



دانشگاه علامه طباطبائی
دانشکده‌ی روانشناسی و علوم تربیتی

پایان نامه برای اخذ درجه‌ی کارشناسی ارشد

مشاوره‌ی خانواده

موضوع:

**بررسی اثربخشی تلفیق
تحلیل تبادلی - شناختی
بر رضایت زناشویی**

استاد راهنما:

دکتر کیومرث فرح بخش

استاد مشاور:

دکتر ابوالفضل کرمی

پژوهشگر:

مهدی خان آبادی

سال تحصیلی ۸۹-۸۸

این تحقیق با حمایت مالی

سازمان ملی جوانان

انجام شده است

بنام

خداوند

بخشنده ی

بخشایشگر

تقدیم به زنده یاد پدر و مادر دلسوزم؛
آنها که با گذشت و فداکاری خویش، و با
زحمات بی دریغ شان راه تحصیل علم را
برایم هموار نمودند.

امیدوارم بتوانم روزی با سربلندی، پاسدار
راستین تلاش هایشان در مسیر زندگی
تحصیلی، و خدمت به هموطنانم در زندگی
مشاوره ایم باشم.

باتشکر از شرکت کنندگان در تحقیق که با
حضورشان مرا در انجام این تحقیق یاری نمودند؛

با تقدیر از رهنمودهای بی دریغ

آقای دکتر کیومرث فرح بخش (استاد راهنما)

آقای دکتر ابوالفضل کرمی (استاد مشاور)،

که بنده را در انجام این تحقیق راهنمایی کردند؛
و با سپاسگزاری از مسئولین سازمان ملی جوانان و
سازمان بهزیستی یزد که هر یک به

نوبه ی خود در انجام این تحقیق مدد رساندند.

چکیده

موضوع تحقیق حاضر «بررسی تأثیر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی بر رضایت زناشویی» است. هدف تحقیق بررسی اثربخشی تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی بر مؤلفه های رضایت زناشویی است. روش تحقیق از نوع نیمه آزمایشی با گروه گواه است. جامعه آماری این تحقیق، زوج های مراجعه کننده به مراکز مشاوره ی تحت نظارت سازمان بهزیستی شهر یزد بودند که از تاریخ تیر ماه هشتادوهشت تا مهرماه هشتادوهشت به این مراکز مراجعه کرده و برای شرکت در دوره ی آموزشی - مشاوره ای ثبت نام نموده بودند. روش نمونه گیری از نوع در دسترس با جایگزینی تصادفی شرکت کنندگان در تحقیق در گروههای آزمایش و گواه بود. در تحقیق حاضر به منظور اندازه گیری رضایت زناشویی از پرسشنامه ی رضایت زناشویی انریچ استفاده شده است. زوج های گروه آزمایش هشت جلسه ی یک ونیم ساعته در دوره ی آموزشی - مشاوره ای تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی در پاییز ۸۸ شرکت نمودند و پس از اتمام این دوره، شرکت کنندگان هر دو گروه به پس آزمون پاسخ گفتند. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس داده های پژوهش نشان داد بین نمرات گروه آزمایش و گواه در مؤلفه های ویژگیهای شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، فعالیتهای مربوط به اوقات فراغت، رابطه ی زوجها با بستگان و دوستان، نقشهای مربوط به برابری زن و مرد و در نهایت رضایت زناشویی تفاوت معناداری وجود دارد و بدین ترتیب هر هفت فرضیه ی تحقیق حاکی از تأثیر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی بر هفت مؤلفه ی فوق تأیید شد.

