

دانشور

رفتار

تربیت و اجتماع

• دریافت مقاله: ۸۸/۴/۱۴

• پذیرش مقاله: ۸۹/۹/۳

Scientific-Research Journal
of Shahed University
Seventeenth Year,
No.45
Feb.-Mar. 2011
Education and Society

دوماهنامه علمی - پژوهشی
دانشگاه شاهد
سال هفدهم - دوره جدید
شماره ۴۵
اسفند ۱۳۸۹

تأثیر آموزش فنون مشاوره شناختی بر بهبود عملکرد خانواده در زوجین ناسازگار

نویسندگان: حسن زارعی محمودآبادی^{۱*}، دکتر سید جلال یونسی^۲،
دکتر سید احمد احمدی^۳، دکتر فاطمه بهرامی^۴، دکتر عذرا اعتمادی^۵ و
دکتر مریم السادات فاتحی زاده^۶

۱. عضو هیئت علمی دانشگاه یزد

۲. استادیار دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران

۳. استاد گروه مشاوره دانشگاه اصفهان

۴. دانشیار گروه مشاوره دانشگاه اصفهان

۵. استادیار گروه مشاوره دانشگاه اصفهان

*Email: Zareei_h@yahoo.com

چکیده

پژوهش حاضر با هدف آموزش فنون مشاوره شناختی به زوجین ناسازگار به منظور بهبود عملکرد خانواده آن‌ها انجام شد. پژوهش نیمه تجربی از نوع تک آزمودنی و مبتنی بر طرح چند خط پایه‌ای بود. جامعه پژوهش، زوجینی بودند که به مرکز مشاوره فرهنگ سرای جوان (تهران) در سال ۱۳۸۸ مراجعه کردند. چهار زوج با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند، انتخاب شدند و به کمک پرسش‌نامه سنجش عملکرد خانواده (FAD) زوجین، پیش از آموزش و بعد از آموزش، هر هفته تا پایان جلسات، ارزیابی شدند. داده‌های به دست آمده با استفاده از روش ترسیم نمودار تحلیل شد. نتایج نشان داد که میانگین نمره‌های زوجین در پیش‌آزمون در خرده مقیاس‌های حل مساله، ارتباط، نقش‌ها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی و کنترل رفتار، نسبت به پیش‌آزمون، کاهش یافته است بنابراین آموزش فنون مشاوره شناختی باعث بهبود عملکرد خانواده در زوجین ناسازگار، شده است.

کلید واژه‌ها: مشاوره شناختی، زوجین ناسازگار، تک آزمودنی، عملکرد خانواده

مقدمه

عملکرد یا کارایی^۱ خانواده تلاش مشترکی است برای برقراری و حفظ تعادل در خانواده؛ خانواده دارای عملکرد مطلوب، یک منظومه باز است که اعضای خانواده بطور عاطفی به هم پیوسته اند ولی با این وجود برای گسترش هویت فردی خود تشویق شده اند. فضای چنین خانواده ای مملو از عشق و پذیرش بدون قید و شرط هر عضو خانواده است. در نتیجه این عشق و پذیرش، خانواده می تواند تعارض را تحمل کند و با میل و رغبت، درخواست کمک اعضا را اجابت کند [۱]. کارایی یا عملکرد خانوادگی دارای دو بعد درون خانگی^۲ و برون خانگی^۳ است. لذا هم تابع شرایط اجتماعی - فرهنگی و اقتصادی جامعه می باشد و هم تابع آرایش اعضا و ساخت خانواده [۱]. کولاپینتو [۲] زوجینی را که به طرز شایسته ای از عهده تغییر و تحولات درونی و بیرونی بر آیند، خانواده کارا یا زوجین کارآمد می نامد. ملاک کارایی در خانواده آن نیست که در آن فشار روانی، تعارض و مشکل وجود نداشته باشد بلکه این است که خانواده تا چه اندازه در تحقق وظایف و کارکردهایش توانا می باشد که به نوبه خود به ساخت و توانایی سازگاری زوجین بستگی دارد. عملکرد خانواده در زوجین سازگار و ناسازگار متفاوت است. و در تمامی ابعاد عملکرد خانواده با یکدیگر تفاوت دارند. این ابعاد شامل:

حل مشکل^۴: این بعد به توانایی خانواده یا زوجین در حل مشکلات در حدی که بتواند کارایی موثری داشته باشد اطلاق می گردد در این سازه دو حوزه ابزاری و عاطفی وجود دارد. حوزه ابزاری مربوط به مسائل عملی و روزمره زندگی از قبیل تهیه خوراک، مسکن، پوشاک و تامین بودجه خانواده در حد کفایت است و حوزه عاطفی مربوط به احساسات (از قبیل خشونت یا عدم اعتماد میان اعضای خانواده).

- ارتباط^۵: این بعد به توانایی خانواده در تبادل اطلاعات و همچنین میزان وضوح و صراحت اطلاعات مبادله شده مربوط می باشد.

- نقشها^۶: این بعد با الگوهای تکراری رفتار افراد خانواده در ارتباط می باشد. الگوهایی که اعضاء بوسیله آنها کارکردهای خانواده را محقق می سازند.

- واکنشهای عاطفی^۷: این عنوان به چگونگی واکنش عاطفی خانواده در روابط خود، توانایی اعضای خانواده در ابراز احساسات و همچنین تناسب واکنشهای عاطفی آنها با موقعیت (هم از لحاظ کیفی و هم کمی) اطلاق می گردد.

- مشارکت یا همراهی عاطفی^۸: در این بعد نوع مشارکت و درگیری اعضای خانواده با یکدیگر مورد بررسی قرار گرفته و میزان و کیفیت علاقه و توجه اعضای خانواده به یکدیگر ارزیابی می شود. خانواده مسئول تامین نیازهای عاطفی اعضای خود بوده و این مسئولیت معمولاً هنگام بلوغ فرزندان، هنگامی که آنها به درجه ای از رشد برسند که برخی از نیازهایشان توسط افراد خارج از خانواده تامین بگردد، کاهش می یابد.

