





دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی

پایان نامه برای اخذ درجه کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده

عنوان:

**اثر بخشی مشاوره گروهی با رویکرد ارتباطی ستیر بر عملکرد زوجهای
ناکارآمد**

استاد راهنما:

سرکار خانم دکتر شکوه نوابی نژاد

استاد مشاور:

جناب آقای دکتر باقر ثنایی ذاکر

پژوهشگر:

محمود گودرزی

شهریور 1386

تقدیم به

خانواده مهربانم

پا تشکر از:

خانم دکتر نوایی نژاد که راهنمایی پژوهش را بر عهده گرفتند و همواره راهنما و مشوقم بوده اند.

آقای دکتر باقر ثنایی ذاکر که همواره در این راه برایم مشاوره دلسوز بوده اند.

آقای دکتر علیرضا کیا منش که در مباحث آماری مرا بسیار کمک کرده اند.

خانم دکتر نسترن ادیب راد و آقای دکتر محمدعلی نظری که مسئولیت داوری این پژوهش را پذیرفتند.

مسئولین دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تهران که مراتب همکاری لازم را به عمل آوردند.

زوج های که در جلسات درمان حاضر شدند.

همکلاسی هایم که هر کدام برایم معلمی بودند.

چکیده:

در دهه های اخیر بسیاری از تحقیقات در زمینه مشکلات خانواده و زوجین متمرکز شده است. فراوانی این مشکلات منجر به ناسازگاری زناشویی و در نتیجه عملکرد نامطلوب خانواده می شود.

پژوهش حاضر به منظور بررسی اثر بخشی مشاوره گروهی با رویکرد ارتباطی ستیر بر عملکرد زوجین ناکارآمد انجام گرفته است. این پژوهش دارای هفت فرضیه می باشد که ابعاد مختلف عملکرد خانواده را مورد سنجش قرار داده است. روش انجام تحقیق از نوع آزمایشی بوده و افراد نمونه با توجه به طرح به کار رفته (طرح کنترل گروههای نا برابر) که از طرح های نیمه آزمایشی است در گروه آزمایش و کنترل به شیوه تصادفی جایگزین شدند. نمونه این پژوهش 12 خانواده یعنی زن و شوهر (6 زوج در گروه آزمایش و 6 زوج در گروه کنترل) مراجعه کننده به مرکز مشاوره دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و بخش روانپزشکی بیمارستان آیت الله طالقانی است.

برای تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون t استودنت برای مقایسه میانگین ها استفاده شده است.

ابزار این پژوهش مقیاس سنجش عملکرد خانواده بوده است. این ابزار دارای روایی و اعتبار بالایی است. تجزیه و تحلیل داده ها نشان می دهد که فرضیات پژوهش همگی با سطح آلفای $p < 0/05$ تأیید گردید. بنا بر این مشاوره گروهی با رویکرد ارتباطی ستیر باعث بالا رفتن کارآیی زوجین در مقوله های حل مشکل، ارتباط، نقش ها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی، کنترل رفتار و عملکرد کلی خانواده شده است.

کلید واژگان: مشاوره گروهی - رویکرد ستیر- ارتباط- زوجین ناکارآمد - مقیاس سنجش عملکرد خانواده.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول
2	مقدمه
6	بیان مسئله
7	ضرورت انجام تحقیق
10	اهداف
10	فرضیه های تحقیق
11	تعریف متغیرها
	فصل دوم
14	مشاوره گروهی
15	تاریخچه گروه درمانی
17	اهداف مشاوره گروهی
19	عوامل درمانی مشاوره گروهی
21	مراحل تشکیل مشاوره گروهی
21	فرآیند عملکرد مشاوره گروهی
23	خانواده
23	تاریخچه خانواده درمانی
26	کارکردها یا عملکردهای خانواده
28	خانواده کارآمد