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات/۱-۱۴

مقدمه/۲

بیان مسأله/۳

ضرورت تحقیق/۷

اهداف تحقیق/۱۰

فرضیه های تحقیق/۱۱

تعاریف مفهومی و عملیاتی واژگان تحقیق/۱۱

فصل دوم: ادبیات و پیشینه ی تحقیق/۸۱-۱۵

رضایت زناشویی/۱۶

نظریه ی تحلیل تبدلی/۱۹

الگوی حالات من/۲۱

روابط متقابل، نوازش و سازماندهی به زمان/۲۵

پیش نویس زندگی و وضعیت های زندگی/۲۹

نظریه ی آسیب شناسی تحلیل تبدلی/۳۲

نظریه ی شناخت درمانی/۳۴

اصول بنیادی درمان شناختی بک/۳۶

فنون شناخت درمانی/۴۰

رویکرد التقاط گرای/۴۶

تلفیق تحلیل تبدلی - شناختی/۴۷

شباهتها و تفاوتهای دو نظریه/۴۹

آسیب شناسی و مداخلات در تلفیق تحلیل تبدلی - شناختی/۵۴

فنون مورد استفاده در تلفیق تحلیل تبدلی - شناختی/۶۶

مروری بر تحقیقات انجام شده/۷۳

فصل سوم: روش تحقیق/۸۲-۷۸

جامعه ی آماری/۷۹

نمونه ها و روش نمونه گیری/۷۹

ابزار اندازه گیری/۸۰

روش اجرای تحقیق/۸۱

فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده های تحقیق/۹۶-۸۳

مقدمه/۸۴

آزمون نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای مورد بررسی/۸۵

آزمون مناسب بودن متغیرهای مورد بررسی/۸۵

آزمون فرضیات تحقیق/۸۷

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری/۱۰۹-۹۷

مقدمه/۹۸

بحث و نتیجه گیری/۹۹

محدودیت ها/۱۰۷

پیشنهادها/۱۰۹

منابع/۱۱۰

ضمائم/۱۱۵

فصل اول

کلیات

تحقیق

ازدواج^۱ به معنی قانونمند سازی نوعی ارتباط میان دو انسان است. در واقع هدف اصلی ازدواج، ارتباط^۲ است. بدون ارتباط، ازدواج وجهه ی قانونی ندارد. ارتباطات زناشویی می تواند دست مایه ی شادی و یا منبع رنج و تألم باشد. عشق از امید شروع می شود؛ امید به روزی که احساس فرد درک شود و ارتباط دلیذیری بوجود آید. ارتباط زناشویی به زن و شوهر این امکان را می دهد که با یکدیگر به بحث و تبادل نظر بپردازند، مشکلات شان را حل کنند و از نیازهای همدیگر آگاه شوند. زوج هایی که نتوانند با یکدیگر ارتباط مؤثری برقرار کنند، در یک وضعیت مبهم و نامشخص قرار می گیرند (لانگ و لانگ، ۱۹۹۸؛ به نقل از ترکان، ۱۳۸۵). زوج هایی که روابطی آشفته دارند، غالباً به نقش خودشان در وضعیت موجود توجهی نمی کنند. زوج های مشکل دار بیشتر مسائل رابطه شان را به همسرشان نسبت می دهند و فکر می کنند وی از روی عمد به گونه ای ناخوشایند با آنها رفتار می کند و در مقابل، زوجهای خوشبخت احتمالاً بیشتر رفتارهای منفی را به شرایط محیطی موقت نسبت می دهند (فینچام و برادبری، ۱۹۹۰).

عواملی که موجب مشکلات ارتباطی می شوند، لزوماً عواملی نیستند که باعث تداوم مشکلات ارتباطی شوند. به محض اینکه آشفتگی بوجود می آید، فرایندهای سازگارانۀ ی زوج ها به گونه ای می شود که این آشفتگی را حفظ کرده یا تشدید می کند. زوج درمانی^۳ اثربخش باید عواملی را تغییر دهد که باعث تداوم مشکلات ارتباطی می شوند. به محض تحقق این امر، عوامل علی اصلی که زوج ها را در معرض مشکلات ارتباطی قرار می دهد، بررسی می شود تا مجدداً این مشکلات ارتباطی بروز نکند. این کار مستلزم بررسی دقیق فرایندهای سازگارانۀ ی زوج هاست که ارتباط نزدیکی با آشفتگی رابطه دارد. اینها عوامل شناختی^۴، رفتاری^۵ و عاطفی^۶ هستند که معمولاً از اهداف زوج درمانی محسوب می شوند: «رفتار منفی» (هالفورد و مارکمن، ۱۹۹۷؛ هیمن و ویس، ۱۹۹۷)، «کمبود فعالیت مشترک» (هالفورد، ۲۰۰۰)، «کمبود

¹ - Marriage

² - Communication

³ - Couples Therapy

⁴ - Cognitive

⁵ - Behavioral

⁶ - Emotional

صمیمیت» (اسگاری و هالفورد، ۲۰۰۰؛ هالفورد و ساندرز، ۱۹۸۸)، «ارتباط و حل تعارض ضعیف» (برنشتاین و برنشتاین، ۱۹۸۶)، «ایفای نقش نامناسب و فقدان حمایت متقابل» (ژولین، ۱۹۹۷)، «رابطه ی جنسی ضعیف» (اسپنس، ۱۹۹۷)، «تعصبات ادراکی» (اپستین و ایدلسون، ۱۹۸۲؛ مارکمن و فلویید، ۱۹۸۳؛ جاکوبسن و مور، ۱۹۸۱)، «عاطفه ی منفی» (مارکمن و نوتاریوس، ۱۹۹۳)، «شناخت منفی» (اپستین و ایدلسون، ۱۹۸۲). برگزاری جلسات درمانی مشترک با زوج ها برای تغییر روابط میان همسران را «زوج درمانی» می گویند. زوج درمانی بر تغییر در جهت فرایندهای سازگارانۀ ی زناشویی متمرکز است، که عبارتند از: تعامل قابل مشاهده و افزایش نتایج مثبت تر حاصل از رابطه (هالفورد، ۲۰۰۰). رویکرد آموزش - مشاوره ی خانواده^۱، در درون فلسفه ی آدلری با تأکید اجتماعی بر مجموعه ی خانواده، بر آن است تا از طریق آموزش و انجام تکلیف، کل خانواده یا روابط زوج را تحت تأثیر قرار دهد (جیمز، کروک و دنیس، ۱۹۸۰). متأسفانه تعداد کمی از عملکردهای زوج درمانی و آموزش به زوج ها در معرض ارزیابی تجربی قرار گرفته اند (استیکل، دایوتو، موزر و باکوم، ۱۹۹۸). رویکردهای زوج درمانی که از نظر تجربی حمایت شده اند عبارتند از: زوج درمانی رفتاری (BCT) (اپستین و باکوم، ۱۹۹۰؛ مارگولین و جاکوبسن، ۱۹۷۹)، زوج درمانی شناختی (CCT) (بک، ۱۹۷۹)، زوج درمانی شناختی - رفتاری (CBCT) (مارکمن و هالوگ، ۱۹۹۳)، زوج درمانی عاطفه مدار (EFT) (جانسون و گرینبرگ، ۱۹۹۵) و زوج درمانی بینش مدار (IOCT) (ساندرز و ویلز، ۱۹۸۹).

