

گروه درمانی تحلیلی - تبادلی بر رضامندی زناشویی

دکتر ملکه مشهدی فراهانی^۱، دکتر غلامعلی افروز^۲ و دکتر حسن احدی^۳

هدف پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی گروه درمانی به شیوه ی تحلیلی- تبادلی بر رضامندی زناشویی بود. برای این منظور، از بین زوج های مراجعه کننده به کلینیک ها و مراکز خدمات روان شناختی و مشاوره، ۱۶ زوج به طور تصادفی انتخاب و به شیوه ی تصادفی در دو گروه آزمایشی و گواه گمارده شدند. گروه آزمایشی تحت ۸ جلسه ی ۲ ساعته تحت درمان به شیوه ی تحلیلی- تبادلی قرار گرفت و گروه گواه، هیچ گونه درمانی دریافت نکرد. تحلیل نتایج، نشان داد که رضایت زناشویی زوج های گروه آزمایشی، به طور معنی داری نسبت به گروه گواه، افزایش یافته است. پیگیری وضعیت زوج ها نشان دهنده ی پایداری تغییرات ایجاد شده است.

واژه های کلیدی: گروه درمانی، تحلیل- تبادلی، رضامندی زناشویی

مقدمه

ازدواج، به عنوان مهم ترین و اساسی ترین رابطه ی بشری توصیف شده است زیرا ساختاری اولیه برای بنا نهادن خانواده و تربیت کردن نسل آینده است (لارسون و هلمن^۴، ۱۹۹۴). یکی از جوانب بسیار مهم یک نظام زناشویی، رضایتی است که همسران در ازدواج تجربه می کنند (تانی گوجی^۵ و همکاران، ۲۰۰۶) ولی آمار طلاق که معتبرترین شاخص آشفتگی زناشویی است (هالفورد^۶، ۱۳۸۴) نشانگر آن است که رضایت زناشویی به آسانی قابل دستیابی نیست (رزن گراندن^۷ و همکاران، ۲۰۰۴) و چنانچه عدم توافق های جدی و مکرری که در اوایل ازدواج تولید می شود حل نشود می تواند رضایت و ثبات این واحد را به مخاطره بیندازند (تالمن و هسیا^۸، ۲۰۰۴). با توجه به عواقب ازدواج های ناموفق (گریف و مالهرب^۹، ۲۰۰۱) یافتن راههایی جهت آرام کردن و کاهش پریشانی

۱. دانشجوی دکتری روان شناسی دانشگاه تهران- مرکز mashhadi-farahani@yahoo.com

۲. استاد گروه روان شناسی دانشگاه تهران

۳. استاد گروه روان شناسی دانشگاه تهران

4. Larson & Holman
5. Taniguchi6. Halford
7. Rosen-Grandon8. Talman & Hsiao
9. Greef & Malherbe

زوج ها، حایز اهمیت است . مشاوره ی زناشویی، می تواند راه حل مناسبی با هدف حفظ ازدواج و در عین حال کوشش برای هر چه لذتبخش تر کردن آن فراهم سازد. نظریه ی تحلیل رفتار متقابل یا تحلیل - تبادل که توسط اریک برن^۱ (۱۹۶۴، ۱۹۷۰، ۱۹۷۲) در نیمه ی دوم قرن بیستم ارایه شده یکی از نظریاتی است که به روابط بین فردی و واکنش های متقابل افراد با یکدیگر توجه بسیار داشته و در زمینه ی مسایل بین فردی، راهکارهای منحصر به فردی ارایه کرده است (ر.ج. اشنائینر^۲، ۱۹۷۱، ۱۹۷۴، ۱۹۹۰). در تحلیل تبادل هر چیزی از این فرض حاصل می شود که شخصیت انسان به صورت سه حالت جداگانه ایگو به نام والد، بالغ و کودک سازمان یافته است. در این شرایط، چون هر حالت ایگو، خرده ساختار ایگو به حساب می آید، هر حالت آن، وقتی در موقعیتی مناسب به کار رود، سازگاران یا انطباقی به حساب خواهد آمد (پروچاسکا و نورکراس^۳، ۱۹۹۹).