- کنترل رفتار^۹: این سازه در برگیرنده قواعدی است که خانواده بر اساس آن امورش را می گذراند. همچنین این بعد میزان تأثیر و نفوذ اعضای خانواده بر یکدیگر را نیز شامل می شود. بقا و سازگاری خانواده مستلزم شیوه هایی جهت مهار رفتار اعضای آن است [۱].

(منظور از زوجین سازگار، زوجینی هستند که از زندگی زناشویی خود رضایت داشته و به شیوه های سازگارانده ای با یکدیگر ارتباط برقرار می کنند و زوجین ناسازگار، زوجینی هستند که از زندگی زناشویی خود رضایت نداشته و به شیوه های ناسازگارانده ای با یکدیگر ارتباط برقرار می کنند) [۳].

⁵ Communication

⁶ Roles

⁷ Affective Responsiveness

⁸ Affective Involvement

⁹ Behavior Control

¹ function

² intra-familial

³ extra-familial

⁴ solving- problem

اصلی و عامل سوء تفاهم فراموش می شود [۱۲]. پس زوجها بدین ترتیب از گزند تفکرات غیر منطقی و تعصب آمیز در زندگی مصون نخواهند بود و اگر بدرستی دقت شود ریشه بعضی از سوء تفاهمات زندگی در اندیشه های تعصب آمیز و غیر منطقی زوجها قرار دارد [۱۳]. انتظارات و ملاحظات متعصبانه ، ذهنیتی را بوجود می آورد که از نظر درمانی به آن "مجموعه شناخت^۱ می گویند [۱۴]. به عنوان مثال وقتی مردی همسرش را در این مجموعه قرار می دهد عملاً همه اعمال ، رفتار و گفتار او را مورد قضاوت قرار می دهد .

امروزه عوامل شناختی از مهمترین عوامل در فهم پویایی های زندگی زناشویی و تغییر رابطه زناشویی به شمار می رود [۱۵]. جایگاه خانواده و نبود مشکلات زناشویی برای داشتن کانون امن تا جایی اهمیت دارد که بر خلاف تمام شکستها و طلاقهایی که در جامعه دیده می شود آرزوی زندگی سالم و خانواده ای آرام پیش فرض فکری اذهان جوانان قبل از اینکه وارد زندگی شو ندمی باشد. و این دغدغه های ذهنی، فرایندی است که آینده ای آرام در سیستم فکری جوانان جستجو می کند [۱۶]. منظور از آموزش فنون مشاوره شناختی، مجموعه فنون و تکنیکهایی بر اساس نظریه های شناختی که مشاور به مراجع کمک می کند تا الگوهای تفکر تحریف شده رفتاری ناکارآمد خود را تغییر دهد [۱۷].

امانی [۱۸] با تحقیقی در زمینه اثربخشی درمان شناختی - رفتاری به شیوه گروهی بر رضایت مندی زناشویی در زنان به این نتیجه دست یافت که درمان شناختی رفتاری به شیوه گروهی موجب افزایش رضایت مندی زناشویی و افزایش عملکرد خانواده در زنان ، کاهش افسردگی ، ایجاد نگرشهای واقع گرایانه در رابطه زناشویی و افزایش کیفیت رابطه جنسی ، عاطفی در زندگی زناشویی زنان می گردد.

همچنین باکوم و اپشتاین^۲ [۱۵] نیز در مورد تأثیر

زندگی مشترک بین دو نفر خواه فرزند داشته باشند یا نه ، دارای کارکردهای متعددی است که از جنبه های مختلف قابل بررسی است [۴]. علاوه بر نقشی که خانواده در حفظ سلامت جسمی و روانی افراد دارد تأثیر به سزایی در پیشگیری از انواع آسیبهای اجتماعی و سلامت جامعه نیز دارد [۵]. متأسفانه آمار طلاق، اختلافات زناشویی و سست شدن بنیان خانواده ها رو به افزایش است. که این مساله، اثرات سویی بر اعضای خانواده دارد. چنانکه داوودی [۶] تعداد طلاق ثبت شده در سال ۱۳۸۸ ، ۹۴۰۴۰ مورد و آمار ازدواج را ۷۷۸۰۲۲ مورد گزارش نموده که میزان طلاق ، ۱۹/۳ درصد می باشد.

روان درمانگران به هنگام کار با زوجها (زن و شوهرها) با مجموعه ای از اختلالات فردی سر و کار دارند که اختلال هر فردی بر همسر وی اثر می گذارد [۷]. بنابراین اختلافات زناشویی معمولاً چیزی بیشتر از جمع صرف اختلافات هر دو همسر است [۸] که در اینجا نظریه سیستمها بر این عقیده است که حداقل قسمتی از مشکلات فرد از متن خانواده اش بر می خیزد که درمان شناختی - رفتاری و منطقی - هیجانی این موضوع را پذیرفته که هیجانها ، شناختها ، رفتارها و باورهای زوجین به عنوان یک رویداد محرک یا اثرگذار در بروز مشکلات نقش دارند [۹].

وقتی زوجها با هم زندگی می کنند و متعهد به حفظ زندگی مشترک هستند ، توقعاتی از هم پیدا می کنند. هر کدام انتظار دارند که از عشق بی قید و شرط، صمیمیت و وفاداری و حمایت دیگری برخوردار باشند [۱۰]. بخاطر شدت توقعات و احساسات، احتمالاً زن و شوهر از یکدیگر برداشت نادرست داشته یا سوء تعبیر آنها از هم زیاد می شود [۱۱]. وقتی در اثر سوء تفاهم، اختلافی بروز می کند ، زن و شوهر به جای توجه به مساله در مقام سرزنش همدیگر بر می آیند و وقتی مشکلات نمایان شود خصومت، سرزنش و اختلاف بالا می گیرد؛ که در اینجا زن و شوهر جنبه های مثبت و قوت یکدیگر را از یاد می برند و بتدریج کار به جایی می رسد که اصل زندگی مشترک زیر سوال می رود و گرفتاری

¹ Cognition collection

² Baucom & Epstein

روش نمونه گیری هدفمند^۱ انتخاب شد. بدین صورت که از میان زوجینی که از طرف دادگاه یا بصورت خود معرف به مرکز مشاوره آمده بودند، با استفاده از یک مصاحبه نیمه ساخت یافته^۲، مبتنی بر الگوی مک-مستر^۳، یک مصاحبه مقدماتی از آنها گرفته شد حدود ۳۲ زوج تمایل خود را به شرکت در جلسات آموزشی اعلام نمودند که در نهایت تعداد ۴ زوج که دارای شرایط ذیل بودند انتخاب شدند. (ضمناً آن دسته از زوجینی که نمره آزمون عملکرد خانواده آنها در بالای خط برش قرار داشت به عنوان زوجهای ناسازگار در نظر گرفته شدند).

