

The Effect of Group Psychotherapy with Transactional Analysis Approach on Attachment Styles of Adolescent Boys

MohammadReza Zanganeh*

MSc. in School Counseling, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

Azam Ardeshiri

MSc. in Career Counseling, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

Bahram Ali Ghanbari HashemAbadi

Professor, Department of Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran

Extended Abstract

Introduction

The most satisfying relationships of people are established with family, friends, and relatives. The first bonds with others are formed in the first years of life and relation to the primary caregivers and are evaluated through attachment styles (London et al., 2023). According to the *attachment theory*, the feeling of safety arises from having one's needs met and the resulting trust and confidence, in contrast to the anxiety caused by unmet needs determines individuals' attachment styles. Based on this, two types of attachment styles can be identified: *secure* and *insecure*. *Insecure attachment* manifests as avoidant or ambivalent attachment (Fearo & Roisman, 2017). *Securely attached* individuals are often intimate, autonomous, and calm and establish friendly and trusting relationships. Individuals exhibiting insecure-avoidant attachment prioritize self-care based on the behaviour of those around them who fail to provide a sense of safety. Finally, people with ambivalent attachments feel insecure about others. These people are always afraid of being rejected or abandoned by others and have unstable self-esteem (Cherniak et al., 2021).

Attachment styles are associated with several psychological consequences in adolescents. In a systematic review, Delgado et al. (2022) showed that secure attachment can predict the development of supportive, intimate, trusting, and high-quality emotional relationships with peers and friends. Considering the consequences of attachment styles in adolescents, it seems necessary to carry out interventions that can help increase secure attachment and



*Corresponding Author: Mz60counselor@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.22034/rip.2024.191347>

reduce insecure attachment. The *Transactional analysis* (TA) approach is one of the widely used approaches in this field. This approach focuses on self-knowledge and teaches how to communicate with others. The study of transactional analysis approach is concerned with the relationships and internal problems of a person and the relationship of humans with each other (Vos & Van Rijn, 2022). In this approach, it is believed that if individuals have healthy, sincere and honest relationships with each other while eliminating destructive and negative relationships, they will be able to reduce the psychological stressors on themselves and others and enjoy life more (Berne, 1958). Several studies have shown that the transactional analysis approach is associated with an improvement in psychological status (ShayestehKia et al., 2023). A review of the research background showed that few studies have investigated the effectiveness of transactional analysis on adolescent attachment. Based on this, the current study aimed to investigate the effectiveness of group psychotherapy with the transactional analysis approach on the attachment styles of adolescent boys.

Method

This research was developmental in purpose and semi-experimental with a pre-test and post-test design and a control group in data collection method. The statistical population consisted of male secondary school students in Mashhad. 30 of these students were chosen voluntarily and randomly replaced in the groups. The experimental group received nine sessions of 90-minute group psychotherapy with the transactional analysis approach. Data collection was done with the Revised Adult Attachment Scale (RAAS). Descriptive statistics and multivariate covariance analysis were used to analyze the data. Data analysis was done with SPSS software version 27.

Results

The results showed that group psychotherapy with the *transactional analysis* approach has a significant effect on *secure* and *avoidant attachment* ($P < 0.001$). The effect size was 0.70 and 0.50, respectively, which indicates moderate and higher effectiveness. However, the results regarding the ambivalent attachment style showed that there is no significant difference between the groups ($P > 0.05$). Other results showed that the participants of the experimental group had a higher mean in secure attachment and the control group participants had a higher mean in avoidant attachment.

Discussion

The purpose of this research was to investigate the effectiveness of group psychotherapy with the *transactional analysis approach* on the *attachment styles* of adolescent boys. The results showed that psychotherapy based on the transactional analysis approach is effective on *secure* and *avoidant attachment*, but has no significant effect on *ambivalent attachment*. In the research background, no study was found that investigated the effectiveness of psychotherapy based on the transactional analysis approach to the attachment of *adolescent boys*. However, this finding is consistent with the theoretical framework of the transactional analysis approach. The results of the research also indicate that this approach leads to high individual and interpersonal understanding, and awareness of correct behavioural methods. The teachings of this approach help people to establish healthy, honest and sincere relationships in situations of conflict and crisis, to discharge their

feelings and emotions, to solve their ambiguities and to achieve a coherent and secure identity. Noma (2006) believes that through transaction training for clients in a short time, it is possible to help improve communication and also help the efficiency of family members in family life situations. Most of the studies conducted with the approach of transactional analysis have been able to increase the level of compatibility, agreement, intimacy and communication skills and reduce conflicts, incompatibilities and anxiety. Since most of these components are not unrelated to people's attachment styles, the analysis of transactions can likely affect people's secure attachment by providing a basis for improving the quality of relationships and reducing tension in the group.

