

اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل در افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و ارتقای عملکرد خانواده در زنان دارای اختلافات زناشویی

اکبر عطادخت^۱

استادیار روان‌شناسی دانشگاه محقق اردبیلی

فاطمه جعفریان دهکردی

کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی دانشگاه محقق اردبیلی

سجاد بشرپور

دانشیار روان‌شناسی دانشگاه محقق اردبیلی

محمد نریمانی

استاد روان‌شناسی دانشگاه محقق اردبیلی

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و عملکرد خانواده در زنان دارای اختلافات زناشویی بود. روش این مطالعه، آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری متشکل از همه زنان دارای اختلافات زناشویی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهرستان شهرکرد در نیمه اول سال ۹۳ بودند. از بین این افراد نمونه‌ای با حجم ۴۰ نفر با روش تصادفی ساده انتخاب شده، به طور تصادفی در دو گروه ۲۰ نفری آزمایش و کنترل جایگزین شدند. آزمودنی‌های گروه آزمایش مداخله هشت‌جلسه‌ای آموزش تحلیل رفتار متقابل را دریافت نمودند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه عملکرد خانواده (اپشتاین، بالدوین و بیشاب، ۱۹۸۳) و پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی (دنيس و وندروال، ۲۰۰۹) استفاده شد. داده‌های به‌دست آمده با تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که بین دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون از نظر انعطاف‌پذیری شناختی و عملکردهای خانواده مانند حل مشکل، نقش‌ها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی، کنترل رفتار و کارایی کلی تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ اما از نظر ارتباط تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد.

۱. نویسنده مسئول

آدرس پست الکترونیکی: Atadokht@uma.ac.ir

آدرس پستی: ایران، اردبیل، دانشگاه محقق اردبیلی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، گروه روانشناسی

وصول: ۱۳۹۴/۱۰/۰۱ - پذیرش: ۱۳۹۴/۰۸/۲۰

باتوجه به اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل در افزایش عملکرد کلی خانواده و انعطاف‌پذیری شناختی، احتمالاً استفاده از آن در کاهش میزان نارضایتی زناشویی مؤثر بوده، تعمیم این آموزش به دیگر جنبه‌های زندگی می‌تواند در کاهش مشکلات زوجین و خانواده‌ها کاربرد پیشگیرانه داشته باشد.

واژه‌های کلیدی: تحلیل رفتار متقابل، عملکرد خانواده، انعطاف‌پذیری شناختی.

Effectiveness of Transactional Analysis Training on Cognitive Flexibility and Family Function in Women with Marital Disputes

Atadokht, A., Jafarian Dehkordi, F., Basharpour, S., Narimani, N.

(Received; 22 Dec, 2014-Accepted; 11 Nov, 2015)

Abstract

The purpose of this study was to investigate the effectiveness of transactional analysis on cognitive flexibility and family functioning in women with marital disputes. The method was experimental (pretest - posttest with control group) and statistical population of the study included all the women with marital disputes referring to counseling centers in Shahrekord City at 2014. Using random sampling, 40 women were selected and then using random assignment were divided into experimental and control groups (n=20). The experimental group received eight sessions of transactional analysis training. Finally the participants in both groups were asked to complete Family Assessment Device (Epstein, Baldwin, Bishop, 1983) and Cognitive Flexibility Inventory (Dennis, Vander Wal, 2009). Data were analyzed by covariance analysis. The result showed significant differences between posttest scores of experiment and control groups in cognitive flexibility and most of family functions, namely; problem solving, roles, affective, responsiveness, affective involvement, behavioral control, and general functioning ($p < 0.05$) but the difference in the function of communication was not significant. By attention to the effectiveness of transactional analysis training on family functions and cognitive flexibility, encouraging couples to take part in transactional analysis training workshops could reduce the rate of marital dissatisfaction and improve other aspects of couples' lives.

Keywords: cognitive flexibility, family function, transactional analysis training



مقدمه

خانواده به‌عنوان اصلی‌ترین جزء تشکیل‌دهندهٔ اجتماع از اهمیت بالایی در میان اندیشمندان برخوردار است. دلیل توجه به این کوچک‌ترین رکن اجتماع نقش و تأثیرگذاری آن در جامعه است (موسوی، ۱۳۹۰). خانواده چیزی بیش از مجموعه افرادی است که در یک فضای مادی یا روانی به سر می‌برند و نظامی اجتماعی و طبیعی است که ویژگی‌های خاص خود را دارد. خانواده عبارت است از تعدادی افراد که پیوندهای نسبی، سببی و هم‌خونی داشته باشند (ساروخانی و گودرزی، ۱۳۸۸). خانواده به‌عنوان واحد اساسی رشد شخصی و مکانی برای ایجاد تجاربی است که برای شکل‌گیری شخصیت ضروری هستند (کروالهو، پینتوفریتاس، لوئیسکنر و السون^۱، ۲۰۱۴). خانواده به‌عنوان کوچک‌ترین نهاد اجتماعی، آسیب‌پذیرترین گروه در برابر آسیب‌های اجتماعی است به‌طوری‌که اکثر آسیب‌ها و مشکلات ابتدا در خانواده‌ها بروز پیدا می‌کنند و در صورت پیشگیری نکردن و برخورد ناصحیح با آن‌ها به درون جامعه رسوخ می‌یابد و در این شرایط دشوار دیگر نمی‌توان به راحتی مشکلات و آسیب‌ها را کنترل کرد (رفعت‌جاه و بهرامی، ۱۳۹۰).

عملکرد خانواده، توانایی هماهنگی با تغییرات، حل تضادها و تعارضات، همبستگی بین اعضا و موفقیت در اعمال الگوهای انضباطی، رعایت حد و مرز بین افراد، اجرای مقررات و اصول حاکم بر این نهاد با هدف حفاظت از کل نظام خانواده است (بخشی‌پور، اسدی، کیانی، شیرعلی‌پور و احمددوست، ۱۳۹۱). عملکرد موفق و سالم در خانواده‌هایی با روابط روشن ایجاد می‌شود که نقش‌ها به خوبی تعریف شده‌باشند و دارای انسجام و تنظیم مناسب عواطف باشند. در مقابل آن، عملکرد ضعیف خانواده در خانواده‌هایی با سطوح بالای تعارض، بدتنظیمی و کنترل ضعیف احساسات و رفتار ایجاد می‌شود (لوان دوسکی، پالمو، استینسون، هندلی و چمبرز^۲، ۲۰۱۰).

