



دانشگاه علامه طباطبائی
دانشکده‌ی روانشناسی و علوم تربیتی

موضوع:

اثر بخشی آموزش روش تحلیل تبادل‌ی اریک برن بر افزایش سازگاری زناشویی زنان

مقطع: کارشناسی ارشد

رشته: مشاوره خانواده

پژوهشگر:

آزاده حمیدی

استاد راهنما:

دکتر کیومرث فرح بخش

استاد مشاور:

دکتر نورعلی فرخی

استاد داور:

دکتر شهین علیائی زند

سال:

۱۳۸۶-۱۳۸۷

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تقدیر و تشکر:

شایسته است از زحمات بی‌شائبه آقای دکتر فرج‌نخس که در نقش استاد راهنمای پایان‌نامه اینجانب از کلمات مشاوره‌های فکری ایشان در مراحل مختلف پژوهش استفاده کردید، پاسکزاری نمایم چرا که بدون حمایت‌های علمی استاد، تحقیق حاضر به شکل کنونی میسر نبود.

از استاد ارجمند آقای دکتر فرخی که در سمت استاد مشاور اینجانب با پیشنهادات و توصیه‌های ارزنده خویش مرایاری کردند تشکر می‌نمایم.

همچنین از استاد عزیزم سرکار خانم دکتر علیانی زند که بعنوان استاد داور مراد به سرانجام رساندن این پایان‌نامه مساعدت و معاضدت نمودند و با من بزرگوارانه برخورد کردند قدردانی می‌نمایم.

تقدیم به:

روان پاک اریکا برن که مرا با کودکی درونم آشنا ساخت
به مادرم که فاطره شیرین اولین نوازش‌هایش در بدو ورودم به این دنیا هنوز در
اعماق نافه‌د آگاهم جاری است
به پدرم که در کودکی پتر نهایت‌گرم بود و عشق به کتاب و آموختن را در وجودم
نهادینه ساخت
به فواهر و برادرانم که اصلی‌ترین سرپوشه‌های نوازش منند
و تقدیم به همسرم که در نقش والدی مهربان و نهایت‌گر، زخم‌های کودکی
آسیب دیده درونم را التیام بخشید.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر کمک به ارتقاء سطح کیفی خانواده و افزایش سازگاری زناشویی زنان از طریق آموزش روش تحلیل تبادلی اریک برن می‌باشد. ابزاری که در این پژوهش مورد استفاده قرار گرفته است، مقیاس سازگاری دونفره (DAS) اسپانییر (۱۹۷۶) می‌باشد که از یک همسانی درونی به میزان $I=0/96$ برخوردار است. همسانی درونی خرده مقیاس‌ها بین خوب تا عالی است: رضایت دونفری = $0/94$ ، همبستگی دونفری = $0/81$ ، توافق دونفری = $0/90$ ، و ابراز محبت = $0/73$. این مقیاس با قدرت تمیز دادن زوج‌های متأهل و مطلقه در هر سؤال، روایی خود را برای گروه‌های مختلف نشان داده است. این مقیاس از روایی همزمان برخوردار است و با «مقیاس رضایت زناشویی لاک والاس» همبستگی دارد. جامعه آماری پژوهش، کلیه زنان ساکن در شهرک شهید دقایقی تهران می‌باشند. از بین متقاضیانی که پس از فراخوان در آبان ماه ۸۶، داوطلب شرکت در دوره آموزشی شدند پس از مصاحبه اولیه و اطمینان از علاقه و تعهد آنان نسبت به شرکت در تمام جلسات ۲۴ نفر به طور تصادفی انتخاب شدند که در دو گروه کنترل ($n=12$) و آزمایش ($n=12$) بصورت تصادفی جایگزین شدند. پس از اجرای برنامه آموزشی از تمام اعضای گروه کنترل و آزمایش، پس از آزمون به عمل آمد. روش آماری برای تحلیل داده‌های پژوهش، آزمون تحلیل کوواریانس می‌باشد. در مجموع یافته‌های تحقیق حاکی از اثربخشی آموزش روش تحلیل تبادلی اریک برن بر افزایش سازگاری زناشویی زنان و همچنین بر مؤلفه‌های سازگاری زناشویی است. بنابراین کاربرد این روش آموزشی برای تحقیقات آینده پیشنهاد می‌شود.

فصل اول:

کلیات تحقیق

مقدمه

خانواده این واحد به ظاهر کوچک اجتماعی از ارکان عمده و از نهادهای اصلی هر جامعه به شمار می‌رود. در واقع هر خانواده را باید خشت بنای جامعه و کانون اصلی حفظ سنت‌ها و ارزش‌های والا و شالوده محکم مناسبات پایدار اجتماعی، مبدأ بروز و ظهور عواطف انسانی و کانون صمیمانه ترین روابط میان افراد به حساب آورد. ازدواج و زندگی زناشویی به عنوان عالی ترین و مهم ترین رسم اجتماعی برای دستیابی به نیازهای عاطفی و ایمنی افراد همواره مورد تأیید بوده است. ازدواج رابطه ای انسانی، ظریف و پویاست که از ویژگیهای خاصی برخوردار است (برنشتاین^۱ و برنشتاین، ۱۹۸۹؛ ترجمه سهرابی، ۱۳۸۲).

