

اثربخشی آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تعاملی -

شناختی بر رضایت زناشویی

مهدی خان آبادی^۱، نگین انباری میبیدی^{۲*}، فردوس مهدی زاده^۳

^۱گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران، ^۲گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران، ^۳گروه مشاوره خانواده، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

تاریخ وصول: ۱۳۹۳/۱۰/۲۳ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۴/۱۵

چکیده

زمینه و هدف: یکی از جنبه‌های مهم هر نظام زناشویی رضایتی است که هر یک از زوجین در ازدواج تجربه می‌کنند. با توجه به اهمیت کاربرد رویکردهای التقاطی در این زمینه، این پژوهش به منظور بررسی تأثیر روش روانی - آموزشی تحلیل تعاملی - شناختی بر رضایت زناشویی انجام شد.

روش بررسی: این مطالعه مداخله‌ای با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس با جایگزینی تصادفی در سال ۱۳۸۸-۱۳۸۹ در ۱۰ زوج در گروه آزمایشی و ۱۰ زوج در گروه گواه انجام شد. آزمودنی‌ها به صورت تصادفی از بین زوج‌هایی که به مراکز مشاوره تحت نظارت سازمان بهزیستی شهرستان یزد مراجعه کرده بودند، انتخاب شدند. گروه آزمایش تحت آموزش تحلیل تعاملی - شناختی قرار گرفتند و بر روی گروه گواه مداخله‌ای اعمال نشد. رضایت زناشویی با استفاده از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ، قبل و بعد از مداخله اندازه‌گیری شد. در نهایت داده‌ها با استفاده از تحلیل کواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: دوره روانی - آموزشی روش تحلیل تعاملی - شناختی به طور معنی‌دار ($p < 0.05$) موجب افزایش رضایت زناشویی در خرده مقیاس‌های ویژگی‌های شخصیتی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد در پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ شد.

نتیجه‌گیری: تحلیل تعاملی - شناختی با آموزش در مورد تنظیم روابط، همچنین تغییر شناخت‌های ناکارآمد که در نتیجه روابط زناشویی مخرب ایجاد یا تشدید شده، با تغییر عوامل درون فردی و میان فردی باعث افزایش میزان رضایت زناشویی می‌شود.

واژه‌های کلیدی: تحلیل تعاملی - شناختی، رضایت زناشویی، زوجها

*نویسنده مسئول: نگین انباری میبیدی، سمنان، دانشگاه سمنان، گروه روانشناسی بالینی

Email: Negin.Anbari@Gmail.com

مقدمه

ازدواج پیوند اجتماعی صمیمانه‌ای میان زن و مرد است که می‌تواند منشأ شادمانی و یا رنجی عمیق برای آنان گردد. از جمله انگیزه‌های برقراری این روابط صمیمانه، می‌توان به دستیابی به عواطف مثبت اشاره کرد که موجبات شادمانی و رضایت زوج‌ها را فراهم می‌کند (۱). در واقع یکی از جنبه‌های بسیار مهم در یک نظام زناشویی، رضایتی است که هر یک از طرفین در این رابطه تجربه می‌کنند (۲). منظور از رضایت زناشویی، حالتی روانی است که منعکس‌کننده منافع و هزینه‌های ازدواج با یک فرد خاص است (۳). میزان رضایت زناشویی را می‌توان با استفاده از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ^(۱) مورد ارزیابی قرار داد (۴).

عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی را می‌توان از دو دیدگاه بین‌فردی و درون‌فردی مورد مطالعه قرار داد. در دیدگاه بین‌فردی، مشکل اساسی زوج‌های ناراضی، به ناسازگاری روابط بین آنها برمی‌گردد. بدین صورت که زوجین در تماس با هم، کنش‌ها و واکنش‌های منفی زیادی نشان می‌دهند (۵). در دیدگاه درون‌فردی نیز به سهم ویژگی‌های شخصیتی هریک از زوج‌ها در رضایت‌مندی زناشویی پرداخته می‌شود (۶). عوامل درون‌فردی و میان‌فردی مؤثر بر رضایت زناشویی زوج‌ها را می‌توان از طریق نظریات مختلف مورد بررسی قرار داد. یکی از کاربردی‌ترین رویکردهایی که برای تحلیل روابط میان‌فردی زوج‌ها به کار می‌رود، نظریه تحلیل روابط

متقابل یا تحلیل تعاملی^(۲) است (۷). همچنین با استفاده از تکنیک‌های درمان شناختی، می‌توان با تغییر عوامل درون‌فردی که باعث عدم رضایت زناشویی شده، در جهت افزایش رضایت زناشویی استفاده کرد (۸). واضح است که عوامل درون‌فردی و میان‌فردی، می‌توانند یکدیگر را تحت تأثیر قرار دهند (۹).