انعطاف‌پذیری^۳ شناختی یک عملکرد منحصر به‌فرد، صفت بارز یا توانایی شناخت کلی است که به فرد اجازه می‌دهد ایده‌های چندگانه را بپذیرد، به‌طور

1. Carvalho, Pinto Freitas, Leuschner & Olson
2. Lewandowski & Palermo & Stinson & Handley & Chambers
3. Cognitive flexibility

انعطاف پذیر شناختش را تغییر دهد و هنگام تغییرات محیطی الگوهای پاسخ عادی بدهد (زندلی^۱، ۲۰۰۰؛ به نقل از جانکو، ووتریچ و راپته^۲، ۲۰۱۳). به طور کلی، توانایی تغییر مجموعه شناختی برای سازگاری با تغییرات محیطی قسمت اصلی تعریف عملیاتی انعطاف پذیری شناختی است (دنيس و وندروال^۳، ۲۰۰۹).

انعطاف پذیری شناختی یکی از مؤلفه‌های اصلی کارکرد اجرایی است و کارکرد اجرایی برون دادهای رفتار را تنظیم می کند (دنکلا، ۲۰۰۳، به نقل از عبدی، عربانی دانا، حاتمی و پرنده، ۱۳۹۳). سلطانی، شاره، بحرینیان و فرمانی (۱۳۹۲) در پژوهش خود نشان دادند که انعطاف پذیری شناختی با تاب آوری، سبک مقابله‌ای، راهبردهای حل مسئله، جلب حمایت اجتماعی و ارزیابی شناختی همبستگی مثبت دارد؛ هم چنین جانکو، وتریچ و راپته (۲۰۱۴) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که انعطاف پذیری شناختی کم تر، بر توانایی استفاده از بازسازی شناختی که یک راه کاهش پریشانی عاطفی است، تأثیرات منفی می گذارد و انعطاف پذیری شناختی بیش تر به افراد اجازه می دهد بر روش های جایگزین تغییرات شناختی تمرکز بیشتری داشته باشند؛ از طرفی اکبری، خانجانی، پورشریفی، محمود علیلو و عظیمی (۱۳۹۱) در پژوهش خود نشان دادند آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش توانمندی در مهارت های ارتباطی، حل مسأله و اصلاح عملکرد شناختی، رهایی از پیش نویس های ناکارآمد می شود؛ پس در نتیجه، آموزش تحلیل رفتار متقابل با تأثیر بر مهارت های شناختی و حل مسأله می تواند در افزایش انعطاف پذیری شناختی مؤثر واقع شود. کشاورز، مولوی و یارمحمدیان (۱۳۸۷) در پژوهش خود نشان دادند که بین انعطاف پذیری شناختی و شادکامی ارتباط مثبت و معنی داری وجود دارد و آموزش تحلیل رفتار متقابل با افزایش شادکامی می تواند باعث افزایش انعطاف پذیری شناختی هم بشود.

یکی دیگر از عوامل تأثیرگذار در عملکرد خانواده، نحوه ارتباط زوجین با هم دیگر است. ارتباط، سراسر زندگی انسان را دربر گرفته است و انسان به کمک ارتباط

1. Rende
2. Johnco, Wuthrich & Rappee
3. Dennis & VanderWal



زنده مانده، رشد و تکامل می‌یابد و سعادت و خوشبختی وی تا حدود زیادی به چگونگی رابطه او با دیگران بستگی دارد. در این بین، ارتباط زناشویی به‌عنوان طولانی‌ترین و عمیق‌ترین نوع ارتباط همواره مورد توجه بوده است؛ زیرا ازدواج رضایت‌بخش برای سلامت جسمی و روانی همسران بسیار مفید است (سیاوشی و نوابی‌نژاد، ۱۳۸۷). ارتباط روشن و مؤثر، سنگ‌بنای خانواده سالم و موفق بوده و موجب رشد احساسات و ارزش‌ها می‌شود. به عبارتی دیگر، وقتی اعضای خانواده‌ای از الگوهای ارتباطی مؤثر استفاده می‌کنند، انتقال و درک واضحی از محتوا و قصد هر پیامی دارند، نیازهای روانی اعضای خانواده را ارضا می‌کنند و ارتباط و شرکت در اجتماع را تداوم می‌بخشند. نوع نظام خانواده و الگوهای ارتباطی آن، بر اعضای خانواده تأثیری بسزا دارد؛ زیرا شخصیت، یادگیری، اعتماد به نفس، قدرت انتخاب و تصمیم‌گیری منطقی افراد خانواده، همه، به نوع اطلاعات و نحوه انتقال آن بین اعضای آن وابسته است (اولیور و میلر^۱، ۱۹۹۴؛ به نقل از غلامزاده، عطاری و شفیع‌آبادی، ۱۳۸۸). به دلیل اهمیت الگوی پیچیده ارتباطی و نظر به این که زن و شوهر معمار نظام خانواده هستند، چگونگی ارتباط آن‌ها بر سلامت فردی، رضایت آن‌ها از زندگی و شیوه برخورد آن‌ها با فرزندانشان تأثیری شایان توجه دارد (اشنیوند^۲، ۱۹۹۴). بنابراین، راهکارهای ارتقای ارتباط باید مورد توجه ویژه و بیش‌تر قرار گیرند.

یکی از راهکارهای ارتقای ارتباطات زوجین که در افزایش انعطاف‌پذیری کلی زوجین و هم‌چنین انعطاف‌پذیری شناختی می‌تواند مؤثر واقع شود، آموزش تحلیل رفتار متقابل^۳ است. تحلیل رفتار متقابل یکی از نظریاتی است که به روابط بین‌فردی، فرایند حوادث زندگی و واکنش‌های متقابل افراد توجه بسیار داشته و در زمینه مسایل بین‌فردی راهکارهای کاربردی ارائه داده است و در نتیجه، می‌تواند مفید باشد. در واقع، تحلیل رفتار متقابل اصولاً نظریه‌ای است مبتنی بر این تصور که بخش عمده‌ای از عمر در تبادلهای و تعامل‌های بین‌فردی می‌گذرد (اکبری و همکاران، ۱۳۹۱). اریک برن در نظریه «تحلیل

1. Oliver & Miller
2. Scheneewind
3. transactional analysis training

رفتار متقابل» معتقد است شخصیت انسان از سه قسمت تشکیل شده است که شامل والد، بالغ و کودک می‌شود. برای این که شخصیت سالم و متعادلی داشته باشیم، به هر سه حالت خود نیاز داریم. هدف از تحلیل رفتار متقابل آن است که بالغ را از خواست‌ها و تأثیرات نامطلوب والد و کودک آزاد کند و بدان وسیله تغییرات رفتاری مطلوب در فرد به وجود آورد. به عبارت دیگر، هدف این است که فرد به خودشناسی نایل آید تا بداند که در مواجهه با محیط، چگونه عمل کند و بتواند بالغ را همواره در ارتباطات خویش حاکم سازد (هریس، ۱۹۶۸).

اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر کاهش تعارضات در چندین پژوهش بررسی و تأیید شده است که از آن جمله می‌توان به مطالعه حیدری، ثنایی‌ذاکر، نوابی نژاد و دلاور (۱۳۸۸) مبنی بر اثربخشی گفت‌وگوی مؤثر (برنامه ارتباط زوج‌ها CCP) بر کاهش تعارضات زناشویی؛ مطالعه بهاری، فاتحی‌زاده، احمدی، مولوی و بهرامی (۱۳۹۰) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت ارتباط همسران بر کاهش میزان تعارضات زوج‌های متقاضی طلاق؛ مطالعه غلامزاده و هم‌کاران (۱۳۸۸) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی در کارایی خانواده اشاره کرد. تحلیل رفتار متقابل، نظریه‌ای شخصیتی و روشی منظم برای روان‌درمانی به منظور رشد و تغییرات شخصی است (صادقی، احمدی، بهرامی، اعتمادی و پورسید، ۱۳۹۲) که در فعالیتهای عملی و حرفه‌ای در روان‌درمانی، مشاوره، آموزش و مشاوره سازمانی نقش دارد و در سال ۱۹۵۰ توسط اریک برن ارائه شده است (استاینر^۱، ۲۰۰۵؛ به نقل از کیوکور و پیرویوت^۲، ۲۰۱۲). آشنایی با تحلیل رفتار متقابل به فرد کمک می‌کند تا خود را بهتر درک کرده، به وضوح ببیند که چگونه با دیگران تعامل دارد. یکی از خصوصیات تحلیل رفتار متقابل نسبت به دیگر درمان‌ها ایجاد این باور در فرد است که وی صرف‌نظر از گذشته، مسئول آینده خود است. بسیاری از مردم، از تحلیل رفتار متقابل برای تغییر الگوهای خود استفاده می‌کنند (سولومون^۳، ۲۰۰۳).

1. Steiner
2. Ciucur & Privut
3. Solomon



اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر روابط بین فردی و کاهش تعارضات در چندین پژوهش بررسی شده است که از آن جمله می‌توان به مطالعه کیوکور (۲۰۱۲) مبنی بر اثربخشی روان‌درمانی گروهی تحلیل رفتار متقابل در بهبود کیفیت زندگی و افزایش پیشرفت و استقلال فردی؛ مطالعه صادقی و همکاران (۱۳۹۲) مبنی بر اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر بهبود سبک‌های عشق‌ورزی زوجین؛ مطالعه امینی، امینی و حسینیان (۱۳۹۲) مبنی بر اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر کاهش تعارضات زناشویی؛ مطالعه اکبری و همکاران (۱۳۹۱) مبنی بر اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر رضایتمندی، سازگاری زناشویی، احساس مثبت زن و شوهر و کاهش بی‌ثباتی ازدواج؛ مطالعه سودانی، مهرابی‌زاده هنرمند و سلطانی (۱۳۹۱) مبنی بر اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش عملکرد زوج‌های ناسازگار؛ مطالعه سلامت، زمانی و الهیاری (۱۳۸۶) مبنی بر اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل در کاهش تعارضات زناشویی و بهبود روش انتقاد همسران؛ مطالعه ترکان، کلانتری و مولوی (۱۳۸۵) مبنی بر اثربخشی روان‌درمانی گروهی تحلیل رفتار متقابل در افزایش رضایت زناشویی زوجین و مطالعه نژادنادری، دره‌گردیا و دیوسالار (۲۰۱۳) اشاره کرد که نشان دادند که آموزش تحلیل رفتار متقابل اثر مثبتی بر روابط خانواده، هیجان و سازگاری اجتماعی دارد.

مطالعات انجام‌شده، علی‌رغم تأیید اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل در بهبود وضعیت ارتباطی زوجین، به اثربخشی این مداخله در بهبود کارکرد خانواده و مخصوصاً در ارتقای انعطاف‌پذیری شناختی توجه نداشته‌اند و در این زمینه خلأ پژوهشی قابل توجهی دیده می‌شود. بنابراین این مطالعه با فرض اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل در افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و ارتقای عملکرد خانواده درصدد پاسخگویی به این سؤال انجام گرفت که آیا آموزش تحلیل رفتار متقابل بر بهبود عملکرد خانواده و افزایش انعطاف‌پذیری شناختی زنان دارای اختلافات زناشویی تأثیری دارد؟

روش

روش این مطالعه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود که در آن آموزش تحلیل رفتار متقابل به عنوان متغیر مستقل و انعطاف پذیری شناختی و عملکرد خانواده به عنوان متغیرهای وابسته بودند.

جامعه‌ی آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه آماری این پژوهش شامل همه زنان دارای اختلاف زناشویی، با سن ۲۰ تا ۵۰ سال و باسواد شهرستان شهرکرد بودند که در نیمه اول سال ۹۳، به دلیل مشکلات خانوادگی به مراکز مشاوره سطح شهر و سازمان بهزیستی مراجعه کرده بودند. بعد از هماهنگی و مراجعه به مراکز مشاوره موجود در سطح شهر و سازمان بهزیستی، تعداد ۴۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب و سپس در دو گروه ۲۰ نفری (گروه آموزش تحلیل رفتار متقابل و گروه کنترل) جایگزین شدند.

ابزار:

ابزار سنجش خانواده (FAD):^۱ این آزمون که توسط اپشتاین و همکاران در سال ۱۹۸۳ برای سنجش عملکرد خانواده براساس الگوی مک‌مستر ساخته شده، شامل ۶۰ سؤال چهار گزینه‌ای است و شش بعد از عملکرد خانواده را می‌سنجد. این ابعاد عبارتند از: حل مشکل، ارتباط، نقش‌ها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی و کنترل رفتار. ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس و خرده‌مقیاس‌ها در پژوهش از ۰/۳۸ تا ۰/۹۲ گزارش شده و از روایی هم‌زمان و پیش‌بین نسبتاً خوبی برخوردار است. این ابزار در یک مطالعه مستقل بر ۱۷۸ زوج حدوداً ۶۰ ساله با مقیاس رضایت زناشویی لاک - والاس همبستگی متوسط داشت و قدرت نسبتاً خوبی برای پیش‌بینی نمرات مقیاس روحیه سالمندی فیلادلفیا نشان داده است. به علاوه، این ابزار قدرت متمایز سازی اعضای خانواده‌های بالینی و خانواده‌های غیر بالینی را داراست؛ بنابراین در هفت خرده‌مقیاس خود دارای روایی مناسبی برای گروه‌ها شناخته شده است (ثنایی، علاقبند، فلاحتی و هومن، ۱۳۸۷). مقدار آلفای کرونباخ به دست آمده در مقیاس عملکرد خانواده در این پژوهش برابر ۰/۷۸



محاسبه شده که نشان از پایایی مناسب ابزار دارد. روایی پرسشنامه نیز توسط استادان و متخصصان تأیید شد.

پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی (CFI): این پرسشنامه توسط دنیس و وندروال در سال ۲۰۰۹ ساخته شده است؛ یک ابزار خودگزارشی کوتاه ۲۰ سؤالی است و برای سنجش نوعی از انعطاف‌پذیری شناختی که در موفقیت فرد برای چالش و جایگزینی افکار ناکارآمد با افکار کارآمدتر لازم است، به کار می‌رود. شیوه نمره‌گذاری آن براساس یک مقیاس هفت‌درجه‌ای لیکرتی است و تلاش می‌کند تا سه جنبه از انعطاف‌پذیری شناختی را بسنجد: الف. میل به درک موقعیت‌های سخت به عنوان موقعیت‌های کنترل‌پذیر؛ ب. توانایی درک چندین توجه جایگزین برای رویدادهای زندگی و رفتار انسان‌ها؛ و ج. توانایی ایجاد چندین راه‌حل جایگزین برای موقعیت‌های سخت. دنیس و وندروال در پژوهشی نشان دادند که این پرسشنامه از ساختار عاملی، روایی همگرا و روایی هم‌زمان مناسبی برخوردار است. ضریب بازآزمایی کل مقیاس را ۰/۷۱ و ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس را ۰/۹۰ گزارش نموده‌اند (سلطانی و همکاران، ۱۳۹۲). مقدار آلفای کرونباخ به دست آمده در مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی این پژوهش برابر با ۰/۸۳ محاسبه شده که نشان از پایایی مناسب ابزار دارد. روایی پرسشنامه نیز توسط استادان و متخصصان تأیید شد.

برای گروه آزمایش، آموزش تحلیل رفتار متقابل در هشت جلسه به صورت گروهی (کافی، ملازاده اسفنجانی، نوری و صالحی، ۱۳۹۰) به شرح جدول یک اجرا شد.

جدول ۱. دستورالعمل اجرای آموزش تحلیل رفتار متقابل

جلسه اول	معارفه، بیان اهداف پژوهش، قوانین گروه، مسئولیت اعضای گروه، توضیحات کلی درباره تحلیل رفتار متقابل و کاربرد آن، اجرای پیش‌آزمون.
جلسه دوم	تحلیل کنشی حالت کودک، بالغ، والد، دادن تکلیف به آزمودنی‌ها درباره ترسیم نمودار حالات نفسانی خود یا اگوگرام، بیان ویژگی‌های کودک مطیع و کودک طبعی، والد کنترل‌کننده و والد حمایت‌کننده، تقویت بالغ.

1. Cognitive flexibility inventory

جلسه سوم	تعریف رابطه متقابل، رابطه متقابل موازی، رابطه متقابل متقاطع، قوانین ایجاد رابطه، تکلیف به آزمودنی‌ها برای تشخیص هریک از انواع رابطه متقابل.
جلسه چهارم	تعریف نوازش، نوازش کلامی/غیر کلامی، مثبت/منفی، شرطی/ غیر شرطی، بحث درباره روش‌های به دست آوردن نوازش و ارائه تکالیف مربوط به آن به آزمودنی‌ها.
جلسه پنجم	تشخیص تبادل‌های پنهانی، روابط مماسی/روابط مسدودکننده، بحث و تشخیص تبادل‌های پنهانی توسط آزمودنی‌ها.
جلسه ششم	چگونه بالغ فعال‌تری داشته باشیم، سازمان‌دهی زمان، تکلیف آزمودنی‌ها.
جلسه هفتم	توضیحات بیشتر درباره بازی‌های روانی، بیان وضعیت‌های زندگی، خنثی‌کنندگان والد و دادن تکلیف به آزمودنی‌ها درباره تشخیص روش‌های خنثی کردن والد طرف مقابل.
جلسه هشتم	جمع بندی و مرور مطالب با تأکید بر به کارگیری بالغ برای بهبود روابط و وضعیت زندگی، تصمیم‌گیری مجدد برای ادامه زندگی، آماده‌شدن برای وداع با گروه، اجرای پس‌آزمون.

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها: روش آماری به کار گرفته شده در این پژوهش، در زمینه آمار توصیفی میانگین و انحراف معیار بود و برای آزمون فرضیه‌ها از تحلیل کواریانس استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند.

یافته‌ها

تعداد ۴۰ نفر از زنان دارای مشکلات زناشویی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره در دو گروه آموزش تحلیل رفتار متقابل و کنترل مطالعه شدند که بین میانگین و انحراف معیار سنی و سابقه ازدواج آزمودنی‌ها در گروه آزمایش و گروه کنترل تفاوت محسوسی مشاهده نشد. از لحاظ تحصیلات نیز در گروه آزمایش دو نفر زیر دیپلم، هشت نفر دیپلم و ۱۰ نفر نیز تحصیلات لیسانس و بالاتر داشتند. در گروه کنترل نیز یک نفر تحصیلات زیر دیپلم، هشت نفر دیپلم و ۱۱ نفر نیز تحصیلات لیسانس و بالاتر داشتند.



جدول ۲. میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون مؤلفه‌های انعطاف‌پذیری شناختی به تفکیک گروه کنترل و آزمایش

گروه کنترل				گروه آزمایش				متغیرها
پس‌آزمون		پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیش‌آزمون		
SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	
۵/۱۶۱	۳۹	۴/۷۶۳	۳۸/۰۵	۷/۳۶۳	۵۹	۱۱/۸۱۲	۴۷/۹۵	ادراک گزینه‌های مختلف
۵/۷۲۷	۲۷/۲۰	۵/۷۳۴	۲۷/۴۰	۵/۱۳۹	۳۷/۷۵	۸/۰۲۸	۳۰/۳۵	ادراک کنترل‌پذیری
۲/۳۹۵	۶/۹۵	۲/۱۸۸	۷/۰۵	۲/۹۳۱	۱۰/۲۰	۳/۳۰۰	۷/۴۵	ادراک توجه رفتار
۸/۹۲۲	۷۳/۱۵	۸/۵۶۲	۷۲/۵۰	۱۲/۱۴۶	۱۰۶/۹۵	۱۵/۴۹۲	۸۵/۷۵	انعطاف‌پذیری شناختی

جدول دو نشان می‌دهد که میانگین نمرات انعطاف‌پذیری شناختی در گروه آزمایش از ۸۵/۷۵ به ۱۰۶/۹۵ افزایش یافته در حالی که در گروه کنترل تفاوت محسوسی بین میانگین نمرات انعطاف‌پذیری شناختی در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون دیده نمی‌شود.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون مؤلفه‌های عملکرد خانواده به تفکیک گروه کنترل و آزمایش