29	عملکرد خانواده
29	کارکرد مطلوب خانواده
30	الف) مشکلات ارتباط
31	ب) مشکلات نقش
32	رویکردهای خانواده درمانی
32	رویکرد آدلری
33	خانواده درمانی روان تحلیلی
34	خانواده درمانی بین نسلی باون
37	خانواده درمانی نمادین - تجربی
38	خانواده درمانی ساختاری
41	خانواده درمانی شناختی - رفتاری
43	خانواده درمانی راه حل مدار
44	رویکرد حکایتی (قصه درمانی)
45	خانواده درمانی استراتژیک
46	تئوریهای ارتباط
50	الف - ارتباط و شناخت
50	ب - ارتباط و قدرت
51	ج - ارتباط و احساس
51	تاریخچه مختصر رویکرد ویرجینیا ستیر
53	مفاهیم اساسی رویکرد سیتیر
53	مفهوم 1: تأثیر خانواده اصلی

57	مفهوم 2: خانواده به عنوان یک نظام
58	نقش های نامناسب
59	قوانین محدود کننده و خشک
60	انتظارات غیر واقع گرایانه
62	مفهوم 3: عزت نفس پایین
63	مفهوم 4: منابع شخص کامل
65	مفهوم 5: رویکرد فرآیند
67	تغییر دادن قوانین محدوده کننده
68	تغییر نقشهای نامناسب
68	تغییر انتظارات غیر واقع گرایانه
69	به روز کردن احساسات
70	مفهوم 6: فرآیند تغییر
74	نقش درمانگر
76	اهداف درمانی ستیر
78	فرآیند درمان
79	حیطه های سه گانه مداخلات درمانی
79	سیستم درون روانی
82	سیستم خانواده اصلی
84	سیستم تعاملی
86	تکنیک های درمانی
86	استفاده از طناب به عنوان یک فن درمانی

87	آناتومی ارتباط
88	قاب گیری مجدد
86	شوخی
89	لمس (تماس)
90	سبک های پیام رسانی
90	مجسمه
91	استعاره
93	نمایش
93	تقویم زندگی خانوادگی
94	بازسازی خانواده
98	ضیافت اندامها
103	گروه درمانی خانواده
105	تحقیقات انجام شده
	فصل سوم
113	مقدمه
114	جامعه آماری
114	روش نمونه گیری
115	ملاکهای انتخاب زوجین
116	حجم نمونه
116	ابزار پژوهش
118	طرح پژوهشی و روش جمع آوری داده ها

120	روش تجزیه و تحلیل داده ها
	فصل چهارم
123	مقدمه
124	داده های توصیفی
126	داده های استنباطی
	فصل پنجم
134	بحث و نتیجه گیری
140	محدودیت های پژوهش
141	پیشنهادات
141	پیشنهادات پژوهشی
141	پیشنهادات کاربردی
142	منابع
143	منابع فارسی
147	منابع لاتین
	پیوست ها
151	طرح درمان بر اساس رویکرد ستیر
155	آزمون FAD
159	چکیده انگلیسی

فهرست تصاویر

- 72 شکل 2-1 فرایند تغییر
- 81 شکل 2-2 استعاره کوه یخ

فهرست جداول

- 124 جدول 4-1 فراوانی تحصیلات آزمودنی ها
- 125 جدول 4-2 فراوانی تعداد فرزندان
- 125 جدول 4-3 فراوانی سنی
- 126 جدول 4-4 مربوط به معنی دار بودن تفاضل بین گروه های آزمایشی و کنترل در خرده مقیاس عملکرد کلی
- 127 جدول 4-5 مربوط به معنی دار بودن تفاضل بین گروه های آزمایشی و کنترل در خرده مقیاس حل مشکل
- 128 جدول 4-6 مربوط به معنی دار بودن تفاضل بین گروه های آزمایشی و کنترل در خرده مقیاس نقش
- 129 جدول 4-7 مربوط به معنی دار بودن تفاضل بین گروه های آزمایشی و کنترل در خرده مقیاس ارتباط
- 130 جدول 4-8 مربوط به معنی دار بودن تفاضل بین گروه های آزمایشی و کنترل در خرده مقیاس همراهی عاطفی
- 131 جدول 4-9 مربوط به معنی دار بودن تفاضل بین گروه های آزمایشی و کنترل در خرده مقیاس آمیزش عاطفی
- 132 جدول 4-10 مربوط به معنی دار بودن تفاضل بین گروه های آزمایشی و کنترل در خرده مقیاس کنترل رفتار

فصل اول

کلیات پژوهش

مقدمه :

انسان موجودی اجتماعی است که ارتباط و تعامل با دیگران یکی از نیازهای اساسی اوست. از این رو نیازهای خود را در گروه‌های اجتماعی تأمین می‌کند. یکی از طبیعی‌ترین گروه‌ها که می‌تواند نیازهای انسان را تأمین کند، خانواده است.