نظریه تحلیل رفتار متقابل، که به وسیله اریک برن معرفی شد، در مدیریت روابط و رفتار کاربرد بسیار دارد (۱۰). طبق این نظریه، هر فرد بسته به موقعیتی که در آن قرار دارد از یکی از سه حالت من "والد، بالغ، کودک"، برای برقراری ارتباط با دیگران استفاده می‌کند، و از این طریق در مورد چگونگی رفتار و همچنین چگونگی آشکارسازی شخصیت در قالب رفتار، اطلاعاتی به دست می‌دهد (۱۱). یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های ارتباطی مطابق با نظریه تحلیل رفتار متقابل (TA)، می‌تواند باعث افزایش رضایت زناشویی شود (۱۲ و ۱۳). بدین صورت که هر یک از زوج‌ها با دسترسی به حالت من بالغ شخصیت، در جهت عدم وابستگی‌های عاطفی، تعارضی و کارکردی، تحقق بیشتر خود با رها شدن از پیش‌نویس‌های ناکارآمد (۱۴) و همچنین افزایش صمیمیت، گفتگوی مؤثر، بهبود روش انتقاد و بهبود نتیجه‌گیری از گفتگو (۱۵)، در جهت کاهش تعارض‌های زناشویی و افزایش رضایت زناشویی گام برمی‌دارند. البته

1-Enrich Marital Satisfaction Questioner

2-Transactional Analysis

چنانچه گفته شد، پیشینه پژوهشی نتایج متناقضی را در زمینه‌ی تأثیر آموزش تحلیل روابط متقابل بر نحوه گذراندن اوقات فراغت زوج‌ها، که یکی از خرده مقیاس‌های پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ است، نشان می‌دهد (۱۷-۱۵). همچنین پیشینه پژوهشی نشان می‌دهد که کمترین میزان رضایت زناشویی در زوج‌هایی که از روابط زناشویی رضایت کافی را نداشتند، مربوط به مولفه‌های نقش‌های برابری زن و مرد و همچنین موضوعات شخصیتی است (۲۴). به علاوه گرچه با توجه به تأثیر رویکرد شناختی و همچنین رویکرد تحلیل روابط متقابل در رضایت زناشویی، پژوهش‌هایی در این زمینه انجام شده، با این حال بر اساس مطالعه‌های گسترده پژوهشگران، مطالعه‌ای که به‌طور هم‌زمان این دو رویکرد را به صورت تلفیقی در مورد رضایت زناشویی به کار برده باشد، یافت نشد. بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مبتنی بر تلفیق تحلیل تعاملی - شناختی بر رضایت زناشویی در آیتم‌های ویژگی‌های شخصیتی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد، انجام شد.

روش بررسی

این پژوهش از نوع پژوهش‌های مداخله‌ای و در چارچوب طرح‌های پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل است. گروه نمونه پژوهش حاضر، شامل ۲۰ زوج بودند که به‌طور تصادفی از بین ۲۶ زوجی که

یافته‌های متناقضی هم در زمینه تأثیر استفاده از روش آموزشی تحلیل رفتار متقابل بر رضایت زناشویی به دست آمده است. به‌طوری که بعضی از یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهند که آموزش مهارت‌های ارتباطی TA، با افزایش توافق زوج‌ها در مورد نحوه گذراندن اوقات فراغت، باعث افزایش رضایت زناشویی آنها می‌شود (۱۶ و ۱۵) و بعضی از یافته‌های پژوهشی چنین رابطه‌ای را نشان نمی‌دهند. چنانچه پژوهشی نشان داد که تفاوت معنی‌داری بین زوج‌های متقاضی طلاق، با زوج‌هایی که تصمیم به طلاق ندارند، در نحوه گذراندن اوقات فراغت وجود ندارد (۱۷).

یکی دیگر از مداخلات روان‌شناختی که در زمینه‌ی افزایش رضایت زناشویی عمیقاً مورد استفاده قرار می‌گیرد، مداخلات مبتنی بر درمان شناختی است. اهمیت عوامل شناختی در رضایت زناشویی در حدی است که اولین کتاب علمی منتشر شده در زمینه ارتقاء روابط زناشویی، در رابطه با عوامل شناختی مؤثر بر روابط زناشویی است (۱۸). پیشینه پژوهشی نشان می‌دهد که رویکرد شناختی با تغییر شناخت‌ها، برداشت‌های ذهنی و تفکرات (نوع تفکر)، می‌تواند منجر به بهبود روابط بین زوجین و در نتیجه افزایش رضایت زناشویی شود (۱۹). همچنین اصلاح عوامل شناختی، با انعطاف‌پذیری زوجین در جهت حل تعارض‌ها (۲۱ و ۲۰) و همچنین تغییر عوامل خلقی به وجود آمده تحت تأثیر روابط مخرب (۲۳ و ۲۲)، می‌تواند منجر به افزایش رضایت زناشویی شود.

