیزیکی بین زوجین و نهایتاً طلاق، خود را بروز دهد. نوع اخیر شایع ترین نحوه بروز تعارض است و گواه آن، آمار بالای طلاق در کشورهایی است که بر فردیت، حقوق فردی و دفاع از حقوق شخصی و نفی هر نوع برتری یک زوج بر زوج دیگر تاکید دارند. در کشورهای غربی که زن و مرد تقریباً از حقوق اجتماعی یکسانی برخوردارند و قانون و عرف هیچ امتیاز ویژه ای را برای هیچ یک از زوجین نسبت به دیگری قبول ندارد، آمار طلاق و جدایی به بیش از ۵۰٪ می رسد. یعنی از هر دو زوجی که برای اولین بار ازدواج می کنند، یک زوج طلاق می گیرند که یکی از مهم ترین عوامل آن، تعارض های زناشویی و ناتوانی زوجین در حل آن است. در آمریکا از هر دو ازدواج یکی منجر به طلاق می شود و برآوردها نشان می دهند که ۸۰٪ دانش آموزان برخی از مدارس، به خانواده های از هم پاشیده تعلق دارند (گرلر^۳ ۱۹۹۳؛ به نقل از ثنایی، ۱۳۷۸).

در کشور ما بر اساس آمارهای موجود، میزان طلاق در سال های مختلف بین ۱۵ تا ۲۰ درصد در حال نوسان بوده است و در کل حاکی از افزایش آن می باشد (سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۹). گسترش اعتقاد به برابری زن و مرد در بین جوانان ایرانی، به خصوص خانم ها و فقدان مهارت های لازم برای احترام به آزادی متقابل

۱ - Goldenberg, I. Goldenberg, H.

۲ - marital conflicts

۳ - Gerler

همدیگر و ناتوانی در حل تعارض های زناشویی، خطر بروز طلاق را افزایش داده است (سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۹).

افزایش روز افزون تعارض های زناشویی در دنیای معاصر و خطر بروز جدایی و اثر منفی آن بر سلامت روانی زوجین و فرزندان آنان، موجب شده است تا درمانگران و به خصوص زوج درمانگران، نظریه و طرح هایی را برای کمک به زوجین دچار تعارض و در حال طلاق ارائه دهند. طرفداران نظریه روان تحلیل گری، رفتار درمانی، وجود گرایی و انسان گرایی - علاوه بر آنکه فرد را مورد توجه قرار دادند - هر یک از چارچوب دیدگاه خود، خانواده و مشکلات آن را تبیین نموده و راهبردهای درمانی برای کاهش تعارض های زناشویی ارائه داده اند. یکی از نظریه های مشهور در این زمینه، عبارت است از؛ نظریه شناخت درمانی^۱ که ترکیبی از نظریات بزرگانی چون آرون بک^۲ و آلبرت الیس^۳ می باشد. از دیدگاه شناختی، علل اکثر مشکلات رفتاری و تعارض های بین فردی از جمله تعارض های زناشویی را در خطاهای شناختی و باورهای غیر منطقی زوج ها باید جستجو نمود (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۸۳؛ کری^۴، ۲۰۰۵؛ ترجمه سید محمدی، ۱۳۸۵). وقتی یک یا هر دوی زوجین نسبت به رویدادهای ارتباطی خود، دچار تحریف های شناختی شده و دارای باورهای غیر منطقی باشند، واکنش های بیمارگونه از خود بروز می دهند. در واقع از دیدگاه شناختی، تعارض زناشویی ناشی از باورها و عقاید غیر منطقی نسبت به رویدادها و رفتارهای بین زوجین است و بهترین راه برای درمان تعارض های زناشویی، کار کردن بر روی باورهای غیر منطقی یا، همان تحریف های شناختی، و تغییر دادن آنهاست (هاوتون و همکاران^۵، ۱۹۸۹؛ ترجمه قاسم زاده، ۱۳۸۲). شناخت درمانگران می خواهند از طریق تغییر فکر و عقیده، تعارض های زناشویی را حل و روابط را بهبود بخشند. بنابراین اگر به زوجین کمک شود که افکار و باورهای غیر منطقی خود را شناسایی و تغییر دهند، نتایج مثبتی به دست خواهد آمد. بر این اساس، در پژوهش حاضر، روش درمانی فوق را به یکی از جدیدترین و پرکاربردترین شیوه ها یعنی شیوه گروهی، که از حمایت های تجربی فراوانی هم برخوردار است، در مورد تعدادی از زنان و شوهرانی که دارای تعارض شدید هستند، اجرا خواهیم کرد، تا مشخص گردد، در مقایسه با گروه کنترل، چه تأثیری در کاهش تعارض های زناشویی خواهد داشت. الگوی مورد استفاده ما در این پژوهش برای درمان از کتاب راهنمای شناخت درمانی گروهی^۶ اثر مایکل فری^۷ اقتباس شده است.