برخی معیارهای ورود به پژوهش عبارت بودند از: حداقل تحصیلات دیپلم، زوجین تمایل به شرکت در جلسات داشته باشند (منظور اینکه قرارداد مشاوره ای را هر دو زوج امضاء کنند) زوجین ازدواج اولشان باشد و حداقل دارای یک فرزند باشند و حداقل یک سال از ازدواج آنها گذشته باشد.

طرح پژوهش: این پژوهش نیمه تجربی^۴ و براساس طرح تک آزمودنی^۵ و مبتنی بر طرح چند خط پایه ای^۶ بوده است.

ابزار پژوهش

۱- ابزار سنجش خانواده^۷ یک پرسشنامه ۶۰ سوالی است که برای سنجش عملکرد خانواده بنا بر الگوی مک-مستر تدوین شده است و شش بعد از عملکرد خانواده از قبیل: حل مشکل، ارتباط، نقشها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی و کنترل رفتار را اندازه گیری می کند [۲۰]. اعتبار این پرسشنامه از ۰.۷۲ تا ۰.۹۲ بدست آمده و روایی همزمان و پیش بینی آن (با مولفه طلاق) هم بالا (۰.۸۶ و ۰.۷۸) بدست آمده است [۲۰]. برای مقیاس FAD نقطه برش ۲۴ است که تفکیک میان جمعیت

آموزش شناختی به زوجین ناسازگار با استفاده از روش تک آزمودنی به یافته های مشابهی دست یافتند. حسینی [۱۹] با استفاده از روش تک آزمودنی و کار بر روی ۳ زوج، به تأثیر ترکیب یک برنامه حل مساله با آموزش ارتباط در کاهش درماندگی زناشویی دست یافته است.

رضاخو و یونسی [۶] با تحقیقی در زمینه نقش بازآموزی اسنادی بر سبک اسنادی و افزایش رضامندی زناشویی در زوجهای ناسازگار با استفاده از طرح چند خط پایه ای و روش تک آزمودنی به اثر بخشی آموزشهای اسنادی و شناخت درمانی دست یافتند.

با توجه به اهمیتی که جوامع امروزی برای تداوم و بقای خانواده و سلامت و بهداشت روانی اعضای آن قائل هستند. بررسی و تحقیق بر روی عواملی که سلامت روان اعضای خانواده را تهدید می کند کاملاً ضروری به نظر می رسد.

فرضیه های پژوهش

- ۱- آموزش فنون مشاوره شناختی باعث بهبود "نقشها" در زوجین ناسازگار می شود.
- ۲- آموزش فنون مشاوره شناختی باعث بهبود "ارتباط" در زوجین ناسازگار می شود.
- ۳- آموزش فنون مشاوره شناختی باعث بهبود "حل مساله" در زوجین ناسازگار می شود.
- ۴- آموزش فنون مشاوره شناختی باعث بهبود "کنترل رفتار" در زوجین ناسازگار می شود.
- ۵- آموزش فنون مشاوره شناختی باعث بهبود "همراهی عاطفی" در زوجین ناسازگار می شود.
- ۶- آموزش فنون مشاوره شناختی باعث بهبود "آمیزش عاطفی" در زوجین ناسازگار می شود.

روش پژوهش

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه گیری

جامعه پژوهش، زوجینی بودند که به صورت داوطلبانه یا از طرف دادگاه به مرکز مشاوره فرهنگسرای جوان (تهران) در سال ۱۳۸۸ مراجعه کرده اند. ۴ زوج به

¹ Purposeful Sampling

² semi- structure

³ Mac Master

⁴ (Semi experiment)

⁵ Single- case study

⁶ Multiple base- line design

⁷ (Family Assessment Devise (FAD)

احساسات و یا نگرش‌های همسرانشان را در مورد موضوع یا واقعه خاصی اطلاع دارند یعنی زوجین حدس می‌زنند که می‌دانند همسرشان چه احساسی دارد. اما در واقع ممکن است که آنان اصلاً چیزی از موضوع ندانند. در مانگرا استفاده از شیوه بررسی کردن و بازیابی سعی در کمرنگ کردن این مساله داشت، آموزش جداسازی خود و رفتار^۶ (یعنی به جای اینکه شخصیت (خود) همسرشان را مورد سرزنش قرار دهند با استفاده از روشهای خاص ارائه شده در صدد سرزنش کردن رفتار برآیند)، آموزش مقابله با تفکرات کلیشه‌ای^۷ کلیشه‌ای^۷ (در این جلسه اسنادهای نسبت داده شده به خود و اطرافیان که بیشتر جنبه منفی داشت مورد بررسی قرار گرفت و تکالیفی ارائه گردید)، و جلسه پیگیری (یک جلسه).

(ضمناً لازم به یادآوری است که در ابتدا از تمام زوجین یک پیش‌آزمون^۸ گرفته شد؛ سپس هر هفته بعد از آموزش، آزمون FAD مجدداً تکرار شد).

یافته‌ها

میانگین سنی مرد وزن در این پژوهش به ترتیب ۳۴/۵ سال و ۳۲/۵ سال می‌باشد و میانگین مدت ازدواج آنها ۷/۵ سال بود. چون روش تحلیلی بر اساس ترسیم نمودار و تحلیل چشمی بود [۲۴]. از آزمونهای آماری استفاده ای نشد. نتایج حاکی از آن است که یک شیب نزولی کلی در نمرات تک تک زوجین از مرحله خط پایه تا مرحله پیگیری دیده می‌شود و این خود حاکی از بهبود عملکرد خانواده در زوجین می‌باشد (در آزمون FAD، نمرات بالا نشانگر عملکرد پایین است). به طوری که نمرات زوجین ناسازگار در طول جلسات آموزشی به زیر خط برش رسیده‌اند. در ادامه فرضیه‌های پژوهشی یا نمودارهای داده‌های بدست آمده در پیش‌آزمون، مداخله و پس‌آزمون زوجین در خرده مقیاس‌های عملکرد خانواده نشان داده می‌شود.