در تاریخ تیر تا مهر ۱۳۸۸ به مراکز مشاوره تحت نظارت سازمان بهزیستی شهرستان یزد مراجعه کرده بودند و ملاک‌های ورود به نمونه را داشتند، انتخاب شدند. ملاک ورود به نمونه شامل؛ هیچ‌یک از زوجین، مبتلا به بیماری جدی جسمی و روانی نباشند و در زمان اجرای پژوهش تحت درمان روانشناختی دیگر، استفاده از کتب و سایر برنامه‌های آموزشی روانشناختی نباشند (۲۵). ویژگی‌های جمعیت شناختی افراد نمونه به این صورت بود؛ حداقل بیست و حداکثر سی سال سن، مدت ازدواج حداقل یک و حداکثر هفت سال، تعداد فرزند حداقل یک و حداکثر دو و میزان تحصیلات حداقل دیپلم.

انتخاب نمونه به این صورت بود که ابتدا محقق اطلاعیه‌ای تهیه کرد و در هشت مرکز مشاوره در شهرستان یزد که تحت نظارت سازمان بهزیستی یزد بودند، نصب نمود. از بین زوج‌های مراجعه کننده به این هشت مرکز که ملاک‌های ورود به نمونه را دارا بوده و داوطلب شرکت در دوره بودند (بیست و شش زوج حائز شرایط فوق)، تعداد بیست زوج به تصادف انتخاب شدند و به صورت جایگزینی تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۰ زوج) و گواه (۱۰ زوج) گمارش شدند، به استثنای دو زوج که دارای دو فرزند بودند و برای حفظ مشابهت دو گروه آزمایش و گواه از نظر تعداد فرزند، هر یک به صورت تصادفی در گروه‌های جداگانه قرار گرفتند، پس از کسب رضایت آگاهانه، روی افراد هر دو گروه پرسشنامه رضایت زناشویی اجرا شد (پیش آزمون). سپس افراد گروه آزمایشی در

۸ جلسه‌ی یک و نیم ساعته که هفته‌ای یک بار برگزار می‌شد شرکت کردند. تلفیق دو نظریه در قالب برنامه‌ی روانی-آموزشی روش تحلیلی-تعاملی-شناختی، از نوع التقاط‌گرایی فنی محققین بوده است. به طوری که مجموعه‌ای از فنون دو نظریه کلاسیک تحلیل تعاملی اریک برن (۱۹۶۱) و نظریه کلاسیک شناختی آرون بک (۱۹۷۶) با نظر به مقاله تحلیل تبدیلی-شناختی رفتاری "نوشته جوانا ریچاردز (۲۰۰۸)، درسبک روانی-آموزشی محقق تلفیق شده است. فرد آموزش دهنده دارای مدرک کارشناسی ارشد مشاوره خانواده بوده که مدت دو سال در مراکز مشاوره به شغل مشاوره می پرداخته و مربی مورد تأیید سازمان بهزیستی نیز بوده است و در فرآیند آموزش فقط از ماژیک و تخته استفاده کرده است. این کلاس‌ها در محل شبکه فعالین ازدواج استان یزد که تحت نظارت سازمان ورزش و جوانان است انجام گرفته است. محتوای جلسات عبارتند از؛ جلسه اول: «آشنایی با مهم‌ترین اصطلاحات کاربردی دوره آموزشی-مشاوره‌ای»، جلسه دوم: «پیام‌های والد و کودک»، «تحریف‌های شناختی» و «آموزش تغییر خودگویی‌ها»، جلسه سوم: «تحلیل رفتار متقابل» و «نقش قاعده‌گذاری‌ها در تعاملات زناشویی»، جلسه چهارم: «نیاز انسان برای سازمان دادن به وقت»، جلسه پنجم: «بازیهای روانی ازدواج» و «نقش صمیمیت در زندگی زناشویی»، جلسه ششم: «مهارت حل مسأله»، «جلسه هفتم: «الگوهای پیام‌رسانی» و