بیان مسأله

ازدواج بعنوان مهم ترین و اساسی ترین رابطه ی بشری توصیف شده است، زیرا ساختاری اولیه برای بنا نهادن رابطه ی خانوادگی و تربیت کردن نسل آینده فراهم می سازد (لارسون و هلمن، ۱۹۹۴). برخی افراد می خواهند به هر قیمتی ازدواج کنند، برخی آن را تهدیدی برای استقلال شان می دانند و برخی دیگر

¹ -Family Counseling \ Education

انتظارات غیرواقع بینانه ای از ازدواج دارند که اگر برآورده نشود، مایوس می شوند(کامپوس و مک کورمیک، ۱۹۷۲).

یکی از جوانب بسیار مهم نظام زناشویی، رضایتی است که همسران در ازدواج تجربه می کنند(تانی گوچی، ۱۳۸۴؛ به نقل از ترکان، ۱۳۸۵)، نشانگر آن است که رضایت زناشویی^۱ به آسانی قابل دستیابی نیست(رزن گراندن و همکاران، ۲۰۰۴). در همان هفته ها و ماه های اول ازدواج، عدم توافق های جدی و مکرری تولید می گردد که چنانچه حل نگردند، می توانند رضایت و ثبات این واحد را تهدید کنند(تالمن و هسیا، ۲۰۰۴). علاوه بر این، قطع نظر از همه ی ازدواج هایی که به طلاق ختم می گردند، بسیاری از ازدواج های ناموفق نیز وجود دارند که همسران به دلایل گوناگون طلاق نمی گیرند(گریف و مالهرب، ۲۰۰۱). لذا آرام کردن و کاهش پریشانی زوج بخاطر پیامدهای منفی شدید مرتبط با آن، حائز اهمیت است(بیرن و همکاران، ۲۰۰۴). در این راستا مشاوره ی زناشویی می تواند راه حل مناسبی با هدف امکان حفظ ازدواج در عین حال کوشش برای هر چه لذت بخش تر کردن آن فراهم سازد(سایپینگتون، ۱۹۸۹). همچنین براساس یک دید سیستمی، نظریاتی که در آنها نه فقط به جزئیات مربوط به فرد، بلکه به تصویر کلی وضعیت و زمینه ای که فرد جزئی از آن است، نظر دارند و فرد را نه یک سیستم بسته، بلکه یک سیستم پویای در حال ارتباط و تبادل اطلاعات با سیستم های دیگر در نظر می گیرند، می توانند نقش مؤثرتری در زمینه ی کمک به فرد در ایجاد هماهنگی سالم و پویا - نه تعادلی مخرب و ناسالم - با محیط اطرافش داشته باشند(ترکان، ۱۳۸۵).

حدود ۷۵ درصد از اوقات روزانه ی ما بنحوی در تماس و ارتباط با دیگران می گذرد. لذا کیفیت زندگی هر کسی بستگی به کیفیت ارتباط او با دیگران دارد. افرادی مسیر پیشرفت و ترقی را خواهند پیمود و از سلامت روان برخوردار خواهند شد که قادر باشند در شرایط مختلف و با افراد مختلف ارتباط مؤثر و مناسبی برقرار کنند. پژوهش های برومن در زمینه ی رضایت زناشویی در سال ۲۰۰۰ نشان داد که چهار پنجم از متأهلین میثیگان از ازدواج شان رضایت دارند و ۷۹ درصد از پاسخ دهندگان، رضایت بسیار بالایی

^۱ - Marital Satisfaction

از ازدواج شان را نشان دادند و تقریباً تمام زوج ها رضایت زناشویی بالایی را در اوایل زندگی شان گزارش می دادند، اما در بسیاری از ازدواج ها، علایم نارضایتی در چند سال اول زندگی ریشه می دواند(هیل و پیپلو، ۱۹۸۸؛ هتسون و وان جلیستی، ۱۹۹۱؛ نولر و فیینی، ۱۹۹۴؛ ژوزف و همکاران، ۱۹۸۸؛ به نقل از هالفورد، ۲۰۰۰). کاهش رضایت با خطر بالای جدایی همراه است(گاتمن، ۱۹۹۳)، مخصوصاً اگر خطر پرخاشگری فیزیکی بین زوج ها وجود داشته باشد(روگه، برادبری، ۱۹۹۹). بالغ بر چهل درصد از مراجعان بهداشت روانی، درگیر مشکل زناشویی هستند(بودمن و گورمن، ۱۹۸۸؛ به نقل از دنوان، ۲۰۰۳).

