

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

تأثیر آموزش واقعیت‌درمانی بر صمیمیت زناشویی در زنان دارای تعارض زناشویی مراجعه‌کننده به

مراکز مشاوره اصفهان

زهرا خاکسار،

دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی شهر، خمینی شهر، ایران. m.khaksar56@yahoo.com

مریم فاتحی زاده

دانشیار گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران. fatehizade@gmail.com

چکیده

هدف پژوهش حاضر، تعیین اثربخشی آموزش واقعیت‌درمانی بر افزایش صمیمیت زنان دارای تعارضات زناشویی بود. جامعه‌ی پژوهش شامل کلیه‌ی زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و روان‌درمانی شهر اصفهان در سال 1395 بودند که از بین مراکز مشاوره شهر اصفهان یک مرکز به شیوه تصادفی انتخاب و از بین زنان دارای تعارضات زناشویی مراجعه‌کننده به آن مرکز تعداد 30 نفر به شیوه‌ی نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه‌ی پژوهش انتخاب و به تصادف در دو گروه آزمایش (15 نفر) و کنترل (15 نفر) گمارش شدند. پرسشنامه‌ی صمیمیت باگاروزی، به عنوان ابزار پژوهش در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون، مورد استفاده قرار گرفت. برای گروه آزمایش، هشت جلسه‌ی گروهی واقعیت‌درمانی، اجرا شد اما گروه کنترل در معرض هیچ مداخله‌ای قرار نگرفت. داده‌ها با استفاده از تحلیل کواریانس چندمتغیره، مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج، نشان داد واقعیت‌درمانی اثر معناداری بر افزایش صمیمیت داشته است ($P < 0/05$). واقعیت‌درمانی در بهبود ابعاد صمیمیت (صمیمیت عاطفی، صمیمیت روانشناختی، صمیمیت عقلانی، صمیمیت جنسی، صمیمیت بدنی، زیبایی‌شناختی و صمیمیت اجتماعی تفریحی) به جز صمیمیت معنوی مؤثر بوده است. براساس نتایج این پژوهش، واقعیت‌درمانی می‌تواند یک مداخله‌ی مؤثر در جهت افزایش صمیمیت زناشویی زنان دارای تعارض به کار رود.

کلمات کلیدی: واقعیت‌درمانی، صمیمیت، تعارض زناشویی.

مقدمه

زندگی زناشویی یکی از جهانی‌ترین نهادهای بشری است که از دو نفر با توانایی‌ها و استعدادهای متفاوت و با نیازها و علایق مختلف و در یک کلام با شخصیت‌های گوناگون تشکیل شده است. وجود تعارض در هرگونه روابط بین فردی، امری شایع است. این امر به خصوص در مورد روابط زوج‌ها که بیشترین و عمیق‌ترین سطح روابط را با یکدیگر دارند، بیش از سایر روابط، قابل انتظار خواهد بود (شفعی‌نیا،

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

جدول 1: خلاصه‌ی محتوای جلسات واقعیت درمانی

جلسه	محورها
اول	- آشنایی و معارفه‌ی اعضای گروه و درمانگر- معرفی ساختار و هدف جلسات- آموزش مفهوم خواستن و نقش آن در انگیزش و رفتارهای انسان- آموزش مفهوم دنیای کیفی- تمرین عملی در جهت کاوش دنیای کیفی اعضا- ارائه‌ی تمرین عملی برای جلسه‌ی بعدی
دوم	- بررسی تمرین‌های ارائه شده در جلسه‌ی قبل- آموزش مفهوم نیازهای اساسی- تمرین عملی در جهت به دست آوردن نیمرخ نیازهای اساسی- ارائه‌ی تمرین عملی برای جلسه‌ی بعد
سوم	- بررسی تکلیف ارائه شده در جلسه‌ی قبل - آموزش مفهوم ارزشیابی در نظریه‌ی انتخاب- تمرین عملی جهت ارزشیابی رفتارهای کلی براساس الگوی نیازهای اساسی و دنیای کیفی - ارائه‌ی تمرین عملی برای جلسه‌ی بعد
چهارم	- بررسی تکلیف ارائه شده در جلسه‌ی قبل - آموزش مفهوم رفتار کلی - تمرین عملی در جهت کاوش رفتار کلی اعضا- آموزش در زمینه‌ی مفهوم کنترل- تبیین مفهوم کنترل بیرونی- تبیین مفهوم کنترل درونی- شناسایی مصادیق و آثار کنترل بیرونی و درونی در خلال تمرین عملی- تمرین عملی در جهت جایگزین ساختن کنترل درونی با کنترل بیرونی- ارائه‌ی تمرین عملی برای جلسه‌ی بعد
پنجم	- بررسی تکلیف ارائه شده در جلسه‌ی قبل - آموزش و اجرای خود-ارزشیابی-بینش یابی و درک جنبه‌های شناختی و رفتاری الگوی رفتار کلی حال حاضر خود- ارائه‌ی تمرین عملی برای جلسه‌ی بعد
ششم	- بررسی تکلیف ارائه شده در جلسه‌ی قبل - آموزش در زمینه‌ی ارتباط مؤثر- تبیین مفهوم عادات مراقبت کننده‌ی ارتباطی- تبیین مفهوم عادات مخرب ارتباطی- تمرین عملی جهت شناسایی و تمرین عادات مراقبت کننده و مخرب ارتباطی - ارائه‌ی تمرین عملی برای جلسه‌ی بعد
هفتم	- بررسی تکلیف ارائه شده در جلسه‌ی قبل - آموزش در زمینه‌ی بینش‌های کمک کننده به ارتباط مؤثر و کنترل درونی- تبیین مفهوم خودپذیری نامشروط- تبیین مفهوم دیگرپذیری نامشروط- تمرین بینش‌های خودپذیری و دیگرپذیری نامشروط در خلال تمرین‌های عملی(شناسایی موانع تغییر عادات ارتباطی)- ارائه‌ی تمرین عملی برای جلسه‌ی بعدی.
هشتم	- بررسی تکلیف ارائه شده در جلسه‌ی قبل - مرور و جمع بندی مباحث ارائه شده در جلسات قبل

