

## اثربخشی تحلیل ارتباط متقابل (TA) بر تغییر قصه عشق و دلزدگی زناشویی

### زنان\*\*

بهنام میرزایی جابری<sup>۱</sup>، ژاله رفاهی<sup>۲\*</sup> و رضا زارعی<sup>۳</sup>

تاریخ پذیرش: ۹۴/۶/۶

تاریخ دریافت: ۹۳/۱۱/۲۷

### چکیده

هدف از این پژوهش تبیین اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط متقابل بر تغییر قصه عشق و دلزدگی زناشویی زنان است. طرح پژوهش نیمه آزمایشی به شیوه پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل و پیگیری است. جامعه پژوهش زنان مراجعه کننده به مراکز مشاوره وابسته به شهرداری شیراز در سه ماهه آخر سال ۹۲ به تعداد ۸۷ نفر بودند. تعداد ۲۴ نفر به صورت تصادفی از بین کسانی که نمره (درجه) دلزدگی آنان بالای ۳ بود، به عنوان نمونه انتخاب و در ۲ گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. گروه آزمایش در ۱۰ جلسه آموزش تحلیل ارتباط متقابل (TA) شرکت داده شدند، اما گروه کنترل مداخله ای دریافت نکردند. در این مطالعه از مقیاس‌های دلزدگی پاینز و قصه عشق استرنبرگ استفاده شد. داده‌های پژوهش به روش‌های تحلیل کوواریانس تک متغیره و چند متغیره و آزمون t جفت شده به کمک نرم افزار SPSS2 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج پژوهش حاکی از آن بودند که آموزش تحلیل متقابل، دلزدگی زناشویی زنان را به گونه‌ای معنا دار کاهش می‌دهد، اما تاثیری معنادار بر قصه عشق زنان نداشت. نتایج بدست آمده در دوره پی گیری نیز پایدار بود آموزش تحلیل ارتباط متقابل بر کاهش دلزدگی زنان موثر است و می‌توان در جلسه‌های مشاوره‌ای و روان درمانی زوج و خانواده مورد استفاده مشاوران قرار بگیرد.

واژه‌های کلیدی: تحلیل ارتباط متقابل، قصه عشق، دلزدگی زناشویی، زنان.

<sup>۱</sup> - گروه مشاوره، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

<sup>۲</sup> - گروه مشاوره، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

<sup>۳</sup> - استادیار گروه علوم تربیتی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

\*- نویسنده مسئول مقاله: zhalehrefahi210@gamil.com

\*\*- برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.

## پیشگفتار

در میان انسان‌ها نیاز و تمایل فراوانی به تعامل و برقراری ارتباط با دیگران وجود دارد. انسان به این دلیل درگیر ارتباط می‌شود تا هویت یابد، با دیگران پیوند برقرار کند و امکانات موجود را کشف و مشکلات خود را رفع کند (Wood, 2006). ارتباطات میان فردی اساس و شالوده هویت و کمالات انسان و مبنای اولیه پیوند وی با دیگران است. ارتباط موثر موجب شکوفایی و بهبود روابط بین افراد می‌شود. انسان به کمک ارتباط زنده می‌ماند، رشد و تکامل می‌یابد و سعادت و خوشبختی وی تا حد زیادی به چگونگی ارتباط برقرار کردن او با دیگران بستگی دارد (Seyavoshi & Navabinezhad, 2005).

خانواده نخستین سازمان اجتماعی است که فرد در آن زندگی می‌کند و در اصل یک کانون کمک، تسکین و التیام و شفا بخشی است و کانونی است که باید فشارهای روانی وارد شده بر اعضای خود را تخفیف دهد و راه رشد و شکوفایی آن‌ها را فراهم کند (Sanaei, 2007). ارتباط کارآمد<sup>۱</sup> میان زن و شوهر اساسی‌ترین جنبه برای عملکرد مطلوب در خانواده بشمار می‌آید (Torkan, 2007). ایجاد و حفظ روابط صمیمانه و ارضای نیازهای عاطفی و روانی در جریان ازدواج، هنر و مهارتی است که افزون بر سلامت روان و اولیه، نیازمند داشتن و کسب نگرش‌های منطقی، مهارتی ارتباطی، مهارت‌های زندگی و انجام وظایف خویش است تجارب سالم (Etemadi, 2006). خانواده را به موسسه یا نهاد اجتماعی تعریف کرده اند که از پیوند زناشویی زن و مرد شکل می‌گیرد. از جمله مظاهر زندگی اجتماعی انسان وجود تعامل سالم و سازنده میان انسان‌ها و برقرار بودن عشق به هم نوع و ابراز صمیمیت و همدلی است (Hamid & Deghani, 2012). عشق مهم‌ترین عامل در انتخاب زوج است زیرا عشق صرف نظر از جنبه‌های رمانتیک و جنسی آن شامل استعداد فرد برای پذیرش تعهد نسبت به دیگران می‌باشد. گاهی این تعهد مستلزم از خود گذشتگی و فداکاری است. این نوع عشق که باعث موفقیت در زندگی زناشویی است، هنگامی می‌تواند بروز کند که شخص عمیقاً قادر به محبت کردن، احترام گذاشتن، رسیدگی و قبول مسئولیت در برابر دیگران باشد (Abdolmaleki, 2008). (Strenberg, 1998) در باب عشق، نظریه‌ای به نام عشق به مثابه یک داستان<sup>۲</sup> را معرفی کرد که ما