بالینی و غیر بالینی را ممکن می‌سازد. به این معنی که نمره بالاتر از آن نیاز به مداخله را متذکر می‌شود [۲۱].

۲- روش دیگر اعتبار اجتماعی^۱ بود این روش که توسط محقق بکارگرفته شده مبتنی بر نظریه کازدین^۲ [۲۲] می‌باشد. از آنجا که برای اولین بار در ایران از این روش استفاده میشود کمتر شناخته شده است. (گرچه نمی‌توان به آن ابزار گفت؛ ولی با مشورت اساتید کلمه روش برای آن انتخاب شد). بر اساس نظر اوگلس [۲۳] این شیوه می‌تواند به مشاور کمک کند که آیا آموزشهای او موثر بوده است یا به عبارتی دیگران چقدر این تغییر را احساس کرده‌اند؟

(شیوه اجرا به این صورت بود که پژوهشگر از هر یک از زوجین خواست که قبل از شروع جلسات آموزشی در جلسه بعد حتماً آن شخصی که نسبت به مسائل و مشکلاتشان آگاهی بیشتری دارد و یا به عبارتی به آنها بیشتر نزدیک است معرفی کند. از هر کدام از این افراد (افراد معرفی شده توسط زوجین) خواسته شد که شیوه ارتباطی، تعارضات، درگیریها و رابطه زناشویی این زوجین را در یک مقیاس ۱۰۰-۰ ارزیابی کنند به این صورت که هر چه به صد نزدیک می‌شوند تعارض، درگیری و عدم تفاهم بین زوجین بیشتر و هر چه به صفر نزدیک می‌شوند، صمیمیت، تفاهم در بین زوجین بیشتر دیده می‌شود.

روش اجرای پژوهش

تکنیکهایی که توسط مشاور آموزش داده شد شامل: آموزش مهارت گوش دادن^۳ (در این جلسه مشاور ضمن ضمن تاکید بر اهمیت گوش کردن در زندگی به آموزش مواردی از قبیل موانع گوش دادن موثر، کارکردهای گوش دادن، انواع گوش دادن و... پرداخت)، آموزش مقابله با ذهن خوانی^۴ و روشهای بازیابی افکار^۵ (این جلسه به این مساله اشاره داشت که افراد از افکار،