ازدواج به معنی قانونمندی سازی نوعی ارتباط میان دو انسان است. در واقع هدف اصلی ازدواج ارتباط است. بدون ارتباط ازدواج وجهه قانونی ندارد. ارتباطات زناشویی می‌تواند دست مایه شادی و یا منبع رنج و تألم باشد. عشق از امید شروع می‌شود، امید به روزی که احساس فرد درک شود و ارتباط دلپذیری به وجود آید. ارتباط زناشویی به زن و شوهر این امکان را می‌دهد که با یکدیگر به بحث و تبادل نظر بپردازند. مشکلاتشان را حل کنند و از نیازهای هم آگاه شوند. زوج‌هایی که نتوانند با یکدیگر ارتباط مؤثر برقرار کنند در یک وضعیت نامشخص و مبهم قرار می‌گیرند (یانگ و لانگ^۲، ۱۹۹۸، ترجمه ترکان، ۱۳۸۵).

در زندگی خانوادگی روابط گرم و تعاملات میان فردی صمیمی که می‌تواند موجب رشد و پیشرفت افراد گردد از جمله اهداف و نیازهای ازدواج است. لیکن شواهد بسیاری وجود دارد که زوجها مشکلات شدید و فراگیری در حفظ روابط عاشقانه و صمیمی تجربه می‌کنند. در واقع مشکل ناسازگاری زناشویی بیش از هر مقوله دیگر سبب ارجاع جهت دریافت مراقبت‌های بهداشت روان می‌گردد (برنشتاین و برنشتاین؛ ۱۹۸۹، ترجمه سهرابی، ۱۳۸۲).

بدین ترتیب با اینکه طلاق یکی از راههای خاتمه دادن به یک ازدواج ناشاد است اما باز هم بسیاری از این افراد از این انتخاب ناراضی هستند. حال، افزایش طلاق در دنیای کنونی و ناسازگاری‌های زناشویی و نیز از هم گسیختگی کانون گرم بسیاری از خانواده‌ها و تأثیرات سوء این مشکلات بر افراد خانواده نیاز به رسیدگی و حل این مشکل را مطرح ساخته است. لذا مشاوره می‌تواند راه حل مناسب تری را با هدف امکان حفظ ازدواج و در عین حال کوشش برای هرچه لذت بخش تر کردن آن فراهم سازد و کمک تخصصی

می‌تواند زوجها را یاری کند تا کارکرد بهتری در زندگی زناشویی داشته باشند (ساپینگتون^۱، ۱۹۹۸؛ ترجمه اصلاحی، ۱۳۸۵).

یکی از نظریه‌هایی که به روابط بین فردی و واکنش‌های متقابل افراد با یکدیگر بسیار توجه داشته و در زمینه مسائل بین فردی راهکارهای کاربردی و کارآیی ارائه داده نظریه تحلیل رفتار متقابل یا تحلیل تبادلی است که توسط اریک برن در نیمه دوم قرن بیستم ارائه شده است. این نظریه مبتنی بر این تصور است که بخش عمده‌ای از عمر در تبادلات و تعاملات میان افراد می‌گذرد (شی‌یر و کارور^۲، ۱۹۹۷؛ به نقل از ترکان، ۱۳۸۵). لذا به نظر می‌رسد که اهداف مد نظر برای دستیابی به سلامت و بهداشت روانی در این نظریه که در یک بستر و متن اجتماعی قابل دستیابی است، با نیازهای زن و شوهر برای تفاهم هر چه بیشتر در زندگی مشترک و یادگیری مهارت‌های مثبت و سازنده ارتباطی برای تبادلات و تعاملات بین فردی و احساس رضایت زناشویی بیشتر همخوانی و هماهنگی دارد. هدف از آموزش فنون عملی این نظریه این است که میزان درک زوجین در روابط میان فردی ارتقاء یابد. امید است فنون این نظریه بتواند جایگاه‌های پرنس دیدن خود و وزغ دیدن دیگران را به وضعیت قهرمان‌ها و پرنس‌های واقعی تبدیل نماید (برن^۳، ۱۹۸۶؛ ترجمه قراچه داغی، ۱۳۷۰).

بیان مسأله

زندگی مشترک با این باور که تنها مرگ می‌تواند ما را از هم جدا کند شروع می‌شود و زوجین هم حداقل در آغاز زندگی مشترک به آن اعتقاد کامل دارند اما واقعیت چیز دیگری است. چرا که زندگی تحت تأثیر عوامل متعددی قرار می‌گیرد که پاره‌ای از آنها ممکن است زوجین را به سوی اختلاف و درگیری، جدایی روانی و حتی طلاق سوق دهد. به گفته برک^۴ (۲۰۰۱)، خانواده سیستمی پویاست که از روابط وابسته به هم تشکیل شده و در بطن موقعیتهای اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی قرار دارد. همه این عوامل بر نحوه تغییر خانواده در طول زمان تأثیر می‌گذارند. وقتی دو نفر با هم ازدواج می‌کنند ایجاب می‌کند که برای ایجاد یک سیستم جدید سازگار و همپوش شوند. در نتیجه، زندگی زناشویی، زوجها را با چالش‌های پیچیده‌ای مواجه می‌کند. مخصوصاً اینکه امروزه نقش‌های زن و شوهری حرکت به سوی مشارکت واقعی شغلی، تحصیلی و وصلت عاطفی را آغاز کرده است (ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۵). سازگاری زناشویی را

1 . Sapington
2 . cheier&carver
3 . Berne
4 . Berk

می‌توان به عنوان منبع نظام خانواده یا حتی بخشی از نیروهای تأمین حیات و احیاکننده خانواده دانست (ملازاده، ۱۳۸۱).