۱ - cognitive therapy

۲ - Aeron T. Beck

۳ - Albert Ellis

۴ - Corey G. & Corey M, SH.

۵ - Hawton, K. & et al.

۶ - cognitive group therapy

۷ - Michael Free

۲-۱ - بیان مسأله:

در فرهنگ ما خانواده موقعیت اساسی و مهمی دارد. نظام خانواده به عنوان یک نهاد اجتماعی، همچون سایر نهادهای اجتماعی، تحت تأثیر تحولات شگرف دنیای امروز، در حال پیچیده تر شدن است. از این روی، عضویت و تداوم زندگی در آن توسط یک زوج، مستلزم مهارت هایی بسیار بیشتر از دوران گذشته می باشد. فقدان این مهارت ها، موجب افزایش تعارض و نتیجتاً طلاق می گردد. به طوری که در اکثر جوامع، طلاق به طور چشمگیری افزایش یافته است. در کشور ما نیز، متأسفانه علیرغم وجود شرایط خاص فرهنگی و دینی بازدارنده، طلاق در حال افزایش می باشد (سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۹).

در غرب با استفاده از یافته های علم روانشناسی، الگوهای جامعی برای پیشگیری و درمان تعارض زناشویی و جلوگیری از طلاق طراحی شده است که به صورت کارگاهی عملی، طی یک دوره معین برای زوجین دارای مشکل اجرا می گردد. رویکردهای شناختی و رفتاری از جمله نظریه هایی هستند که بیشترین کاربرد را در این زمینه دارا می باشند. بسیاری از این الگوها در کشورهای غربی تدوین، آزمایش و اجرا شده اند و در کشور ما علیرغم اهمیت زیادی که به خانواده داده می شود، خبری از این رویکردها نیست. بر این مبنا لازم است که در ابتدا، نظریه های مطرح زناشویی درمانی، در کشور ما بررسی و آنگاه طرح های کاربردی، برای پیشگیری و درمان تعارض های زناشویی تهیه و اجرا گردد.

رویکرد رفتاری، از اصول روانشناسی یادگیری برای تبیین تعاملات زناشویی استفاده می کند. مطابق این دیدگاه، چگونگی رفتار زوجین نسبت به یکدیگر در اثر یادگیری شرطی کلاسیک یا عامل به وجود آمده و تداوم می یابد. رفتار درمانی بر آن است تا بداند یک زوج چگونه رفتار مشکل را شکل می دهند و از چه طریقی آن را تقویت مثبت و منفی می نمایند. زوج درمانگران رفتاری برای کاهش تعارض های زناشویی بر سه مورد زیر تأکید دارند:

- ۱) کمک به زوجین برای افزایش تقویت مثبت رفتار مناسب یکدیگر
 - ۲) آموزش مهارت های جدید مانند آموزش برقراری ارتباط درست و جرأت مندی
 - ۳) استفاده از درمان شناختی برای اصلاح ساختارهای مخرب فکری (یانگ و لانگ^۱، ۱۹۹۸).
- شناخت گراها عقیده دارند، وجود باورهای غیر منطقی و خطاهای شناختی، باعث ناسازگاری رفتاری و تعارض زناشویی می شود (برنشتاین و برنشتاین^۲، ترجمه سهرابی، ۱۳۷۷).
- خانواده درمانگران، همواره درصدد آسان سازی کاربرد فنون مداخلات درمانی بوده اند. به طوریکه مداخله بر اساس اهداف و روش های مشخصی شروع و پایان یابد. در زمینه زوج درمانی و مداخله در خانواده نیز، انواع

۱ - Young, M. & Long L.L.

۲ - Bornstein, M. T. & Bornstein, PH. H.

زیادی از این الگوها که بر اساس دیدگاه‌ها و نظریات متفاوتی بوده است، پدید آمده که هدف عمده آنها، کمک به زوجین برای پیشگیری از تعارض و عدم کارآمدی خانواده و همچنین درمان تعارض‌های زناشویی است. پژوهش حاضر بر آن است تا میزان کارایی و اثربخشی فنون حاصل از رویکرد شناخت درمانی گروهی بر مبنای الگوی مایکل فری را، بر کاهش تعارضات زناشویی مورد آزمون قرار دهد.