کرد(۲۶). ضرایب آلفای کرانباخ برای خرده مقیاس‌های تحریف آرمانی^(۳)، رضایت زناشویی، موضوعات شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی^(۳)، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی^(۴)، فرزندان و فرزندپروری^(۵)، خانواده و دوستان، نقش‌های مساوات طلبی و جهت‌گیری مذهبی^(۶) زنان و مردان به ترتیب از این قرار است؛ ۰/۹۰، ۰/۸۱، ۰/۷۸، ۰/۸۵، ۰/۷۵، ۰/۷۴، ۰/۸۴، ۰/۷۱، ۰/۸۹، ۰/۷۲، ۰/۹۱ و ۰/۸۶. بنابراین پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ از همسانی درونی بالا و قابل قبولی برخوردار است. ضریب همبستگی پرسشنامه انریچ با مقیاس‌های رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶۰ و با مقیاس‌های رضایت از زندگی از ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشانه روایی سازه آن است. کلیه خرده مقیاس‌های پرسشنامه انریچ زوج‌های راضی و ناراضی را متمایز می‌کنند و این نشان می‌دهد که این پرسشنامه از روایی ملاکی خوبی برخوردار است. در فرم ۱۱۵سؤالی انریچ، نمره‌گذاری به صورت عینی است. نمره ی ۱۱۵ و پایین‌تر نشانه‌ی رضایت زناشویی پایین، از ۱۱۵ تا ۲۳۰ نشانه رضایت زناشویی متوسط، از نمره ۲۳۰ تا ۳۴۵ رضایت زناشویی بالا و نمره ۴۶۰ و بالاتر رضایت زناشویی ایده آل را نشان می‌دهد(۲۶).

1-ENRICH: enhancing and nurturing relationship issues, communication and happiness
2-Idealistic Distortion
3-Financial Management
4-Sexual Relationship
5-Children and Parenting
6-Religious Orientation

«رموز ارتباط صمیمانه» و جلسه هشتم: «نیاز انسان به نوازش».

در ابتدای هر جلسه، مطالب جلسه قبل مرور و تکالیفی که باید انجام می‌شدند بررسی می‌شد. سپس محتوای آموزشی آن جلسه آموزش داده می‌شد و در صورت لزوم تکالیف به صورت فردی یا گروهی انجام می‌شد. در انتها مطالب ارایه شده در آن جلسه جمع‌بندی می‌شد و تکالیف هفته آینده تعیین می‌شد. ملاک‌های خروج از نمونه عبارت بودند از غیبت در جلسات دوره‌ی روانی - آموزشی روش تحلیل تعاملی - شناختی و استفاده از مداخلات دیگر شامل؛ مطالعه کتاب، مشاوره، فیلم آموزشی و غیره. از ۲۰ نمونه انتخابی اولیه، هیچ نمونه‌ای حذف نشد. پس از اتمام مداخله، از هر دو گروه آزمایشی و گواه، با استفاده از پرسشنامه رضایت زناشویی پس‌آزمون گرفته شد.

در تحقیق حاضر به منظور اندازه‌گیری رضایت زناشویی از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (پربارسازی و تقویت رابطه، ارتباط و خشنودی)^(۱) استفاده شده است. این پرسشنامه به وسیله اولسن و دراکمن (۱۹۸۹) طراحی شده که به منظور تعیین حیطه‌های کاری و نقاط قوت روابط زناشویی به کار می‌رود. همچنین از این پرسشنامه برای تشخیص زوج‌هایی استفاده می‌شود که نیاز به مشاوره و تقویت رابطه خود دارند. این آزمون دارای دو فرم ۱۱۵ و ۱۲۵سؤالی است که از ۱۲ خرده آزمون تشکیل شده است. رسولی در سال ۱۳۸۳ ضریب اعتبار آن را از طریق ضرایب آلفای کرانباخ محاسبه

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل کواریانس چندمتغیری و آزمون تعقیبی شفه استفاده شد. هدف تحلیل و بررسی میزان اثربخشی دوره روانی - آموزشی روش تحلیل تعاملی - شناختی در سه خرده مقیاس ویژگی‌های شخصیتی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد در پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ می‌باشد. لازم به ذکر است که در این پژوهش برای رعایت اصول اخلاقی سعی شد که هدف از اجرای پژوهش برای شرکت کنندگان روشن شود. همچنین شرکت در جلسه‌ها به صورت کاملاً آگاهانه و اختیاری بود. همچنین در انتهای پژوهش ۶ زوجی که در پژوهش شرکت نکرده بودند نیز تحت آموزش قرار گرفتند.

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان در این پژوهش شامل ۱۰ زوج در گروه آزمایشی و ۱۰ زوج در گروه گواه بودند. شاخص‌های توصیفی مربوط به سن، طول مدت ازدواج، میزان درآمد، تحصیلات و تعداد فرزندان در جدول ۱ آمده است.