<sup>۱</sup>-communication

<sup>۲</sup>-Effective Communication

<sup>۳</sup>-Effective Communication

<sup>۴</sup> Love Story

آدمیان گرایش داریم عاشق کسانی شویم که قصه‌هایشان با قصه ما یکی است یا مشابه آن است. تجارب متفاوت در روابط باعث شکل‌گیری قصه افراد می‌شود. وی بر این باور است که با گذشت زمان قصه‌ها بی‌تردید دگرگون می‌شوند، اما به هیچ وجه از میان نمی‌روند. همواره در حال دستکاری قصه‌های قدیمی هستیم، قصه‌های تازه ممکن است بهتر باشند یا بدتر. (Adib Rad & Adib Rad, 2005) عنوان می‌کند، زوج‌هایی که به تازگی ازدواج کرده‌اند، کم‌تر به این فکر می‌کنند که ممکن است زمانی عشق افسانه‌ای آن‌ها کم رنگ شود و این درست زمانی است که دلزدگی آغاز شده است. دلزدگی در زوجین روندی تدریجی است که طی آن صمیمیت و عشق به تدریج رنگ باخته و به همراه آن خستگی عمومی عارض می‌شود (Nikoobakhat, Karimi & Bhrami, 2011). شروع دلزدگی به ندرت ناگهانی و معمولاً تدریجی و به سختی از یک پدیده ناگوار یا حتی چند ضربه ناراحت کننده ناشی می‌شود (Naeim, 2008). دلزدگی زناشویی حالت دردناک فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی است. این حالت زمانی بروز می‌کند که آن‌ها متوجه می‌شوند با وجود تلاش‌شان، رابطه آن‌ها به زندگی معنا نداده و نخواهد داد (Paneiz, 1996).

خانواده درمانگران اغلب بیان می‌دارند که ارتباطات ضعیف در درون خانواده موجب مشکلات خانوادگی شدید، شکست در حل مشکلات و فقدان صمیمیت می‌شود (Jeifin & Peterson, 2004). زوج درمانگرها ادعا می‌کنند که بیش‌تر زوج‌هایی که برای درمان مراجعه می‌کنند، این کار را به علت ناخشنودی زن انجام می‌دهند. در واقع، برای بسیاری از زنان که هدف اصلی‌شان در زندگی ازدواج است، ازدواج به خطر تهدید کننده سلامتی‌شان تبدیل می‌شود. زنان متأهل به گونه‌ای چشمگیر بیش‌تر از مردان متأهل در معرض بیماری‌های روان‌شناختی از جمله افسردگی، اضطراب، هراس‌ها، وضعیت‌های انفعالی و بیماری‌های عصبی قرار دارند. پس می‌توان نتیجه‌گیری کرد که ازدواج برای زنان بیش از مردان دشواری دارد. افزون بر این، زنان بیش از مردان از احساس نارضایتی و به ستوه آمدن از زندگی زناشویی شان شکایت دارند (Paneiz, 1996).

با توجه به مسایل بازگو شده به نظریه‌هایی نیاز است که به چگونگی کنش خانواده و به اشتباههایی که ممکن است در اثر ارتباطات ناسالم ایجاد شود، بپردازد و راه کمک و تغییر را به آن‌ها نشان دهد. یکی از موثرترین نظریه‌های روان‌شناختی که به حل مشکلات روابط انسانی می‌پردازد، نظریه تحلیل ارتباط متقابل برن است. این نظریه در زمینه‌هایی که به درک افراد، روابط بین فردی و ارتباطات نیاز باشد، بکار می‌رود (Stewart & Jones, 2009). این شیوه وسیله‌ای برای خودشناسی و چگونگی آموزش ارتباط با دیگران و نیز روشی برای تشخیص مشکلات زندگی بشمار می‌رود (Hariss, 2007). تحلیل رفتار متقابل اصولاً زبانی در دل زبانی دیگر است. تحلیل رفتار متقابل زبان منظورها، احساسات و انگیزه‌های حقیقی است (Firoz bakht, 2010). این نظریه از یک الگوی سه بخشی به عنوان الگوی حالات نفسانی استفاده می‌کند تا دریابیم انسان‌ها چگونه

عمل و رفتار می‌کنند و این که چگونه شخصیت خود را در چلرچوب رفتارهایشان آشکار می‌سازند. همچنین، این نظریه در بهبود روابط انسانی کاربردهایی موثرتر دارد. نظریه تحلیل رفتار متقابل با فرهنگ پربار و بالنده ما هم نوابی و هم سویی دارد. در نتیجه کاربرد آن را در بهبود رفتارها در روابط انسانی به روشنی می‌توان مشاهده کرد.

در مورد قصه عشق پژوهش‌های استرنبرگ و حجت<sup>۱</sup> (Strenberg & Hojat, 1996) به نقل از (Alaei & Karami, 2008) نشان دادند هر چه بین قصه‌های زوجین همخوانی بیشتری باشد، سطح رضامندی بالاتر خواهد بود. همچنین، (Abedi, 2004) کار درمانی و مشاوره‌ای را بر مبنای نظریه عشق به مثابه داستان انجام داد. نتایج پژوهش، حاکی از تاثیر نسبی این نوع مداخله در سالم‌سازی رفتارهای عاشقانه دانشجویان است. (Alaei & Karami, 2008) نیز در پژوهشی نشان دادند که مقیاس قصه عشق از ویژگی‌های روان سنجی قابل قبول برخوردار است و هر چه تشابه نیمرخ قصه‌های زوج کم‌تر باشد، عدم رضایت آن‌ها بیشتر خواهد بود. نتایج پژوهش (Darvishzadeh & Pasha, 2010) نیز حاکی از آن بود که آموزش پیش از ازدواج بر تغییر قصه‌های عشق موثر است. در بررسی‌هایی که در مورد دزدگی زناشویی انجام شده است، (Paenz, 1998) به نقل از (Shadab, 2002) در پژوهشی نشان داد که مقدار دزدگی زنان از مردان بیشتر بوده است. (Beaker, 2009) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که رفتارهای مخالف دزدگی زناشویی با سلامتی روانی و دزدگی زناشویی زوجین با افسردگی رابطه معنی‌دار دارند. همچنین، (Atari, Hosseinpour & Rahnavard, 2010) در پژوهشی نشان دادند که کاربرد مهارت‌های ارتباطی به شیوه برنامه ارتباط زوجین بر کاهش دزدگی زناشویی اثر بخش است. (Sodani, Dehghani & Dehghanzadeh, 2013) هم‌چنین، (Karkhaneh, 2013) پژوهش‌هایی را با هدف بررسی اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای (TA) بر دزدگی زناشویی انجام دادند. نتایج نشان دادند که آموزش‌های مهارت‌های ارتباطی، دزدگی زناشویی و مؤلفه‌های آن (خستگی جسمی، خستگی عاطفی و خستگی روانی) را در زوجین کاهش می‌دهد. پژوهش‌های متعددی نشان دادند که تحلیل ارتباط متقابل به گونه‌ای موثر بر کاهش مشکلات زناشویی و ارتباطی منتهی می‌گردد چنانچه (Kazuko, 2006) از راه آموزش ارتباط محاوره‌ای به مراجعان در یک زمان کوتاه به بهبود ارتباطات کمک کرد. (Slavik, Carlson & Sperry, 2007) دریافتند که روش تحلیل ارتباط محاوره‌ای نسبت به شناخت درمانگری به زندگی موثرتر زناشویی منجر می‌شود. (Lorance, 2005) نیز با استفاده از روش تحلیل ارتباط متقابل نشان داد که آگاهی مراجعان از خود و روش‌های روابط بین فردی باعث شده است آنان ارتباطی موثرتر داشته باشند.