۳-۱- اهمیت و ضرورت تحقیق:

اختلافات زناشویی و طلاق یکی از مهم‌ترین ناهنجاری‌های خانوادگی و اجتماعی است که در جامعه ما روندی روزافزون و رشدی چشمگیر داشته است، به گونه‌ای که طبق آمارهای رسمی، با وجود همه موانع یا ذهنیت منفی‌ای که در جامعه نسبت به آن وجود دارد، این مسأله می‌رود تا به امری بسیار رایج بدل شود و قبح آن نیز تا حد زیادی در میان مردم از بین برود. رشد چشمگیر آمار طلاق در مقایسه با آمار ازدواج در استان تهران - ۸٪ در برابر ۵/۵٪ مطابق آمار سازمان ثبت احوال در سه ماهه نخست سال ۱۳۹۰ - امری است که ضرورت بررسی آن از جنبه‌های مختلف را می‌نماید و بنا به این ضرورت است که همه روزه شاهد مقالات، سخنرانی‌ها، برنامه‌های تلویزیونی و رادیویی و یا کتاب‌هایی هستیم که به شکلی گسترده به این مقوله می‌پردازند.

تعارض، درگیری، کشمکش‌های زناشویی و طلاق، پیامدهای روانی و اجتماعی منفی زیادی را برای فرد، خانواده و جامعه به دنبال دارند. بنابراین باید از آخرین یافته‌های علمی و پژوهشی، برای پیشگیری و درمان آنها استفاده کرد. باید روش‌ها و طرح‌های عملی مشخصی بر اساس نظریه‌های موجود تدوین نموده و سپس میزان کارایی و اثر بخشی آنها را آزمود (کرباسی، ۱۳۸۸).

اهمیت و ضرورت این تحقیق از این جهت است که بر اساس نظریه شناخت‌گرایی، الگویی از درمان زناشویی برای پیشگیری و حل تعارض‌های زناشویی تدوین شده و سپس با استفاده از روش تجربی - با استفاده از یک گروه کنترل - مورد آزمایش و مقایسه قرار می‌گیرد. انجام این پژوهش موجب آزمون فنون ناشی از نظریه مذکور در درمان زناشویی، با توجه به فرهنگ و ارزش‌های کشورمان خواهد شد.

به طور خلاصه، اهمیت و ضرورت این پژوهش از جهات زیر می‌باشد؛

- آزمون فنون گروه درمانی شناختی مایکل فری، برای کاهش تعارضات زناشویی
- آزمون فنون نظریه مذکور در شرایط فرهنگی، اجتماعی و ارزشی ایران
- تدوین الگوی عملی درمان برای کاهش تعارض‌های زناشویی بر اساس نظریه مذکور، به نحوی که مراحل آن به سادگی قابل آموزش و اجرا باشد.

۴-۱- اهداف تحقیق:

هدف از پژوهش حاضر، «تعیین میزان اثربخشی الگوی شناخت درمانی گروهی به شیوه مایکل فری بر کاهش تعارضات زناشویی است».

۵-۱- فرضیه های تحقیق:

فرضیه اول این پژوهش عبارت است از اینکه: «شناخت درمانی گروهی مایکل فری موجب کاهش تعارضات زناشویی می گردد».

فرضیه دوم پژوهش حاضر عبارت است از اینکه: «اثربخشی شناخت درمانی گروهی مایکل فری بر کاهش تعارضات زناشویی در دوره پیگیری (۴۵ روز پس از اتمام برنامه درمانی)، ثبات دارد».

۶-۱- تعریف مفاهیم تحقیق:

۱-۶-۱- تعریف نظری:

۱-۶-۱-۱- گروه درمانی شناختی:

شناخت درمانی نوعی روان درمانی است که در حالی که بر اهمیت عواطف و رفتار در کارکرد های روانی فرد اعتقاد دارد، آثار افکار نادرست بر اختلالات روانی را مورد بررسی قرار می دهد. شناخت درمانگران در کار با مراجعان خود، تحریفها یا «خطاهای شناختی» را که بر احساسات، افکار و رفتار تأثیر می گذارند، شناسایی می کنند. برای شناسایی و تغییر این باورها، ارزیابی کاملی با استفاده از ابزارها و پرسشنامه های معتبر صورت می گیرد. در فرایند درمان نیز، شناخت درمانگران با مشارکت مراجعین به ارزیابی تغییر رفتار می پردازند. هدف اصلی درمان شناختی در گروه از بین بردن خطاها، تحریف ها و سوگیری ها در تفکر است تا افراد بتوانند کارآمدتر عمل کنند. توجه عمده معطوف به شیوه پردازش اطلاعات در فرد است که موجب می گردد رفتارها و احساسات ناسازگارانه همچنان باقی بمانند. در این روش، خطاهای شناختی افراد یا اعضای گروه به چالش کشیده شده، مورد آزمایش و بحث قرار می گیرد تا آنکه احساسات، رفتار و تفکر مثبت و برتری جایگزین آن گردد (نینان و درایدن^۱، ۲۰۰۴؛ ترجمه دهقان و گنجوی، ۱۳۸۷).