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از نسخه‌ی 21 نرم افزار SPSS استفاده شد. برای بررسی توصیفی یافته‌ها از شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد. برای بررسی اثربخشی مداخله از روش تحلیل کواریانس چندمتغیره استفاده شد.

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش آزمون و پس آزمون صمیمیت و ابعاد آن، در دو گروه آزمایش و کنترل، در جدول 2 ارائه شده است.

جدول 2: میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش آزمون و پس آزمون صمیمیت و ابعاد آن در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	گروه	پیش آزمون		پس آزمون	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
صمیمیت عاطفی	آزمایش	13/33	1/96	19/26	2/02
	کنترل	13/76	1/83	13/15	1/97
صمیمیت روانشناختی	آزمایش	13/58	2/17	21/40	2/34
	کنترل	12/78	2/08	14/93	2/97
صمیمیت عقلانی	آزمایش	12/60	1/91	19/26	2/65
	کنترل	14/06	1/91	13/53	2/21

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

همانطور که در جدول 3، ملاحظه می‌گردد، نتایج آزمون لامبدای ویلکز، نشانگر آن است که با کنترل نمرات پیش آزمون، مداخله‌ی پژوهش بر مجموع ابعاد صمیمیت، در مرحله‌ی پس آزمون، اثر معناداری داشته است. توان آماری بالا نیز نشانگر کفایت حجم نمونه و دقت آزمون می‌باشد. نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیره به تفکیک هریک از ابعاد صمیمیت، نیز در جدول 4 ارائه شده است.

جدول 4: نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیره به تفکیک هریک از ابعاد صمیمیت، با کنترل کلیه‌ی نمرات پیش آزمون

منبع تأثیرات	شاخص‌ها	مجموع مجزورات	درجه‌ی آزادی	میانگین مجزورات	F	معناداری	مجزورات	توان آماری
گروه‌ی	صمیمیت عاطفی	346/12	1	346/12	21/06	0/00	0/51	0/99
	صمیمیت روانشناختی	313/63	1	313/63	14/25	0/01	0/41	0/94
	صمیمیت عقلانی	264/55	1	264/55	21/88	0/03	0/36	0/89
	صمیمیت جنسی	168/12	1	168/12	8/81	0/00	0/30	0/80
	صمیمیت بدنی	203/86	1	203/86	13/33	0/00	0/40	0/93
	صمیمیت معنوی	58/42	1	58/42	2/88	0/10	0/12	0/36
	صمیمیت زیبایی شناختی	288/14	1	288/14	16/26	0/00	0/44	0/96
	صمیمیت اجتماعی تفریحی	159/78	1	159/78	11/34	0/03	0/25	0/80
کلی	صمیمیت عاطفی	329/86	20	16/43				
	صمیمیت روانشناختی	440/44	20	22/00				
	صمیمیت عقلانی	457/32	20	22/67				
	صمیمیت جنسی	381/21	20	19/08				
	صمیمیت بدنی	304/86	20	15/32				
	صمیمیت معنوی	409/42	20	20/42				
	صمیمیت زیبایی شناختی	355/23	20	17/56				
	صمیمیت اجتماعی تفریحی	263/45	20	13/14				

همانطور که در جدول 4 مشاهده می‌گردد، با کنترل نمرات پیش آزمون، مداخله‌ی پژوهش، اثر معناداری بر تمامی ابعاد صمیمیت به جز صمیمیت معنوی داشته است. بنابراین فرضیه‌ی دوم پژوهش، در مورد تمامی ابعاد به جز بعد صمیمیت معنوی تأیید می‌شود.