<sup>۱</sup> Hojjat

(Amini, Amini & Hoseiniyan, 2013) نشان دادند که مهارت‌های ارتباطی به روش تحلیل ارتباط متقابل تأثیری معنادار بر کاهش تعارض‌های زناشویی و مولفه‌های آن داشته است. با دقت به مشکلاتی که در زمینه ارتباطات خانوادگی و مسائل عشق و دلزدگی زناشویی وجود دارد و همچنین، فرهنگ موجود در بین مردم بویژه زنان که بر ارتباطات احساسی تأکید دارند و انگشت شمار بودن پژوهش‌ها بویژه پژوهش‌های داخلی در زمینه قصه عشق و دلزدگی و همچنین، تأثیر آموزش تحلیل ارتباط متقابل بر موضوع‌های گوناگون، این پژوهش در پی آن است که بیابد آیا آموزش تحلیل ارتباط متقابل بر تغییر قصه عشق و دلزدگی زناشویی زنان تأثیر دارد؟

### روش پژوهش

طرح پژوهش نیمه آزمایشی به شیوه پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل و دوره پی‌گیری است. تحلیل ارتباط متقابل متغیر مستقل، قصه عشق و دلزدگی زناشویی متغیر وابسته می‌باشد.

### جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره وابسته به شهرداری شهر شیراز در سه ماهه آخر سال ۱۳۹۲ به تعداد ۸۷ نفر بودند که دست‌کم ۴ سال سابقه زندگی مشترک داشتند و دارای اختلال حاد روانی و شخصیتی نبودند و کم‌ترین مدرک آنان دیپلم و به دلیل مشکلات خانوادگی مراجعه کرده بودند. روش نمونه‌گیری تصادفی است که به زنان مراجعه‌کننده پرسش‌نامه دلزدگی زناشویی داده شد و از بین کسانی که نمره بالاتر از ۳ در پرسش‌نامه دلزدگی بدست آوردند ۲۴ نفر به تصادف انتخاب و در ۲ گروه آزمایش (۱۲ نفر) و کنترل (۱۲ نفر) جایگزین شدند. در این پژوهش برای گردآوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد:

**مقیاس قصه عشق:** این مقیاس به وسیله استرنبرگ ساخته شده است و در ایران به وسیله (Alaei & Karami, 2008) هنجار یابی شده است. این مقیاس شامل ۱۰۰ پرسش و ۳۳ خرده‌آزمون (۳۳ قصه و زیر مجموعه آن‌ها) است. تمامی این قصه‌ها در ۵ عامل اصلی با عنوان قصه‌های جامعه‌پسند، سلطه جویی، سلطه‌پذیری، لذت و سرگرمی خلاصه می‌شوند. در مورد پایایی این آزمون، ضریب همبستگی کلی از محاسبه ۳۳ میانگین قصه‌ها با روش باز آزمایی بدست آمده برای مردان و زنان به ترتیب برابر با ۰/۹۹۲ و ۰/۹۹۷ که در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است. همچنین، آلفای کرونباخ بدست آمده برای گروه مردان برابر با ۰/۸۹ و برای زنان برابر با ۰/۹۰ می‌باشد که با توجه به مقادیر بدست آمده می‌توان گفت که مقیاس مورد استفاده از پایایی بسیار مناسب برخوردار است. گفتنی است که این مقیاس به صورت لیکرت ۷ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود، بدین صورت که

۱=کاملاً مخالفم، ۲= مخالفم، ۳= تقریباً مخالفم، ۴= نه مخالف و نه موافق، ۵= تقریباً موافق، ۶= موافقم، ۷= کاملاً موافقم. ۳۳ خرده مقیاس این آزمون عبارتند از: ایثار، حکومت، حاکم، رعیت، پلیس، مضمون، زشت نگاری، فاعل، مفعول، وحشت افکن، قربانی، علمی- تخیلی، مجموعه دار، هنر، خانه و خانواده، در حال بهبودی، هم اعتیاد، مذهب، بازی، سفر، بافندگی، باغ و باغچه، تجارت، اعتیاد، خیال، تاریخ، علم، آشپزی، جنگ، هنرپیشه، هوادار، تماشاجی، کم‌دین، چهره معمایی و گاراگاه می باشند.

**مقیاس دزدگی زناشویی پاینز (CBM):** مقیاس دزدگی زناشویی یک ابزار خودسنجی است که بهوسیله پاینز (۱۹۹۶) با هدف اندازه گیری درجه دزدگی زناشویی در بین زوجین ساخته شده است. این پرسش‌نامه شامل ۲۱ ماده است که ۱۷ ماده آن شامل عبارات مثبت مانند خوشحال بودن و پر انرژی بودن است. نمره گذاری این مقیاس در یک مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت در دامنه‌ای بین ۱ (هرگز) تا ۷ (همیشه) می‌باشد که آزمودنی تعداد بارهای اتفاق افتاده موردهای مطرح شده در رابطه زناشویی خود را مشخص می‌سازد. نمره گذاری ۴ ماده نیز به گونه معکوس انجام می‌شود و نمره بالاتر آزمودنی در این مقیاس نشانه دزدگی بیش‌تر می‌باشد. ضریب پایایی مقیاس با روش بازآزمایی در یک دوره یک ماهه برابر با ۰/۷۶ محاسبه شد. هم‌چنین، پایایی این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ در دامنه‌ای بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ محاسبه شده است (Paniz, 1996). (Naeim, 2008) در پژوهش خود پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تصنیف به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۲ محاسبه نموده است. (Mirahmadi, 2010) در پژوهشی اعتبار این مقیاس را ۰/۸۹ برآورد کرده است.