1 Social Validity

2 Kazdin

3 Listening Skill

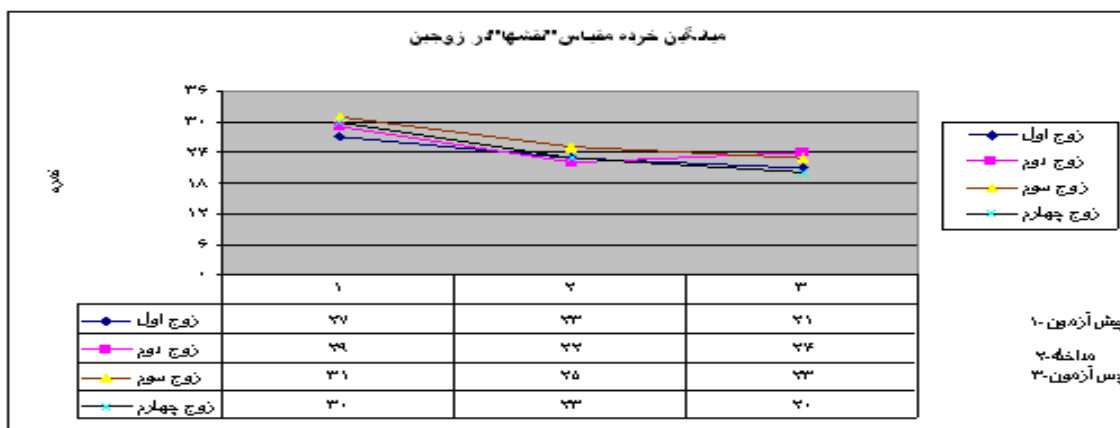
4 Reading Mind

5 Thought Revision

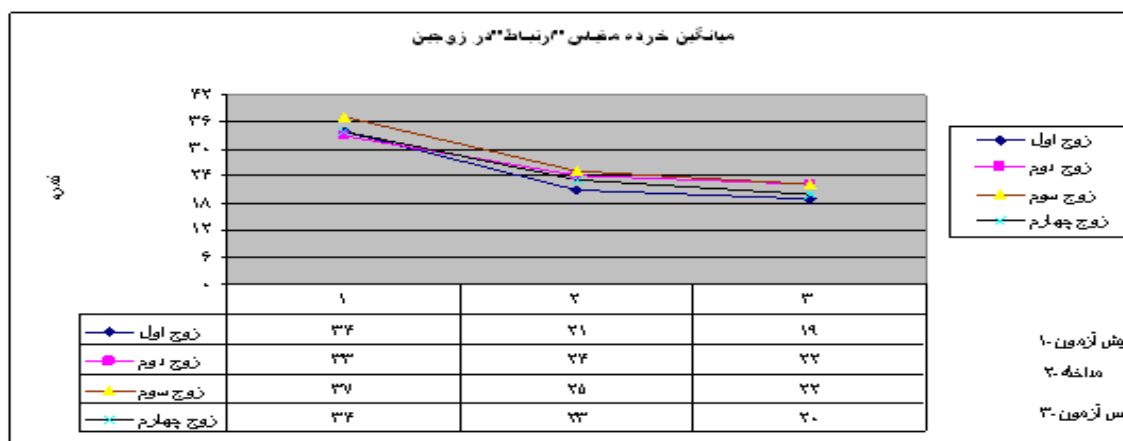
6 Detachment between self & behavior

7 Stereotype thinking

8 FAD



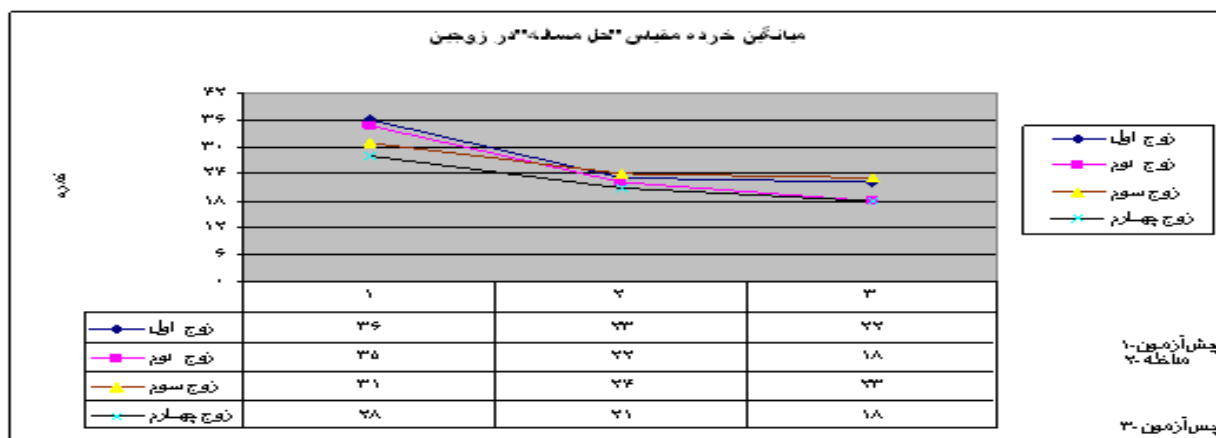
نمودار ۱:



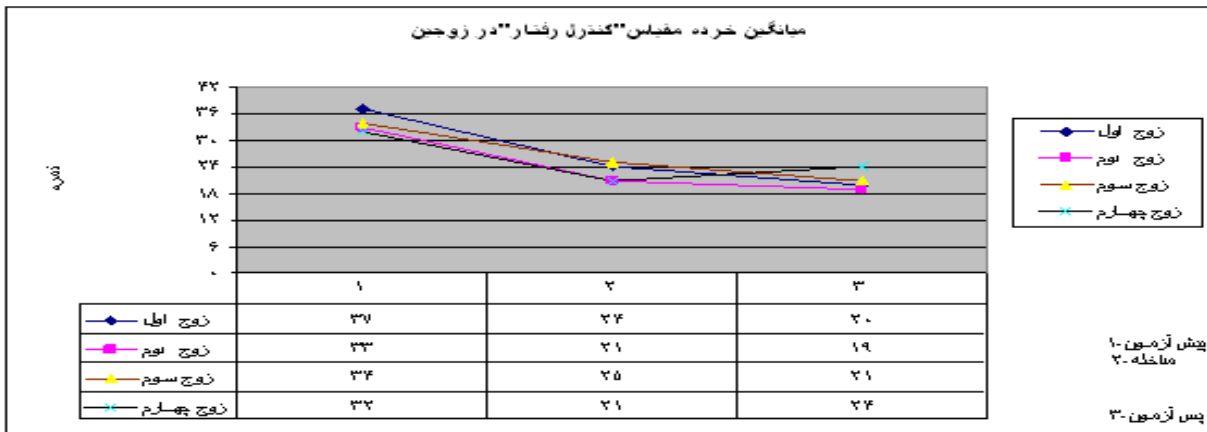
نمودار ۲:

همانطور که در نمودار اول دیده می شود آموزش فنون مشاوره شناختی به زوجین ناسازگار باعث بهبود "نقشها" در آنها شده است. چون نمرات تمامی زوجین در زیر خط برش قرار دارد. پس فرضیه اول تایید شد.

نمودار دوم نشان میدهد آموزش فنون مشاوره شناختی به زوجین ناسازگار باعث بهبود "ارتباط" در آنها می شود. چون نمرات تمامی زوجین در زیر خط برش قرار دارد؛ بنابراین فرضیه دوم نیز تایید شد.



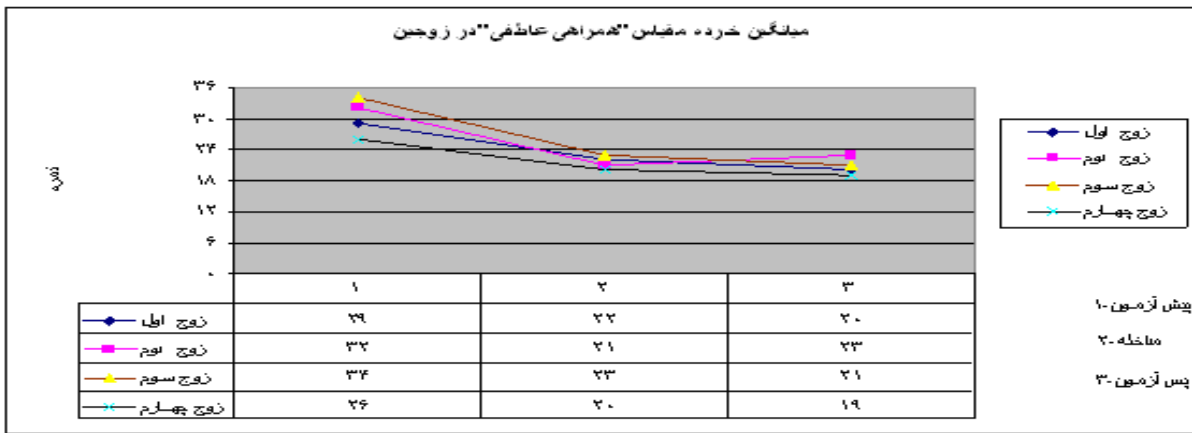
نمودار ۳:



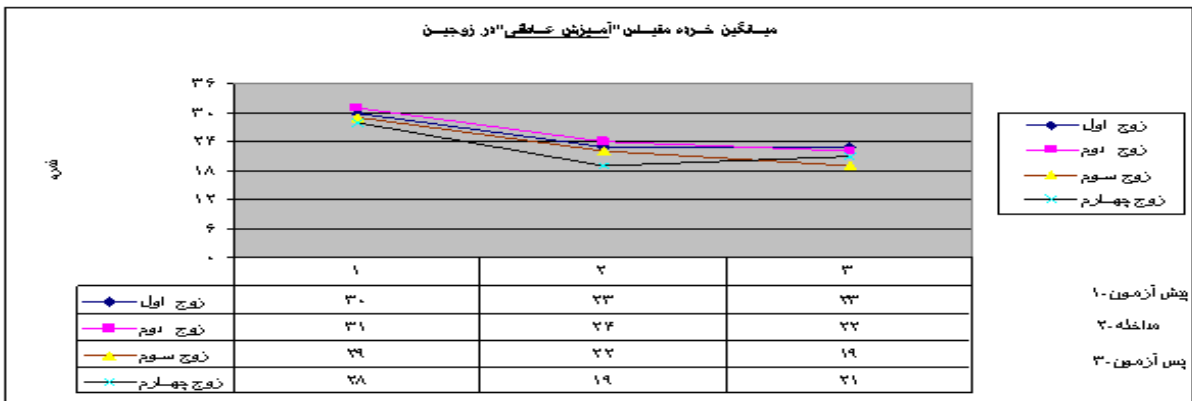
نمودار ۴:

چهارم را تایید می کند.
نمودار پنجم نشان می دهد که آموزش فنون مشاوره شناختی به زوجین ناسازگار باعث بهبود در خرده مقیاس "همراهی عاطفی" می شود و تایید فرضیه پنجم را به دنبال دارد.

نمودار سوم نشان می دهد که آموزش فنون مشاوره شناختی به زوجین ناسازگار باعث بهبود "حل مساله" در آنها می شود. پس فرضیه سوم هم تایید شد. همچنین آموزش فنون مشاوره شناختی سبب بهبود عملکرد خانواده زوجین ناسازگار در خرده مقیاس "کنترل رفتار" شده است. (نمودار چهارم) که فرضیه



نمودار ۵:



نمودار ۶:

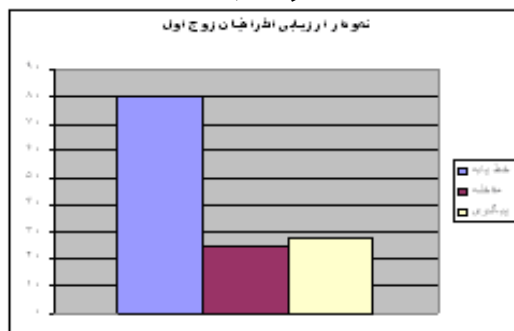
ارزیاب مشاهده می شود ، به نحوی که از ۸۰ در خط پایه به ۲۵ در زمان مداخله و در نهایت ۲۸ هنگام پیگیری رسیده است. که این خود حاکی از بهبود عملکرد خانواده از دید اطرافیان زوج اول می باشد. در نمودار دوم هم یک سیر نزولی در نمره گذاری فرد ارزیاب مشاهده می شود ، به نحوی که از ۷۵ در خط پایه به ۲۵ در زمان مداخله و در نهایت ۲۰ هنگام پیگیری رسیده است. که این خود حاکی از بهبود عملکرد خانواده از دید اطرافیان زوج دوم می باشد.

نمودار ششم ، نشانگر تأثیر آموزش فنون مشاوره شناختی بر بهبود "آمیزش عاطفی" در زوجین ناسازگار است. که این فرضیه نیز تایید شد.

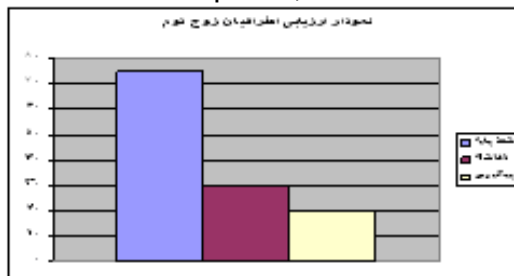
علاوه بر این روش اعتبار اجتماعی نشان داد نمرات زوجین از مرحله خط پایه تا مرحله پیگیری یک شیب نزولی کلی داشته است و این خود حاکی از بهبود عملکرد خانواده زوجین از دید نزدیکان و اطرافیان آنها است . در جدول زیر نتایج این ارزیابی در ۴ زوج دیده می شود.

در نمودار اول یک سیر نزولی در نمره گذاری فرد

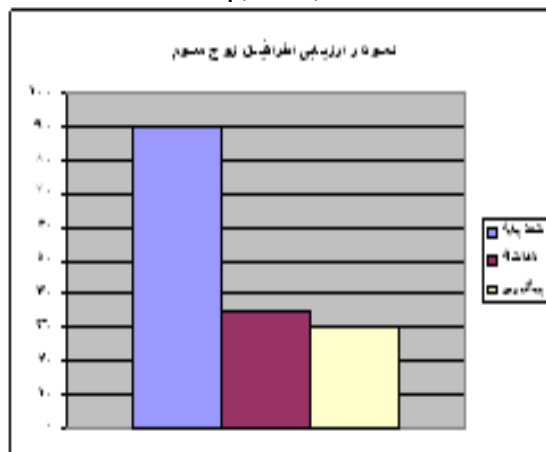
نمودار اول



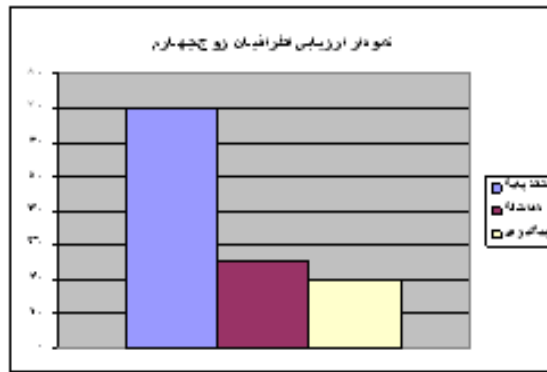
نمودار دوم



نمودار سوم



نمودار چهارم



اسنادی بر سبک اسنادی و افزایش رضامندی زناشویی در زوجهای ناسازگار با استفاده از طرح چند خط پایه ای و روش تک آزمودنی به اثر بخشی آموزشهای اسنادی و شناخت درمانی دست یافتند. آنها توانستند مولفه ایفای نقش را که تأثیر بسزایی در رضایت مندی زناشویی دارد را بهبود بخشند. هالفورد [۳] عمده ترین شکایت زنان از رابطه شان را ایفای نقش نامناسب می‌داند.