به گفته‌سین‌ها و ماکرجک^۱ (۱۹۹۰)، سازگاری زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع احساس ناشی از خوشبختی و رضایت از یکدیگر دارند. روابط رضایت بخش بین زوجین از طریق علاقه متقابل، میزان مراقبت از یکدیگر و پذیرش و تفاهم قابل ارزیابی است (ترجمه احمدی، ۱۳۸۲).

سازگاری زناشویی مفهومی چند بعدی است که نه تنها فرد بلکه رابطه او را با همسرش در نظر می‌گیرد و نسبت به رضامندی از ویژگیهای عینی تری برخوردار است. لاک و والاس (۱۹۵۹) سازگاری زناشویی را به عنوان فرایند انطباقی زن و شوهر به شیوه ای کارآمد تعریف می‌کنند که از تضاد اجتناب می‌کنند. آنچنان که از ازدواجشان و از یکدیگر احساس رضایت می‌کنند و علایق و فعالیت‌های مشترکی دارند و احساس می‌کنند که ازدواجشان انتظارات آنها را برآورده کرده است. بررسی پیشینه مفهوم سازگاری زناشویی نشان می‌دهد که این مفهوم به طور ثابت برای اشاره به فرایندهایی که برای دستیابی به یک رابطه زناشویی هماهنگ و کارکردی ضروری است در نظر گرفته می‌شود. در این خصوص رابطه سازگار شده به عنوان رابطه ای که در آن مشارکت کنندگان غالباً با هم در تعامل هستند، به ندرت در موضوعات زناشویی مهم با هم مخالفند، به خوبی با هم ارتباط برقرار می‌کنند و اختلافاتشان را به شیوه ای رضایت بخش و دوجانبه حل و فصل می‌کنند در نظر گرفته می‌شود (اسپنیر^۲، ۱۹۷۶، لاک و والاس^۳، ۱۹۵۹، به نقل از کهکی، ۱۳۸۴).

وینچ^۴ معتقد است که رضایت زناشویی وقتی وجود دارد که وضعیت موجود فرد در روابط زناشویی با وضعیت مورد انتظار فرد منطبق باشد (سلیمانیان، ۱۳۷۲). اسپنیر سازگاری را فرایندی می‌داند که پیامدهای آن بوسیله میزان اختلافات تنش آفرین میان زوجها، تنش‌های بین فردی و اضطراب، رضامندی زوجین، انسجام و پیوند میان زوجین و همفکری در باره مسائل مهم زناشویی مشخص می‌شود (علی محمدی، ۱۳۷۹).

بنا بر اظهارات لاس ول و لاس ول^۵ (۱۹۸۲)، سازگاری زناشویی یک فرایند است که در طول زندگی زوجین به وجود می‌آید. زیرا که لازمه آن انطباق سلیقه‌ها، شناخت صفات شخصیتی، ایجاد قواعد رفتاری و شکل گیری الگوی مراوده ای است. هرچند که

1 . Sinha&Mukerjee

2 . Spanier

3 . Lock&Wallace

4 . Winch

5 . Lasswell&Lasswell

روزهای اول زندگی شایسته توجه جدی است اما سازگاری زناشویی یک فرایند تکاملی در بین زن و شوهر است (به نقل از احمدی، ۱۳۸۲).

یکی از نشانه‌های پیشرفت فکری و علمی جامعه قطع رابطه با تحلیل‌های ساده و عامیانه به نفع تحلیل‌های دقیق تر، منطقی تر و عقلانی تر است. نارساییهای فرهنگی به معنای وسیع کلمه حاصل استبداد و نشان از عدم بلوغ و درک مسؤولیت و نقش خود فرد در مشکلات و بحرانهاست. بافت اجتماعی ایران نیازمند آموزش در تمامی لایه‌های اجتماعی آن است. سیستم ناکارآمد جامعه که تعامل اعضای آن بایکدیگر بر اساس سلب مسؤولیت از خود و مقصر قلمداد کردن طرف مقابل است نیاز به دگرگونی دارد (به نقل از مؤمنی، ۱۳۸۶).

تحلیل رفتار متقابل نظریه ای است در مورد شخصیت و روش منظمی برای روان درمانی است که به دنبال رشد و تغییرات شخصی است. در این نظریه رفتارهای شخصی و ارتباط متقابل میان افراد با روشی ساده و کاربردی تجزیه و تحلیل می‌شود و به افراد کمک می‌کند تا مشکلات عاطفی و ارتباطی خود را دریابند (جونز و استوارت^۱، ۱۹۴۰؛ ترجمه دادگستر، ۱۳۷۶). شیوه درمان مبتنی بر تحلیل ارتباط محاوره ای شیوه ای عقلانی است که فرد رادر تحلیل و درک رفتار خویش و قبول مسؤولیت با توجه به آنچه در زمان حال اتفاق می‌افتد یاری می‌دهد. این نظام درمانی شخصیت را متشکل از سه حالت «من کودکی» «من بالغ» و «من والدینی» می‌داند. هدف این نظام درمانی این است که حالت «من بالغ» را از خواسته‌ها و تأثیرات مخرب حالات «من والدینی» و «من کودکی» آزاد کند و بدین وسیله تغییرات رفتاری مطلوب رادر فرد به وجود آورد. این نظریه تحلیل ساختی، محاوره ای بر چگونگی روابط متقابل تأکید فراوان دارد (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۸۰) لذا به نظر میرسد موضوعات و اهداف مد نظر برای دستیابی به سلامت و بهداشت روانی در این نظریه که در یک بستر و متن اجتماعی قابل دستیابی است با نیازهای زوجین به یادگیری مهارت‌های مثبت و سازنده ارتباطی برای تبادلات و تعاملات سالم بین فردی و احساس رضایت زناشویی بیشتر همخوانی و هماهنگی دارد. تاکنون برای بهبود روابط خانوادگی روشهای زیادی اعمال شده است. از آنجا که تحقیقات کمی بر مبنای نظریه تحلیل تبادلی اریک برن صورت گرفته و این نظریه با تأکید بر بعد مسئولیت پذیری به بهبود تعاملات فرد با دیگران نظر دارد لذا برای ارتقاء کیفیت خانواده که سازگاری زناشویی یکی از مؤلفه‌های آن است مناسب تشخیص داده شد. احمدی (۱۳۸۲)، در پژوهش خود به تاثیر روشهای مداخله ای بر کاهش ناسازگاری زناشویی اشاره می‌کند. در پژوهش احمدی، حضور زوجین در جلسات درمانی به علت