## روش اجرا

پس از تعیین نمونه‌ها بر اساس نمره دزدگی، مصاحبه ای از آنان انجام شد و نداشتن اختلال حاد روانی در آنان مشخص و سپس در دو گروه کنترل و آزمایش قرار گرفتند. در ادامه یک جلسه توجیهی برای اعضای گروه آزمایش برای آشنایی با اهداف برنامه و مسایل کلی آن برگزار گردید و جدول زمان بندی جلسه‌ها با نظر اعضا گروه تنظیم و در اختیار آنان قرار داده شد. در این برنامه، گروه آزمایش مورد آموزش ارتباط موثر بر اساس رویکرد تحلیل ارتباط متقابل به مدت ۱۰ جلسه ۲ ساعته به صورت یکبار در هفته قرار گرفت. در مورد گروه کنترل هیچ مداخله ای انجام نگرفت و پس از آخرین جلسه، پس از آزمون برای هر دو گروه اجرا شد و سپس داده ها گردآوری و با روش آماری تحلیل کوواریانس با رعایت پیش فرض‌های مورد نیاز با استفاده از نرم افزار spss-20 مورد

تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یک ماه پس از آخرین جلسه، جلسه پی گیری بمنظور تعیین پایداری آموزش انجام شده برای گروه آزمایش اجرا شد.

### جدول ۱- طرح جلسه‌های آموزش تحلیل ارتباط متقابل.

جلسه	عنوان جلسه	هدف	تکلیف
۱	آموزش کلیات جلسه‌ها گروهی، تدوین مقررات و آشنایی اعضا	ایجاد ارتباط اولیه، آشنایی اعضا با یکدیگر و تحلیل ارتباط متقابل، بررسی اهداف، تدوین مقررات جلسه‌ها، بستن قرارداد، ایجاد انگیزه و تشویق اعضا	از افراد خواسته شد تا مجموعه ای از ویژگی‌های مثبت و منفی خود را بنویسند و عنوان کنند چه تغییراتی را دوست دارند.
۲	معرفی ابعاد شخصیتی نظریه تحلیل ارتباط متقابل (الگوی حالات نفسانی) "من کودک"، "من والد"، "من بالغ"	آشنایی افراد با مفاهیم تحلیل ساخت اولیه یعنی: "بالغ"، "والد"، "کودک" و تشخیص آن	ثبت حالت‌های نفسانی توسط اعضا طی چند روز و این که از کدام حالت استفاده بیش‌تری می‌کنند.
۳	آشنایی با مفاهیم تحلیل کنشی حالات نفسانی	شناخت و درک الگوی کنشی "کودک مطیع و سازگار"، "کودک طبیعی" و "بالغ" و هم‌چنین، "والد مهربان" و "والد کنترل کننده" با بخشهای مثبت و منفی	ثبت حالت‌های نفسانی به همراه الگوهای کنشی در طی چند روز و مشخص کردن الگوی تکرار شونده
۴	آموزش مفاهیم طرد و آلودگی (آسیب شناسی ساختاری)	آشنایی با مفاهیم طرد و آلودگی جهت بررسی رفتار خود و دیگران	ارایه مثال هایی از طرد و آلودگی در مورد خود و دیگران

از افراد خواسته شد موقعیت‌هایی را که در این روابط قرار گرفته اند را یاد آوری و ثبت کنند.	آشنایی با انواع رابطه متقابل (بالغ-بالغ و کودک-کودک)، متقاطع و پنهان	آموزش رابطه متقابل (مکمل و انواع آن، متقاطع و پنهان)	۵
از افراد خواسته شد مشخص کنند که در روابط خود از چه نوازش‌هایی و به چه مقدار استفاده می‌کنند.	آشنا شدن با مفهوم نوازش (مثبت، منفی، کلامی و غیر کلامی) و شیوه‌های نوازش دادن، نوازش گرفتن، نوازش خواستن و خود نوازشی	آموزش مفهوم نوازش و بررسی انواع آن	۶
ثبت پیام‌های بازدارنده و سوق دهنده	آشنایی با مفاهیم و انواع پیش نویس زندگی (بازدارنده‌ها و سوق‌دهنده‌ها) و چگونگی نگارش پیش‌نویس زندگی	معرفی ماهیت پیش نویس زندگی، تعریف و ارایه انواع آن	۷
ارایه نمونه‌هایی از سازمان‌دهی زمان در طی چند روز و گذشته خویش	آشنایی با مفهوم و روش‌های گوناگون سازمان‌دهی زمان (انزوا، مراسم، مناسک، وقت‌گذرانی، فعالیت‌ها، بازی‌ها و صمیمیت)	آموزش مفهوم و روش‌های سازمان‌دهی زمان	۸
ارایه جدول وضعیت زندگی و از افراد خواسته شد بررسی کنند بیش‌تر در کدام وضعیت به سر می‌برند و برای تغییر چه راهی را پیشنهاد می‌دهند	آشنایی افراد با چهار نوع وضعیت زندگی: من خوب هستم تو خوب نیستی، من خوب نیستم تو خوب هستی، من خوب نیستم تو خوب نیستی، من خوب هستم تو خوب هستی	آموزش چهار نوع وضعیت زندگی	۹



۱۰	جمع بندی	جمع بندی مطالب کل جلسه‌ها و مرور آن و بررسی رفتار، افکار و احساسات اعضا و شیوه ارتباطی نوین آن‌ها	اجرای پس آزمون
----	----------	---	----------------

### یافته‌ها

جدول ۲- شاخص های توصیفی متغیرهای دلزدگی و قصه عشق در گروههای آزمایش و کنترل.