گروه کنترل				گروه آزمایش				متغیرها
پس‌آزمون		پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیش‌آزمون		
SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	
۲/۴۵۲	۱۵/۷۰	۲/۴۵۲	۱۵/۷۰	۱/۵۱۷	۱۱/۷۵	۲/۶۶۵	۱۵/۰۵	حل مشکل
۲/۵۱۱	۱۶/۲۵	۲/۷۹۳	۱۶/۷۰	۳/۰۵۴	۱۵/۲۰	۲/۷۸۱	۱۶/۹۵	ارتباط
۳/۲۴۹	۲۳/۶۵	۳/۰۷۶	۲۳/۹۰	۲/۲۷۷	۲۰/۶۵	۲/۴۶۰	۲۲/۵۰	نقش‌ها
۳/۳۰۱	۱۹/۵۰	۳/۱۲۲	۱۹/۸۰	۲/۳۰۰	۱۶/۶۵	۲/۶۰۱	۱۸/۳۵	همراهی عاطفی
۳/۳۲۳	۲۵/۲۵	۳/۴۹۲	۲۵/۷۵	۴/۰۰۸	۱۹/۸۰	۳/۱۳۷	۲۳/۰۵	آمیختگی عاطفی
۲/۵۰۱	۲۳/۶۰	۲/۳۰۰	۲۳/۳۵	۲/۵۶۰	۲۰/۱۵	۳/۵۵۸	۲۳/۳۵	کنترل رفتار
۳/۱۶۰	۳۸/۷۵	۳/۰۴۸	۳۷/۶۵	۳/۲۸۴	۲۷/۵۵	۴/۰۴۳	۳۳/۱۵	عملکرد کلی
۸/۸۲۰	۱۶۲/۷۰	۹/۶۵۹	۱۶۲/۸۵	۱۰/۱۴۰	۱۳۱/۷۵	۱۰/۴۸۰	۱۵۲/۴۰	عملکرد خانواده

مندرجات جدول سه نشان می‌دهد که میانگین نمرات عملکردهای خانواده در گروه آزمایش از ۱۵۲/۴۰ به ۱۳۱/۷۵ کاهش یافته در حالی که در گروه کنترل تفاوت محسوسی بین میانگین نمرات عملکردهای خانواده در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون

دیده نمی شود. در مؤلفه های عملکرد خانواده نیز همین تغییرات با شدت و ضعف بالا و پایین دیده می شود.

جدول ۴. تحلیل کواریانس نمرات پس آزمون مؤلفه های انعطاف پذیری شناختی آزمودنی های گروه کنترل و آزمایش با کنترل اثر پیش آزمون

گروه			اثر پیش آزمون		همگنی خطای واریانس		متغیرها
χ^2	P	F	P	F	p	F	
۰/۶۹۹	<۰/۰۰۱	۸۵/۷۹۵	<۰/۰۰۱	۴۰/۸۴۴	۰/۲۹۹	۱/۱۰۹	ادراک گزینه های مختلف
۰/۶۴۵	<۰/۰۰۱	۶۷/۳۳۶	<۰/۰۰۱	۶۷/۸۰۳	۰/۲۱۳	۱/۶۰۸	ادراک کنترل پذیری
۰/۴۲۲	<۰/۰۰۱	۲۷/۰۵۱	<۰/۰۰۱	۴۷/۲۶۷	۰/۰۷۲	۳/۴۱۳	ادراک توجه رفتار
۰/۷۳۴	<۰/۰۰۱	۱۰۲/۱۳۹	<۰/۰۰۱	۵۳/۳۸۵	۰/۲۴۳	۱/۴۰۹	انعطاف پذیری شناختی

نتایج تحلیل کواریانس جدول چهار نشان می دهد که تفاوت آماری معنی داری بین میانگین نمرات دو گروه کنترل و آزمایش در ابعاد ادراک گزینه های مختلف، ادراک کنترل پذیری، ادراک توجه رفتار و هم چنین نمره کل آزمون انعطاف پذیری شناختی وجود دارد ($P < ۰/۰۰۱$). سطح معنی داری به دست آمده از تحلیل همگنی خطای واریانس ($P > ۰/۰۵$) حاکی از رعایت پیش فرض همگنی خطای واریانس بین گروه هاست و مشکلی برای استفاده از آزمون پارامتریک وجود ندارد.

جدول ۵. تحلیل کواریانس نمرات پس آزمون مؤلفه های عملکرد خانواده آزمودنی های گروه کنترل و آزمایش با کنترل اثر پیش آزمون

گروه			اثر پیش آزمون		همگنی خطای واریانس		متغیرها
χ^2	p	F	p	F	p	F	
۰/۵۸۱	<۰/۰۰۱	۵۱/۳۳۱	<۰/۰۰۱	۲۶/۰۰۷	۰/۵۴۹	۰/۳۶۵	حل مشکل
۰/۰۶۱	۰/۱۳۱	۲/۳۸۶	۰/۰۰۱	۱۳/۸۹۸	۰/۰۳۴	۴/۸۲۶	ارتباط
۰/۰۶۱	۰/۰۰۵	۸/۹۵۰	<۰/۰۰۱	۳۱/۱۷۵	۰/۱۰۷	۲/۷۲۴	نقش ها
۰/۱۶۷	۰/۰۱۰	۷/۴۴۴	<۰/۰۰۱	۳۳/۶۹۱	۰/۹۱۴	۰/۰۱۲	همراهی عاطفی
۰/۳۱۴	<۰/۰۰۱	۱۶/۹۴۱	<۰/۰۰۱	۷۸/۰۴۷	۰/۱۰۰	۲/۸۴۶	آمیختگی عاطفی



۰/۵۱۳	<۰/۰۰۱	۳۸/۹۲۶	<۰/۰۰۱	۴۲/۵۸۴	۰/۲۴۵	۱/۳۹۴	کنترل رفتار
۰/۶۷۱	<۰/۰۰۱	۷۵/۵۹۰	<۰/۰۰۱	۱۴/۶۶۴	۰/۳۵۸	۰/۸۶۷	عملکرد کلی
۰/۷۱۳	<۰/۰۰۱	۹۲/۱۰۱	<۰/۰۰۱	۳۲/۰۳۲	۰/۲۱	۵/۸۱۲	عملکرد خانواده

نتایج تحلیل کوواریانس جدول ۵ نشان می‌دهد که تفاوت آماری معنی‌داری بین میانگین نمرات دو گروه کنترل و آزمایش در ابعاد حل مشکل ($P < ۰/۰۰۱$)، نقش‌ها ($P = ۰/۰۰۵$)، همراهی عاطفی ($P = ۰/۰۱۰$)، آمیختگی عاطفی ($P < ۰/۰۰۱$)، کنترل رفتار ($P < ۰/۰۰۱$)، عملکرد کلی ($P < ۰/۰۰۱$) و هم‌چنین نمره کل آزمون عملکرد خانواده ($P < ۰/۰۰۱$) وجود دارد؛ اما بین میانگین دو گروه آزمایش و کنترل در بعد ارتباط، تفاوت معنی‌داری وجود ندارد ($P > ۰/۰۵$). سطوح معنی‌داری به‌دست آمده از تحلیل همگنی خطای واریانس ($P > ۰/۰۵$) حاکی از رعایت پیش‌فرض همگنی خطای واریانس بین گروه‌ها در همه مؤلفه‌ها به جز مؤلفه ارتباط است و مشکلی برای استفاده از آزمون پارامتریک وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این مطالعه، بررسی اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل به شیوه گروهی بر افزایش انعطاف‌پذیری شناختی زنان و ارتقای عملکرد خانواده بود. نتایج نشان داد که آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث ارتقای عملکرد خانواده و حیطه‌های آن (حل مشکل، نقش‌ها، آمیزش عاطفی، همراهی عاطفی، کنترل رفتار و عملکرد کلی) و افزایش انعطاف‌پذیری شناختی زنان و حیطه‌های آن (ادراک گزینه‌های مختلف، ادراک کنترل رفتار و ادراک توجیه رفتار) در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است؛ اما در بعد ارتباط تفاوت معنی‌داری بین گروه آزمایش و کنترل مشاهده نشد.