عدم توانایی توافق در زمینه با هم بودن در جلسات یک محدودیت ذکر شده است و این استقبال کم هم بیشتر از جانب مردان است. از طرفی، در بیشتر فرهنگ‌ها زنان با این مسئولیت مواجهند که آرامش را در درون خانه به وجود آورند. این نقش صلح بانی، محتوا، ماهیت و و فراوانی ارتباطات کلامی آنها را سازمان می‌دهد. زن به عنوان نگهبان صلح در خانواده، به درونی ساختن نگاه کردن به طریقی دیگر و تلاش برای جبران کاستی‌های عاطفی و رفتاری می‌پردازد.

قرآن کریم نیز دوجنسی بودن انسان را از جهت برقراری علقه و صفا و صمیمیت و سیطره مودت و رحمت در زندگی بشر لازم می‌شمارد و در کانون گرم زندگی، رسالت طمأنینه و آرامش اعضای خانواده را بر دوش جنس مؤنث وا می‌گذارد و به عنوان کارگردانی توانمند او را مبدأ تحولات سرنوشت اعضای خانواده می‌شمارد (سوره روم، آیه ۲۱). از دیدگاه اسلام نقش زن در خانه نقش محوری است. و اگر زن بتواند این نقش را به خوبی ایفا کند، بنای خانواده مستحکم و روابط اعضای خانواده ناگسستنی می‌شود. زن آرامش بخش زندگی مرد است و با گرمای وجود خویش به محیط خانه شادی و نشاط می‌بخشد، مرارت‌ها و خستگی‌ها را از همسر خود دور می‌کند و در سختی‌های زندگی کنار او می‌ایستد.

از طرفی بین نحوه برخورد زنان و مردان در رابطه تفاوت وجود دارد. به عنوان مثال زنان نسبت به مردان احساس نارضایتی بیشتری دارند و معمولاً در مورد خود و رابطه با همسر بیشتر نگرانی خود را ابراز می‌کنند. همچنین زنان در زندگی مشترک به موارد جزئی بیشتری توجه می‌کنند. آنان همه چیز را واری می‌کنند و خطاها و کمبودها و نقاط عاطفی ارتباط را به قالب کلمات در می‌آورند (گود، ترجمه داورپناه، ۱۳۸۱). دلیل دیگر مشغله کمتر و تمایل بیشتر زنان برای شرکت در جلسات گروهی است و نیز نقش کلیدی زنان به عنوان یک ستون مهم در خانواده. لذا در این پژوهش تمرکز برنامه آموزشی متوجه زنان است و محقق در نظر دارد بررسی کند که اگر یک طرف رابطه در برنامه آموزشهای علمی مشارکت داده شوند، آیا این منجر به افزایش سازگاری زناشویی و ارتقاء کیفیت زندگی خواهد شد؟

از دیدگاه محقق روش تحلیل تبادلی اریک برن حاوی مشخصه‌هایی چون عملیاتی بودن و قابل فهم بودن است و برای تمام اقشار جامعه قابل آموزش می‌باشد و در جامعه سنتی ایرانی که هنوز رگه‌های مردسالاری حاکم است و افراد بالغ به دلیل محظورات فرهنگی به کودک درون خود اجازه ظاهرشدن نمی‌دهند و مردها والدانه برخورد می‌کنند آموزش این رویکرد می‌تواند مزایای زیادی از جمله سازگاری زناشویی را به دنبال داشته باشد.

با توجه به مطالب فوق سؤال در پژوهش حاضر این است:
آیا آموزش روش تحلیل تبدالی اریک برن بر افزایش سازگاری زناشویی زنان مؤثر است؟

اهمیت و ضرورت تحقیق

زندگی انسان از مراحل و چرخه‌های مختلفی تشکیل شده که یکی از پیچیده‌ترین و دشوارترین مراحل آن ازدواج و تشکیل خانواده است. ازدواج رابطه‌ای انسانی، پیچیده، ظریف و پویاست که از ویژگیهای خاصی برخوردار است. توجه به کانون خانواده محیط سالم و سازنده، روابط گرم و تعاملات میان فردی صمیمی که می‌تواند موجب رشد و پیشرفت افراد گردد از جمله اهداف ازدواج محسوب می‌شود. شواهد فراوانی گویای آنند که زوجها در جامعه امروزی برای برقراری و حفظ رابطه صمیمی و دوستانه به مشکلات شدید و فراگیری دچارند. در حقیقت معضل ناسازگاری زناشویی بیش از هر طبقه روان پزشکی دلیل مراجعه درمانجویان به مراکز بهداشت روانی است (برنشتاین و برنشتاین، ۱۹۸۹؛ ترجمه نائینی و منشی، ۱۳۸۰).