دانش (۱۳۸۵) در بررسی تاثیر روش تحلیل ارتباط محاوره ای در سازگاری زناشویی زوج های ناسازگار، نشان داد که این روش، سازگاری زناشویی گروه آزمایشی را نسبت به قبل از درمان و نسبت به گروه گواه افزایش می دهد. سلامت (۱۳۸۴) نیز نشان داد که این روش درمانی می تواند موجب افزایش رضایت، صمیمیت، گفتگوی موثر، بهبود روش انتقاد، بهبود نتیجه گیری از گفتگو و کاهش تعارضات زناشویی شود. فرد براساس آموزه های رویکرد تحلیل تبادل، یک سیستم پویای دایما در حال ارتباط و تبادل اطلاعات با سیستم های دیگر است (ثنایی، ۱۳۷۳).

همان طور که گریف (۲۰۰۰) بیان می کند ارتباط موثر و کارآمد میان همسران، مهم ترین جنبه ی خانواده های دارای عملکرد مطلوب می باشد ولی از آن جا که ارتباط در دو سطح کلامی و غیر کلامی روی می دهد و یکی از دلایل اصلی بروز اختلاف های زناشویی ناهماهنگی پیام هایی است که به طور همزمان توسط این دو سطح منتقل می شوند (سهرابی، ۱۳۸۲) به نظر می رسد که تحلیل تبادل با آموزش تحلیل روابط به خصوص انواع رابطه ی مکمل، متقاطع و نهفته، زوج را با نحوه ی برقراری ارتباط مؤثر آشنا می سازد؛ به عبارتی، زوجین را به مهارت های ارتباطی مناسبی مجهز می سازد تا با تشخیص «حالات من» خود و همسرشان به ویژه با توجه به سرنخ های کلامی و غیر کلامی، بتوانند ارتباط مناسب و مکملی برقرار نمایند؛ به علاوه با استفاده از تکنیک های پس راند «والد» طرف مقابل، بتواند در موقعیت های احتمالی تعارض زنا، به خوبی با نظارت «بالغ» تقویت شده ی خود، موقعیت را اداره نموده، شرایط را برای برقراری روابط سازنده و نه تخریبی فراهم

1. Berne

2. Steiner

3. Prochaska & Norcross

سازند. البته از آن جا که با توجه به یافته‌های بورلسون و دنتون^۱ (۱۹۹۷) صرف نقص مهارت‌های ارتباطی عامل ایجاد مشکلات ارتباطی زناشویی نیست، می‌توان انتظار داشت که آموزه‌های تحلیل تبادلی در زمینه ایجاد جو صمیمانه و گریز از بازی‌های روانی و به خصوص پرهیز از ارایه ی نوازش‌های منفی غیرشرطی و سرزنش بتواند مانع از احساس سونیت از جانب همسران گردد. تعامل در زوج‌های آشفته، اغلب با رفتار منفی متقابل مشخص می‌شود. آموزه‌های تحلیل تبادلی در زمینه ی نوازش و راهکارهای ارایه ی نوازش، صمیمیت و بیان آزاد احساسات و خودافشایی در فضایی توأم با امنیت روانی و همدلی متقابل، می‌تواند تقابل منفی موجود در میان همسران ناراضی را کاهش دهد. آموزه‌های تحلیل تبادلی می‌تواند با تقویت «بالغ» و شیوه ی حل مساله و تدوین «قرارداد» موجب تفاهم بیشتر و کوشش برای حل مسایل میان فردی شود و با توجه به آن‌که مهارت‌های هیجانی، از طریق تاثیر بر فرآیند صمیمیت، سلامت زناشویی را بهبود می‌بخشد (کردوا^۲ و همکاران، ۲۰۰۵) و چون مجموعه‌ای از قابلیت‌های عاطفی، همانند توانایی آرام شدن و آرام کردن طرف مقابل، همدردی و خوب گوش دادن، می‌تواند منجر به حل و فصل کارآمد اختلافات شود، آموزه‌های تحلیل تبادلی می‌تواند موجب افزایش مهارت هیجانی و صمیمیت شود (داود^۳ و همکاران، ۲۰۰۵). در این پژوهش به بررسی اثربخشی این شیوه ی درمانی در تجهیز زوج‌ها به مهارت‌های مورد نیاز جهت بهبود روابط بین‌فردی و برقراری تعاملات صمیمانه و متعاقب آن افزایش سطح رضامندی آن‌ها از روابط زناشویی‌شان پرداخته ایم.