نتایج فرضیه دوم نشان داد که آموزش فنون مشاوره شناختی به زوجین ناسازگار باعث بهبود "ارتباط" در زوجین ناسازگار می‌شود. قابل ذکر است که تأثیر آموزش بر روی زوجین به یک اندازه نبوده است و میزان اثر بخشی مشاوره برای هر کدام از زوجین در مقایسه با سایر زوجها در جلسات مختلف تا حدودی متفاوت بوده است. یکی از حیطة هایی که زوجین در آن بیشترین نارضایتی را گزارش نمودند مساله ارتباط است. همان طور که در نمودار دوم دیده شد؛ میانگین نمرات زوجین در پیش آزمون (یا خط پایه) حدود ۳۴ است که ۱۰ نمره از خط برش بالاتر می‌باشد. با این وجود در مرحله مداخله و پیگیری روند بهبودی مشاهده می‌شود. بطوریکه در مرحله پیگیری میانگین به حدود ۲۰ می‌رسد. و این نتایج با یافته های داتیلو واپشتاین (Dattilo & Epstein) [۱۶] در زمینه آموزش زوجین به طریق شناختی- رفتاری بر کاهش آشفتگی روابط، همخوانی دارد. از نظر

در نمودار سوم نیز یک سیر نزولی در نمره گذاری فرد ارزیاب مشاهده می‌شود، که از ۹۰ در خط پایه به ۳۵ در زمان مداخله و در نهایت ۳۰ هنگام پیگیری رسیده است. که این خود حاکی از بهبود عملکرد خانواده از دید اطرافیان زوج سوم می‌باشد.

در نمودار چهارم، یک سیر نزولی در نمره گذاری فرد ارزیاب مشاهده می‌شود، که از ۷۰ در خط پایه به ۲۵ در زمان مداخله و در نهایت ۲۰ هنگام پیگیری رسیده است. که این خود حاکی از بهبود عملکرد خانواده از دید اطرافیان زوج چهارم می‌باشد.

بحث و نتیجه گیری

نتایج تجزیه وتحلیل داده ها نشان داد که آموزش فنون مشاوره شناختی به زوجین ناسازگار باعث بهبود در عملکرد خانواده آنها می‌شود.

در فرضیه اول، همان طور که مشاهده شد، میزان بهبودی زوجین در خرده مقیاس "نقش‌ها" در دوره های مداخله، نسبت به خط پایه افزایش داشته است. و در مرحله پیگیری نیز تغییر محسوسی مشاهده نشد. زوج چهارم در مقایسه با سایر زوجین در این مولفه عملکرد بهتری داشت. نتایج این تحقیق با یافته های برنشتاین و برنشتاین (Bernstein & Bernstein) [۲۵] در زمینه تأثیر آموزش مهارتهای ارتباط و ایفای نقش بر رضامندی زناشویی همخوانی دارد. همچنین رضاخو و یونسی [۱۰] با تحقیقی در زمینه نقش بازآموزی

آنها مشکلات ارتباطی زمینه ساز اصلی همه مسایل زناشویی هستند و شایعترین شکایتی که توسط زوجین ناسازگار مطرح می شود، عدم برقراری ارتباط است. حسینی [۱۹] در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که مداخلات شناخت درمانی قبل از هر چیزی روابط زوجین را اصلاح می کند.

نتایج فرضیه سوم نشان داد که آموزش فنون مشاوره شناختی باعث بهبود "حل مساله" در زوجین ناسازگار می شود. در نمودار سوم یک شیب نزولی کلی در تمامی نمرات زوجین وجود دارد. که در مرحله مداخله و خط پایه نمرات آنها به زیر خط برش رسیده است. این نتایج با یافته های مارکمن و هالوگ (Mark man & Halweg) [۲۶] در زمینه تأثیر مداخلات شناختی بر روی زوجینی که قادر به حل مساله نبودند همخوانی دارد. با کوم و اپشتاین نیز [۱۵] در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که آموزشهای شناختی - رفتاری علاوه بر اینکه می تواند مهارت حل مساله را در زوجین افزایش دهد؛ باعث کاهش درگیری فیزیکی بین زوجین می شود.

یافته دیگر محقق این بود که آموزش فنون مشاوره شناختی باعث بهبود "آمیزش عاطفی و همراهی عاطفی" در زوجین ناسازگار می شود. و این نتایج با یافته های ویس و هیمن (Weiss & Hyman) [۲۷] که در آن مداخلات شناختی از قبیل آموزش ابراز فعالانه محبت به زوجین و سایر عواطف مثبت سبب افزایش رضامندی زناشویی می شود؛ همخوانی دارد.

فینچام و بیچ [۲۸] در پژوهش خود بر روی ۵ زوج ناسازگار که در ۱۰ جلسه مداخلات شناختی شرکت کرده بودند به این نتیجه دست یافتند که آموزش فنون شناختی سبب افزایش صمیمیت و بهبود روابط عاطفی زوجین می شود.

همچنین نتایج ارزیابی اطرافیان در مورد عملکرد خانواده زوجین، متناسب با تغییرات خود زوجین مشاهده می شود بطوری که میانگین نمرات زوجین از دید اطرافیان در مراحل مداخله و پیگیری در مقایسه با قبل

از مداخله کاهش محسوسی داشته است. نتیجه گیری نهایی این پژوهش به شرح ذیل می باشد.

- آموزش شناخت درمانی به زوجین ناسازگار سبب بهبود عملکرد خانواده آنها می شود.

- در زوجهای ناسازگار، زنان نسبت به مردان عملکرد بهتری داشتند و معمولاً در جلسات آموزشی پیش قدم هستند.