اکثر زوج های رضایتمند معتقدند احتمال اینکه روزی طلاق بگیرند صفر است(فاورز، ۱۹۹۶؛ به نقل از هالفورد، ۲۰۰۰)، اما در بین افرادی که رضایت زناشویی بالایی را مطرح کرده اند، چهل درصد گزارش داده اند که گاهی به ترک همسرشان نیز فکر کرده اند(گالوپ، ۱۹۹۶؛ به نقل از هالفورد، ۲۰۰۰). بنابراین به نظر می رسد حتی در بین زوج های رضایتمند هم مشکل بوجود می آید و همه ی این ها بخاطر این مسأله است که آشفتگی رابطه یک مشکل عمومی در اکثر جوامع است(هالفورد، ۲۰۰۰). بر این اساس، لازم است تحقیقات کاربردی زوج درمانی و راهکارهایی برای افزایش رضایت زناشویی و کاهش تعارضات و ناسازگاری صورت گیرد تا در آینده از پیامدهای نامطلوب روانی - اجتماعی طلاق و ناسازگاری زناشویی بر روی خانواده های ایرانی و فرزندان آنها پیشگیری گردد(جانباز فریدونی و همکاران، ۱۳۸۷).

«نقش تحریف های شناختی در زندگی فردی و زناشویی»، «نقش قاعده گذاری ها»، «سوء تفاهم»(بک، ۱۹۸۸)، «عدم برقراری ارتباط صحیح و وفور سبک های ارتباطی ناقص و مسأله ساز»(برنشتاین و برنشتاین، ۱۹۸۶)، «مشخص نبودن جایگاه نوازش در زندگی زناشویی»(کامپوس و مک کورمیک، ۱۹۷۲)، «عدم یادگیری مهارت حل مسأله»(برنشتاین و برنشتاین، ۱۹۸۶)، «نقش بازی ها و تعاملات متقاطع در زندگی زناشویی»(برن، ۱۹۶۴) و «عدم بکارگیری راههایی برای افزایش صمیمیت در زندگی زناشویی»(کامپوس و مک کورمیک، ۱۹۷۲) از شایع ترین مسائل مورداختلاف زوج ها است، که رضایت زناشویی شان را تحت تأثیر قرار می دهد.

هدف از تلفیق کردن روان‌درمانی، بالا بردن اثربخشی و کارآیی روان‌درمانی است. ازدیاد درمانها، بی‌کفایتی هر گونه نظریه‌ی واحدی برای تمام بیماران و مشکلات، برتری درمانهای کوتاه مدت و مشکل مدار، فرصتهایی برای درمانگران تا انواع درمان‌ها را بررسی و آزمایش کنند و آگاهی از این امر که اشتراک درمانی قویاً به نتیجه‌ی درمان کمک می‌کند، از جمله عواملی است که شکل‌گیری یکپارچه‌نگری را در دو دهه‌ی گذشته تقویت کرده‌اند. امروز درمانگران در حوزه‌های مختلف بیش از پیش به اهمیت تلفیق و یکپارچه کردن نظریه‌ها پی برده‌اند (نورکراس، ۲۰۰۵).

ریچارد ارسکین^۱ (۲۰۰۹) از متخصصان تحلیل رفتار متقابل، معتقد است: «ما در بستر تغییر قرار داریم! ما دیدگاه‌های جدید را همراه با مفاهیم قبلی تلفیق می‌کنیم. همکاران ما در سرتاسر جهان تلاش می‌کنند تا روش‌ها و مفاهیم جدید را در تحلیل رفتار متقابل بکار گیرند. بسیاری از درمانگران و آموزگاران TA فعالانه درگیر فرآیند تلفیقی خلق فرهنگ جدیدی در تحلیل رفتار متقابل هستند. آنها ایده‌ها، روشها و یافته‌های تحقیقی را از ادبیات روان‌درمانی معاصر قرض می‌کنند و ترکیب جدیدی از تئوری و تجربه را بوجود می‌آورند.» با توجه به اهمیت سلامت فردی به لحاظ نوع نگاه به زندگی زناشویی و حل مسائل و توانایی برقراری ارتباط مناسب در روابط زناشویی و نقش مهم آن در بهبود سلامت روان و ارتقاء سازگاری اجتماعی، محقق در این تحقیق با نظر به گرایش مشاوران و روانشناسان طی دو دهه‌ی اخیر به تلفیق نظریات مشاوره (پروچاسکا و نورکراس، ۲۰۰۷)، تلاش دارد تا با تلفیق اصول و روشهای مرتبط با این دو نظریه که در فوق بدانها اشاره شد با ارائه‌ی زبان ساده و قابل فهم تحلیل تبادلی علاوه بر آموزش اصول این نظریه، تحریفهای شناختی، سبکهای صحیح برقراری ارتباط و پیام‌رسانی مؤثر، مهارت حل مسأله و راههای ایجاد صمیمیت را در قالب نظریه‌ی تحلیل تبادلی به زوجها آموزش داده و با ایجاد رابطه‌ی صحیح بین «حالات من» و «افزایش صمیمیت»، تأثیر آن را بر رضایت زناشویی آنها بسنجد.