خانواده به عنوان واحد عاطفی - اجتماعی کانون رشد و تکامل، التیام و شفا دهندگی، تغییر و تحول، آسیب‌ها و عوارضی است که هم بستر شکوفایی و هم فروپاشی روابط میان اعضایش می‌باشد. از سوی دیگر خانواده شالوده‌ی اساسی در ساختار اجتماعی جوامع است که سلامت یا عدم سلامت آن قوام یا اضمحلال جامعه را در پی دارد (گلدنبرگ و گلدنبرگ¹، 2000).

ژوسران اندیشمند فرانسوی (به نقل از صفایی، 1381) می‌گوید: "تاریخ به ما می‌آموزد که مقتدرترین ملت‌ها، مللی بودند که خانواده‌ها در آن قویترین ساختار و سازمان را داشته‌اند. به زحمت می‌توان جامعه‌ای را تجسم کرد که خانواده در آن وجود نداشته باشد. از طرفی نیز جامعه‌ای که در آن فراوانی فروپاشی خانواده‌ها به چشم می‌خورد، افراد مانند ذرات پراکنده‌ای بیش نیستند". جامعه از مجموع خانواده‌ها تشکیل می‌شود. تربیتی که در خانواده به فرد تعلیم داده می‌شود بدون تردید بر نوع اجتماعی که فرد در آن زندگی می‌کند، اثر خواهد گذاشت.

خانواده اصلی‌ترین جزء اجتماع است. دستیابی به جامعه سالم در گروه سلامت خانواده‌هاست. خانواده به عنوان یک سیستم اجتماعی شامل گروهی از افراد است که از طریق ازدواج زن و مرد، تولید مثل و پرورش فرزندان با هم زندگی می‌کنند. این سیستم در طول تاریخ نقش حیاتی برای رشد و پیشرفت و اجتماعی شدن نوع انسان ایفا کرده است (سادوک و کاپلان²، 2002).

۱- Goldenberg & Goldenberg

۲- Sadok & Caplan.

خانواده عامل همبستگی و شرط تعادل اجتماعی است. در خانواده است، که شخص آداب معاشرت اجتماعی، همکاری و همیاری را می آموزد. خانواده وارث و بستر مناسبی برای انتقال آن به نسل های آینده و شخصیت دادن به اعضای خود است.

در خانواده فرد خود را متعلق به مجموعه ای که مختص اوست می داند. به قول مینوچین (ترجمه ثنایی، 1380)" افراد هویت خود را از طریق خانواده احراز می کنند".

اجتماعی شدن و آشنایی با قوانین، نقش ها و ارزشهای فرهنگی به طور طبیعی در خانواده صورت می پذیرد (وتر و گیل¹، 1987).

کودک در تعاملات ابتدایی خود با خانواده به یک موجود اجتماعی تبدیل می شود، به همین دلیل عملکرد خانواده از دیر باز مورد توجه مشاوران و روان شناسان بوده است (والش²، 1993).

لذا با توجه به تعامل های مستمری که ارگانیزم خانواده از یک سو با اعضاء خود و از سوی دیگر با اجتماع دارد، به نظر می رسد که کانون اصلی سلامت یا اختلالات بیماری های اعضای خود می باشد (بهاری، 1379). ستیر³ (1383) خانواده را هسته ی اصلی همه نهادهای جامعه دانسته خانواده را «کارخانه آدم سازی» می نامد.

کارآیی یا عملکرد خانواده دارای دو بعد درون خانگی⁴ و برون خانگی⁵ است.