متغیر	ابعاد فراوانی		آزمایش		کنترل	
	پس آزمون	پیش آزمون	پس آزمون	پیش آزمون	پس آزمون	پیش آزمون
جسمی	۱۲	میانگین	۲۷/۱۶	۲۲/۲۵	۲۱/۲۵	۲۳/۵۰
		انحراف استاندارد	۴/۹۸	۴/۷۳	۳/۰۴	۳/۷۷
دلزدگی	۱۲	میانگین	۳۴/۶۶	۳۰/۰۰	۲۸/۱۹	۳۳/۱۶
		انحراف استاندارد	۵/۵۹	۴/۶۳	۴/۱۶	۲/۹۱
روانی	۱۲	میانگین	۲۸/۵۰	۲۸/۰۸	۲۰/۹۱	۳۱/۵۸
		انحراف استاندارد	۴/۴۴	۴/۱۲	۳/۷۰	۶/۰۲۴
عاطفی	۱۲	میانگین	۴/۲۱	۳/۳۲	۳/۰۲	۳/۸۲
		انحراف استاندارد	۰/۵۹	۰/۸۰	۰/۶۴	۰/۶۵
درجه دلزدگی	۱۲	میانگین	۱۹۹/۴	۱۹۴/۸	۱۹۵/۱	۲۰۹/۹
		انحراف استاندارد	۳۰/۴۲	۲۹/۱۹	۳۲/۸۲	۲۴/۵۴
جامعه پسندی	۱۲	میانگین	۲۴/۰	۲۴/۱	۲۲/۳	۲۶/۹۱
		انحراف استاندارد	۷/۲۶	۴/۳۴	۵/۵۳	۴/۳۵
لذت جویی	۱۲	میانگین	۷۸/۹۱	۸۲/۵۸	۸۰/۳۳	۸۹/۸۳
		انحراف استاندارد	۱۶/۷۵	۱۷/۵۸	۱۶/۶۲	۱۴/۴۶
قصه عشق	۱۲	میانگین	۱۶/۷۵	۱۷/۵۸	۱۶/۶۲	۱۴/۴۶
		انحراف استاندارد	۱۶/۷۵	۱۷/۵۸	۱۶/۶۲	۱۴/۴۶

۳۳/۹	۳۲/۵	۳۰/۰	۲۹/۰	۲۹/۴	میانگین	۱۲	سلطه
۸/۲۱	۷/۷۸	۸/۹۴	۷/۲۳	۷/۹۷	انحراف		پذیری
استاندارد							
۵۲/۴۱	۵۳/۷۵	۴۸/۹	۴۹/۸	۴۷/۵	میانگین	۱۲	سرگرمی
۶/۴۴	۵/۰۴	۷/۵۶	۸/۶۷	۹/۲۵	انحراف		
استاندارد							

همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، کاهش درجه دلزدگی در پس آزمون گروه آزمایش به گونه‌ای ملموس بیش‌تر از گروه کنترل بوده است.

### یافته‌های استنباطی

**فرضیه ۱:** آموزش رویکرد تحلیل ارتباط متقابل بر تغییر قصه عشق زنان تأثیری معنادار دارد. بمنظور آزمودن فرضیه بالا از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد. بدین منظور ابتدا جهت بررسی پیش فرض‌های مهم تحلیل کوواریانس چند متغیره، آزمون باکس برای بررسی همگنی ماتریس واریانس- کوواریانس و آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس‌ها انجام شد که با توجه به معنادار نشدن مقدار آزمون باکس، فرض همگنی ماتریس واریانس- کوواریانس تأیید شده است.

با توجه به این‌که همگنی ماتریس واریانس- کوواریانس و همگنی واریانس‌ها برقرار است، امکان اجرای تحلیل کوواریانس چندگانه وجود دارد. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره در جدول ۳ قابل مشاهده است.

#### جدول ۳- نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری.

مقادیر	F	فرضیه df	خطای df	سطح معناداری	ضریب تأثیر
۰.۰۷۳	.205 <sup>b</sup>	5.000	13.000	.955	.073
۰.۹۲۷	.205 <sup>b</sup>	5.000	13.000	.955	.073
۰.۰۷۹	.205 <sup>b</sup>	5.000	13.000	.955	.073
۰.۰۷۹	.205 <sup>b</sup>	5.000	13.000	.955	.073

روی

همان‌گونه که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، بین گروه کنترل و آزمایش در متغیر وابسته ترکیبی (پنج مولفه قصه عشق) تفاوتی معنادار وجود ندارد.

## جدول ۴- نتایج تحلیل کواریانس تک متغیری.

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	ضریب تاثیر
قصه جامعه پسندی	29.541	1	29.541	.176	.680	.010
قصه لذت جویی	9.449	1	9.449	.654	.430	.037
قصه سلطه جویی	10.781	1	10.781	.083	.776	.005
قصه سلطه پذیری	12.864	1	12.864	.384	.544	.022
قصه سرگرمی	12.796	1	12.796	.356	.559	.020

همان گونه که در جدول ۴ مشاهده می شود، بین گروه کنترل و آزمایش در پس آزمون هیچ یک از قصه های عشق تفاوتی معنادار وجود ندارد.

**فرضیه ۲:** آموزش رویکرد تحلیل ارتباط متقابل بر کاهش دلزدگی زناشویی زنان تاثیری معنادار دارد.

در راستای آزمودن فرضیه دوم این پژوهش از آزمون تحلیل کواریانس تک متغیره استفاده شد و بدین منظور ابتدا برای بررسی پیش فرض های مهم تحلیل کواریانس، آزمون همگنی شیب رگرسیون و آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس ها انجام شد که نتایج نشان دهنده همگنی واریانس ها بود. بنابراین، امکان اجرای تحلیل کواریانس تک متغیره وجود دارد. نتایج تحلیل کواریانس تک متغیره در جدول ۵ قابل مشاهده است.