روش

جامعه ی آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه ی آماری این پژوهش، شامل زوج‌های مراجعه‌کننده به کلینیک‌های خدمات روان‌شناختی و مشاوره ی دانشگاه تهران در نیمه ی دوم سال ۱۳۸۸ بود. بدین منظور، در ابتدا از میان لیست مراکز مشاوره و کلینیک‌های خدمات روان‌شناختی، به طور تصادفی چهار مرکز انتخاب شد. پس از جلب همکاری این مراکز، ۱۸ زوج از لیست زوج‌های متقاضی دریافت خدمات روان‌شناختی با سه پیش شرط حداقل طول مدت ازدواج یک سال، حداقل میزان تحصیلات دیپلم و حداقل سن ۳۰ تا ۴۰

1. Burleson & Denton

2. Cordova

3. Dowd

سال انتخاب و به شیوه ی تصادفی در دو گروه گواه و آزمایش کاربردی شدند. با توجه به ریزش آزمودنی ها از هفته ی دوم به بعد، در مجموع، هر گروه شامل ۶ زوج (۶ زن و ۶ مرد) بودند.

ابزار

شاخص رضایت زناشویی: این پرسشنامه ی ۲۵ سوالی که توسط هادسن^۱ (۲۰۰۱) با هدف اندازه گیری مشکلات رابطه ی زناشویی ارایه شده، پایایی بالایی دارد. اعتبار تشخیصی این پرسشنامه ۰/۸۲ (هادسن، ۱۹۸۲ از لسل^۲، ۱۹۹۹) گزارش شده است. از طرف دیگر، میانگین آلفای کرونباخ «شاخص رضایت زناشویی» ۰/۹۶ است که نشان دهنده ی همسانی درونی بالای آن است. «شاخص رضایت زناشویی» با ضریب همبستگی ۰/۹۶ در روش بازآزمایی از پایایی مناسبی برخوردار است. مقیاس سازگاری دونفری: این مقیاس با هدف ارزیابی کیفیت رابطه ی زناشویی، توسط اسپانیر^۳ در ۱۹۷۶ معرفی شد. این مقیاس که در پژوهش های مربوط به رضایت زناشویی کاربرد زیادی دارد ابزاری ۳۲ سوالی (باسبی^۴ و همکاران، ۱۹۹۵) و شامل ۴ زیر مقیاس رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت است (اسپانیر، ۱۹۷۶). در این مقیاس، نمرات بالاتر، سازگاری زناشویی بیشتری را منعکس می سازد (هاممسی^۵، ۲۰۰۵). بر طبق گزارش اسپانیر (۱۹۷۶) همبستگی میان این مقیاس و مقیاس سازگاری زناشویی لاک و الاس در میان پاسخ دهندگان متاهل ۰/۸۶ و در میان پاسخ دهندگان مطلقه ۰/۸۸ بود. به گزارش اورارک و کاپلاز^۶ (۲۰۰۳) پایایی کل مقیاس ۰/۹۶ است.

شیوه ی اجرا

درمان با تحلیل ساختاری آغاز شد تا، افراد از طریق آن از حالت های قبلی خود یعنی آشفته، آلوده و کنار زده شده آگاه شوند سپس با تحلیل تبادلی، آزمودنی ها از تبادل های خود شکن خود آگاه شدند. بعد از این اقدامات، درمان با بازی های خود ویرانگر ادامه یافت تا آزمودنیها از موضع ها و سناریو های ناسالم خود آگاه شوند، در ادامه، آزمودنیها ترغیب شدند تا تصمیم بگیرند که در هر لحظه ی معین، برای کدام حالت خود نیروگذاری کنند.