In general, it is concluded that the approach of transactional analysis can affect on secure and avoidant attachment styles of adolescent boys. This approach with theoretical and practical foundations in the field of proper communication and self-knowledge, as well as its attractiveness for teenagers, develops and values the communication skills. Transactional analysis introduces a path to individuals for movement and provides them with the tools needed for effective movement. Since attachment styles are the result of positive or negative communication between caregiver and child and this attachment system expands in adolescence concerning others, the transactional analysis approach has been able to adjust the dimensions of adolescent attachment with the help of concepts and skills.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: Participants were informed of the aims of the research. The informed consent form was also completed by the parents of the students. All participants were treated equally. It was assured about confidentiality in maintaining personal information and providing results without the names and details of people's birth certificates. Participants were allowed to withdraw from the study at any time.

Funding: The authors reported there is no funding associated with the work featured in this article.

Authors' contribution: All parts of the research and preparation of the article were equally shared between the authors.

Conflict of interest: No potential conflict of interest was reported by the authors.

Acknowledgements: The authors would like to acknowledge the participants in the study.

Keywords: attachment styles, transactional analysis, adolescence.


Citation: Zanganeh, M. R., Ardeshiri, A., & Ghanbari HashemAbadi, B. A. (2024). The Effect of Group Psychotherapy with Transactional Analysis Approach on Attachment Styles of Adolescent Boys. *Recent Innovations in Psychology*, 1(1), 68-75. <https://doi.org/10.22034/rip.2024.191347>


اثر روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سبک‌های دلبستگی پسران نوجوان


کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران

کارشناسی ارشد مشاوره شغلی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران

استاد گروه روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

محمد رضا زنگنه * 

اعظم اردشیری 

بهرامعلی قنبری هاشم‌آبادی 

چکیده

هدف از اجرای این پژوهش تعیین اثر روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سبک‌های دلبستگی پسران نوجوان بود. طرح این پژوهش نیمه تجربی با الگوی پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش را دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه مشهد تشکیل می‌دادند. تعداد ۳۰ نفر از این دانش‌آموزان به صورت داوطلبانه انتخاب و در گروه‌های آزمایش و گواه جایگزین شدند. در هر گروه ۱۵ نفر حضور داشتند. هر دو گروه مقیاس تجدیدنظر شده دلبستگی بزرگسال (RAAS) را تکمیل کردند. گروه آزمایش به مدت نه جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل قرار گرفتند. تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد که روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر دلبستگی ایمن ($\eta^2=0/70$) و اجتنابی ($\eta^2=0/50$) اثر معناداری دارد. اما در دلبستگی دوسوگرا تفاوت معناداری میان دو گروه وجود نداشت ($P>0/05$). به نظر می‌رسد روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سبک‌های دلبستگی پسران نوجوان موثر است و دلبستگی ایمن آنان را افزایش و دلبستگی ناایمن اجتنابی را کاهش می‌دهد.

کلیدواژه‌ها: دلبستگی، تحلیل رفتار متقابل، نوجوانی.

استناد: زنگنه، محمد رضا، اردشیری، اعظم، و قنبری هاشم‌آبادی، بهرامعلی. (۱۴۰۲). اثر روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سبک‌های دلبستگی پسران نوجوان. *نوآوری‌های اخیر در روان‌شناسی*، ۱(۱)، ۶۸-۷۵.