^۱ -Richard Erskine

ضرورت تحقیق

زوج ها در ابتدای روابط زناشویی شان سطح بالایی از رضایت زناشویی را گزارش می کنند، اما متأسفانه رضایت از روابط در طی زمان و در میان خیلی از زوج ها کاهش می یابد. در زمینه ی عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی در منابع و تحقیقات مختلف (جیمز کردوا، کریستین جی و لیزا وارن(۲۰۰۵)، ماری کلود بلایس و جین ماری بویسورت(۲۰۰۷)، چی یان لی و ویلیام دورتی(۲۰۰۷)، ریان پارسونز، دیوید نالبون، مارک کیلمر و جوزف وچلر(۲۰۰۷)، شیلا میرگان و جیمز کردوا(۲۰۰۷)) به عوامل گوناگونی از قبیل سن، مسائل عقیدتی، درک همسر، همکاری، ابراز محبت و صمیمیت، حمایت، روابط جنسی، رابطه با اقوام، اطرافیان و فرزندان و... اشاره شده است.(تبریزی، ۱۳۸۴؛ سلیمانیان، ۱۳۷۳؛ نوایی نژاد، ۱۳۸۳).

روان درمانگران مکاتب مختلف بطور فزاینده ای در حال جستجوی موارد تفاهم در میان سیستم های مختلف و یکپارچه سازی تکنیک های درمانی هستند و بطور کلی معتقدند بهترین امید برای درمان در نظریه ی یکپارچه نگر^۱ نهفته است(اسمیت، ۱۹۸۲). اکنون مشخص شده است که هم پوشی قابل توجهی در بین روش های مختلف روان درمانی وجود دارد؛ به هر حال هنوز درمانگران مایل هستند که مداخلات درمانی شان را بعنوان «انشعابی» از مکاتب خاص روان درمانی در نظر بگیرند. باید یادآور شد که روان درمانی یکپارچه نگر بعنوان یک رویکرد علمی تا حدودی فاقد پیشینه و ادبیات پژوهشی لازم است(بای، ۱۳۸۴).

همان طور که کوین و دیویدسون(۱۹۸۴) گزارش داده اند، اکثریت خانواده درمانگران بیش از یک نظریه را به کار می برند. اغلب رویکردهایی که درمانگران در درمان خانواده بکار می برند، همان طور که تحت تأثیر آموزش های قبلی شان است، تحت تأثیر شخصیت خودشان و جمعیت بیمارانی که با آنها کار می کنند نیز هست. یک دلیل برای روند یکپارچه سازی روان درمانی تشخیص این مطلب است که هیچ نظریه ای باندازه ی کافی جامع نیست که بتواند علت پیچیدگی رفتار انسان را بیان کند، بویژه هنگامی که حیطه ی ویژگی های تیپ های مراجعان و مشکلات خاص شان مورد توجه قرار می گیرد؛ چون هیچ تئوری ای بتنهایی نمی تواند واقعیت را بیان کند و هیچ کدام از رشته تکنیک های مشاوره در کار با مراجعان

^۱ -Integrative theory

مختلف همیشه مؤثر نیست و تصور نمی شود که پیروی از یک تئوری بتنهایی معنا داشته باشد. در عوض یکپارچه سازی نظری بعنوان پایه ای برای رویه ی مشاوره ای آینده مطرح می شود. درمانگرانی که نسبت به یک دیدگاه جامع بی تعصب هستند، ممکن است دریابند که تئوری های مختلف نقش قاطعی را در رویکرد مشاوره ای شخصی شان بازی می کند(قنبری، ۱۳۸۲).

باید توجه داشت که یکی از فاکتورهای اساسی محرک روند یکپارچه سازی، نیاز به گسترش مداخلات درمانی کوتاه مدت و کارآمد برای برآوردن تقاضای مراجعان است(گولدفرد و نورکراس، ۱۹۹۵). مشاوره و روان درمانی یکپارچه نگر، فرآیند انتخاب و دست چین کردن مفاهیم و روش ها از رویکردهای مختلف است. تحقیقات نشان می دهند که ۳۰ تا ۵۰ درصد از درمانگران، روش درمانی مورد استفاده ی خود را التقاطی می دانند(نورکراس و نیومن، ۱۹۹۲).

خیلی از رویکردهای روان درمانی فردی با انواع زوج درمانی سازگار است و بعضی از رویکردهای روان درمانی مخصوص زوج درمانی است. هم تحلیل تبدالی^۱ (کامپوس و مک کورمیک، ۱۹۷۲) و هم درمان شناختی^۲ (بک، ۱۹۷۹؛ داتیلیو و پادسکی، ۱۹۹۰) در آموزش و درمان زوج ها بکار رفته است. در سال ۱۹۸۸ بک رویکرد شناختی - رفتاری خود را به حیطة ی مشکلات رابطه ای گسترش داد. این گسترش بدلیل درک او از نوع ارتباط زوج های دارای اختلال بود که شبیه افکار بیماران افسرده است. او پیشنهاد کرد که بهتر است درمانگر ابتدا پایه های مثبت رابطه را تقویت کند، تا زوج تشویق شوند نقطه نظرات تحریف شده ی خود را از یکدیگر تغییر دهند و بر روی مهارتهای ارتباط و حل مسأله کار کنند. رویکرد بک با رویکرد عقلانی - هیجانی و رفتاردرمانی زوج، دارای نکات مشترک فراوانی است، و بنظر می رسد روش درمانی او برای زوجهایی که تصورات تحریف شده ی آنان منجر به سوءتعبیر، سوءتفاهم و درگیری شده است، مؤثر باشد(کرو و ریدلی، ۲۰۰۰). در سال ۱۹۹۵، آلبرت الیس^۳ رویکرد خود را به رفتاردرمانی عقلانی - هیجانی^۴ تغییر نام داد و به نقش بیشتر پاسخ های رفتاری در مشکلات بین فردی و خانوادگی تأکید کرد. الیس و