کولا پینتو⁶ (1991) خانواده ای را که به طرز شایسته ای از عهده ی تغییر و تحولات درونی و بیرونی برآید خانواده ی «کارآمد» می نامد. وی معتقد است که ملاک کارآیی در خانواده این نیست که در آن فشار روانی، تعارض و مشکل وجود نداشته باشد؛ بلکه این است که خانواده تا چه اندازه در تحقق

۱- Vetere & Gale
۲- Walsh
۳- Satir
۴- Extra- familia
۵- Intra – familiia
۶- Cola pinton

وظایف و کارکرد هایش توانا می باشد که به نوبه خود به ساخت و توانایی سازگاری خانواده بستگی دارد.

خانواده سالم و کارآمد یک سیستم باز است که اعضاء آن در عین حال که از روابط عاطفی گرمی باهم برخوردار هستند، هویت فردی خود را حفظ می کنند. در این گونه خانواده ها، عشق به صورت نامشروط می باشد و اعضاء پذیرای یکدیگر هستند. آستانه تحمل خانواده در برابر کشمکش و استرس بالاست و به هنگام نیاز، داوطلبانه در صدد یاری و خواهان آن می باشند (والش، 1996).

در این نوع خانواده ها ائتلاف قوی و روشنی بین والدین وجود دارد، این قدرت بین والدین تقسیم می شود. اعضاء خانواده با هم نزدیک و صمیمی هستند. با این حال حریم شخصی افراد حفظ می شود و استقلال و فردیت اشخاص مورد احترام است (بیورز^۱، 1982).

در مقابل تعریف فوق خانواده ی «ناکارآمد^۲»، خانواده ای است که قادر به تأمین نیازهای تکاملی، حل مشکلات و تعارض های خود نیست و کارکردهایش مختل است. بنابراین با توجه به چنین تعریفی خانواده هایی که در آستانه ی فروپاشی هستند یا فرو پاشیده اند در حیطه های گوناگون عملکرد درون خانگی مختل می باشند. در این گونه خانواده ها معمولاً ساختار قدرت و ارتباطات هرج و مرج گونه است. به طوری که یکی از والدین تمام قدرت را در اختیار دارد. یا چون والدین از این نقش کنار می گیرند فرزندان کنترل اوضاع را به دست می گیرند. این نوع ساختار اغلب منجر به نوعی سیستم خانوادگی می شود که در آن مرزها نامشخص است و به خوبی تعریف نشده است. لذا اعضاء خانواده استقلال رأی ندارند. از آن جایی که در چنین خانواده هایی تناقض ها بسیار زیاد است و ابراز آزادانه احساسات تشویق نمی شود الگوی ارتباط نیز آشفته و ناکارآمد می باشد. از آن جا که بحث و گفتگو بین اعضاء کم رنگ و محدود است خانواده مختل و در حل مشکلات با دشواری های زیادی مواجه می باشد.

۱- Beavers

۲- Disfunctional

به طور خلاصه خانواده های ناکارآمد دارای اختیار و قدرت نامتعادل و تعریف نشده، غیر شفاف و نامؤثر بوده و ارتباطات رضایت بخش در آن وجود ندارد، مرزهای بین فردی نامشخص، مهارت های مذاکره ی اصولی محدود، عزت نفس پایین و احساس افسردگی فراگیر می باشند (بیورز، 1982).

بیان مسئله

امروزه روانشناسان و متخصصان خانواده درمانی خانواده را همانند ارگانیزم بیولوژیکی دارای یک سازمان منسجم و یکپارچه می دانند، اعتقاد دارند که خانواده نیز به عنوان یک کل یا تمامیت با ساختار، قوانین و اهداف دارای کارکرد و عملکرد معین است (نوابی نژاد، 1383).

خانواده به عنوان یکی از نهادهای مهم جامعه و به عنوان کوچکترین واحد اجتماعی که فرد تجربه زندگی را در آن کسب می کند همواره مورد توجه پژوهشگران و محققان علوم انسانی و به ویژه روانشناسان، مشاوران و جامعه شناسان قرار گرفته است.

خانواده پناهگاه و کانون ویژه ای برای رفع نیازهای روانی و عاطفی است و همچنین خانواده کانون التیام بخش دردها ورنج های زندگی است و روابط زناشویی نیز به این بافت معنای خاص خود را می دهد (ثنایی، 1375).

