



دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی

رشته مشاوره

رساله دکتری

عنوان:

**مقایسه اثربخشی دو رویکرد طرحواره درمانی و
دل بستگی درمانی بر طرحواره های ناسازگار اولیه و سبک های
دل بستگی در دانشجویان مرحله عقد**

استاد راهنما

دکتر باقر ثنائی

دانشجو

احمد امانی

شهریور ۱۳۸۹



دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی

رشته مشاوره

رساله دکتری

عنوان:

**مقایسه اثربخشی دو رویکرد طرحواره درمانی و دل‌بستگی درمانی
بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دل‌بستگی در دانشجویان
مرحله عقد**

استاد راهنما

دکتر باقر ثنائی

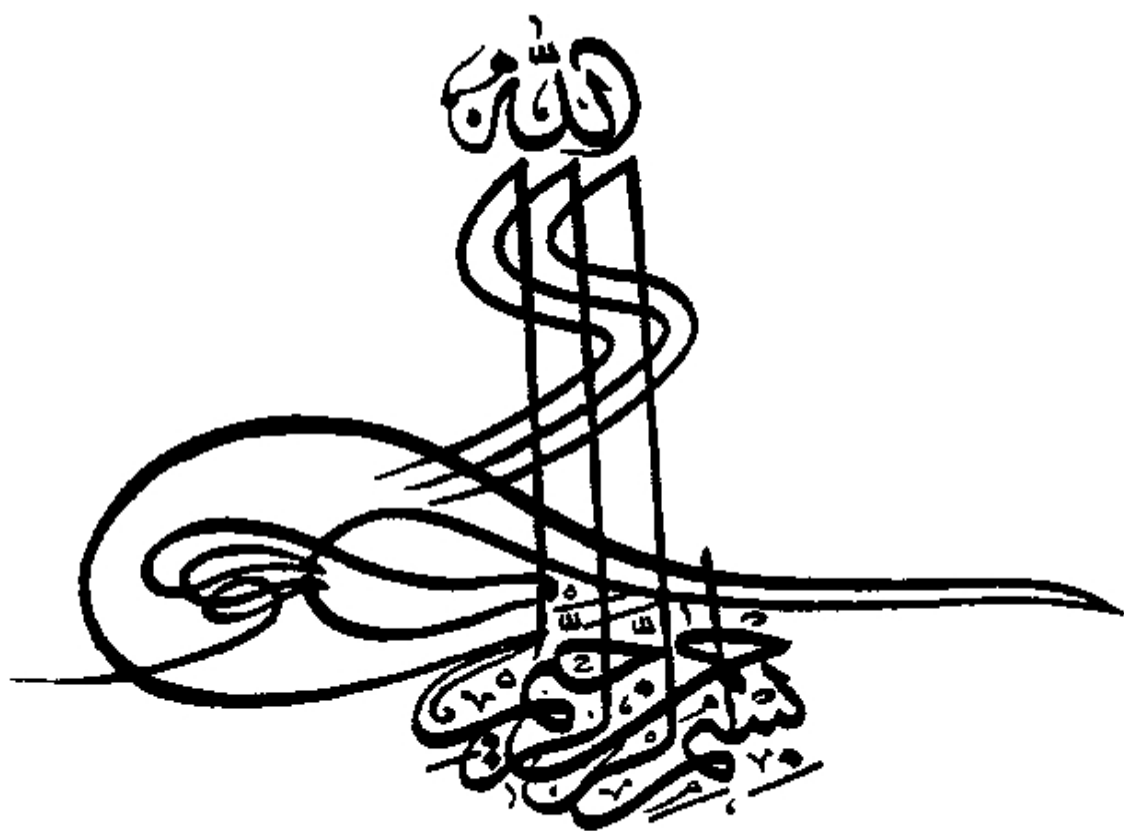
استاد مشاور

دکتر علی محمد نظری

دانشجو

احمد امانی

شهریور ۱۳۸۹



تقدیم به:

روح جاودانه پدر و مادرم

رفیق ماندگار خاطره‌هایم.

بارانک لطیف کویر تشنه وجودم

- ژیکال -

و به:

همسرم، معنی‌دهنده‌ی تمامی رنج‌ها در با هم بودن

هم‌چنین تقدیم به :

تمامی محققان، اساتید، دانشجویان و صاحبان سؤال آنانکه با پرسش‌گری خود تخیل و

اندیشه را برای رسیدن به لایه‌های ژرف «فهمیدن» جراحی می‌کنند.