^۱ -Transactional analysis

^۲ -Cognitive therapy

^۳ -Albert Ellis

^۴ -Rational emotive behaviore therapy

هارپر(۱۹۶۱) به چگونگی تأثیر درمان عقلانی - هیجانی در درک و درمان مشکلات ازدواج اشاره کرده اند. تحلیل تبادلی، روش درمانی دیگری است که برای حل مشکلات رابطه ای مورد استفاده قرار می گیرد. مفاهیم رابطه ی «بالغ - بالغ» و «والد - کودک» بسیار به روش های تعامل زوج نزدیک است و برعکس مفاهیم روان تحلیلی، این مفاهیم به تجربه ی روزمره ی ما نزدیکتر است و معمولاً مورد پذیرش زوج و همین طور درمانگر قرار می گیرد(کرو و ریدلی، ۲۰۰۰). متخصصان تحلیل تبادلی نیز از این رویکرد علاوه بر کار روی اختلالات درون فردی بصورت درمان فردی و گروهی، این نظریه را در ارتباطات بین فردی، مخصوصاً روابط زناشویی بکار گرفته اند(برن، ۱۹۶۴، ۱۹۶۱، هریس و هریس، ۱۹۶۷). ایجاد تغییر و رشد در زندگی یک زوج مستلزم این است که درمانگر از رویکردهای مختلفی استفاده کند و رویکردها را با زوج تطبیق دهد، نه زوج را با رویکردها. پژوهش ها گواهی داده اند که چطور کیفیت روابط صمیمی زوج ها تحت تأثیر شناخت ها، الگوهای تعامل رفتاری و پاسخ های عاطفی آنها قرار دارد. درمانگر زناشویی باید در ادغام شناخت های درونی زوج ها با تعاملات ظاهری آنها، که شامل مبادلات رفتاری و جلوه های(اظهارات) اثربخش هر کدام از زوج ها می شود، مهارت داشته باشد(ویکس و تریث، ۲۰۰۱). با این اوصاف این تحقیق به التقاط گرایی فنی^۱ رویکردهای تحلیل تبادلی و شناختی با در نظر گرفتن اهداف زیر پرداخته است: - در بعد فردی - برقراری ارتباط صحیح بین حالات من^۲ شرکت کنندگان از طریق یافتن زبانی مشترک در جلسات گروهی(زبان ساده ی تحلیل تبادلی)بمنظور آسیب شناسی ساختی و تبادلی و معرفی تحریف های شناختی و قاعده گذاری های زندگی زناشویی به زبان تحلیل تبادلی؛ - و در بعد ارتباطی - افزایش صمیمیت^۳ بین زوج ها از طریق اصلاح تحریف های شناختی، تعدیل قاعده گذاری ها، کاهش تعاملات متقاطع و پنهانی، افزایش روشهای مؤثر پیام رسانی و نوازش های مثبت بدون قیدوشرط و بکارگیری مهارت حل مسأله ی مؤثرتر پرداخته است.

^۱ -Technical Eclecticism

^۲ - Ego states

^۳ -Intimacy

نتایج این تحقیق محرک خوبی برای زوج درمانگران و آموزشگران خانواده است تا بتوانند نسبت به تلفیق هدفمند نظریه های مختلف روان درمانی فرد و خانواده انگیزه پیدا کرده و ورای نظریات بصورت جداگانه عمل کنند. با توجه به کمبود پژوهش ها در زمینه ی کارهای تلفیقی در داخل کشور، این پژوهش و نتایج آن می تواند پژوهشگران را ترغیب کند تا کارهای تحقیقی دیگری در این زمینه در کارهای فردی، گروهی و خانوادگی انجام دهند. همان طور که پیش از این اشاره شد، امروزه درمانگران بیش از پیش به این نتیجه رسیده اند که تلفیق صحیح نظریات مشاوره و روان درمانی اثربخشی مداخلات مشاوره ای را نیز افزایش می دهد. بنابراین علاوه بر افزایش انگیزه های پژوهشی، نتایج این تحقیق می تواند درمانگران را در مشاوره و آموزش زوج ها و خانواده ها نیز یاری دهد. همچنین از این طریق آنها می توانند در کار خویش روش مشاوره ای تلفیقی و قابل انعطاف خویش را نیز متناسب با مراجعان شان وفق دهند.