<https://doi.org/10.22034/rip.2024.191347>

مقدمه

رضایت بخش‌ترین روابط افراد با خانواده، دوستان و نزدیکان برقرار می‌شوند. نخستین پیوندها با دیگران در سال‌های نخست زندگی و در ارتباط با مراقبان اصلی شکل گرفته و در قالب دلبستگی مورد بررسی قرار می‌گیرد (لوندن، ولمر، زیراج و کلوگر، ۲۰۲۳). بالبی (۱۹۷۹) دلبستگی را به نوع خاصی از روابط که در آن فرد پیوند عاطفی خود را با فرد دیگری شکل می‌دهد، اطلاق می‌کند (برث، ۲۰۲۳). بر اساس نظریه دلبستگی، احساس ایمنی ناشی از ارضای نیازها و اعتماد و اطمینان حاصل از آن، در تقابل با اضطراب ناشی از عدم ارضای آنها، تعیین کننده سبک دلبستگی افراد است. بر این اساس دو نوع سبک دلبستگی ایمن^۱ و نایمن^۲ قابل طرح است. دلبستگی نایمن خود شامل دو نوع دلبستگی اجتنابی^۳ و دوسوگرا^۴ است (فیرون و روزیمن، ۲۰۱۷). افراد دلبسته ایمن اغلب صمیمی، خودمختار و آرام هستند، روابط دوستانه و توأم با اعتماد برقرار می‌کنند. این افراد در حالی که نقاط ضعف خود را می‌پذیرند، جنبه‌های مثبت خود را نیز می‌بینند. افراد دارای دلبستگی نایمن اجتنابی متناسب با رفتار اطرافیانی که احساس امنیت به آنها نمی‌دهند، از خودشان مراقبت کنند. این افراد اگرچه مستقل به نظر می‌رسند، اما به آسانی احساس شکست و ناکامی کرده و از نزدیکی بیش از حد مضطرب می‌شوند. در نهایت افراد دارای دلبستگی دوسوگرا، نسبت به دیگران احساس عدم اطمینان دارند. این افراد همیشه از طرد یا ترک شدن می‌ترسند و از عزت نفس بی‌ثباتی برخوردارند (چرنیاک، میکولینسر، شیور و گرانویست، ۲۰۲۱).

سبک‌های دلبستگی با تبعات روان‌شناختی متعددی در نوجوانان همراه هستند. دلگادو، سرنا، مارتینز و کرویس (۲۰۲۲) در مروری سیستماتیک نشان دادند که دلبستگی ایمن می‌تواند ایجاد روابط عاطفی مبتنی بر حمایت، صمیمیت و اعتماد با همسالان را در نوجوانان پیش‌بینی کند. علاوه بر این، برخی از متغیرها، مانند تفاوت‌های جنسیتی و ویژگی‌های خانوادگی، در دلبستگی نقش دارند و درک بهتری از آن ارائه می‌دهند. پورکرد، میردریکوند و کرمی (۲۰۲۲) نیز در پژوهشی نشان دادند که سبک دلبستگی ایمن با تاب‌آوری در دانش‌آموزان دبیرستانی رابطه مثبت دارد و سبک دلبستگی ایمن پیش‌بینی کننده تاب‌آوری است. در مطالعه دیگری رزاقی ینگچه و همکاران (۱۳۹۸) به این نتیجه رسیدند که سبک دلبستگی ایمن، حمایت اجتماعی و سبک دلبستگی اجتنابی مهم‌ترین پیش‌بینی کننده تاب‌آوری نوجوانان پسر هستند. محمدی و صابر (۱۳۹۹) نیز نشان دادند که دلبستگی به مادر و دلبستگی به همسالان به صورت مثبت هم‌دلی را در نوجوانان پیش‌بینی می‌کند. به واسطه تبعات سبک‌های دلبستگی در نوجوانان به نظر می‌رسد که انجام مداخلاتی که بتواند به افزایش دلبستگی ایمن و کاهش دلبستگی نایمن کمک کند، ضروری است. رویکرد تحلیل رفتار متقابل^۵ (TA) یکی از رویکردهای پرکاربرد در این زمینه است.

رویکرد تحلیل رفتار متقابل توسط برن (۱۹۵۸) مطرح شد. این رویکرد بر خودشناسی و چگونگی آموزش ارتباط با دیگران متمرکز است. تحلیل رفتار متقابل به روابط و مشکلات درونی شخص و رابطه انسان‌ها با یکدیگر توجه دارد (وس و ون ریژن، ۲۰۲۲). در این رویکرد اعتقاد بر این است که اگر افراد با یکدیگر روابط سالم، صمیمانه و صادقانه داشته باشند و آنرا جایگزین روابط مخرب و منفی نمایند، قادر خواهند بود که از فشارهای روانی خود و دیگران بکاهند و از زندگی لذت بیشتری ببرند (برن، ۱۹۵۸). تحلیل رفتار متقابل یک الگوی سه