سپاس و قدردانی

آن زمانی که می‌خواهیم ارج نهادن به ارزش‌های انسان را در کالبدی بگنجانیم و از این طریق بوستان وجودش را منت گذاریم، شاید هیچ ابزاری به اندازه‌ی قدرت واژه‌های ذهن پویایی بشر، این لحظه‌ها را پر معنا نسازد. وقتی که در روابط انسان‌ها به گفته سپهری «می‌توان یک کوچه را به دست دو سلام فتح کرد» به جرأت می‌توان گفت که: ای باران سبز واژه‌ها که در جدول الفبای زندگی همواره سوار بر دوش جمله‌ها می‌شوید و کویر تشنه دوست را به لرزه درمی‌آورید، این بار نیز به سپاس انسان بودن و حرمت‌های جاودانه، قلم را بر این برگه سفید برقصانید و بنگارید که:

بر خود واجب می‌دانم که از زحمات بی‌شائبه استاد راهنمای محترم جناب آقای دکتر باقر ثنایی دروذهای بی‌پایان خود را ارزانی دارم، بزرگواری که مدال افتخار شاگری ایشان سالهاست بر ذهن جستجوگرمان می‌درخشد. همچنین از رهنمودها و نکات ارزشمندانه استاد مشاور محترم جناب آقای دکتر علی محمد نظری کمال تشکر را داشته و آرزو دارم که علم و معنویت در گستره آرزوهایش همواره جاودانه باد. تشکر و سپاس تنها هدیه‌ای است که به جناب آقای پرفسور جفری یانگ بانی رویکرد طرح‌واره‌درمانی و انستیتوی طرح‌واره‌درمانی در امریکا و همچنین شاخه‌ای اروپایی آن به پاس رهنمودها و ارسال مقالاتی در این راستا، تقدیم نمایم.

از استاد محترم جناب آقای دکتر حسن حمیدپور بعنوان بانی طرح‌واره‌درمانی در کشور بخاطر حضور در کارگاه علمی ایشان (کارگاه طرح‌واره‌درمانی) نهایت سپاس لازم را داشته باشم. از دوست ارجمندم جناب آقای مهدی نامداری پژمان که در مسیر تحلیل داده‌ها و با نهایت خلوص به ما آموختند «زندگی شوری است در بطنش شعور». همچنین بر خود وظیفه می‌دانم از تمامی مسئولین و کارکنان دفتر نهاد رهبری دانشگاه کردستان

تقدیر و سپاس لازم را داشته باشم. از دوستان بزرگم در مرکز مشاوره دانشگاه کردستان و تمامی کارکنان این مرکز و همچنین دروهای بی‌پایان خود را به مشاوران و روان‌درمانگران همکار در مطب خصوصی اینجانب ارزانی میدارم.

باز با پناه بردن به ارزش وجودی واژه‌ها دست مریضاد می‌گویم به پاس تمامی رنج‌ها، مشکلات و تحمل همسفر بودن با من در این مسیر پرپیچ و خم تحصیل، به خانواده محترم خودم، همسر بزرگوار که براستی در زندگی و با هم بودن جمله‌ی [«رفاقت» بهتر از «زن و شوهر» بودن است] را به من آموختند.

از ژیکال عزیز، دخترم که چه زمان‌ها به حضورم نیاز داشت ولی من در دسترس ایشان نبودم، بسیار وجودش را ارج می‌نهم و به او افتخار می‌کنم و قدردانی می‌نمایم از صبرها و تحمل‌های بزرگوارانه‌اش و چه زیباست در وصفش این جمله: «کودکان نه! دانشمندان کوچک». و در پایان نیز بر خود واجب می‌دانم از تمامی دوستانی که در این مسیر ما را یآوری مهربان بودند تقدیر نمایم علی‌الخصوص دوستان ارجمندم جناب آقای دکتر فرشاد محسن‌زاده، دکتر اسدپور، آقای سید طولابی و آقای سنگری که همواره در تنگناها ما را دوستی پایدار و پرمعنا بودند.

عقل و عشق

آنگاه راهبه از نو برخاست و گفت ای پیر روشن ضمیر با ما از ماهیت عقل و عشق سخن بگو.