1. Hudson
2. Lesli

3. Spanier
4. Busby

5. Hamamci
6. O' Rourke & Cappeliez

یافته‌ها

نتایج تحلیل کوواریانس تاثیر روش درمانی بر میزان رضایت زناشویی زوج‌ها در مرحله ی پس‌آزمون را به تفکیک ابزار اندازه‌گیری، در جدول ۱ ارایه کرده ایم.

جدول ۱: نتایج تحلیل کوواریانس تاثیر عضویت گروهی بر میزان رضایت زناشویی زوج‌ها در مرحله ی پس‌آزمون

ابزار اندازه‌گیری	گروه	میانگین مجذورات	F	آلفا	میزان اثر	توان آماري
عضویت گروهی کل	۳۱۲۰/۰۴۲	۷/۸۵۶	۰/۰۲۶	۰/۵۲۹	۰/۶۷۳	
شاخص رضایت زناشویی	عضویت گروهی مردان	۴۳۳۲/۰۶۱	۱۲/۳۳۰	۰/۰۱۰	۰/۶۳۸	۰/۸۵۲
عضویت گروهی زنان	۳۱۷۳/۳۵۸	۱۰/۰۴۵	۰/۰۱۳	۰/۵۵۷	۰/۷۹۲	
عضویت گروهی کل	۸۸۹/۲۷۱	۱۵/۲۲۴	۰/۰۰۴	۰/۶۲۸	۰/۹۳۳	
زیرمقیاس رضایت دونفری	عضویت گروهی مردان	۷۱۸/۲۲۲	۱۰/۹۴۱	۰/۰۱۱	۰/۵۷۸	۰/۸۲۶
عضویت گروهی زنان	۱۰۹۶/۱۷۸	۲۰/۱۶۵	۰/۰۰۲	۰/۶۹۱	۰/۹۷۸	

تحلیل نتایج نشان می‌دهد که این مداخله ی درمانی توانسته با میزان ۰/۵۲۹، رضامندی زناشویی و با میزان اثر ۰/۶۲۸ رضایت دو نفری گروه آزمایش را در مقایسه با گروه گواه افزایش دهد. بررسی میزان تداوم اثر درمانی حاصل شده ی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه پس از گذشت یک ماه از جلسات درمانی، نیز نشان می‌دهد که تغییرات بدست آمده پایدار بوده اند (جدول ۲).

جدول ۲: نتایج تحلیل کوواریانس تاثیر عضویت گروهی بر میزان رضایت زناشویی زوج‌ها در مرحله ی پی‌گیری

ابزار اندازه‌گیری	گروه	میانگین مجذورات	F	آلفا	میزان اثر	توان آماري
عضویت گروهی کل	۱۹۴۶/۷۴۲	۸/۵۲۷	۰/۰۲۲	۰/۵۴۹	۰/۷۰۸	
شاخص رضایت زناشویی	عضویت گروهی مردان	۲۳۸۸/۰۱۸	۱۰/۳۶۲	۰/۰۱۵	۰/۵۹۷	۰/۷۸۸
عضویت گروهی زنان	۱۸۴۹/۱۴	۷/۱۹۶	۰/۰۲۸	۰/۴۷۴	۰/۶۵۳	
عضویت گروهی کل	۵۳۳/۲۸۶	۱۳/۶۲۲	۰/۰۰۵	۰/۶۰۲	۰/۹۰۶	
زیرمقیاس رضایت دونفری	عضویت گروهی مردان	۳۹۴/۷۲۱	۱۱/۰۰۷	۰/۰۱۱	۰/۵۷۹	۰/۸۲۷
عضویت گروهی زنان	۶۵۳/۰۷۰	۱۳/۸۷۷	۰/۰۰۵	۰/۶۰۷	۰/۶۰۷	

بحث و نتیجه گیری

هدف این پژوهش، بررسی اثربخشی گروه درمانی، به شیوه ی تحلیل تبادلی بر رضایت زناشویی زوجها بود که تحلیل نتایج، نشان‌دهنده ی اثربخشی این شیوه ی درمانی در افزایش رضایت زناشویی مردان، زنان و زوج‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل و نیز تداوم این اثربخشی بود. نتایج حاصل از این پژوهش با نتایج پژوهش سلامت (۱۳۸۴) و دانش (۱۳۸۵) هماهنگی دارد. یافته‌ای که در تمام تحقیقات یکسان بوده است تاکید بر این موضوع دارد که امکان شکست ازدواج در سن پایین، بدون توجه به مدت آن، بیشتر است (کرو و ریدلی^۱، بی تا).