نتایج آزمون کلموگروف - اسمیرنوف نشان داد که سطح معنی‌داری هر سه متغیر ویژگی‌های شخصیتی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد، بیشتر از ۰/۰۵ می‌باشد. در نتیجه توزیع نمرات نرمال بوده و می‌توان از

آزمون‌های پارامتریک استفاده کرد. همچنین جهت آزمون مناسب بودن متغیرهای مورد بررسی، از آزمون تی تک نمونه‌ای استفاده شد. نتایج نشان داد اولاً چون میانگین هر سه متغیر بالاتر از حد متوسط می‌باشد و از سوی دیگر چون سطح معنی‌داری کلیه عوامل کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد، پس متغیرهای انتخاب شده مناسب بوده و می‌توان از طریق آنها موضوع تحقیق را بررسی کرد. در این راستا به منظور ارزیابی اثربخشی تلفیق روش تحلیل تبدیلی - شناختی بر رضایت زناشویی و کنترل اثر پیش آزمون از تحلیل کواریانس استفاده شد. نتایج آزمون همگنی واریانس‌ها در خرده آزمون‌های رضایت زناشویی نشان داد که F به دست آمده برای متغیرهای ویژگی‌های شخصیتی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد به ترتیب برابر با ۰/۰۸۲، ۰/۵۳۳ و ۰/۴۲۱ و هر سه در سطح ۰/۰۵ معنی‌دار می‌باشند. به عبارت دیگر معنی‌داری F نشان دهنده وجود همگنی ماتریس واریانس کواریانس است.

شاخص‌های توصیفی و نتایج تحلیل کواریانس برای متغیرهای پرسشنامه رضایت زناشویی در دو گروه آزمایشی و گواه در جدول ۲ ارائه شده است. نتایج حکایت از آن داشت که گروه آزمایشی با گروه گواه در هر سه متغیر ویژگی‌های شخصیتی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد در پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ، تفاوت معنی‌دار داشته‌اند. همان‌گونه که در

بحث

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی دوره‌ی روانی - آموزشی روش تحلیل تعاملی - شناختی بر خرده مقیاس‌های ویژگی‌های شخصیتی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد در پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ بود. یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که دوره روانی - آموزشی تحلیل تعاملی - شناختی، رضایت زناشویی را در خرده مقیاس‌های ویژگی‌های شخصیتی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد، به طور معنی‌دار افزایش می‌دهد.

جدول ۲ مشاهده می‌شود، اثربخشی دوره روانی - آموزشی روش تحلیل تعاملی - شناختی بر میزان خرده مقیاس ویژگی‌های شخصیتی پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ معنی‌دار است و میزان این تأثیر ۹۱ درصد است. به بیان دیگر با کنترل تأثیر پیش‌آزمون، ۹۱ درصد کل واریانس‌ها یا تفاوت بین گروه‌های آزمایش و گواه، ناشی از اعمال متغیر مستقل است. میزان اثربخشی دوره روانی - آموزشی روش تحلیل تعاملی - شناختی بر میزان خرده مقیاس‌های فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد در پرسشنامه‌ی رضایت زناشویی انریچ نیز به ترتیب ۹۰ و ۹۷ درصد می‌باشد.

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی گروه آزمایش و گروه گواه

گروه	میانگین سنی	میانگین مدت تأهل	میانگین میزان درآمد (تومان)	جنسیت	سطح تحصیلات (درصد)		
					دیپلم	فوق دیپلم	لیسانس
گروه آزمایشی	۲۵/۳	۳/۴	۴۴۵ هزار	زن	۲۰	-	۸۰
گروه گواه	۲۴/۶	۳/۷	۴۴۵ هزار	زن	۴۰	-	۶۰
				مرد	۳۰	-	۶۰

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی و نتایج تحلیل کواریانس برای متغیرهای گروه آزمایشی و گواه

متغیر	آماره	میانگین نمرات پیش آزمون	میانگین نمرات پس آزمون	انحراف استاندارد پیش آزمون	انحراف استاندارد پس آزمون	درجه آزادی	نسبت F	سطح معنی‌داری	اندازه اثر
ویژگی‌های شخصیتی	گروه گواه	۳/۰۲	۳/۴۰	۰/۲۹۸	۰/۳۹۶	۱/۳۸	۴۱/۸۵	۰/۰۰۰	۰/۹۱
	گروه آزمایش	۳/۳۳	۳/۷۴	۰/۳۴۹	۰/۳۵۸				
فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت	گروه گواه	۲/۶۹	۲/۱۲	۰/۷۲۱	۰/۳۰۴	۱/۳۸	۲۳/۲	۰/۰۰۰	۰/۹۰
	گروه آزمایش	۲/۰۷	۲/۸۴	۰/۴۹۸	۰/۵۳۴				