پیامبر گفت:

روح شما اغلب میدان نبردی است که در آن عقل و منطق با شوق و عشق در جنگ و ستیزند. کاش می‌توانستم در میدان روح شما میانجی باشم و این رقابت و ناهماهنگی را میان قوای قدسی وجودتان به وحدت و آهنگ بدل کنم.

اما چگونه در اینکار توفیق خواهم یافت، مگر آنکه شما خود در این میانه صلح‌آفرین باشید و عاشق همه‌ی ارکان هستی خویش.

و دریابید که عقل لنگر و عشق بادبان کشتی روح شماست.

اگر لنگر یا بادبان کشتی شما بشکند، یا دستخوش امواج و تلاطم دریا خواهید شد و یا در وسط اقیانوسی بی‌حرکت بر جای خواهید ماند.

اگر عقل به تنهایی در وجود شما فرمانروا شود، شما را زندان و زنجیر خواهد بود، و عشق اگر در سایه‌ی عنایت عقل نباشد شعله‌ای است که خود را خاکستر خواهد کرد. پس بگذارید که روح شما عقل را تا عرش عشق تعالی بخشد، تا او نیز بتواند به شادی آواز سر دهد.

و بگذارید روح شما شعله‌ی عشق را با عقل هدایت کند تا عشق با رستاخیز روزانه‌اش هر بامداد همچون ققنوس آتش‌زاد از خاکستر وجود خویش بال به آسمان کشد.

شایسته آن است که منطق و شوق یا عقل و عشق همچون دو مهمان عزیز در خانه‌ی شما با هم زندگی کنند.

بیگمان شما مهمانی را گرمی‌تر از مهمان دیگر نخواهید داشت زیرا، هر کس به یکی از این دو عنایت بیشتر کند، مهر و ایمان هر دو را از دست خواهد داد.

هنگامی که در میان تپه‌ها در سایه‌ی سپیدارها می‌نشینید و در فضای امن و آرامش مزارع و چمنزارهای دوردست سهیم می‌شوید، بگذارید قلب شما در سکوت بگوید که «خداوند بر سریر عقل نشسته است».

و هنگامی که طوفان از راه می‌رسد و بادهای سخت جنگل را می‌لرزاند و رعد و برق از شکوه و عظمت آسمان حکایت می‌کند، بگذارید قلب شما با هیبت و هراس بگوید، «خداوند در طوفان حرکت می‌کند».

و چون شما نیز نسیمی از سپهر خداوندی و برگی از جنگل الهی هستید، باید که در عقل ساکن باشید و در شوق حرکت کنید.

«جبران خلیل جبران»

فهرست مطالب

.....	فصل اول
۱۶.....	مقدمه.....
۲۱.....	بیان مسئله.....
۲۸.....	ضرورت تحقیق.....
۳۷.....	اهداف پژوهش.....
۳۸.....	تعاریف عملیاتی واژه‌ها.....
۴۲.....	فرضیه های پژوهش.....
.....	فصل دوم
۴۴.....	مقدمه.....
۴۵.....	طرح‌حواره‌درمانی.....
۵۰.....	طرح‌حواره از دیدگاه یانگ.....
۵۰.....	خصوصیات طرح‌حواره‌های ناسازگار اولیه.....
۵۲.....	ریشه‌های تحولی طرح‌حواره‌ها.....
۵۴.....	- خلق و خوی هیجانی.....
۵۶.....	انواع طرح‌حواره‌های ناسازگار اولیه.....
۵۶.....	حوزه: بریدگی و طرد.....
۵۸.....	حوزه خودگردانی و عملکرد مختل.....
۵۹.....	حوزه محدودیت‌های مختل.....
۶۰.....	حوزه دیگر جهت‌مندی.....
۶۲.....	حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری.....
۶۶.....	بیولوژی یک طرح‌حواره.....
۶۸.....	سبک‌های مقابله‌ای ناسازگار.....
۶۹.....	تسلیم طرح‌حواره.....
۶۹.....	اجتناب طرح‌حواره.....
۶۹.....	جبران افراطی طرح‌حواره.....
۷۷.....	فرآیند درمان در طرح‌حواره‌درمانی.....
۷۹.....	دلبستگی درمانی.....
۸۰.....	الف) تبیین‌های روان‌کاوی.....