۱- Neenan, M. & Dryden, W

در گروه درمانی شناختی، تغییرات درمانی حاصل بینشی نیست که از تعامل گروهی نشأت می گیرد، بلکه در نتیجه استفاده مراجع از راهبردهای تغییر که توسط درمانگر آموخته می شود، به وجود می آید. بنابراین، رویکرد شناختی در هر جلسه گروهی بر تغییرات ویژه، با ساختار مشکل-مدار^۱ متمرکز است. علاوه بر آن، مداخله های شناختی در گروه بر انجام تمرینهای شناختی و رفتاری تأکید دارد (همان منبع).

در این پژوهش منظور از گروه درمانی شناختی عبارت است از یک روش درمانی مرکب از مدل شناختی بک، به علاوه رویکردهای الیس و مک مالین^۲، در خصوص مشکلات رفتاری و زناشویی زوجین که در گروه ها به کار می رود. فنون مورد استفاده در این روش درمانی عبارتند از؛ آموزش به زوجین درباره نقش خطاهای شناختی و باورهای غیر منطقی در تعارضات زناشویی، معرفی ویژگی های خطاهای شناختی و باورهای غیر منطقی، آموزش و تمرین شناسایی خطاهای شناختی و باورهای غیر منطقی خود و همسر، نحوه اصلاح خطاهای شناختی و باورهای غیر منطقی، ارائه تکالیف شناختی و

۱-۶-۱-۲- تعارض زناشویی:

تعارض زناشویی عبارت است از نوعی ارتباط زناشویی که در آن رفتارهای خصومت آمیز مثل توهین، سرزنش، انتقاد و حمله فیزیکی وجود دارد و زوجین در آن نسبت به یکدیگر احساس خصومت، کینه، نفرت و خشم دارند. در چنین حالتی هر یک از زوجین بر این باورند که دیگری انسان نامطلوب و ناسازگاری است که موجب رنجش و ناراحتی او می گردد (لانگ و یانگ، ۱۹۹۸). به عبارت بهتر، منظور از تعارض زناشویی در این پژوهش، سطحی از درگیری، اختلاف نظر و تعامل های رفتاری منفی است که زوجین خودشان قادر به حل آن نیستند و برای تغییر و کاهش تعارض و اصلاح روابط به مراکز مشاوره و درمان مراجعه نموده اند. از این روی، در این پژوهش زوجینی متعارض شناخته می شوند که فقط به خاطر ناسازگاری با یکدیگر و داشتن رابطه به شدت آشفته و منفی به مرکز مشاوره و درمان دانشگاه علامه طباطبایی مراجعه کرده اند.

۱-۶-۲- تعریف عملیاتی:

۱-۶-۲-۱- گروه درمانی شناختی:

منظور از گروه درمانی شناختی، روش درمانی مبتنی بر راهنمای درمانی مایکل فری می باشد، که شامل یک دوره برنامه درمان گروهی ۱۲ جلسه ای - هر جلسه به مدت ۹۰ الی ۱۲۰ دقیقه - است که هدف آن شناسایی، به چالش کشاندن و تغییر شناخت های منفی افرادی است که از تعارضات زناشویی رنج می برند.

۱- problem - oriented

۲ - Mc Mulline, R.

هر جلسه شامل دستور العمل هایی برای تمرین است که به افراد برای دستیابی به اهداف درمان کمک می کند، و به منظور انجام بهتر برنامه، علاوه بر یادداشت های فراوان درباره چگونگی هدایت فرایند درمان در گروه، منابع گوناگونی در اختیار خواننده قرار می گیرد. لازم به توضیح است که ریز محتوای جلسات درمانی در بخش ضمایم آمده است.