## جدول ۵- نتایج تحلیل کواریانس تک متغیری بر نمره های (پیش آزمون - پس آزمون) گروه آزمایش و گواه.

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	ضریب تاثیر
مدل تصحیح شده	۵/۷۹ <sup>a</sup>	۲	۲/۸۹	۸/۱۲	۰/۰۰۲	۰/۴۳۶
Intercept	۰/۷۹	۱	۰/۷۹	۲/۲۲	۰/۱۵۱	۰/۰۹۵
پیش آزمون درجه دلزدگی	۴/۳۳	۱	۴/۳۳	۱۲/۱۶	۰/۰۰۲	۰/۳۶۷
گروه	۳/۵۷	۱	۳/۵۷	۱۰/۰۲	۰/۰۰۵	۰/۳۲۳
خطا	۷/۴۹	۲۱	۰/۳۶			
کل	۳۲۰/۰۸	۲۴				
کل تصحیح شده	۱۳/۲۷	۲۳				

متغیر وابسته: پس آزمون درجه دلزدگی

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که گروه کنترل و آزمایش در میانگین پس آزمون درجه دلزدگی با یکدیگر تفاوتی معنادار دارند ( $df=1, F=10.023, P<005$ ). به بیان دیگر، گروه آزمایش نسبت به گروه گواه کاهش بیشتری در درجه دلزدگی در پس آزمون داشته است. افزون بر این، مقدار تأثیر مداخله متغیر مستقل  $0/۳۲$  بوده است.

برای بررسی پایایی نتیجه بدست آمده در پس آزمون، نمره‌های جلسه پیگیری به وسیله آزمون T جفت شده محاسبه گردید که نتایج آن در جداول ۶ و ۷ قابل مشاهده است.

#### جدول ۶- همبستگی بین جفت.

سطح معناداری	ضریب همبستگی	فراوانی	پس آزمون و پیگیری درجه دلزدگی
۰/۰۰۵	۰/۷۴۵	۱۲	

جدول ۶ نشان می‌دهد که پس آزمون و پیگیری درجه دلزدگی رابطه مثبت معناداری دارند.

#### جدول ۷- نتیجه آزمون T جفت شده.

سطح معناداری	درجه آزادی	95% Confidence Interval of the Difference		خطای استاندارد میانگین	اختلاف جفت ها		میانگین
		Upper	Lower		انحراف استاندارد	خطای استاندارد	
۰/۰۷۸	۱۱	۱/۹۴۱	۰/۶۴۳	۰/۱۵۵	۰/۵۳۸	۰/۳۰۱	پس آزمون درجه دلزدگی
			-۰/۰۴۰				۱

جدول ۷ بیانگر آن است که میانگین درجه دلزدگی در پیگیری نسبت به پس آزمون تفاوتی معنادار نداشته است و بنابراین، نتیجه پایدار بوده است.

## نتیجه گیری

این پژوهش بمنظور تبیین اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط متقابل بر تغییر قصه عشق و دلزدگی زناشویی زنان انجام شد. یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود که آموزش تحلیل متقابل، دلزدگی زناشویی زنان را به گونه‌ای معنا دار کاهش می‌دهد، اما تأثیری معنادار بر قصه عشق زنان نداشت. دوره پی گیری نیز یک ماه بعد انجام گرفت که بیانگر پایداری نتایج بود. نتایج تحلیل کوواریانس نشان می‌دهند که آموزش تحلیل ارتباط متقابل بر قصه عشق تأثیری معنادار نداشته است. نتایج جستجوها در مورد تأثیر این نوع آموزش بر قصه عشق، چیزی در بر نداشت، اما در پژوهش (Darvishzadeh & Pasha, 2010) قصه عشق به واسطه اثر آموزش پیش از ازدواج، تغییر کرده بود. اگر به صورت کلی در نظر گرفته شود، این پژوهش با این مطالعه ناهم‌سوست. نتایج تحلیل کوواریانس نیز نشان می‌دهند که آموزش تحلیل ارتباط متقابل بر دلزدگی زناشویی زنان تأثیری معنادار داشته و باعث کاهش دلزدگی زنان شده است. این نتیجه با پژوهش‌های (Sodani & et. 2013) و (Karkhaneh, 2013) به طور کلی و در معنای عام با پژوهش‌های (Atari, Hosseinpour, 2010) و (Rahnavard, 2010) و (Amini, Amini & Hooseiniyan, 2013) همسو می‌باشد. در این پژوهش‌ها شیوه‌های آموزشی تحلیل ارتباط متقابل و هم‌چنین، دیگر شیوه‌ها، دلزدگی زناشویی و دیگر تعارض‌های خانوادگی را کاهش داده است. در جستجوهای پژوهشی نتایج نا همسو با این فرضیه یافت نشد. در تبیین این نتایج به نظر می‌رسد هرچند در مفاهیم نظری قصه عشق به تغییر قصه‌ها و عناصر متشکله آن اشاره شده است، اما به دلیل وجود تجربه‌ها، احساسات، انگیزه‌ها، روابط و مناسبات پیشین که بر روند شکل گیری داستان‌ها تأثیر دارند (Sternberg translated by Shamlow, 2013) و از سوی دیگر، کنترل نکردن تجربه‌ها و روابط سابق افراد در آموزش تحلیل ارتباط متقابل و تأکید این آموزش بر زمان حال و آینده و تدوین طرح یا پیش‌نویس نوین برای ادامه زندگی، ممکن است قصه‌هایی که نفوذی ژرف در افراد داشته اند به راحتی تغییر نکنند یا تغییری معنادار به وجود نیاید. موضوع دیگری که می‌توان دلیلی بر نتیجه این فرضیه دانست چندگانه بودن قصه‌های عشق است. (Sternberg translated by Bahrami, 2012) بیان می‌دارد که هر یک از ما نوعاً یک قصه عشق نداریم و قصه‌های چندگانه داریم که این داستان‌ها وزن خاصی دارند و جفت‌های دیگر سبب پدید آمدن داستان‌های متفاوت می‌شوند. با دقت به این نظر می‌توان چنین برداشت کرد که زنان جامعه ما به واسطه جو فرهنگی و مذهبی و معیارهای ارزشی از ارتباط با جفت‌های دیگر به جز همسران خود اجتناب می‌ورزند و همچنان ارتباط خود را با شوهر خود ادامه می‌دهند. ایشان از آموخته‌های تحلیل ارتباط متقابل برای اصلاح روابط استفاده می‌کنند، اما به دلیل تغییر نکردن همسر، وزن داستان‌ها پا بر جا می‌ماند و داستان جدید ماندگاری بوجود نمی‌آید که فرد بخواهد آن را به داستان قبلی ترجیح دهد. (Sternberg & Hojat, 2001) و