۸۰	۱- زیگموند فروید
۸۲	۲) کارن هورنای
۸۳	۳) آنا فروید
۸۳	۴) ملانی کلاین
۸۵	۵) رنه اشپیتر
۸۶	۶) الفرد آدلر
۸۸	ب) نظریه‌ی یادگیری
۹۰	ج) نظریه‌ی کردارشناسی
۹۱	نظریه دلبستگی
۹۳	مراحل دلبستگی
۹۵	کارکردهای رفتار دلبستگی در نوزادان
۹۶	الگوهای فعال درونی
۹۸	دلبستگی در نوجوانی
۱۰۰	دلبستگی بزرگسال
۱۰۲	تحول دلبستگی بزرگسال
۱۰۳	سبکهای دلبستگی بزرگسال
۱۰۵	فعالیت نظام دلبستگی در بزرگسالان
۱۰۷	نظریه دلبستگی در فرآیند درمان
۱۱۱	تبیین‌های رفتاری در روابط با توجه به سبک‌های دلبستگی
۱۱۳	تفاوت‌های فردی سبک دلبستگی در روابط عاشقانه و رومانتیک
۱۱۴	تعارض زوجین و سبک‌های دلبستگی
۱۱۵	ثبات و پویایی‌های دلبستگی در زوجین
۱۱۶	آیا دلبستگی ایمن می‌تواند افزایش یابد و بر رفتارهای دیگر تأثیر بگذارد؟
۱۱۸	دلبستگی و طرح‌واره‌ها در فرآیند پیشگیری
۱۲۱	طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و روابط آنها با انتخاب همسر
۱۲۲	نقطه تعامل طرح‌واره‌درمانی و دلبستگی‌درمانی
۱۲۴	تحقیقات و پیشینه‌ی پژوهش
۱۲۴	تحقیقات انجام شده در خصوص سبک‌های دلبستگی
۱۳۲	تحقیقات انجام شدن در خصوص طرح‌واره‌درمانی

فصل سوم

۱۴۵	روش تحقیق
۱۴۶	جامعه آماری
۱۴۷	نمونه و روش نمونه گیری
۱۴۸	روش اجرای پژوهش
۱۵۰	متغیرهای پژوهش
۱۵۰	متغیرهای مستقل
۱۵۰	متغیرهای وابسته
۱۵۰	روش های آماری
۱۵۱	ابزار پژوهش
۱۵۱	پرسشنامه طرحواره های ناسازگار اولیه (EMSs)
۱۵۴	اعتبار و پایایی
۱۵۶	پرسشنامه ی سبک دلبستگی بزرگسالان (AAQ)
۱۵۹	روند اجرایی پژوهش
۱۶۰	طرحواره درمانی
۱۶۳	دلبستگی درمانی

فصل پنجم

۲۰۷	خلاصه پژوهش
۲۰۸	بحث و نتیجه گیری
۲۰۸	الف - متغیر طرحواره های ناسازگار اولیه و مؤلفه های آن
۲۱۲	تبیین اثر طرح واره درمانی
۲۲۲	تبیین اثر دلبستگی درمانی
۲۲۷	ب) متغیر سبک های دلبستگی و مؤلفه های آن
۲۲۹	تبیین اثر طرحواره درمانی
۲۳۷	تبیین اثر دلبستگی درمانی
۲۴۴	تبیین ویژگی های جمعیت شناختی
۲۴۶	اعتبار پژوهش
۲۴۵	محدودیت های پژوهش
۲۴۶	پیشنهادات پژوهشی

۲۴۸.....	پیشنهاد کاربردی.....
۲۵۲.....	منابع فارسی.....
۲۶۱.....	منابع لاتین.....
۲۸۳.....	پیوست‌ها.....
۳۰۷.....	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی.....