اهداف تحقیق

هدف این تحقیق تهیه، تدوین و اجرای یک بسته ی آموزشی - مشاوره ای برای یک گروه باساختار است که تلفیقی از دو نظریه ی «تحلیل تبدالی» و «شناختی» است. اهداف کاربردی این تحقیق عبارتند از:

۱. تعیین میزان اثربخشی آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبدالی - شناختی، بر مسایل شخصیتی در رابطه ی زوج ها.
۲. تعیین میزان اثربخشی آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبدالی - شناختی، بر ارتباط زوج ها.
۳. تعیین میزان اثربخشی آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبدالی - شناختی، بر حل تعارض در رابطه ی زوج ها.
۴. تعیین میزان اثربخشی آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبدالی - شناختی، بر فعالیت های مربوط به اوقات فراغت زوج ها.
۵. تعیین میزان اثربخشی آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبدالی - شناختی، بر رابطه ی زوج ها با بستگان و دوستان.

۶. تعیین میزان اثربخشی آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی، بر نقش های مربوط به برابری زن و مرد.

۷. تعیین میزان اثربخشی آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی، بر رضایت زناشویی زوج ها.

فرضیه های تحقیق

فرضیه ی اول: آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی، بر مسایل شخصیتی در رابطه ی زوج ها تأثیر دارد.

فرضیه ی دوم: آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی، بر ارتباط زوج ها تأثیر دارد.

فرضیه ی سوم: آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی، بر حل تعارض در رابطه ی زوج ها تأثیر دارد.

فرضیه ی چهارم: آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی، بر فعالیت های مربوط به اوقات فراغت زوج ها تأثیر دارد.

فرضیه ی پنجم: آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی، بر رابطه ی زوج ها با بستگان و دوستان تأثیر دارد.

فرضیه ی ششم: آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی، بر نقش های مربوط به برابری زن و مرد تأثیر دارد.

فرضیه ی هفتم: آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی، بر افزایش رضایت زناشویی زوج ها تأثیر دارد.

تعاریف مفهومی و عملیاتی واژگان اختصاصی

تعریف مفهومی تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی^۱(C-TA): تلفیق این دو نظریه در این تحقیق از نوع التقاط گرایی فنی محقق بوده است. مجموعه ای از نظریات و فنون دو نظریه ی «تحلیل تبادلی اریک برن(۱۹۶۱)»(کلاسیک) و «شناختی آرون بک(۱۹۷۶)»(کلاسیک) با نظر به مقاله ی «تحلیل

^۱ Integration Of Transactional Analysis - Cognitive

تبادلی - شناختی رفتاری^۱ نوشته ی جوانا ریچاردز^۲ (۲۰۰۸) در سبک آموزشی - مشاوره ای محقق تلفیق شده است. «معرفی حالات من»، «نوازش ها»، «بازیهای روانی ازدواج» و «محوارات مکمل و متقاطع» از نظریه ی تحلیل تبادلی و «تحریف های شناختی»، «قاعدگذاری ها»، «آموزش تغییر خودگویی ها»، «مهارت های گوش دادن»، «ویژگیهای پیام رسانی مؤثر»، «رموز ارتباط صمیمانه» و «مهارت حل مسأله» از نظریه ی شناختی گرفته شده است. نقطه ی ادغام این دو نظریه یکی تشریح تحریف های شناختی و قاعده گذاری ها در قالب مفاهیم کاربردی تحلیل تبادلی و نحوه ی اصلاح آنها و دیگری روشهای افزایش صمیمیت (که بهترین نوع سازمان دادن به وقت در نظریه ی تحلیل تبادلی است) از طریق مهارت های شناختی است.

تعریف عملیاتی تلفیق تحلیل تبادلی - شناختی (C-TA): موضوعات فوق از طریق التقاط

گرایی فنی محقق، طی هشت جلسه ی یک و نیم ساعته به زوج ها آموزش داده شد (شکل بندی جلسات آموزشی - مشاوره ای مبتنی بر تلفیق تحلیل تبادلی شناختی بصورت خلاصه در ضمیمه ی پایان نامه آمده است). موضوعات مورد بحث در جلسات عبارتند از:

جلسه ی اول: «آشنایی با مهم ترین اصطلاحات کاربردی دوره ی آموزشی - مشاوره ای»

جلسه ی دوم: «پیام های والد و کودک»، «تحریف های شناختی» و «آموزش تغییر خودگویی ها»

جلسه ی سوم: «تحلیل رفتار متقابل» و «نقش قاعده گذاری ها در تعاملات زناشویی»

جلسه ی چهارم: «نیاز انسان برای سازمان دادن به وقت»

جلسه ی پنجم: «بازیهای روانی ازدواج» و «نقش صمیمیت در زندگی زناشویی»

جلسه ی ششم: «مهارت حل مسأله»

جلسه ی هفتم: «الگوهای پیام رسانی» و «رموز ارتباط صمیمانه»

جلسه ی هشتم: «نیاز انسان به نوازش»

تعریف مفهومی مسائل شخصیتی^۳: ویژگی های عمومی شخصیت در زندگی روزمره، به صفاتی

پایدار در خلال زمان باز می گردد که از موقعیتی به موقعیت دیگر تغییر چندانی نکرده و به ماهیت وجودی

فرد اشاره دارد (حق شناس، ۱۳۸۵).