۲-۲-۶-۱- تعارض زناشویی:

در این پژوهش، زوج هایی متعارض شناخته می شوند که فقط به خاطر ناسازگاری با یکدیگر و داشتن روابط به شدت آشفته به مرکز مشاوره و درمان دانشگاه علامه طباطبایی مراجعه کرده و خود قادر به حل تعارضات فی ما بین نیستند. به طور عملی تعارض زناشویی در این پژوهش به نمره هایی (۱۱۵ تا ۱۳۴) اطلاق می شود که آزمودنی ها از طریق پاسخ به پرسشنامه تعارض زناشویی به دست می آورند.

فصل دوم

گستره نظری و پیشینه پژوهش

فصل حاضر به دو بخش تقسیم شده است. بخش اول به گستره نظری متغیرهای مورد مطالعه اختصاص دارد و بخش دوم به پیشینه تحقیقاتی متغیرها می پردازد.

در بخش اول فصل، ابتدا تعارضات زناشویی، موضوعات، علل، منابع و شیوه های درمان آن و سپس چهارچوب نظریه شناخت درمانی گروهی، مفاهیم اصلی و فنون درمانی در آن به تفصیل مورد بررسی قرار می گیرد.

در بخش دوم این فصل، پژوهش های انجام شده در باره علل و عوامل تعارض های زناشویی و کارآمدی انواع روش های درمان آن گزارش گردیده است.

۱-۲- گستره نظری تحقیق

۱-۱-۲- تعارض در روابط زناشویی:

یک رابطه زناشویی صمیمی مستلزم این است که زوجین یاد بگیرند چگونه با هم مرتبط و چگونه با هم متفاوت هستند. تعارض در عدم درک تفاوت های فردی و مرتبط بودن به وجود می آید. مشکلات زناشویی^۱، با مفاهیم مختلفی مانند تعارض، ناسازگاری و نارضایتی زناشویی معرفی شده اند. بروز تعارض در زندگی انسان ها اجتناب ناپذیر است. تعارض، کارکردی طبیعی در سیستم زوجی است و حاصل وجود تفاوت های فردی است. تعارض می تواند به رشد رابطه ها کمک کند یا به آن آسیب برساند. این امر بسته به این است که تعارض چگونه حل و فصل می شود. تعارض پدیده ای است که به همراه عشق و به موازات آن در رابطه زناشویی به وجود می آید و به همزیستی خود در کنار آن ادامه می دهد. در نتیجه برای نایل شدن به سطح بهینه ای از ارتباط که همانا شناخت خود و دیگری است، شناخت تعارض که پدیده ای شایع و ذاتی در روابط انسانی و بخصوص روابط زوجین است، ضرورت پیدا می کند. درک تعارضات و کمک به زوجین در یادگیری و حل این مشکلات بسیار مهم است.

از نظر لغوی، تعارض به معنی اختلاف داشتن و مزاحم یکدیگر بودن است (فرهنگ عمید، ۱۳۸۴). از نظر مفهومی نیز تعارض را می توان نوع دیگر ناکامی بیان کرد که در اثر درگیری دو انگیزه متفاوت ولی همزمان به وجود می آید و باعث فشارهای شدیدی در موجود زنده می شود (تبریزی، ۱۳۸۴)

تعریف های گوناگونی از تعارض وجود دارد. در کل تعارض زناشویی مرکب از عواطف، افکار و رفتارهایی است که بازتابنده خشم، ناکامی، عدم توافق، تنفر، رنجش، تلخی و ... می باشد. تعارض زناشویی از نظر یانگ و لانگ (۱۹۹۸) ناشی از واکنش نسبت به تفاوت های فردی است و زمانی آنقدر شدت می یابد که احساس خشم، کینه، نفرت، حسادت، سوء رفتار کلامی، سوء رفتار فیزیکی و خشونت در روابط آنها حاکم شود و به حالت تخریب و ویرانگر درآید. به نظر کوهن^۲ (۱۹۹۲؛ به نقل از قلیلی و همکاران، ۱۳۸۵) هر جا عدم توافق، تفاوت یا ناسازگاری بین همسران وجود داشته باشد، تعارض به وجود می آید. تعارض زوجین شامل تهدید و سوء استفاده کلامی و اعمال خشونت فیزیکی می باشد که از هل دادن، گرفتن یا سیلی زدن تا تهدید به مرگ درجه بندی می شود که ممکن است به صدمات جسمانی و حتی مرگ منجر شود. نخستین نشانه های هشدار دهنده در مورد ظهور تعارض و شدت گرفتن آن را می توان در رخ دادن مسایلی از قبیل طعنه زدن،

۱ - marital problems

۲ - Kohn, C. S.