یافته‌های حاصل درباره ارتقای عملکرد خانواده با پژوهش انجام‌شده توسط سلطانی و همکاران (۲۰۱۲) که به این نتیجه رسیدند که آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش عملکرد خانواده و حیطه‌های آن در زوج‌های پریشان می‌شود و هم‌چنین سودانی و همکاران (۱۳۹۱) که بیان می‌کنند آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث بهبود عملکرد

خانواده و حیطه‌های آن می‌شود، همسو است. در واقع آموزش تحلیل رفتار متقابل به زوجین کمک می‌کند درک واضحی از محتوا و قصد هر پیامی داشته باشند، نیازهای روانی اعضای خانواده را ارضا کنند و ارتباط و شرکت در اجتماع را تداوم بخشند.

نتایج حاصل درباره‌ی اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش مهارت حل مشکل با پژوهش کیوکور (۲۰۱۳) که نشان داد آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش همدلی، خلاقیت، سطح تحمل و همچنین پژوهش سلامت و همکاران (۱۳۸۶) که بیان می‌کند آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث کاهش تعارضات زناشویی و بهبود روش‌های گفت‌وگوی همسران برای حل مشکل می‌شود، همسو است. زوجین در اثر آموزش تحلیل رفتار متقابل یاد می‌گیرند وقتی مشکلی بین آن‌ها پیش می‌آید، «من بالغ» خود را درگیر کنند و به دنبال حل مسأله برآیند که این خود باعث کاهش تعارضات زناشویی می‌شود.

نتایج حاصل درباره‌ی بهبود نیافتن ارتباط زوجها با پژوهش کافی و همکاران (۱۳۹۰) که نشان دادند آموزش تحلیل رفتار متقابل در سازگاری زناشویی اثربخش نبود، همسو و با پژوهش‌های نژادنادری و همکاران (۲۰۱۳) مبنی بر اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش روابط خانواده و سازگاری اجتماعی متناقض است.

نتایج به دست آمده در خصوص کارایی نقش‌های زوجین با یافته‌های گودرزی (۱۳۸۶) که نشان داد مشاوره‌ی گروهی و ارتباطی بر روی زوج‌های ناکارآمد باعث افزایش نقش‌های زوج‌ها می‌شود و همچنین پژوهش امینی و همکاران (۱۳۹۲) که نشان دادند آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث کاهش تعارضات زناشویی، افزایش همکاری زوجین، بهبود روابط جنسی و افزایش ارتباط با خویشاوندان همسر می‌شود، همسو است. با آموزش تحلیل رفتار متقابل افراد می‌آموزند در زمان‌های مختلف، با توجه به نقش‌هایی که می‌گیرند، از حالات نفسانی مختلف استفاده کنند و آگاه باشند در زندگی زناشویی خود در کدام یک از جایگاه‌های نمایش‌نامه‌ی زندگی قرار دارند و به جایگاه «تو خوب هستی، من خوب هستم» برسند که در نهایت باعث افزایش کارایی نقش زوجین و کاهش تعارضات زناشویی می‌شود.



نتایج به دست آمده درباره افزایش آمیزش عاطفی و همراهی عاطفی گروه آزمایش با پژوهش صادقی و همکاران (۱۳۹۲) که نشان دادند آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث بهبود سبک‌های عشق‌ورزی زوجین می‌شود و هم‌چنین پژوهش اکبری و همکاران (۱۳۹۱) که نشان دادند آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش سازگاری زناشویی، احساسات مثبت زن و شوهر، رضایت زناشویی، صمیمیت زوج‌ها و کاهش بی‌ثباتی ازدواج می‌شود، همسو است. در اثر آموزش، ارتباط والد و کودک زیر نظر بالغ افزایش می‌یابد و افراد شناخت بیشتری نسبت به یک‌دیگر و حالات نفسانی یک‌دیگر پیدا می‌کنند که این امر باعث آمیزش عاطفی زوجین می‌شود. نوازش و صمیمیت آموزش داده شده باعث افزایش علاقه و احساس صمیمیت می‌شود که باعث می‌شود زوج‌ها رابطه بی‌ریا و نزدیکی باهم داشته باشند و در نتیجه به افزایش همراهی عاطفی منجر می‌شود.

از دیگر نتایج آموزش تحلیل رفتار متقابل، افزایش کنترل رفتار گروه آزمایش است که با تحقیق کاظمی و همکاران (۱۳۹۱) که نشان دادند آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث تجدیدنظر در تعصبات و پیش‌داوری‌ها و کنترل تکانشگری والدین می‌شود هماهنگ است. در اثر آموزش تحلیل رفتار متقابل «من بالغ» پرورش پیدا می‌کند و انسان موقعیت‌های مختلف را ارزیابی می‌کند و بعد رفتار می‌کند که باعث می‌شود کنترل بیشتری بر رفتار خودش داشته باشد.

هم‌چنین یافته‌های به دست آمده درباره افزایش عملکرد کلی با پژوهش ترکان و همکاران (۱۳۸۵) که بیان کردند آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش توانمندی زوج‌ها در مهارت‌های ارتباطی و ایجاد نیت و انگیزه‌های مثبت نسبت به یک‌دیگر، بهبود مهارت‌های حل مسئله و مهارتمندی هیجانی، اصلاح عملکردهای شناختی و افزایش خودافشاسازی و صمیمیت و در عین حال افزایش تفرد و تحقق خویشتن و کمک به افراد برای رسیدن به استقلال و خودپیروی و رها شدن از الگوهای مخرب برای برقراری ارتباط می‌شود، همسو است. آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث می‌شود زوجین یک‌دیگر را بهتر درک کنند و تعارضات را حل کنند و ارتباط بهتری باهم داشته باشند.