^۱- Cognitive Behavioral Transactional Analysis

^۲- Joanna Beazley Richards

^۳- Personality Issues

تعریف عملیاتی مسائل شخصیتی: در این پژوهش منظور از مسائل شخصیتی، نمره ای است که

زن و شوهر در سؤالات ۱۶ تا ۲۵ پرسشنامه ی رضایت زناشویی انریچ بدست می آورند.

تعریف مفهومی ارتباط: ارتباط عبارت است از رد و بدل شدن اطلاعات بطور شفاهی و غیرشفاهی

بین اعضای خانواده که شامل مهارت هایی برای تبادل الگوهای اطلاعات در درون سیستم خانواده می باشد (براک و برنارد، ۱۹۶۲).

تعریف عملیاتی ارتباط: در این پژوهش منظور از ارتباط زناشویی، نمره ای است که زن و شوهر

در سؤالات ۲۶ تا ۳۵ پرسشنامه ی رضایت زناشویی انریچ بدست می آورند.

تعریف مفهومی حل تعارض^۱: حل تعارض شامل مجموعه ای ساختارمند از تعامل هاست که برای

حل زمینه های تعارض آمیز خاص موجود در میان همسران مطرح است (جاکوبسن و مارگولین، ۱۹۷۹).

تعریف عملیاتی حل تعارض: در این پژوهش منظور از حل تعارض، نمره ای است که زن و شوهر

در سؤالات ۳۶ تا ۴۵ پرسشنامه ی رضایت زناشویی انریچ بدست می آورند.

تعریف مفهومی فعالیت های مربوط به اوقات فراغت^۲: اوقاتی است که اعضای خانواده الزاماً

اوقات خوشی با هم دارند (گفتگو، شوخی، رفتن به گردش، پارک و سینما و...) و با یکدیگر دعوا جر و بحث نمی کنند و این زمان باید به میزان کافی در نظر گرفته شود (استینت و دوفرن، ۱۹۸۵).

تعریف عملیاتی فعالیت های مربوط به اوقات فراغت: در این پژوهش منظور از فعالیت های

مربوط به اوقات فراغت، نمره ای است که زن و شوهر در سؤالات ۵۶ تا ۶۵ پرسشنامه ی رضایت زناشویی انریچ بدست می آورند.

تعریف مفهومی رابطه با بستگان و دوستان^۳: خانواده ها هم از نظر کمی و هم از نظر کیفی،

اوقاتی را با یکدیگر و با افراد خارج از خانواده سپری می کنند که از این نظر بین خانواده های سالم و ناسالم

¹- Conflict resolution

²- Leisure activities

³- Family and friends

تفاوت وجود دارد (گلادینگ، ۱۹۹۴). تفاوت حمایت اجتماعی دوستان و بستگان و خانواده در این است که شبکه ی دوستان انسان از شبکه ی خانوادگی کوتاه مدت تر است و حفظ شبکه ی دوستان در مقایسه با خانواده، مستلزم کارآیی اجتماعی بیشتری است (ثنایی و همکاران، ۱۳۸۷).

تعریف عملیاتی رابطه با بستگان و دوستان: در این پژوهش منظور از رابطه با بستگان و دوستان، نمره ای است که زن و شوهر در سؤالات ۸۶ تا ۹۵ پرسشنامه ی رضایت زناشویی انریچ بدست می آورند.

تعریف مفهومی نقش های مربوط به برابری زن و مرد^۱: فرصت هایی که به زن و شوهر امکان می دهد تا نقش هایی را برگزینند که با نقش های ناشی از جایگاه زیستی یا فرهنگی محض مردان و زنان فرق داشته باشد (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۲۰۰۰).

تعریف عملیاتی نقش های مربوط به برابری زن و مرد: در این پژوهش منظور از نقش های مربوط به برابری زن و مرد، نمره ای است که زن و شوهر در سؤالات ۹۶ تا ۱۰۵ پرسشنامه ی رضایت زناشویی انریچ بدست می آورند.

تعریف مفهومی رضایت زناشویی: رضایت زناشویی یک حالت روانی است که مزایا و هزینه های ادراک شده ی فرد را از ازدواج با یک فرد خاص منعکس می سازد. هر چقدر فرد در ازدواج خود با شریک زندگی اش احساس کند که هزینه های زیادی پرداخته است، بطور کلی آن شخص و ازدواج با او برایش رضایت کمتری خواهد داشت. برعکس، هر چه فکر کند که در ازدواج با شریک زندگی خود، مزایای بیشتری بدست آورده است، از او و از زندگی مشترک شان رضایت بیشتری خواهد داشت (استون و شاکلفورد، ۲۰۰۶؛ به نقل از کرمی ۱۳۸۶).

تعریف عملیاتی رضایت زناشویی: در این پژوهش منظور از میزان رضایت زناشویی، نمره ای است که زن و شوهر در سؤالات ۶ تا ۱۵ در پرسشنامه ی رضایت زناشویی انریچ بدست می آورند.

³ Equalitarian roles