اهمیت روابط میان فردی در جایگاهی است که واتزلویک، بیوون جکسون (1967) اظهار کرده اند که: کل رفتار انسان نوعی تبادل پیام است، درست همانطور که آدمی نمی تواند رفتار نکند قادر نیست که تبادل پیام نداشته باشد.

انسان به عنوان موجودی زیستی، روانی، اجتماعی با درک حضور دیگری به تبادل پیام و ایجاد رابطه می پردازد و رابطه های ناکارآمد است که استرس های روابط میان فردی عملکردهای افراد را پایین آورده و موجب ناسازگاری در روابط زناشویی می گردد. اینجاست که هیچ مشکلی در خلأ به وجود نمی آید بلکه آنجا که کنش متقابل است، نوع ایجاد رابطه بر تعامل و درک متقابل نیز تأثیر بسزایی دارد.

وظیفه خانواده به عنوان اتم ساختاری جامعه برقراری ارتباط است و عملکرد خانواده منجر به رفع نیازهای اجتماعی، عاطفی و فردی خانواده می شود.

ارتباط روشن و قوی بین اعضای خانواده موجب رشد احساسات، ارزش ها، بلوغ عاطفی و کارآمدی رابطه در سیستم خانواده می گردد. ارتباط مؤثر سنگ زیربنایی خانواده سالم و موفق است به عبارت

دیگر وقتی خانواده ای از الگوهای ارتباطی مؤثر استفاده می کند، انتقال و درک واضحی از محتوا به قصد هر پیامی دارد، نیاز های روانی اعضای خانواده را ارضا می کند و ارتباط زوج و شرکت در اجتماع را تداوم می بخشد. نوع نظام خانواده و الگوهای ارتباطی اثر مهمی بر اعضاء خانواده دارد. زیرا شخصیت، یادگیری، اعتماد به نفس، قدرت انتخاب، خودپنداره، عزت نفس و تصمیم گیری منطقی افراد خانواده همه به نوع اطلاعات و نحوه انتقال آن در بین اعضای سیستم خانواده وابسته است (ابراهیمی، 1381).

دیدگاه درمانی سیتز به عنوان یکی از خانواده درمانگران موفق در خدمت به جامعه و خانواده همواره بر عملکرد و کارآمدی رابطه زوجین تأثیر بسزایی داشته است. این عامل محقق را بر آن داشت که به عنوان یک انسان با استفاده از متدلوژی های ستیز به زوجین ناکارآمد در راستای داشتن رابطه ی سالم و کارآمد و همچنین جامعه ای سالم گامی بردارد.

ضرورت انجام تحقیق

خانواده کوچکترین جزء اجتماع است اجتماعی که از خانواده های سالم تشکیل شده باشد مسلماً اجتماعی است سالم و شرط آن که خانواده ای سالم باشد این است که افراد آن سالم باشند. لذا برای بهبود وضع اجتماع تلاش برای بهبود وضع خانواده و افراد آن مهم ترین مسئله است (ستیز، 1383)

خانواده ی سالم افراد سالم را تحویل اجتماع می دهد و خانواده ی ناسالم موجب بروز مسائل فراوان در سطح جامعه خواهد شد و اگر سعی در بهبود پیشرفت خانواده نشود مشکلات اجتماعی روز به روز بیشتر شده و چراغ عمر جامعه رو به افول خواهد رفت.

روابط زناشویی نیز در خانواده همواره مدنظر صاحبان اهل فن قرار گرفته است چنان که آرامش حاکم خانواده بر روند رشد و تربیت فرزندان، بالندگی سیستم خانواده و بالندگی جامعه کمک شایانی را به عمل می آورد.

به جرأت می توان گفت که زندگی مهارتی است که باید آن را آموخت و این آموزه ها را باید از افراد به خانواده و از خانواده به جامعه انتقال داد.

اولیور ومیلر (2001) در مورد زوجین ناکارآمد اظهار کردند که آنها سال هایی را به علت نداشتن مهارت ارتباطی به صورت ناکارآمد طی کرده اند و فکر می کردند که مشکلاتشان مسائل جنسی، مالی یا خویشاوندان می باشد و در حالی که در واقع یکی از ریشه های مشکلات آنان عدم توانایی برای برقراری ارتباط و هدایت کردن موضوعات به صورت مؤثر بود.