در نهایت، آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و حیطه‌های آن می‌شود که این یافته‌ها با پژوهش اکبری و همکاران (۱۳۹۱) که نشان دادند آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش توانمندی در مهارت‌های ارتباطی، حل مسأله و اصلاح عملکرد شناختی، رهایی از پیش‌نویس‌های ناکارآمد و افزایش خودمختاری و مسئولیت‌پذیری می‌شود و پژوهش مؤمنی‌جاوید، نادری، ابراهیمی، مدنی و کریمی‌نژاد (۲۰۱۴) مبنی بر اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر سلامت روان زنان متأهل و بهبود روابط آن‌ها، همسو است. هم‌چنین، پژوهش حاضر با تحقیق فتوحی‌بناب، حسینی‌نسب و هاشمی (۱۳۹۰) که بیان کردند آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش خودشناسی زوج‌های ناسازگار و درک زوج‌ها از یکدیگر می‌شود، هماهنگ است. آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث می‌شود فرد حالات نفسانی خود و همسرش را بهتر بشناسد و بهتر بتواند شرایط را درک کند و در مواجهه با موقعیت‌های مختلف به بهترین شکل رفتار کند و پاسخ بدهد. در واقع، آموزش تحلیل رفتار متقابل به زوجین کمک می‌کند تا پیام‌های خود را صریح‌تر انتقال دهند و به درک بیش‌تری از یکدیگر نایل آیند و تمرین اصولی آن باعث می‌شود تا زوجین این عادات را به گنجینه رفتاری خود اضافه کنند و در موقعیت‌های مشکل‌ساز و تعارض بین زوجین به‌جای استفاده از رفتارهای تشنج‌زا مانند انتقاد بی‌جا، سرزنش، طعنه و کنایه، زخم‌زبان و غیره با بهره‌گیری از بهبود شناخت نسبت به همسر و موقعیت موجود و به‌کارگیری انعطاف‌پذیری شناختی از شیوه‌های سازنده استفاده کنند.

به طور خلاصه، با توجه به نتایج پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت که آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش حل مشکل، ارتباط، نقش‌ها، آمیزش عاطفی، همراهی عاطفی، کنترل رفتار و عملکرد کلی و درکل عملکرد زوج‌ها از یک سو و افزایش ادراک گزینه‌های مختلف، ادراک کنترل رفتار، ادراک توجیه رفتار از سوی دیگر می‌شود که از تعارضات و اختلافات زوجین جلوگیری می‌کند. هم‌چنین، این امر باعث می‌شود زوجین با یادگیری اصول آموزش داده‌شده آن را به دیگر مسایل زندگی تعمیم دهند و در مواقع مختلف و برخورد با افراد مختلف از آن‌ها استفاده کنند.



انجام این مطالعه با برخی محدودیت‌ها همراه بود که از آن بین می‌توان به اجرای جلسات آموزش توسط خود پژوهشگر اشاره کرد که ممکن است برای تأیید فرضیه‌ها، سوگیری‌های ناخواسته از جانب پژوهشگر وجود داشته باشد. از دیگر محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به محدود بودن نمونه آن به جامعه زنان شهرکرد اشاره کرد که ممکن است از قابلیت تعمیم یافته‌ها به دیگر شهرهای کشور کاسته شود. بر اساس یافته‌های این مطالعه پیشنهاد می‌شود برای افزایش اعتبار نتایج این مطالعه پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آتی، مداخله توسط متخصصان متفاوتی ارائه شود. همچنین با توجه به کمبود وقت و نبود هزینه کافی برای انجام مطالعه پیگیری، برای بررسی ثبات نتایج آموزشی انجام پیگیری پیشنهاد می‌شود.

منابع

- اشنویند، کی. ای (۱۹۹۴). نقش خانواده در پرورش انسان. ترجمه فقه‌می، شهلا (۱۳۸۲). مجله رشد معلم. ۲۲ (۱۸۰)، ۱۶-۱۲.
- اکبری، ابراهیم؛ خانجانی، زینب؛ پورشریفی، حمید؛ محمود علیلو، مجید؛ عظیمی، زینب (۱۳۹۱). مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل با درمان شناختی رفتاری در بهبود علائم مرضی شکست عاطفی دانشجویان. مجله روان‌شناسی بالینی. ۱۵ (۳)، ۱۰۱-۸۷.
- امینی، محمد؛ امینی، یوسف؛ حسینیان، سیمین (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش گروهی مهارت‌های ارتباطی زوجین با استفاده از رویکرد تحلیل ارتباط متقابل بر کاهش تعارضات زناشویی. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده. ۱۰ (۳)، ۴۰۰-۳۷۷.
- بخشی‌پور، باب‌الله؛ اسدی، مسعود؛ کیانی، احمدرضا؛ شیرعلی‌پور، اصغر؛ احمددوست، حسین (۱۳۹۱). رابطه عملکرد خانواده با تعارضات زناشویی زوج‌های در آستانه طلاق. فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی. ۴۸ (۲)، ۳۳-۱۱.
- بهراری، فرشاد؛ فاتحی‌زاده، مریم؛ احمدی، سیداحمد؛ مولوی، حسین؛ بهرامی، فاطمه (۱۳۹۰). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباط همسران بر کاهش تعارضات زناشویی زوج‌های متعارض متقاضی طلاق. نشریه پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره. ۱ (۱)، ۷۰-۵۹.
- ترکان، هاجر؛ کلاتری، مهرداد؛ مولوی، حسین (۱۳۸۵). بررسی اثربخشی گروه‌درمانی به شیوه تحلیل تبادلی بر رضایت زناشویی، فصلنامه خانواده پژوهی. ۸ (۸)، ۴۸۴-۳۰۳.