				۰/۳۴۴	۰/۲۰۳	۲/۴۷	۲/۲۲	گروه گواه	نقش های مربوط به
۰/۹۷	۰/۰۰۰	۱۰/۲	۱/۳۸	۰/۳۲۶	۰/۲۲۷	۲/۹۴	۲/۳۵	گروه آزمایش	برابری زن و مرد

*p<۰/۰۵

درون فردی و شخصیتی را ارتقاء بخشند و با توجه به این که ویژگی های شخصیتی تأثیر گسترده ای بر رفتار افراد از جمله روابط میان فردی دارد (۲۸)، هر یک از زوج ها با تنظیم حالت های من در موقعیت های مختلف، طوری رفتار می کنند تا پاسخگوی نیاز خود و همسرش باشد. در نتیجه فعالیت های مربوط به اوقات فراغت و همچنین نقش های مربوط به برابری زن و مرد بهبود می یابد. پژوهش ها همچنین نشان می دهند که رابطه مخرب بین زوج ها ممکن است باعث ایجاد حس های منفی از قبیل احساس ناکامی و خشم در فرد شود (۲۹). به عبارتی نه تنها عوامل درون فردی مخرب می تواند روابط بین فردی را در جهت منفی تحت تأثیر قرار دهند، روابط بین فردی مخرب نیز ممکن است باعث ایجاد عوامل درون فردی منفی شود. تغییر این عوامل شناختی می تواند منجر به انعطاف پذیری بیشتر زوج ها در جهت حل تعارضات شود (۳۰). همچنین افراد ممکن است با یکسری انتظارات و باورها درباره نقش خود و همسران خویش وارد زندگی زناشویی شوند. ممکن است بسیاری از این انتظارات غیرواقع بینانه باشند و در نتیجه باعث دلسردی، بی اعتمادی و خصومت گردد (۳۱). درمان شناختی با تغییر عوامل درون فردی و در نتیجه آن تغییر و بهبود روابط میان فردی، باعث ارتقاء رضایت زناشویی می شود.

پژوهش های قبلی در این زمینه به چنین نتایجی دست یافتند. پژوهش میراحمدی زاده و همکاران نشان داد که آموزه های تحلیل تعاملی، به فرد در زمینه خودشناسی و حل تعارض های شخصیتی و همچنین دستیابی به بالغ شخصیت وحدت یافته و در نتیجه بهبود روابط میان فردی زوجین کمک می کند. این پژوهش نشان می دهد که چگونه آموزه های تحلیل تعاملی، در یک فرآیند اصلاح درون فردی و میان فردی به ارتقاء رضایت زناشویی منجر می شود (۲۷). پژوهش سلامت و همکاران نیز در زمینه ی تأثیر آموزش مهارت های ارتباطی (TA) بر زوج ها نشان داد آموزش TA با تأثیر بر آگاهی و شناخت زوج ها از اجزای شخصیت خود و همسرشان، باعث تنظیم روابط میان فردی و توافق بر سر نحوه گذراندن اوقات فراغت و در نتیجه افزایش رضایت زناشویی می شود (۱۵). همچنین پژوهش ها نشان دادند که با آموزش TA هر یک از زوج ها یاد گرفتند که چگونه با نیازهای خود صادق باشند و با تنظیم رابطه، به نیازهای خود تحقق بخشند. در واقع آموزش TA در جهت توجه به خود و به دست آوردن موفقیت مؤثر بود (۱۲). این عامل می تواند باعث تنظیم رابطه در جهت نقش های برابر زن و مرد شود. به طور کلی می توان این طور استنباط کرد که آموزش مهارت های تعاملی تقابلی به هر یک از زوج ها کمک می کند تا عوامل

گوناگون، همچنین تغییر شناخت‌های منفی و ناکارآمد که در نتیجه روابط زناشویی مخرب ایجاد یا تشدید شده، می‌تواند با جهت تغییر ویژگی‌های شخصیتی که علت یا معلول رضایت زناشویی پایین هستند، همچنین تنظیم روابط بین فردی از جمله نحوه گذراندن اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد، رضایت زناشویی را افزایش دهد.

تقدیر و تشکر

این مطالعه حاصل پایان‌نامه کارشناسی ارشد می‌باشد که با حمایت سازمان بهزیستی استان یزد انجام شد.