فهرست جداول

جدول ۱-۲ تفاوت بین طرحواره‌های شرطی و غیرشرطی (یانگ و همکاران ۱۳۸۶).....	۶۵
جدول ۲-۲ مثالهای مقابله‌ای مرتبط با طرحواره‌های خاص (یانگ و همکارانش، ۲۰۰۳؛ به نقل از حمیدپور و اندوز، ۱۳۸۶).....	۷۰
جدول ۲-۳ نمونه‌هایی از پاسخهای مقابله‌ای ناسازگار (یانگ و همکاران، ۱۳۸۶).....	۷۲
جدول ۲-۴ ذهنیت‌های کودکانه (یانگ و همکارانش، ۲۰۰۳).....	۷۴
جدول ۲-۵ ذهنیت‌های مقابله‌ای ناسازگار (یانگ و همکارانش، ۲۰۰۳؛ ص ۲۷۵).....	۷۵
جدول ۲-۶ ذهنیت‌های والد ناکارآمد (یانگ و همکاران ۲۰۰۳).....	۷۵
جدول (۱-۳) نتایج آزمون A برای نمونه‌های همبسته (اجرای اول و دوم به فاصله یک ماه) در اجرای (AAQ1) برای تعیین پایانی.....	۱۵۸
جدول (۲-۳) نمایش اعتبار واگرا توسط ضرایب همبستگی توصیف دلستگی در پرسشنامه دلستگی بزرگسال هازان و شیور (پاکدامن ۱۳۸۰).....	۱۵۹
جدول ۱-۴ توصیف سن ازدواج.....	۱۷۱
جدول ۲-۴ توصیف مدرک تحصیلی.....	۱۷۲
جدول ۳-۴ توصیف طول مدت عقد.....	۱۷۲
جدول ۴-۴ توصیف گذراندن آموزش یا مشاور قبل از ازدواج.....	۱۷۳
جدول ۵-۴ توصیف فرزند طلاق بودن.....	۱۷۳
جدول ۶-۴ نتایج آزمون لوین برای آزمودن همگنی واریانس بین گروهی.....	۱۷۵
جدول ۷-۴ نتایج آزمون همگنی واریانس ها برای درون آزمودنی ها.....	۱۷۶
جدول شماره ۸-۴ آزمون کرویت ماچلی در ماتریس کوواریانس.....	۱۷۷
جدول شماره ۹-۴ اطلاعات توصیفی متغیر طرح واره های ناسازگار اولیه بر حسب گروه‌های آزمایش و کنترل در سه زمان اندازه گیری.....	۱۷۸
جدول شماره ۱۰-۴ نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروه‌های آزمایش و کنترل (طرح آمیخته).....	۱۷۹
جدول ۱۱-۴ نتایج آزمون بونفرونی: مقایسه گروه‌ها در پس آزمون و پیگیری متغیر طرح واره های ناسازگار اولیه.....	۱۸۰
جدول شماره ۱۲-۴ اطلاعات توصیفی متغیر حوزه بریدگی و طرد بر حسب گروه‌های آزمایش و کنترل در سه زمان اندازه گیری.....	۱۸۱
جدول شماره ۱۳-۴ نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروه‌های آزمایش و کنترل (طرح آمیخته).....	۱۸۲
جدول ۱۴-۴ نتایج آزمون بونفرونی: مقایسه گروه‌ها در پس آزمون و پیگیری متغیر طرد و بریدگی.....	۱۸۳
جدول شماره ۱۵-۴: اطلاعات توصیفی متغیر خودگردانی و عملکرد مختل بر حسب گروه‌های آزمایش و کنترل در سه زمان اندازه گیری.....	۱۸۴
جدول شماره ۱۶-۴: نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروه‌های آزمایش و کنترل (طرح آمیخته).....	۱۸۵
جدول ۱۷-۴ نتایج آزمون بونفرونی: مقایسه گروه‌ها در پس آزمون و پیگیری متغیر خودگردانی و عملکرد مختل.....	۱۸۶