(Mosavi kia, 2011) در بررسی قصه عشق زوج‌ها دریافته‌اند که گرایش افراد در دو گروه زن و مرد به قصه‌هایی ویژه است. برای مثال در گروه زنان بیش‌تر به سمت قصه سفر بود. به نظر می‌رسد ویژگی‌های شخصیتی و جنسیتی بر شکل‌گیری و ماندگاری قصه‌ها تأثیر گذار باشد و تغییر نکردن شخصیت کلی در آموزش تحلیل ارتباط متقابل می‌تواند دلیلی بر تغییر نیافتن قصه‌ها باشد. در بحث دلزدگی می‌توان با این نظر پاییز شروع کرد که روابط خوب با افراد خانواده و دوستان از عوامل پیشگیری‌کننده دلزدگی زناشویی است و نتیجه ارتباط متقابل و مداوم بین زن و شوهر می‌تواند بر رابطه عشقی‌شان تأثیر مثبت یا منفی بگذارد که در بدترین حالت به دلزدگی و استیصال منجر می‌شود (Paniz, 1996 translated by Shadab, 2002). با توجه به نتایج بدست آمده به نظر می‌رسد که آموزش تحلیل ارتباط متقابل توانسته با تغییراتی که در روابط زنان با همسران‌شان بوجود آورده است، متغیرهای تشدیدکننده دلزدگی همچون مطالبات متناقض، بار مسئولیت اضافی، تعهدات خانوادگی، نبود تنوع و قدردانی را دستخوش تغییراتی مثبت کرده باشد. بدین گونه که در تحلیل ارتباط متقابل، افراد الگوی حالات نفسانی و پیش‌نویس‌های خود را کشف می‌کنند و پس از خودشناسی بیش‌تر خالق پیش‌نویس‌های جدید خود می‌شوند. چنین به نظر می‌رسد که این شناخت، حس اعتماد به تغییر را برای بهبود اوضاع در افراد افزایش می‌دهد. همان گونه که گفته شد، مطالبات متناقض از متغیرهای تشدیدکننده دلزدگی است. به نظر می‌آید زمانی که افراد در تحلیل ارتباط متقابل کارکرد من‌بالغ خود را می‌شناسند می‌توانند به واسطه ویژگی واقعیت‌سنجی این حالت من، مطالبات متناقض خود را به مطالبات معقول تغییر دهند و نیز با شناخت من‌والد کنترل‌کننده منفی خود از زیر فشارهای تعهدات خانوادگی که بیانگر "بایدها" در برآورده کردن توقعات است، خارج شوند. باز می‌توان چنین برداشت کرد که شناخت من‌بالغ و کاربرد آن می‌تواند مانع بروز یکی دیگر از علل پدید آیی دلزدگی یعنی عدم توقعات و واقعیات شود زیرا من‌بالغ مانند یک کامپیوتر عمل می‌کند، داده‌ها را تجزیه و تحلیل می‌کند و با واقعیات موجود تطابق دارد.

(Paniz, 1996 translated by Shadab, 2002) نبود تنوع در زندگی را یکی دیگر از عوامل دلزدگی می‌داند. از سوی دیگر، در تحلیل ارتباط متقابل به مفهوم طرد اشاره شده است که فرد یک روند ثابت به دلیل بیرون راندن یکی یا بیش از یکی از حالت‌های نفسانی خود ایجاد می‌کند (Stovart & Jonez, 2009)، با شناخت این وضعیت می‌توان احتمال داد که بازگشت من‌های طرد شده به ساختار روانی افراد تنوع از دست رفته را به روابط زناشویی بازگردانده و استفاده به هنگام تمام حالت‌های نفسانی، رابطه را از حالت خستگی و یکنواختی خارج کرده است. در بررسی مبانی نظری دلزدگی مشخص است که افراد دلزده امیدی به بهبود روابط‌شان ندارند و نظر منفی گریانه

به روابط بویژه رابطه با همسر دارند. از سوی دیگر، نظریه تحلیل ارتباط متقابل به پیام‌های پیش‌نویس اشاره دارد که به شکل باز دارنده از دوران کودکی روابط و افکار را تحت تأثیر قرار می‌دهد، پیام‌هایی چون "نمی‌توانی"، "فکر نکن"، "مهم نباش". با این وجود، می‌توان چنین برداشت کرد که تغییر این پیام‌ها توانسته است ناامیدی و منفی‌گری را کاهش دهد و به بهبود روابط بیانجامد. (Lee, 2009) یکی از راه‌های پیشگیری از دلزدگی را تنظیم زمان برای تنها بودن با همسران و استفاده از این زمان‌ها برای حل تعارضات و اختلافات می‌داند، از سوی دیگر، سازماندهی زمان از مفاهیم کاربردی نظریه تحلیل ارتباط متقابل است. با دقت به این موضوع می‌توان چنین برداشت کرد که افراد آموزش دیده توانسته‌اند اوقات بودن با همسران را به شیوه‌ای کارآمد سازمان دهند و از این راه به حل تعارضات خود کمک کنند. می‌توان از ایجاد روابط مکمل به عنوان یکی از اساسی‌ترین کارکردهای برقراری مناسب ارتباط نام برد. زمانی که افراد دلزده هستند ممکن است احساس کنند که با وجود تلاش فراوان به نتیجه دلخواه خود نمی‌رسند، نسبت به حالت عادی زود تر خشمگین می‌شوند و احساس کنند که توانایی خوش‌گذرانی و حس شوخ‌طبعی را از دست داده‌اند (Nalath, 2005). در روابط مکمل به دلیل استفاده به موقع از من‌ها و موازی بودن خطوط رابطه، می‌توان از احساس‌های بالا به گونه‌ای مناسب در ارتباط استفاده کرد. چنین به نظر می‌آید که آموزش این توانایی را به افراد داده و باعث کاهش میزان دلزدگی شده است.