به عنوان مثال، یافته‌های پژوهش میراحمدی‌زاده و همکاران (۱۳۸۲) نشان داد که سن ازدواج در زنانی که در شرف طلاق می‌باشند در مقایسه با بقیه ی افراد به طور معنی‌داری کمتر است. به نظر می‌رسد، آموزه‌های تحلیل تبادلی در زمینه ی خودشناسی و رفع مشکلات آسیب‌شناسی شخصیت شیوه‌های دسترسی به بالغ وحدت یافته و خودمختاری، رها شدن از پیش‌نویس‌های ناکارآمد و توانمندسازی فرد برای پاسخ‌گویی این زمانی و این مکانی به موقعیت‌ها، می‌تواند فرد را به سوی تفرد تمایز یافتگی، تحقق بیشتر خود، عدم وابستگی‌های عاطفی، تعارضی و کارکردی، پیش‌برد و نتایج این پژوهش با یافته‌های نجف‌لویی (۱۳۸۳) و هاوز و مالینکرات^۲ (۱۹۹۸) هماهنگی دارد.

آموزه‌های تحلیل تبادلی با افزایش توانمندی زوجها در مهارت‌های ارتباطی و ایجاد نیات و انگیزه‌های مثبت نسبت به یکدیگر، بهبود مهارت‌های حل مساله، مهارت‌مندی هیجانی، اصلاح عملکردهای شناختی و افزایش خودافشاسازی، صمیمیت و در عین حال افزایش تفرد و تحقق خویشتن، کمک به افراد برای رسیدن به استقلال، خودپروزی، رها شدن از الگوهای ناکارآمد و مخرب برای برقراری ارتباط نظیر بازی‌ها، ترک عدم مسوولیت‌پذیری و یا ناامیدی ناشی از پیش‌نویس‌های ناکارآمد، ایجاد امید و حسن نیت به خود، دیگری و دنیا، با انتخاب وضعیت سالم زندگی در طی یک فرآیند اصلاح درون فردی - میان‌فردی، می‌تواند منجر به بهبود کیفیت ازدواج و ارتقا سطح رضامندی زناشویی زوجین گردد.

منابع

ثنائی، ب. (۱۳۷۳). *مقدمه‌ای بر دیدگاه سیستمی در روان‌درمانی خانواده*. در س. مینوچین، خانواده و خانواده درمانی (صص ۱۸-۹). تهران: انتشارات امیرکبیر.

1. Crowe & Ridley

2. Haws & Mallincrodt.

دانش، ع. (۱۳۸۵). تاثیر روش تحلیل محاوره‌ای در سازگاری زناشویی زوج‌های ناسازگار. چکیده مقالات دومین کنگره سراسری آسیب‌شناسی خانواده در ایران. تهران: دانشگاه شهید بهشتی، ص ۱۶۹.

سلامت، م. (۱۳۸۴). بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی با استفاده از روش تحلیل رفتار متقابل بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین شهر اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.

سهرابی، ح. م. (۱۳۸۲). مقدمه مترجم. در ف. اچ. برنشتاین و م. تی. برنشتاین (مولفان)، شناخت و درمان اختلاف‌های زناشویی (ص ص ۷-۱۰). تهران: خدمات فرهنگی رسا.

کرو، م. و ریذلی، ج. (۱۳۸۴). زوج‌درمانی کاربردی با رویکرد سیستمی - رفتاری، ترجمه اشرف‌السادات موسوی. تهران: انتشارات مهر کاویان.