- جدول شماره ۱۸-۴ اطلاعات توصیفی متغیر محدودیتهای مختل بر حسب گروههای آزمایش و کنترل در سه زمان اندازه گیری..... ۱۸۷
- جدول شماره ۱۹-۴ نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروههای آزمایش و کنترل (طرح آمیخته) .. ۱۸۸
- جدول ۲۰-۴ نتایج آزمون بونفرونی: مقایسه گروهها در پس آزمون و پیگیری متغیر محدودیتهای مختل..... ۱۸۹
- جدول شماره ۲۱-۴ اطلاعات توصیفی متغیر دیگر جهت مندی بر حسب گروههای آزمایش و کنترل در سه زمان اندازه گیری..... ۱۹۰
- جدول شماره ۲۲-۴ نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروههای آزمایش و کنترل (طرح آمیخته) .. ۱۹۱
- جدول ۲۳-۴ نتایج آزمون بونفرونی: مقایسه گروهها در پس آزمون و پیگیری متغیر محدودیتهای مختل ... ۱۹۲
- جدول شماره ۲۴-۴ اطلاعات توصیفی متغیر گوش به زنگی بیش از حد و بازداری بر حسب گروههای آزمایش و کنترل در سه زمان اندازه گیری..... ۱۹۳
- جدول شماره ۲۵-۴ نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروههای آزمایش و کنترل (طرح آمیخته) .. ۱۹۴
- جدول ۲۶-۴ نتایج آزمون بونفرونی: مقایسه گروهها در پس آزمون و پیگیری متغیر محدودیتهای مختل ... ۱۹۵
- جدول شماره ۲۷-۴ اطلاعات توصیفی متغیر سبک دلبستگی ایمن بر حسب گروههای آزمایش و کنترل در سه زمان اندازه گیری..... ۱۹۶
- جدول شماره ۲۸-۴ نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروههای آزمایش و کنترل (طرح آمیخته) .. ۱۹۷
- جدول ۲۹-۴ نتایج آزمون بونفرونی: مقایسه گروهها در پس آزمون و پیگیری متغیر سبک دلبستگی ایمن .. ۱۹۸
- جدول شماره ۳۰-۴ اطلاعات توصیفی متغیر سبک دلبستگی نایمن بر حسب گروههای آزمایش و کنترل در سه زمان اندازه گیری..... ۱۹۹
- جدول شماره ۳۱-۴ نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروههای آزمایش و کنترل (طرح آمیخته) ... ۲۰۰
- جدول شماره ۳۲-۴ اطلاعات توصیفی متغیر سبک دلبستگی دوسوگرا بر حسب گروههای آزمایش و کنترل در سه زمان اندازه گیری ۲۰۱
- جدول شماره ۳۳-۴ نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروههای آزمایش و کنترل (طرح آمیخته) .. ۲۰۲
- جدول ۳۴-۴ نتایج حاصل از قسمت دوم (AAQ۲) در گروههای طرح وارده درمانی و کنترل بر متغیر سبکهای دلبستگی..... ۲۰۳

فهرست نمودارها و شکل ها

- شکل ۱-۲: مدل طرحواره‌درمانی (بامبر و پریس، ۲۰۰۶)..... ۵۵
- شکل ۳-۲: جامعه کلی، جمعیت آماجی و نمونه (بارکر و همکارانش ۱۹۹۸، ص ۱۷۴)..... ۱۴۶
- شکل ۳-۳ روند اجرای پژوهش ۱۴۹
- نمودار ۱-۴ میانگین های تعامل در گروههای آزمایشی و کنترل را در سه زمان مختلف در مولفه ی طرح واره های ناسازگار اولیه..... ۱۸۰
- نمودار ۲-۴ میانگین های تعامل در گروههای آزمایشی و کنترل را در سه زمان مختلف در مولفه ی طرد و بریدگی ۱۸۳
- نمودار ۳-۴ میانگین های تعامل در گروههای آزمایشی و کنترل را در سه زمان مختلف در مولفه ی خودگردانی و عملکرد مختل ۱۸۳
- نمودار ۴-۴ میانگین های تعامل در گروههای ارمایشی و کنترل را در سه زمان مختلف در مولفه ی محدودیتهای مختل..... ۱۸۶
- نمودار ۵-۴ میانگین های تعامل در گروههای آزمایشی و کنترل را در سه زمان مختلف در مولفه ی دیگر جهت مندی ۱۸۹
- نمودار ۶-۴ میانگین های تعامل در گروههای آزمایشی و کنترل را در سه زمان مختلف در مولفه ی گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ۱۹۲
- نمودار ۷-۴ میانگین های تعامل در گروههای آزمایشی و کنترل را در سه زمان مختلف در مولفه ی سبک دلبستگی ایمن را نشان می دهد..... ۱۹۵
- نمودار ۸-۴ میانگین های تعامل در گروههای آزمایشی و کنترل را در سه زمان مختلف در مولفه سبک های نا ایمن ۱۹۷
- نمودار ۹-۴ میانگین های تعامل در گروههای آزمایشی و کنترل را در سه زمان مختلف در مولفه سبک دلبستگی دوسوگرا ۱۹۹

خلاصه:

خانواده کوچکترین نهاد جامعه و کانون انس آدمیان است. اولین مکانی که بطور طبیعی هر کودک بعد از تولد در آن رشد می‌کند و الفبای زندگی را می‌آموزد. یادگیری‌ها، تجربه‌ها، خاطرات و تعاملات سیستم خانواده با کودک بستر سازشکل‌گیری ساختار شخصیت او خواهد شد. با این نگاه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی نیز در دوره کودکی شکل می‌گیرند و در بزرگسالی هر کدام به نحوه خاصی باورها، رفتارها، نگرش‌ها و عواطف زمان حال را تحت تاثیر خود قرار می‌دهند. زوجها عناصر اولیه‌ی خانواده هستند، بنابراین تعالی در رشد زوجها نیز مستلزم کسب خود آگاهی و خودشناسی آنها از خود و به پیامد آن همسرشان در مراحل آغازین زندگی مشترک می‌باشد. هدف از پژوهش حاضر اثربخشی و مقایسه دو رویکرد طرحواره‌درمانی و دلبستگی‌درمانی بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی می‌باشد. این پژوهش یک تحقیق شبه آزمایشی است که از طرحواره‌های تکرار سنجش استفاده گردیده است. جامعه آماری کلیه دانشجویان دانشگاه کردستان بوده که برای ازدواج دانشجویی در واحد ازدواج دانشجویی دفتر نهاد رهبری آن دانشگاه ثبت‌نام کرده بودند. روش نمونه‌گیری بصورت نمونه‌گیری در دسترس می‌باشد، که ابتدا تمام آزمودنیها (جامعه آماری) ابزارهای پژوهش را تکمیل نموده که از میان آنها تعداد ۶۷ نفر از افرادی نمره پایینی را به دست آوردند. سپس از میان این تعداد بصورت تصادفی ۴۵ نفر از آنها انتخاب گردیدند، این نمونه ۴۵ نفری نیز بصورت گمارش تصادفی در سه گروه موجود در پژوهش یعنی گروه طرحواره‌درمانی، دلبستگی‌درمانی و کنترل هر کدام به تعداد ۱۵ نفر قرار داده شدند. ابزارهای پژوهش عبارتند بودند از: ۱- پرسشنامه ۹۰ سؤالی طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ و ۲- پرسشنامه سبک‌های دلبستگی هازن و شیور. هر کدام از دو گروه طرحواره‌درمانی و دلبستگی‌درمانی بعد از تکمیل پیش‌آزمون در فرآیند ۱۰ جلسه درمان بصورت انفرادی شرکت کردند و بعد از پایان جلسات درمانی از آزمودنیها هر دو گروه آزمایش پس‌آزمون گرفته شد. بعد از سه ماه و در مرحله پی‌گیری آزمودنیها ابزارهای پژوهش را مجدداً تکمیل نمودند. روش تجزیه و تحلیل داده تحلیل واریانس دو عاملی با اندازه‌گیری مکرر با تکرار بر روی یک عامل بود. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که اثربخشی طرحواره‌درمانی و دلبستگی‌درمانی در سطح $P < 0.001$ بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه کلی، پنج حوزه مربوط به آن و سبک دلبستگی ایمن معنادار بوده است. ولی هر دو رویکرد اثر معناداری را بر سبک‌های دلبستگی ناایمن و دوسوگرا نداشتند. در مقایسه اثر بخشی‌های هر دو رویکرد، در اثربخشی بر روی طرحواره‌های ناسازگار اولیه کلی و حوزه‌های خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیتهای مختل، دیگر جهت‌مندی

وگوش به زنگی بیش از حد وبازداری ، طرحواره درمانی موثر تر بود ($P < .001$) ، اما درحوزه
طرد وبریدگی طر حواره های ناسازگار وسبک دلبستگی ایمن ،دلبستگی درمانی موثرتر عمل کرده
است.

واژه‌های کلید: طرح واره درمانی ، طرح واره های ناسازگار اولیه ، دلبستگی درمانی ،سبک

های دلبستگی

فصل اول

کلیات پژوهش

مقدمه

روابط صمیمی با دیگران شاید از مهمترین تجارب زندگی باشد، عاشق شدن، داشتن دوستان خوب، رابطه خوب با والدین و فرزندان برای همه ما نیز اهمیت دارد، اکثر مردم از داشتن رابطه خوب و سالم با دیگران لذت می‌برند و تحقیقات نیز همین امر را ثابت نموده است. کمپل^۱، کارنوس^۲ و رادجرز^۳ (۱۹۷۳) این مسئله را که چه موضوعاتی برای آزمودنی‌ها اهمیت بیشتری دارد مورد بررسی قرار دادند، در بیشتر آزمودنی‌ها، داشتن رابطه خوب، ازدواج و زندگی کامروا بیش از پیشرفت‌های مالی و حرفه‌ای اهمیت داشت (فورگان^۴، ترجمه فیروزبخت و بیگی، ۱۳۷۳).