طبق آمار صدای مشاور سازمان بهزیستی کشور مشکلات زناشویی حدود ۴۷٪ کل مراجعان را شامل می‌شود. افزایش نرخ طلاق از ۶/۷٪ در سال ۱۳۶۹ به ۸/۳٪ در سال ۱۳۷۹ نیز نمایانگر مشکلات جدی در ساختار و کارکرد خانواده‌ها در دهه‌های اخیر است (ابول زاده، ۱۳۸۱).

با توجه به اینکه نگرش به طلاق به طور فرهنگی و سنتی در جامعه ما مطرود است احتمالاً آماری به مراتب بالاتر از این میزان خانواده‌های گسسته و مشکل دار وجود دارد که در مسیر ناهموار خویش به پیش می‌روند و احتمالاً آسیب‌زایی عمیق‌تری را نسبت به طلاق در بطن خود دارند. چنانچه رابطه زناشویی رابطه سستی باشد پایه‌های لازم برای موفقیت آمیز بودن و مطلوب بودن عملکرد واحد خانواده ضعیف خواهد بود. به علاوه برای زوجی که خودشان با هم سازگار نیستند مشکل است که والدین خوبی باشند (بارکر^۱، ترجمه دهقانی و دهقانی، ۱۳۷۵).

از طرف دیگر یک جامعه سالم وابسته به ساختارهای خانوادگی سالم است. چرا که واحدهای خانوادگی، هسته جامعه را تشکیل می‌دهند. چنانچه اگر امروزه مشاهده می‌شود که آمار نارضایتی، ناسازگاری و طلاق رو به افزایش است دلیلش میزبانی شایسته جامعه برای این معضلات است. تنها بخشی از دلایل آمار بالای طلاق در ایران نشانه بارز مشکلات زندگی مشترک است (گریف و مالهرب^۲، ۲۰۰۱).

این احتمال وجود دارد که مشکلات ارتباطی زوجین زمینه ساز بسیاری از مسائل آنهاست که البته این زمینه سازی دارای صور مختلفی است و معمولاً ریشه در ناچیز بودن مهارت‌های حل تعارض دارد. این مشکلات می‌تواند بر یک موضوع خاص مثل رابطه جنسی متمرکز شود. و یا به صورت فراگیر تمام تعامل را در بر گیرد (برنشتاین و برنشتاین، ۱۹۸۹؛ ترجمه سهرابی، ۱۳۸۲). ناسازگاری پس از ازدواج نه تنها بر کنش‌های روانی اجتماعی زن و شوهر بلکه بر رشد و تحول کودکان و نوجوانان آن خانواده نیز اثرات سوء دارد. به طوریکه ۳۹٪ نوجوانان بزهکار کانون اصلاح و تربیت ایران متعلق به خانواده‌های از هم گسیخته است (نوابی نژاد، ۱۳۷۹). برخی از پژوهشگران نیز سابقه از هم پاشیدگی و ناسازگاری زناشویی والدین را در سازگاری زناشویی فرزندان آنها مؤثر دانسته اند (جانسون و هریس^۱، ۱۹۸۰، به نقل از میر خشتی، ۱۳۷۵).

سازگاری در ازدواج شامل احساس شادمانی، رضایت و ارضای نیازهایی است که به طور متقابل برآورده می‌شود. راجرز این مفهوم از ازدواج را به عنوان پایه ای برای بسیاری از ازدواج‌های سازگار دیده است. سازگاری زناشویی می‌تواند بر کیفیت زندگی زناشویی اثر بگذارد و تحقیقات انجام شده اهمیت تأثیر آن را بر انواع نتایج بالینی مانند بهداشت روانی (وارینگ و پاتن^۲، ۱۹۸۹)، بهداشت جسمانی (چولنس و بینیک^۳، ۱۹۸۹) و حتی طول عمر (برکمن و سایمی^۴، ۱۹۸۹) تأیید نموده اند. با توجه به اهمیت سازگاری زناشویی در سلامت روان، متخصصان همواره این سازه را مورد سنجش قرار می‌دهند (ملازاده، ۱۳۸۱).

ریشه بسیاری از مشکلات خانوادگی به عواملی مربوط است که مستقیم یا غیر مستقیم با سازگاری زناشویی در ارتباط است و اگر یک زوج در روابطشان با هم نتوانند به توافق برسند کارکردهای کل خانواده مختل می‌شود و این خود زمینه ساز پیامدهای منفی بسیاری برای هر یک از زوجین و فرزندان خواهد بود. زن و مرد در زندگی زناشویی با مشکلات پیش بینی نشده ای مواجه می‌شوند. از جمله تفاوت‌های فرهنگی، نداشتن سنخیت شخصیتی، تربیت خانوادگی متفاوت، آداب و رسوم مختلف و سلیقه‌های جورواجور که اگر هنر توافق با یکدیگر را نداشته باشند و نتوانند هیجانات خود را کنترل کنند در مسیر زندگی دچار مشکلاتی می‌شوند که اگر به طلاق فیزیکی منجر نشود طلاق روانی را در پی خواهد داشت. در خیلی از موارد زن و شوهر در برخورد با

1 . Janson&Haris
2 . Waring&patton
3 . Chowanec&Binik
4 . Berkman&syme

یکدیگر دچار سوء تفاهم می‌شوند چرا که مسائل را با توجه به ساختار ذهنی خاص خود تجزیه و تحلیل می‌کنند که ممکن است خیلی اصولی و درست نباشد.