- ثنایی، باقر؛ علاقبند، سهیلا؛ فلاحتی، شهره؛ هومن، عباس (۱۳۸۷). مقیاس‌ها و سنجش خانواده و ازدواج، تهران: بعثت.
- حیدری، حسن؛ ثنایی، ذاکر، باقر؛ نوابی نژاد، شکوه؛ دلاور، علی (۱۳۸۸). اثربخشی گفتگوی مؤثر (برنامه‌ی ارتباط زوج‌ها CCP) بر کاهش تعارضات زناشویی، مجله اندیشه و رفتار. ۴ (۱۴)، ۲۴-۱۵.
- رفعت‌جاه، مریم؛ بهرامی، سمانه (۱۳۹۰). مطالعه انسان‌شناختی عوامل نابسامانی خانواده در محل سیروس شهر تهران. پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران. ۱ (۲)، ۱۰۹-۸۵.
- ساروخانی، باقر؛ گودرزی، ثریا (۱۳۸۸). اثرات اشتغال زنان بر خانواده (تحقیقی در بین زنان شاغل و متأهل وزارت کار و امور اجتماعی). مجله جامعه‌شناسی معاصر. ۲ (۱)، ۷۸-۵۲.
- سلامت، مایده؛ زمانی، احمدرضا؛ الهیاری، طلعت (۱۳۸۶). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی با استفاده از روش تحلیل رفتار متقابل (TA) بر کاهش تعارضات زناشویی. مجله روان‌شناسی کاربردی. ۱ (۳)، ۴۲-۲۹.
- سلطانی، اسماعیل؛ شاره، حسین؛ بحرینیان، ابدالمجید؛ فرمانی، اعظم (۱۳۹۲). نقش واسطه‌ای انعطاف‌پذیری شناختی در ارتباط بین سبک‌های مقابله‌ای و تاب‌آوری با افسردگی. مجله پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شه‌دبهبشتی. ۲ (۲)، ۹۶-۸۸.
- سودانی، منصور؛ مهربایی‌زاده هنرمند، مهناز؛ سلطانی، زیبا (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش عملکرد زوج‌های ناسازگار. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده. ۶ (۳)، ۲۸۷-۲۶۸.
- سیاوشی، حسین؛ نوابی‌نژاد، شکوه (۱۳۸۷). رابطه بین الگوهای ارتباط زناشویی و باورهای غیرمنطقی دبیران دبیرستان‌های ملایر. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره. ۴ (۱۵)، ۳۳-۹.
- صادقی، مسعود؛ احمدی، احمد؛ بهرامی، فاطمه؛ اعتمادی، عذرا؛ پورسید، رضا (۱۳۹۲). بررسی تأثیر آموزش به شیوه تحلیل رفتار متقابل بر سبک‌های عشق‌ورزی زوجین. مجله علمی-پژوهشی پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری. ۵ (۲)، ۸۴-۷۱.
- فتوحی بناب، سکینه؛ حسینی نسب، داوود؛ هاشمی، تورج (۱۳۹۰). اثربخشی زوج‌درمانگری شناختی رفتاری، اسلامی و تحلیل رفتار متقابل بر خودشناسی زوج‌های ناسازگار. فصل‌نامه مطالعات روانشناختی. ۷ (۲)، ۶۴-۳۷.
- عبدی، اکبر؛ عربانی‌دانا، علی؛ حاتمی، جواد؛ پرنده، اکرم (۱۳۹۳). اثربخشی بازی‌های رایان‌های شناختی بر بهبود حافظه کاری، توجه و انعطاف‌پذیری شناختی در کودکان مبتلا به ADHD، فصلنامه کودکان استثنائی. ۱ (۱)، ۳۳-۲۰.



- غلامزاده، مریم؛ عطاری، یوسف‌علی؛ شفیع‌آبادی، عبدالله (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر کارایی خانواده در زوجین مراجعه کننده به مرکز بهزیستی شهر اهواز. فصلنامه روان‌شناسی دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی. (۴۱)، ۱۱۰-۸۷.
- کافی، موسی؛ ملازاده اسفنجانی، رحیم؛ نوری، مرتضی؛ صالحی، ایرج (۱۳۹۰). اثربخشی گروه درمانی به روش تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و پیشگیری از عود افراد سم‌زدایی شده، فصلنامه پژوهش نوین روانشناختی. (۲۳)، ۱۳۷-۱۱۶.
- کاظمی، زینب؛ طاهر نشاط‌دوست، حمید؛ کجباف، محمدباقر؛ عابدی، احمد؛ آقامحمدی، سمیه؛ صادقی، سعید (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر صمیمیت اجتماعی دختران فراری. مجله مطالعات اجتماعی و روانشناختی زنان. (۳)، ۱۶۲-۱۳۹.
- کشاوری، امیر؛ مولوی، حسین؛ محمدیان، احمدیار (۱۳۸۷). رابطه بین جرمیت، انعطاف‌پذیری و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی با شادکامی. مجله روانشناختی. ۱۲ (۱)، ۱۹-۴.
- گودرزی، محمود (۱۳۸۶). اثربخشی مشاوره گروهی با رویکرد ستیر بر عملکرد زوج‌های ناکارآمد. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه تربیت معلم.
- موسوی، زهرا (۱۳۹۰). نقش امید در سازگاری زنان و استحکام خانواده. کتاب اندیشه‌های راهبردی زن و خانواده، جلد دوم. تهران. ۷۱۴.
- هریس، تامس ای (۱۹۶۸). وضعیت آخر. ترجمه اسماعیل فصیح (۱۳۹۲). چاپ نهم. تهران: انتشارات فرهنگ نشر نو.
- Carvalho, JC., Freitas, PP., Leuschner, A., Olson, DH. (2014). Healthy functioning in families with a schizophrenic parent. *Journal of Family Psychotherapy*, 25, 1-11.
- Ciucur, D. (2012). A transactional analysis group psychotherapy program for improving the qualities and abilities of future psychologists. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 78, 576-580.
- Ciucur, D., Privut, A. (2012). The effects of transactional analysis training program on team leadership factors in automotive industry. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 33, 667-671.
- Dennis, JP., Vander Wal, JS. (2009). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy Research*, 34, 241-253.
- Epstein, N. B., Baldwin, L. M. and Bishop, D. S. (1983). The McMaster Family Assessment Device. *Journal of Family and Marital Therapy*, 9, 171-180.
- Johnco, C., Wuthrich, V.M., Rappee, R.M. (2014). The influence of cognitive flexibility on treatment outcome and cognitive restructuring skill acquisition during cognitive behavioural treatment

- for anxiety and depression in older adults: results of a pilot study. *Behavioural Research and Therapy*, 10, 1-33.
- Johnco, C., Wuthrich, V.M., Rapee, R.M. (2013). The role of cognitive flexibility in cognitive restructuring skill acquisition among older adults. *Journal of Anxiety Disorders*, 27, 576-584.
- Lewandowski, AS., Palermo, TM., Stinson, J., Handley, S., Chambers, CT. (2010). Systematic review of family functioning in families of children and adolescents with chronic pain. *The Journal of Pain*, 11(11), 1027-1038.
- Momeni Javid, M., Naderi, Z., Ebrahimi Tazekand, F., Madanian, LS., Kariminejad, K. (2014). The impact of transactional analysis training on psychological well-being of the married women in Tehran city. *International Journal of Advanced Studies in Humanities and Social Science*, 2(1), 54-62.
- Nejad naderi, S., Darehkordia., Divsalar, K. (2013). The study of adjustment changes after teaching of transactional analysis (TA) to the people. *IOSR Journal of Humanities and Social Science (IOSR-JHSS)*, 10, 31-34.
- Soltani, Z., Robotmili, S., Hasani, M., Montazeri Najafabadi, A., Alvani, J., Delvand, MR. (2012). Effects of training transactional analysis on increasing family functioning among distressed couples: An empirical study. *Research Journal of Applied Sciences, Engineering and Technology*, 4 (22), 4765-4770.
- Solomon, C. (2003). Transactional analysis theory: the basics. *Transactional Analysis Journal*, 33, 15-22.