از آنجا که این قبیل پژوهشها در کشور ما کمتر صورت می گیرد لذا طبیعی است که پژوهش حاضر دارای نواقص و محدودیتهایی باشد. که برخی از آنها شامل دشواری در جور نمودن آزمودنیها مطابق با شرایط پژوهش و دیگر اینکه متاسفانه ضرورت مشاوره و درمانهای روان شناختی در حل مسائل زناشویی در جامعه ما برای زوجهای ناسازگار کمتر درک شده و همکاری مردها نسبت به زنها کمتر است.

پیشنهاد می شود برای تعمیم بیشتر یافته ها، این قبیل پژوهشها بیشتر صورت گیرد و دیگر اینکه مقیاس روایی اجتماعی هنجار یابی شود تا در پژوهشها بیشتر از آن استفاده شود.

منابع

[۱] زارعی محمود آبادی، حسن (۱۳۸۷). تأثیر آموزش فنون مشاوره شناختی بر بهبود عملکرد خانواده در زوجین ناسازگار. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

[2] Colapinton, J. (1991). Structural family therapy. in A.S.Gurman & D.P.kniskem (eds). hand book of family therapy (vol.11). new York: Brunner/Mazel.

[۳] هالفورد، کیم (۲۰۰۲). زوج درمانی کوتاه مدت، ترجمه تبریزی، مصطفی؛ کاردانی، مزده و جعفری، فروغ (۱۳۸۴). انتشارات فرا روان.

[۴] الیس، آلبرت (۱۹۹۸) زوج درمانی عاطفی، ترجمه جواد صالحی فدردی و سیدامین یزدی (۱۳۷۵)، تهران، نشر میثاق.

- [15] Baucom, D & Epstein. (1990). Cognitive-behavioral marital therapy. New York: Brunner /maze
- [16] Dattilo, M. & Epstein, B. (2005). Introduction to the section the role of cognitive-behavioral intervention in couple and family therapy. Journal of marital and family therapy. Upland Jan 2005.31 (1). 33-45
- [17] هاوتون، کرک، سالکوس کیس، کلارک، رفتاردرمانی شناختی (۱۳۸۲) جلد اول ترجمه قاسم زاده، حبیب الله تهران، انتشارات جیحون.
- [18] امانی، احمد (۱۳۸۲)، اثر بخشی درمان شناختی-رفتاری به شیوه گروهی بر رضایتمندی زناشویی در زنان، پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- [19] حسینی، زهره (۱۳۷۹) بررسی درمان شناختی-رفتاری بر ایجاد نگرشهای واقع گرایانه در رضایت مندی زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه علامه طباطبایی.
- [20] تنای، باقر (۱۳۷۹) مقیاسهای سنجش خانواده و ازدواج تهران، انتشارات بعثت.
- [21] بهاری، فر شاد (۱۳۷۹) ارزیابی و مقایسه کارایی خانواده بین زوجهای غیر طلاق و زوجهای در حال طلاق مرجوعی به بخش روانپزشکی سازمان پزشکی قانونی کشور. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه تربیت معلم.
- [22] Kazdin. A.E (1992) Researchedesign in clinical psychology. Massachusetts Allen & Bacon. New York Company.
- [23] Ogles, BM. (2001) Clinical significance: History, Application, And Current Practice. Clinical Psychology Review.21. (3) 421-446.
- [24] صاحبی، علی (۱۳۸۲) روش تحقیق در روانشناسی بالینی، تهران، انتشارات سمت.
- [25] برنشتاین، فیلیپ، اچ، برنشتاین، مارسسی تی (۲۰۰۲) شناخت و درمان اختلافهای زناشویی ترجمه سهرابی حمید رضا (۱۳۸۲)، تهران، انتشارات رسا.
- [5] بارکر، فیلیپ (۱۹۹۴) خانواده درمانی پایه، ترجمه دهقانی محسن (۱۳۷۵)، تهران انتشارات رشد.
- [6] داوودی، زهره (۱۳۸۸). بررسی تأثیر رویکرد راه حل- محور بر کاهش گرایش به طلاق در زنان و مردان مستعد طلاق شهر اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. دانشگاه اصفهان.
- [7] شیری، زهره (۱۳۸۳). بررسی رابطه مولفه های شناختی (اسنادها و انتظارات) در روابط زوجین و رضایت زوجی. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- [8] یک، آرون تی (۱۹۹۲) شناخت درمانی و مشکلات روانی، ترجمه قراچه داغی، مهدی (۱۳۷۵)، تهران، نشر میثاق.
- [9] Goldenberg, H & Goldenberg, I. (1998). Counseling today's families, (3ed) brooks /Cole publication. co.
- [10] ارضا خو، علی اکبرویونسسی، سید جلال (۱۳۸۲) نقش بازآموزی اسنادی بر سبک اسنادی و افزایش رضامندی زناشویی در زوجهای ناسازگار، فصلنامه علمی- پژوهشی مددکاری اجتماعی، سال چهارم، شماره ۱۶-۱۷، زمستان ۸۲، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی صفحات ۵۱ تا ۴۴
- [11] یک، آرون تی (۱۹۹۴) عشق هرگز کافی نیست. ترجمه قراچه داغی، مهدی (۱۳۸۲)، تهران نشر میثاق.
- [12] Beck, A, T. (1985). Anxiety phobias ;A cognitive perspective, basic books, new York. company.
- [13] Gottman, j.m. (1981). communicative competence in nonverbal behavior exchange theory and marital decision making . Journal of personality and social psychology , 34(2).14-23.
- [14] ذوالفقاری مطلق، مصطفی (۱۳۷۷) بررسی اثربخشی زوج درمانی منطقی-هیجانی بر افسردگی و روابط بین فردی نامتعادل ناشی از تعارض زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی ایران..

- Clinical hand book of manage and couples inter view 12(7)13-41.
- [28]Fincham.D.&Beach.S.K(1999).Maritalconflict,implications forworking couples.Manual review of psychology,50,47-77.
- [26]Mark man .H.J. & Hahlweg, K. (1993).The prediction and prevention of marital distress: An interactional perspective .clinical psychology review,pp 13.29-
- [27]Weiss, R, L, & Hyman, R, E (1997).A clinical – research overview of couple’s interactions.