در کل می‌توان چنین برداشت کرد که آموزش تحلیل ارتباط متقابل به دلیل توجه به جنبه‌های گوناگون فرد و روابط وی، می‌تواند نظریه‌ای مناسب برای حل تعارضات و دلزدگی زناشویی باشد.

## سپاسگزاری

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند از تمام کسانی که در به انجام رسیدن این پژوهش همکاری داشته‌اند، سپاسگزاری کنند.

## References

- Abedi, M.R. (2004). Counseling With Lovers. 2th Seminar of Mental Health. Proceeding. Tehran, Tarbiyat Modares University.
- Abdolmalehi, S. (2008). Failure in Love. Mental Health. 26. 5- 68.
- Adibrad, N. & Adibrad, M. (2005). Examine the relationship between relation beliefs and marital Burnout in women seeking divorce and women to marriage. Counseling Research & Developments. Quarterly Journal of Iranian Counseling Association. Vol,4, No.13. pp 99-110.
- Alaei, P. Karami, A. (2008). Construction and standardization Love Story Measures and Relation with Marital Saticfication. Recently Psychology.2(2). 39 – 54.

- Amini, M. Amini, Y. & Hosseinniyan, S. (2013). Effective communication skills using cross correlation analysis approach to reducing marital conflict. Quarterly Journal of Family Counseling & Psychotherapy. Vol,3, No.3. pp 377-400.
- Attari, Y.A. Hosseinpour, M. & Rahnavard, S. (2010). Effectiveness of Communication Skills Training on Reduce of Marital Burnout in Couples. Thinking & Behavior. 4(14). 25 – 33.
- Bakker, A.B. (2009). The crossover of burnout and its relation to partner health. Stress and Health. 25, 343- 353.
- Bern, A. (2013). Trans Actional Behavior. Translated by Fasieh, E. Tehran, Nashr, Noo.
- Darvishzadeh, S. & Pasha, G.R. (2005). Effectiveness of Pre marriage training on Students Love Story. New Finding in Psychology. 5(14). 3- 27.
- Etemadi, A. Navabinezhad, Sh. Ahmadi, A. & Farzad, V. (2006). Effectiveness of Emago thrapy on increasing of intimacy in couples counseling centers in Isfahan. Counseling Research & Developments. Quarterly Journal of Iranian Counseling Association. Vol,5, No.19. pp 9-22.
- Firoozbakht, M. (2010). Bern, A, Founder of Transactional Analysis. Tehran, Danzheh.
- Hamid, N. & Dehghani, M. (2012). Effectiveness of Transactional Analysis basis on Religion on Intrest, Love, Regard to mate and Marital Saticfication. Novin Psychology. 5(4). 23- 40.
- Karkhaneh, M. (2013). Effectiveness of Transactional Analysis on Marital Burnout in Couples of Kermanshah. Thesis for M.A. in Clinical Psychology. Rudehen.
- Karami, A. & Alaei, P. (2008). Love Story Questionnaire. Tehran. Ravansanji.
- Kazuko, N. (2006). How TA is applied in clinical psychiatry. Social work.
- Lawrence, L. (2007). Applying transactional analysis and personality assessment to improve patient counseling communication skills. Journal of Pharmaceutical Educational. 77. 1-5.
- Lee, A. (2007). Transactional Analysis and Personality Assessment. <http://ezinearticle.com>.
- Naeim, S. (2008). Relationship between Marital Burnout , Intimacy and Marital Conflict With Violence against women. Thesis for M.A. in General Psychology. Ahwaz Islamic Azad University.
- Nikoobakht, N. Karimi, Y. & Bahrami, H. (2011). Burnout in infertile women attending gynecology clinics in Valiasr Hospital. Iranian Journal of Epidemiology, 7(1). 32-37.
- Paniz, A. (1996). What We do? Avoid of Martial Burnout. Translated by Shadab, F. (2002). Tehran. Ghoghnoos.



- Peterson, R. & Gfeen, S. (2009). Families first keys to successful family functioning communication <http://www.ent.vt.edu/pubs/family/92-350.Html>
- Pines, A. M. (1996). Couple burnout; causes and cures. London routedge.
- Sanaei, B. (2007). Introduction of Family Therapy. Tehran, Amirkabir.
- Siyavoshi .H. & Navabinezhad, Sh. (2005). Relationship between Marital Relation Pattern and Irrational Beliefs in teachers from Malayer. Quarterly Journal of Iranian Counseling Association. Vol,4, No.15. pp 9-34.
- Slavik, Carlson. H. & Sperry, L. (2007). Adlerian marital therapy with the passive aggressive partner. American Journal of family Therapy, 20, 284-91.
- Sodani, M. Dehghani, M. & Dehghanzadeh, Z. (2013). Effectiveness of Transactional Analysis on Marital Burnout and Marital Quality. Quarterly Journal of Family Counseling & Psychotherapy. Vol,3, No.2. pp161 - 177.
- Sternberg, R. J. (1998). Love Story, New Attitude toward Marital Relationship. Translated by Bahrami, A.A.(2012). Publications Roshd.
- Sternberg, R.J., Hojjat, M., & Barnes, M. (2001). Empirical tests of aspects of theory of love as a story. European Journal of personality, 15, 1-20.
- Stovart, B. & Jons, V. (2009). Reflections on Experimental Psychology Transactional Analysis. Translated by Dadgostar, Tehran, Dayereh,
- Torkan, H. (2007). Effectiveness of Transactional Analysis group therapy on marital satisfaction. Family Studies, Vol.2.(8). 383 – 403.
- Wood, J.T. (2006). Interpersonal communication: every day. 6<sup>ed</sup>. Boston: Wadsworth publishing company.