میراحمدی‌زاده، ع. ر.، نخعی امرودی، ن.، طباطبایی، س. ح. ر.، و شفیعیان، ر. (۱۳۸۲). رضامندی زناشویی و تعیین عوامل تأثیرگذار بر آن در شیراز. اندیشه و رفتار. سال هشتم، شماره ۴، ۵۶-۶۳.

نجف‌لویی، ف. (۱۳۸۳). بررسی رابطه بین تمایز یافتگی زوجین با تعارضات زناشویی. چکیده مقالات نخستین کنگره سراسری آسیب‌شناسی خانواده در ایران. تهران: دانشگاه شهید بهشتی، ص ۲۳۸.

هالفورد، د. ک. (۱۳۸۴). زوج‌درمانی کوتاه مدت. ترجمه مصطفی تبریزی، مژده کاردانی و فروغ جعفری. تهران: انتشارات فرا روان.

Berne, E. (1964). *Games people play*. New York: Grove.

Berne, E. (1966). *Principles of group treatment*. New York: Oxford University Press.

Berne, E. (1970). *Sex in human loving*. New York: Simon & Schuster.

Berne, E. (1972). *What do you say after you say hello*. New York: Grove.

Berne, E., Steiner, C., & Dusay, J. (1973). *Transactional analysis*. In R. Jurjevich (Ed.). *Direct psychotherapy (Vol.1)*. Coral Gables, FL: University of Miami Press.

Burleson, B., & Denron, W. H. (1997). The relationship between communication skill and marital satisfaction: Some moderating effects. *Journal of Marriage and the Family*, 59(4), 884-902.

Busby, D. M., Christensen, C., Drane, D. R., & Larson, J. H. (1995). A revision of the dyadic adjustment scale for use with distressed and no distressed couples: Construct hierarchy and multidimensional scales. *Journal of Marital and Family Therapy*, 21, 28-308.

- Dowd, D. A., Means, M. J., Pope, J. F., & Humphries, J. H. (2005). Attributions and marital satisfaction: The mediated effects of self-disclosure. *Journal of Family and Consumer Sciences*, 97(1), 22-26.
- Greeff, A. P. (2000). Characteristics of families that function well. *Journal of Family Issues*, 21(8), 948-962.
- Greeff, A. P., & Malherbe, H. L. (2001). Intimacy and marital satisfaction in spouses. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 27, 247-257.
- Hamamci, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality*, 33(4), 313-328.
- Haws, W. A., & Mallinckrodt, B. (1998). Separation-individuation from family of origin and marital adjustment of recently married couples. *The American Journal of Family Therapy*, 26(4), 293-306.
- Hudson, W. W. (2001). Index of marital satisfaction (on-line). Available: <http://www.therapyinla.com/psych/psych0101.html>.
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 43, 228-237.
- Leslie, C. (1999). Sexual expectations and their relationship to sexual and relationship satisfaction: A contribution to gender studies (On-Line). *Journal of Multicultural Nursing Health*. Available: <http://www.findarticles.com/P/articles/mi-qa3919/is-199901/ain8840517/pg-9>.
- O'Rourke, N., & Cappeliez, P. (2003). Intra-couple variability in marital aggrandizement: Idealization and satisfaction within enduring relationships. *Current Research Social Psychology*, 8(15), 206-225.
- Rosen-Grandon, J. R., Myers, J. E., & Hattie, J. A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes and marital satisfaction. *Journal of Counseling & Development*, 82(1), 58-68.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessment the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38, 15-28.
- Steiner, C. (1971). *Games alcoholics play*. New York: Ballantine.
- Steiner, C. (1974). *Scripts people live*. New York: Grove.
- Steiner, C. (1990). *Scripts people live*. New York: Grove/ Atlantic.
- Tallman, I., & Hsiao, Y. (2004). Resources, Cooperation and problem-solving in early marriage. *Social Psychology Quarterly*, 67(2), 172-188.
- Taniguchi, S. T., Freeman, P. A., Taylor, S., & Malcarne, B. (2006). A study of married couples' perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. *Journal of Experiential Education*, 28(3), 253-256.