با توجه به گزارشات اخیر که از افزایش میزان اختلافها، خشونتها و حتی طلاق در کشور حکایت می‌کنند و نظر به پیامدهای ویرانگر ازدواج ناموفق بر بهداشت روانی زن، شوهر، فرزندان و جامعه (میر احمدی زاده، ۱۳۸۲، به نقل از ترکان، ۱۳۸۵) میتوان به نقش و اهمیت پژوهش‌هایی که منجر به ارائه راهکارهای مناسب و مؤثر در جهت حل تعارضات زناشویی و نیز بهبود کیفیت زندگی زناشویی و در نهایت حفظ بنیان خانواده می‌گردند پی برد. علاوه بر این تقاضای روز افزون زوجین برای حل مشکلات ارتباطی و زناشویی مدل‌های متعدد درمانی را فعال کرده است. انتخاب مدل درمانی کارآ و مطلوب در چنین شرایطی اهمیت مضاعف دارد. باید توجه داشت که اگر چه در جوامع پیشرفته اروپایی و آمریکایی حجم و کیفیت پژوهش‌های انجام شده در زمینه خانواده رشک آور است، منتها منظور از این بیان، به کارگیری خام و نپخته نظرات دیگران نیست و همواره باید جنبه سازگاری هر نظریه را با ظرفیت‌های مادی و معنوی هر جامعه در نظر گرفت (خیای، ۱۳۷۶).

لذا با توجه به آنچه بیان شد شیوه تحلیل تبادلی وسیله‌ای برای خودشناسی و آموزش چگونگی ارتباط با دیگران و نیز روشی برای تشخیص مشکلات زندگی به شمار می‌رود (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۸۰) و روشی برای رشد و تغییرات شخصی است و کمک می‌کند تا دریابیم انسانها چگونه رفتار می‌کنند و شخصیت خود را در قالب رفتارهایشان آشکار می‌سازند. به طور کلی این الگو در هر زمینه‌ای که نیاز به درک افراد و روابط باشد کاربرد دارد و به اشخاص کمک می‌کند تا نقش خود را در زندگی دریابند (بهرامی، ۱۳۸۵). از آن جهت که برن (۱۹۸۶) در زمینه استفاده از این روش در درمان زوجین اذعان کرده است که با درمان از طریق روش تحلیل تبادلی امکان سه نتیجه وجود دارد. بدترین امکان آن است که ازدواج دارای آشوبی قابل ملاحظه ولی تحت کنترل باقی بماند. دیگر اینکه امکان دارد بسیاری از توقعات طرفین کنار گذاشته شود و هر دو در مسائلی مصالحه کنند و بلاخره بهترین فرجام آن است که خصیلتها و استعدادهای بالقوه یکدیگر را کشف کنند که باعث رضایت طرفین خواهد شد. هر سه نتیجه سودمند خواهد بود (ترجمه قراچه داغی، ۱۳۷۰). در این پژوهش مناسب تشخیص داده شد.

روش تحلیل تبادلی اصولی را پیشنهاد می‌کند که افراد با توسل به آن به جای پرداختن به سوء تفاهمات و جدالهای عدیده به تحلیل تبادلات خود به طور عینی و ملموس بپردازند و همدیگر را بهتر درک کنند. از آنجا که خانواده رکن جامعه بشری

است و تمامی تغییرات از بطن خانواده به جامعه منتقل می‌شود و زنان به عنوان یکی از مهره‌های اصلی وستونهای اجرایی این کانون هم در تربیت فرزندان و هم در ارتباط با همسرانشان نقش کلیدی ایفا می‌کنند این تحقیق در نظر دارد با آموزش این اصول به زنان به ارتقاء کیفیت زندگی خانوادگی کمک نماید.

با عنایت به اینکه هیچ یک از مکاتب روان شناسی ادعای رفع کامل مشکلات زناشویی را ندارند و اگر تمام متغیرها تحت کنترل قرار گیرند باز هم درصدی خطا برای شکست طرح درمانی وجود دارد محقق در این پژوهش به دنبال رفع کامل مشکلات زناشویی نمی باشد. زیرا متغیرهای عدیده ای در روند درمان ممکن است اختلال ایجاد کنند. با علم به اینکه اگر دو رکن خانواده در جریان آموزش حضور داشته باشند درصد موفقیت و افزایش سازگاری زناشویی بیشتر خواهد بود، با وجود این با توسل به اینکه در مکتب اریک برن بر بعد مسئولیت شخصی فرد در رفع مشکلات تأکید فراوان می‌شود و به نقش خود فرد در زندگی بیش از هر عامل دیگری توجه می‌کند روند آموزش تحقیق بر روی زنان پیاده شد، تا اثر تغییر یک طرف رابطه در یک تعامل دو نفره بررسی شود. می‌توان انتظار داشت که در صورت اثربخش بودن این روش در بافت فرهنگ ایرانی و نظر به سادگی درک و انتقال مفاهیم مطرح شده در این نظریه بتوان آن را به عنوان شیوه ای آموزشی درمانی در حیطه‌های مختلف ارائه خدمات روان شناختی چه در سطح پیشگیری و چه در سطح درمان به متخصصین مربوطه توصیه نمود. به عبارت دیگر این پژوهش می‌تواند از یک سو به شناسایی یک شیوه کارآمد برای خودشناسی افراد قبل از ازدواج منجر شود که در نتیجه احتمال موفقیت ازدواج را افزایش می‌دهد و در عین حال می‌تواند از بسیاری از مشکلات ارتباطی زوجها بعد از ازدواج جلوگیری کرده و یا به حل آن کمک کند. نتایج این تحقیق در آموزش و پرورش و در انجمن اولیا و مربیان برای بهبود روابط والدین با یکدیگر کارایی خواهد داشت. در این تحقیق به دنبال آن هستیم تا با بررسی تأثیر آموزش تحلیل تبادل اریک برن بر افزایش سازگاری زناشویی زنان، راههایی در جهت تثبیت هر چه بیشتر زندگی زناشویی پیشنهاد کنیم و نیز می‌توان این رویکرد را به مشاوران، مددکاران و کلیه متخصصان و دست اندرکاران در زمینه مسائل زناشویی و ازدواج پیشنهاد داد تا به منظور بالا بردن ثبات خانوادگی به افراد آموزش دهند.