از مهم‌ترین پیامدهای کاربردی این پژوهش این است که بهترین شیوه برای افزایش رضایت زناشویی این است که هم‌زمان به عوامل درون فردی و میان فردی پرداخته شود. واضح است برای دستیابی به این منظور رویکردهای التقاطی بهتر عمل می‌کنند. این پژوهش واجد کاستی‌هایی نیز می‌باشد که در تعمیم یافته‌ها و استنباط‌هایی از پژوهش باید به آنها توجه شود. تأثیر متغیرهای مداخله‌گر، تأثیر اجرای پیش‌آزمون، روش اجرای پژوهش که قابلیت تعمیم را محدود می‌کند، مزاحمت‌های ناشی از قرار گرفتن آزمودنی‌ها در معرض دخالت متغیرهای مستقل متعدد از مهم‌ترین این محدودیت‌ها بودند. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده این روش تلفیقی با اثرات مداخله‌ای ناشی از هر یک از نظریه‌ها (تحلیل تبادلی و شناخت درمانی) به صورت جداگانه مورد مقایسه قرار گیرد، تا مشخص شود آیا بین مداخله از طریق این روش تلفیقی و هر یک از نظریه‌ها به صورت جداگانه تفاوتی وجود دارد یا خیر؟

نتیجه‌گیری

چنانچه ذکر شد نتایج این پژوهش نشان داد که دوره‌ی روانی - آموزشی تحلیل تعاملی - شناختی، رضایت زناشویی را در خرده مقیاس‌های ویژگی‌های شخصیتی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت و نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد، به‌طور معنی‌دار افزایش می‌دهد. تحلیل تعاملی - شناختی با آموزش در مورد حالت‌های من و تنظیم روابط در موقعیت‌های

REFERENCES

1. Williams K, Sassler S, Nicholson L. For better or for worse? The consequences of marriage and cohabitation for single mothers. *Social Forces* 2008; 86: 1481-511.
2. Taniguchi ST, Freeman PA, Taylor S, Malcarne B. A study of married couples' perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. *Journal of Experiential Education* 2006; 28(3): 253-6.
3. Fazel A, Hagh SH, Keshavarz Z. The Predictive power of personality traits and life Style on a Couple satisfaction Women nurses in Shiraz. *J Sci Res Sociol Women* 2011; 2-3: 141-8.
4. Safipour Gh, Fathi-Aghdam Gh, Pouyamanesh J. The Relationship between Sensation Seeking and Marital Satisfaction among Women in Sirjan. *AC J Psy Stud* 2014; 3(2): 181-9.
5. Askari P, Hafezi F, Gamshidi S. Documents relating to style and personality characteristics of marital satisfaction on Female nurses in Ilam. *J Islamic Azad Uni Ahvaz* 2010; 18-25.
6. Bani AH. The effect of effective individual-social factor on 32-marital satisfaction human science. *J Sistan Bluchestan Uni* 2002; 5: 27-31.
7. Byrne M, Carr A, Clark M. The efficacy of behavioral couples therapy and emotionally focused therapy for couple distress. *Contemporary Family Therapy* 2004; 26(4): 361-84.
8. Gardi AH. Effect of psychological intervention on marital satisfaction rate of infertile couples. *International Journal of Educational Policy Research and Review* 2014; 1(3): 28-36.
9. Rafiee M. Effectiveness of training communication skills and conflict resolution on the quality of life and psychological well-being of infertile women (dissertation). Tehran: Payamenoor University; 2009.
10. Firouzbakht M. Eric Berne: founder of Transactional analysis. Tehran: Danjhe Publishrs; 2005; 24.
11. Stewart I, Joines V. *TA Today: A New Introduction to Transactional Analysis*. 2nd ed . Chapel Hill, NC: Lifespace; 2012.
12. Teymoori E, Tejare R. Evaluating the effectiveness of group interaction analysis in positive feelings of female spouses living in Tehran. *MAGNT Research Report* 2014; 2(2): 1101-5.
13. Sadeghi M, Hezardastan F, Ahmadi A, Bahrami F, Etemadi O, Fatehizadeh F. The Effect of Training through Transactional Analysis Approach on Couoles Communications Pattern. *World Applied Sciences Journal* 2011; 2(8): 1337- 41.
14. Mashhadi-Farahani M, Afrooz Gh, Ahadi H. Transactional and analytic group therapy on marital satisfaction. *Andisheh va Raftar* 2010; 4(15): 51-8.
15. Salamat M, Zamani AR, Alahyari T. The effect of teaching communication skills on marital conflict by transactional analysis. *Applied Psychology* 2011; 1(3): 29-42.
16. Nasibolbaka A. A comparison of individual and personal factors in compatible and incompatible couples in Tehran (Dissertation). Khorasgan: Azad University; 1994.
17. Bagherian Nejad Z. A comparison of marital dissatisfaction of men and women in divorce in Esfahan (Dissertation). Tehran; Tarbiat Moalem; 2001.
18. Terman LM, Bittenwieser P, Ferguson LW, Johnson WB, Wilson DP. *Psychological factors in marital happiness*. New York: McGraw-Hil; 1938; 97.
19. Bernstein PH, Bernstein MT. *Behavioral- Relational Marital Therapy*. Trans. by Pour Abedini. Naiini SH, Monshi Gh(editors). Tehran: Roshd Press; 2001; 39-42.
20. Arieta MT. *Women s'couple relationship satisfaction: The impact of family structure and interparental conflict* (Dissertation). Sanfrancisco University; 2008.
21. Hamamci Z. *dysfunctional relationship beliefs in martial satisfaction & adjustment*. *Social Behavior & Personality: an International Journal* 2005; 33(4), 313-328.
22. Hollist C, Miller RB, Falceto OG, Fernandes CC. Marital satisfaction and depression: A replication of the marital discord model in a Latino sample. *Fam Process* 2007; 46: 485-97.
23. Beach SRH, Katz J, Kim S, Brody GH. Prospective effects of marital satisfaction on depressive symptoms in established marriages: A dyadic model. *J Soc and Person Rel* 2003; (10): 405-10.
24. Pourdehghan M, Mohammadi SH, Mahmmudnia AR. Relation between Self – Esteem and Marital Satisfaction among Guidance School Teachers. *Journal of Applied Psychology* 2008; 4(8): 701-12.