بحث و نتیجه گیری

همانطور که در فصل چهار ملاحظه شد، نتایج پژوهش حاضر، نشانگر تأیید اثر معنادار مداخله‌ی واقعیت درمانی بر افزایش صمیمیت گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل بوده است. این یافته‌ها با نتایج پژوهش دریایی (1386) همسو می‌باشد. همچنین نتایج پژوهش حاضر با پژوهش عباسی مولید، فاتحی زاده و قمرانی (1392)، وفائی جهان، سپهری شاملو، صالحی فدردی (1392)، با پژوهش مسگری، حسن آبادی و نجات (1393)، پژوهش قربانعلی پور، نجفی، علیرضالو و نسیمی (1393)، پژوهش انتظار میبیدی، افخمی اردکانی و نصیریان (1394)، با پژوهش گیلکریست بنکس (2009) و با نتایج پژوهش پترسون (2009) هم راستا بود. چنان که این پژوهش گران نیز در نتایج پژوهش خود گزارش نموده بودند که واقعیت درمانی به عنوان یک روش درمانی و آموزشی کارا، می‌تواند منجر به بهبود مؤلفه‌های مختلف روانی و ارتباطی افراد گردد.

در پژوهش مذکور نیز آموزش مفاهیم نظریه‌ی انتخاب، منجر به افزایش معنادار صمیمیت زوج‌های ناسازگار شد.

¹ Gilchrist Banks

² Petersen

Psychology and Educational Sciences Law and Social Sciences at the beginning of Third Millennium

اندیشی سبب می شود که آنان در فرایند ارتباطی با همسر خود نیز نگرشی مثبت تر داشته و مجموع این عوامل باعث می شود که آنان صمیمیت زناشویی بالاتری را کسب نمایند.

پژوهش حاضر با محدودیت های جغرافیایی (انجام پژوهش در شهر اصفهان)، محدودیت جنسیتی (انجام پژوهش فقط بر روی زنان) و محدودیت در برگزاری مرحله پیگیری (به دلیل محدودیت زمانی) مواجه بود.

منابع

عباسی مولید ح؛ فاتحی زاده م؛ قمرانی ا. (1392). تأثیر زوج درمانی گلاسر بر افزایش تعهد اخلاقی زوجین، مجله بصیرت و تربیت اسلامی، 10(25)، 59-80.

دریایی م. (1386). بررسی اثر بخشی آموزش مفاهیم نظریه ی انتخاب و فنون واقعیت درمانی در افزایش صمیمت زوجین. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی.

شفیع آبادی ع؛ دلاور ع؛ سدرپوشان ن. (1384). تأثیر شیوه واقعیت درمانی گروهی بر کاهش اضطراب دانش آموزان نوجوان دختر. مجله دانش و پژوهش در روانشناسی، ش 25، ص 21-34.

شفیعی نیا ا. (1388). اثربخشی گفتگوی موثر بر تعارضات زناشویی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اراک. مجله اندیشه و رفتار. شفیع آبادی ع، ناصری غ. (1390). نظریه های مشاوره و روان درمانی، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.

مسگری م، حسن آبادی ح، نجات ح. (1393). اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر سبک های هویت دانش آموزان دوره ی متوسطه شهرستان مشهد، پژوهش های روان شناسی بالینی و مشاوره، سال 40، شماره 1، 135-154.

وفائی جهان ز، سپهری شاملو ز، صالحی فدردی ج. (1392). مقایسه اثربخشی برنامه غنی سازی و ارتقاء زندگی و واقعیت درمانی بر بهبود شاخص های درمانی اعتیاد سوء مصرف کنندگان مواد، پژوهش های روان شناسی بالینی و مشاوره، دوره سوم، شماره 1، 99-118.

Glasser, W & Glasser, C. (2008): eight lessons for a happier marriage. *New york*

Bagorozzi, D. A. (1999). Marital intimacy: assessment and clinical considerations. In J. Carlson & L. Sperry (Eds), *the intimate couple* (pp. 66-83). Philadelphia: Brunner/ mazel.

Glasser, W. (2004). A New Vision for Counseling. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 12(4): 339-341.

Yong EM, Long L. (1998). *Counseling and Therapy for Couples*. 2nd ed. New York. International Thomson Publishing Co. 34-5.

Gilchrist Banks, S. (2009). Using choice theory and reality therapy to enhance student achievement. Alexandria, VA: American School Counseling Association.

Wubbolding, R. E; Brickell, J; Imhof, L; In-za Kim, R; Lojk, I & Al-Rashidi, B (2004). Reality Therapy: A Global Perspective. *International Journal for the Advancement of Counselling*. 26 (3), 219-228.

Caterin L C. The effect of reality therapy based group counseling on the self esteem; Charlottesville: University of Virginia; 2008.

Petersen, M. (2009). Perceptual Differences Between Adults and Adolescents on Meeting Their Need for Love. *International Journal of Reality Therapy*, Vol. X XV, number 1.