همچنین اثر بخشی این الگو در افزایش سازگاری زناشویی می‌تواند زمینه ساز پژوهشهای بیشتری در زمینه اثر بخشی این روش در حیطه‌های بین فردی و درمان روان رنجوریهای ناشی از روابط ناسالم گردد.

سؤال اصلی تحقیق

آیا آموزش روش تحلیل تبادلی اریک برن بر افزایش سازگاری زناشویی زنان مؤثر است؟

متغیرهای تحقیق

متغیر مستقل: روش تحلیل تبادلی اریک برن
متغیر وابسته: سازگاری زناشویی زنان

فرضیه اصلی تحقیق

آموزش روش تحلیل تبادلی اریک برن بر افزایش سازگاری زناشویی زنان مؤثر است.

فرضیه‌های فرعی

- ۱- آموزش روش تحلیل تبادلی اریک برن بر افزایش رضایت دو نفری زنان مؤثر است.
- ۲- آموزش روش تحلیل تبادلی اریک برن بر افزایش همبستگی دو نفری زنان مؤثر است.
- ۳- آموزش روش تحلیل تبادلی اریک برن بر افزایش توافق دو نفری زنان مؤثر است.
- ۴- آموزش روش تحلیل تبادلی اریک برن بر افزایش ابراز محبت زنان مؤثر است.

هدف تحقیق

هدف این تحقیق بررسی اثربخشی آموزش روش تحلیل رفتار تبادلی اریک برن بر افزایش سازگاری زناشویی زنان است.

تعریف مفاهیم و واژه‌های تحقیق

تحلیل تبادلی اریک برن

تعریف نظری:

تحلیل تبادلی نظریه‌ای است مربوط به شخصیت و تبادل اجتماعی و روشی بالینی در زمینه روان‌درمانی است که مبتنی بر تحلیل تبادلهای میان دو یا چند شخص است (قراچه داغی، ۱۳۷۰).

تعریف عملیاتی:

آموزش روش تحلیل تبادلی اریک برن:

دوره آموزشی ۸ جلسه‌ای که در آن مفاهیم مربوط به نظریه تحلیل تبادلی توضیح داده می‌شود تا افراد آن را در زندگی خود پیاده کنند (فرمت به پیوست می‌باشد).

سازگاری زناشویی

تعریف نظری:

سازگاری زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع احساس ناشی از خوشبختی و رضایت از یکدیگر دارند. روابط رضایت بخش از طریق علاقه متقابل، میزان مراقبت از هم، پذیرش و تفاهم قابل ارزیابی است (به نقل از احمدی، ۱۳۸۲).

تعریف عملیاتی:

نمره ای که فرد از مقیاس سازگاری زن و شوهر به دست می‌آورد.

چهار خرده مقیاس سازگاری زناشویی

تعریف مفهومی رضایت دو نفره: با توجه به نوع سؤالات شامل توافق و تفاهم درباره امور مختلف و عدم اختلاف و کشمکش است.

تعریف عملیاتی رضایت دو نفره: نمره ای که از خرده مقیاس رضایت دونفره در مقیاس سازگاری زن و شوهر به دست می‌آورد.

تعریف مفهومی همبستگی دونفره: شامل علایق مشترک و تبادل نظر و همکاری در امور مختلف است.

تعریف عملیاتی همبستگی دونفره: نمره ای که فرد از خرده مقیاس همبستگی دو نفره در مقیاس سازگاری زن و شوهر به دست می‌آورد.

تعریف مفهومی توافق دو نفره: توافق در مورد امور مذهبی و نگرش‌ها را شامل می‌شود.

تعریف عملیاتی توافق دو نفره: نمره ای که فرد از خرده مقیاس توافق دو نفره در مقیاس سازگاری زن و شوهر به دست می‌آورد.

تعریف مفهومی ابراز محبت: توافق در مورد ابراز علاقه، عشق و محبت رادر بر می‌گیرد.

تعریف عملیاتی ابراز محبت: نمره ای که فرد از خرده مقیاس سازگاری دو نفره در مقیاس سازگاری زن و شوهر به دست می‌آورد (به نقل از کهکی، ۱۳۸۴).

فصل دوم:

پیشینه تحقیق

مقدمه

یکی از جوانب مهم یک نظام زناشویی احساس رضایتی است که همسران در ازدواج تجربه می کنند. تانی کوچی^۱ (۲۰۰۶) برای افراد متأهل رضایتمندی زناشویی را یکی از مهم ترین شاخص های رضایت از زندگی می داند (به نقل از ترکان، ۱۳۸۵). شناخت بهتر جنبه های مهم رابطه زناشویی می تواند به ایجاد و توسعه برنامه های پربارسازی زناشویی و نیز زناشویی درمانی کمک کند که بدین ترتیب تأثیر مثبت بر عملکرد خانواده و جامعه خواهد داشت (گریف^۲، ۲۰۰۱). به دیگر سخن دلایل معقول و منطقی مطالعه بر روی جزییات رضایت زناشویی و درک محوریت آن در سلامت خانواده و اشخاص به اهمیت آن اشاره می کند و اهمیت مداخلات تجربی برای زن و شوهرها به منظور پیشگیری یا کم کردن فشارهای زناشویی و طلاق روشن می شود (نظری و نوابی نژاد، ۱۳۸۴؛ به نقل از ترکان، ۱۳۸۵).