خانواده یکی از رکن‌های اصلی جامعه به شمار می‌رود دستیابی به جامعه سالم آشکارا در گروه سلامت خانواده و تحقق خانواده‌ای سالم مشروط به برخورداری افراد آن از سلامت روانی و داشتن رابطه‌های مطلوب با یکدیگر است.

از این رو سالم‌سازی اعضای خانواده و رابطه‌هایشان، بی‌گمان اثرهای مثبتی را در جامعه بدنبال خواهد داشت و بطور کلی می‌توان گفت که هر چه افراد سالم (روانی، اجتماعی، زیستی) باشند چون افراد امروز زوجها و سیستم خانواده آتی هستند پس جامعه نیز با حداقل مشکلات خود روند با هم بودن را سپری خواهد کرد.

تازه ازدواج کرده‌ها سوار بر مرکب عشق، دلبستگی رؤیایی جز ازدواج موفق در سر ندارند، اغلب آنها معتقدند که روابط آنان «متفاوت از دیگران است» و عشق عمیق و خوشبختی آنها پشتوانه زندگی مشترک آنان خواهد بود، اما دیر یا زود اغلب زوجها می‌بینند که برای برخورد با مسایل و تضادهایی که بتدریج در زندگی مشترکشان ریشه می‌دواند، از آمادگی لازم بی‌بهره‌اند. به

-
1. Kample
 2. Kcarnus
 3. Radjers
 4. Forgan

تدریج با حقیقت بی‌قراری، نومیدی و دلتنگی آشنا می‌شوند و این در شرایطی است که اغلب نمی‌دانند مشکل آنها در کجاست و از چه سرچشمه می‌گیرد (بک، ترجمه قراچه‌داغی، ۱۳۸۲).

به جرأت می‌توان گفت که ازدواج از گهواره شروع می‌شود و این مهم بیانگر اهمیت دوران کودکی بعنوان تاریخچه طلایی شخصیت در شکل‌گیری باورها، طرحواره‌ها، دلبستگی‌ها و نگرش افراد می‌باشد.

ازدواج به جای اینکه صرفاً پیوند دو نفر با یکدیگر باشد معرف دگرگونی در دو نظام جا افتاده خانوادگی و تکوین یک خرده‌نظام در داخل هر یک از آنهاست، هر یک از زوجها در خانواده اصلی خود مجموعه‌ای از انتظارات، ارزش و باورها را درخصوص تعامل زناشویی و زندگی خانوادگی کسب کرده‌اند که مینوچین، راسمن و بیکر (۱۹۸۷) معتقدند که هر دو مجموعه باید در ازدواج باقی بمانند تا شخص احساس هویت خویش را حفظ کند و این دو الگو به خاطر عدم برخوردها و داشتن زندگی مشترک با یکدیگر ضروری است که کنار بیایند تا بستر جدایی‌های آینده در زندگی زناشویی را فراهم نسازند (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۲۰۰۰).

درمانگران متعدد به اهمیت دوران کودکی و فرآیند شکل‌گیری شخصیت افراد در ابعاد زیستی، روانی، اجتماعی، هیجانی، جنسی، و بین فردی توجه کرده‌اند و این مهم نیز از دیدگاه دو رویکرد طرحواره‌درمانی و دلبستگی‌درمانی بعنوان عواملی زیرساختی در رشد و تکوین شخصیت مورد توجه قرار گرفته است، طرحواره‌های ناسازگار اولیه^۴ و سبک دلبستگی افراد برگرفته از میراث‌های تربیتی - آموزشی ابعاد مختلف در شخصیت افراد است. زوجها نیز در این میان با طرحواره‌ها و سبک دلبستگی^۵ شکل گرفته بسوی تشکیل نهاد خانواده می‌روند. محقق در نظر دارد که با استفاده از دو رویکرد طرحواره‌درمانی و دلبستگی‌درمانی بنا به آسیب‌های موجود در خانواده و جامعه در

-
1. Beliefs
 2. Schemas
 3. attachments
 4. Early maladaptive schemas
 5. Attachment styles