هاف ومیلر (2002) نوشته اند که ازدواج و روابط زناشویی سیستمی با قوانین ثابت نیست بلکه سیستمی پویا و روابطی متغیر که مستلزم صراحت، تعهد مداوم، خلاقیت استفاده از تفاوت ها و تعارض ها، مذاکره در مورد نقش ها و رشد آگاهی فردی و زوجی مداوم است.

مطالعات دیگری نشان داده است که در خانواده هایی که دچار نوعی اختلال هستند الگوهای ارتباطی خشک تر و انعطاف نا پذیر تر است و برای درمان چنین خانواده هایی باید الگوی ارتباطی خانواده دگرگون شود (ثنایی، 1380).

ارتباط نقش مهمی را بین دو انسان به عنوان زن و شوهر بازی می کند و بسیاری از مسائل که بین زن و شوهر به وجود می آید ناشی از نوع ارتباط آن ها با یکدیگر است و نداشتن مهارت های ارتباطی مشکلات عدیده ای را برای آنان به وجود می آورد.

ارتباطات می تواند به پیشرفت و رشد اعضای خانواده کمک کند یا باعث نابودی تک تک اعضای خانواده و فرسوده شدن و ناکارآمدی سیستم خانواده شود. همچنین خانواده کانون اصلی هنجار ها، ارزش های اجتماعی، پیوند های اجتماعی، روابط خویشاوندی و کانونی در جهت بروز و ظهور عواطف انسانی و مکانی برای پرورش اجتماعی کودک است.

به نظر مینوچین (1974) برای رسیدن به این عملکرد ها خانواده باید مراحل را پشت سر گذاشته باشد و در واقع به یک ساخت برای خود برسد و خانواده سیستمی است که عملکرد آن از طریق

الگوهای مراوده ای صورت می گیرد، مراودت میان کنش های تکراری، الگو هایی را به وجود می آورند مبنی بر این که یک نفر چطور، چه وقت، با چه کسی رابطه برقرار می کند. و همین الگو های مراوده ای تار های نامرئی توقعات را تشکیل می دهد که نظم دهنده ی بسیاری از اوضاع و شرایط خانواده است.

روابط ناکارآمد زناشویی گاه ما را از درک با هم بودن و در زمان حال زیستن دور می کند و ما را هر چند نگاه هایمان چهره به چهره است از هم دور می کند. هیچ چیز ناراحت کننده تر از این نیست که در کنار عزیز ترین کس خود در دنیا بنشینید و بفهمید که نمی توانید بدون این که دعوا و ناراحتی پیش بیاید با او حرف بزنید. اگر تا به حال عاشق شده باشید مطمئن هستم که با این احساس آشنا هستید که چرا گاهی اوضاع آن قدر سخت است؟ از خودتان بپرسید اگر این قدر همدیگر را دوست داریم پس چرا نمی توانیم همدیگر را درک کنیم؟ (دی آنجلس، 1382).

برای ایجاد روابط مثبت باید ابتدا به خودمان پردازیم، عقاید، باور ها و تجارب ما مستقیماً به افکاری که در ذهن ماست بستگی دارد. در نتیجه برای این که روابط خود را بهبود بخشیم باید از ویژگی ها، عقاید، تفکرات و باور های خود آگاهی و شناخت پیدا کنیم. به اعتقاد سالیوان وجود آدمی وابسته به ارتباط با دیگران است. وی معتقد است که عوامل ذهنی تحت الشعاع عوامل اجتماعی قرار داشته و آدمی در ضمن معاشرت با هموعان توانایی های لازم برای برآوردن نیاز ها و مرتفع نمودن تنیدگی ها را کسب کند (سیاسی، 1379).

در دنیایی که همواره همه چیز در حال تغییر و نو شدن است تغییرات شگرفی در زمینه های مختلف از جمله دانش، نگرش، رفتار و روابط پدید آمده است. این تغییرات انسان ها را از طرفی با انبوهی از مسائل گوناگون و از طرفی دیگر با مسائل روانی و اجتماعی مواجه ساخته است. در این دنیای کنونی افرادی موفق تر هستند که رابطه ی کار آمد با خود و محیط پیرامون برقرار کرده باشند.