در این فصل به معرفی روش درمانی مورد استفاده یعنی تحلیل تبادلی اریک برن و مفاهیم و مبانی اصلی آن که خصوصاً جهت ارتقاء کیفیت زندگی زناشویی مؤثر واقع می گردند و نیز معرفی سازگاری زناشویی و روابط زن و شوهر از دیدگاه این نظریه و سایر نظریه ها می پردازیم. سپس به پیشینه پژوهشی موجود در زمینه اثر بخشی روش تحلیل تبادلی در حیطه های مختلف و نیز شیوه های مؤثر در زمینه افزایش سازگاری زناشویی یا عوامل مرتبط با آن در داخل و خارج خواهیم پرداخت.

نظریه تحلیل تبادلی

مبتکر اولیه نظریه روانشناسی مبتنی بر تحلیل ارتباط محاوره ای فردی است به نام گرینکر^۳ و اریک برن^۴ که نامش بیشتر با این نظریه متداعی و همراه است در واقع تعقیب کننده و توسعه دهنده افکار گرینکر است. او کسی است که به دلیل استفاده های عملی و درمانی از این نظریه شهرت یافته است (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۸۰).

اولین بار که نظریه تحلیل تبادلی ارائه و به عموم عرضه گردید در سال ۱۹۷۵ در یک کنفرانس حرفه ای در شهر لوس آنجلس بود. برن در سال ۱۹۶۱ کتاب تحلیل تبادلی در روان درمانی را منتشر کرد و در آن رئوس اصلی فلسفه مفاهیم اصلی دیدگاه خود را شرح داد. کتابهای دیگر او نیز به دنبال این سخنرانی منتشر گردید. مشارکت برن در نظریه تحلیل تبادلی از نظر فلسفی و نظری بود. پیروان او مطالب دیگری بدان

1 . Taniguchi
2 . Greffe
3 . Grinker
4 . Eric Berne

اضافه کردند و کنش عملی آن را تصحیح نمودند (شیلینگ^۱، ترجمه آرین، ۱۳۷۲). در واقع شیوه برن سازشی است بین روانکاوی و تحلیل روابط متقابل. بدین معنی که روانکاوی به منزله هسته و روش تحلیل ارتباط متقابل به منزله سیب است. این تعبیر بدان معنی است که هسته ساده تر و راحت تر در داخل سیب می‌گنجد تا سیب در درون هسته (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۸۰).

دوسی^۲ و دوسی (۱۹۷۹) ریشه نظریه تحلیل تبدالی را در چهار مرحله خلاصه کرده اند. مرحله اول (۱۹۶۲-۱۹۵۵) با کشف حالت‌های من به وسیله برن آغاز می‌شود. این کشف براساس آن دسته از آزمایشات عصب شناختی صورت گرفته که طی آن گفته می‌شود وقتی مغز شخص به طور مستقیم تحریک می‌شود مجدداً حالت‌های گوناگون من را تجربه می‌کند. برن اهمیت این کشف را تشخیص داد و بر اساس آن سه حالت مشخص من یعنی والد، بالغ و کودک را مشخص ساخت. در دومین مرحله از رشد و تحول تحلیل تبدالی (۱۹۶۶-۱۹۶۲) درمانگران بیشتر به تحلیل تبادل‌ها و بازی‌ها تأکید کردند. علاقه برن به نظریه ارتباط او را در فهم و درک این نکته یاری داد که در بسیاری از موارد دو نوع پیام (اجتماعی و روانی) همزمان با هم از یک منبع ارتباطی سرچشمه می‌گیرند. این یافته به او کمک کرد تا متوجه مفهوم بازی‌ها شود. تحلیل تبدالی در این دوره از رشد خود در اصل به عنوان یک رویکرد فکری یا روشنفکری که در آن نسبت به مفهوم بینش تأکید می‌شود مطرح بود. اما در سومین دوره از رشد تحلیل تبدالی ۱۹۶۶-۱۹۷۰ نیروی مسلط در این رویکرد عبارت بود از تحلیل قصه زندگی. مفهوم قصه زندگی در کوشش برن برای پاسخ به این سؤال بود که چرا افراد مختلف بارها و بارها بازی‌های مشابهی را تکرار می‌کنند. برای اینکه رفتار مبتنی بر قصه زندگی مدد جویان تغییر پیدا کند بعضی از درمانگران نوآور نظیر گلدینگ^۳ و گلدینگ شروع به اقتباس بعضی متون از نظریه‌های دیگر مثل گشتالت درمانی کردند و این فنون را در تحلیل تبدالی به کار گرفتند. شیف در سال ۱۹۷۰ به معرفی نوعی رویکرد درمانی تحت عنوان خانواده شیف^۴ پرداخت که با کمک آن افراد شدیداً پریشان می‌توانستند در یک محیط خانوادگی امن به حالت کودکی خود برگردند و با دریافت پیام‌های والدی جدید و سالم تر رفتار والدین جدید را در رابطه با خود تجربه کنند، یا اصطلاحاً بازوالدینی شوند. از این رو تحلیل تبدالی از نوعی رویکرد روشنفکری و خردمندانه به رویکردی درمانی تغییر جهت داد. و این تغییر جهت نیز به همین ترتیب

1 . Shiling
2 . Dusay
3 . Golding
4 . Shiffe