25. Zainah AZ, Nasir R, Ruzy Suliza H, Noraini M. Effects of demographic variables on marital satisfaction. *Asian Social Science* 2012; 8(9): 46-9.
26. Janbaz-fereidooni K, Tabrizi M, Navaee-nejad SH. The impact "self regulation brief couple therapy" increase couple's satisfaction in the clients of babolsar farhangian clinic. *J Family Research* 2008; 4(3): 213-29.
27. MirahmadiZade AR, Nakhaee N, Tabatabae SHR, Shafeeian R. Marital satisfaction and Factors affect it in Shiraz. *Andishe va Raftar* 2003; 4(8), 56-63.
28. Sato T, McCann D. Individual differences in relatedness and individuality: An exploration of two constructs. *Person Individual Differ* 1998; 24: 847-59.
29. Sodani M, MehrabiZade M, Soltani Z. Effectiveness of transactional analysis on increase the performance of incompatible couples. *J Family Counseling and Psychotherapy* 2012; 2(3): 268-87.
30. Rajabi GH, Kasmaee S, Jabari H. Effect of cognitive couple therapy in reducing depression and Increase of marital satisfaction. *Journal of Clinical Psychology* 2010; 4(8): 9-17.
31. Eidelson RJ, Epstein N. Cognition and relationship maladjustment: development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 1982; 50(5): 715-20.

Efficacy of the Education Based on the Integration of Transactional-cognitive Analysis on Marital Satisfaction

Khanabadi M¹, Anbari-Meybodi N^{2*}, Mahdizadeh F³

¹Department of Counseling, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran, ²Department of Psychology, University of Semnan, Semnan, Iran, ³Family counseling, Kharazmi University, Tehran, Iran

Received: 13 Jan 2015 Accepted: 6 Aug 2015

Abstract:

Backgrounds and aim: one of the most important aspects of every marital system is the satisfaction experienced by both sides. With respect to the importance of applying integrative approaches in such an issue, this study was conducted in order to investigate the effect of mental-educational method of interactive-cognitive analysis on marital satisfaction.

Methods: The present interventional study was conducted based on the method of in access sampling with random replacement (2007-2008) with ten couples in experimental group and 10 couples in control group. Examinees were randomly picked out of couples referred to consulting centers of Yazd Wellbeing Organization. Experimental group underwent education based on the integration of Transactional-cognitive analysis, while control group did not receive any treatment. Marital satisfaction was evaluated by means of Enrich Marital Satisfaction Questionnaire, before and after intervention.

Results: Mental-educational method of interactive-cognitive analysis, significantly ($P < 0.05$) increased marital satisfaction in terms of sub-scales of personal traits, leisure activities, and roles related to man-woman equality.

Conclusion: It can be concluded that Transactional-cognitive analysis with an education on relation setting, as well as verifying malfunctioning cognitions resulted from or escalated due to destructive marital relations, leads to an increase in marital satisfaction, with altering inter and intra-personal factors.

Keywords: Transactional-cognitive analysis, Marital Satisfaction, Couples

*Corresponding author: Anbari-Meybodi N, Department of Psychology, University of Semnan, Semnan, Iran

Email: Negin.Anbari@Gmail.com

Please cite this article as follows:

Khanabadi M, Anbari-Meybodi N, Mahdizadeh F. Efficacy of the Education Based on the Integration of Transactional-cognitive Analysis on Marital Satisfaction. Armaghane-danesh 2015; 20 (7): 639-650.