1. secure attachment

2. insecure attachment

3. avoidant

4. ambivalent

5. Transactional Analysis (TA)

بخشی از حالت‌های نفسانی شامل من والد، من بالغ و من کودک ارائه کرده است. در این رویکرد سعی بر آن است تا افراد از رویکردهای آسیب‌زا که در ارتباط با خود و دیگران دارند به سمت رویکردهای مثبت به پیش رانده شوند (هارگادن و سیلز، ۲۰۱۴). علاوه بر حالات من و ارتباط متقابل^۱، مفاهیم دیگر این رویکرد شامل رسیدن به وضعیت «من خوب هستم، تو خوب هستی»^۲، نمایش‌نامه زندگی^۳ و نوازش^۴ است. در رویکرد تحلیل رفتار متقابل فرض بر این است که رابطه با کیفیت یکی از نیازهای اساسی انسان است و افراد نیاز دارند مورد نوازش قرار گیرند (نیوتن، ۲۰۲۴).

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که رویکرد تحلیل رفتار متقابل با بهبود در وضعیت روان‌شناختی همراه است. شایسته کیا، هاشمیان و ابوالمعالی الحسینی (۲۰۲۳) نشان دادند که رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر اضطراب تحصیلی نوجوانان اثربخش است و آن را کاهش می‌دهد. رحمتی و همکاران (۱۳۹۹) نیز در پژوهشی نشان دادند که آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش تحمل پریشانی و توانایی حل مسئله اجتماعی سازنده و کاهش توانایی حل مسئله اجتماعی غیر سازنده نوجوانان بزهکار مؤثر است. مروری بر پیشینه پژوهشی نشان داد که کمتر مطالعه‌ای است که اثربخشی تحلیل رفتار متقابل را بر دلبستگی نوجوانان بررسی کرده باشد. بیشتر این مطالعات بر روی بزرگسالان انجام شده است. به عنوان مثال منجم و آقاییوسفی (۲۰۱۵) در پژوهشی بر روی مردان بزرگسال نشان دادند که تحلیل رفتار متقابل می‌تواند در کاهش دلبستگی ناایمن و افزایش سبک دلبستگی ایمن مؤثر باشد. علی رغم تبعات سبک‌های دلبستگی ناایمن در نوجوانان، به نظر می‌رسد از رویکرد تحلیل رفتار متقابل در این زمینه کمتر استفاده شده است. بررسی این اثربخشی از این حیث اهمیت دارد که سبک‌های دلبستگی در کودکی و نوجوانی با دلبستگی در بزرگسالی در ارتباط هستند و مداخلاتی که بتوانند به بهسازی این سبک‌ها کمک کنند، قادر خواهند بود وضعیت روان‌شناختی افراد را در بزرگسالی تحت تأثیر قرار دهند. علاوه بر آن نوجوانان علاوه بر والدین به گروه دوستان نیز دلبستگی دارند و مداخله در این زمینه می‌تواند به افزایش کیفیت ارتباط نوجوانان با همسالان کمک کند. بر اساس پیشینه پژوهشی (محرری، ۱۳۸۹) نیز سبک‌های دلبستگی در دختران و پسران از الگوهای متفاوتی تبعیت می‌کند و جنسیت یک متغیر تعدیل‌کننده در این زمینه است. بر این اساس هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سبک‌های دلبستگی پسران نوجوان بود.

روش

این پژوهش از حیث هدف توسعه‌ای و از نظر روش گردآوری داده‌ها، نیمه آزمایشی با الگوی پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری مشتمل بر دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه منطقه تبادلگان مشهد بود. نمونه‌گیری به صورت داوطلبانه انجام شد. بدین ترتیب که از میان دبیرستان‌های متوسطه دوم پسرانه به صورت تصادفی یک دبیرستان انتخاب شد و طی یک فراخوان از افراد متقاضی ثبت نام به عمل آمد. ملاک‌های ورود به پژوهش، رضایت آگاهانه، قرار داشتن در سنین ۱۶ تا ۱۸ سال، عدم مصرف داروی روان‌پزشکی، عدم دریافت مداخلات روان‌شناسی همزمان با پژوهش و زندگی با هر دو والد بود. بر این اساس ۳۰ نفر انتخاب شدند و به صورت تصادفی در گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. گروه آزمایش به مدت ۹ جلسه روان‌درمانی گروهی

1. ego state & transactional relationship

2. "i am ok, you are ok"

3. scripts & Games

4. strokes

با رویکرد تحلیل رفتار متقابل را دریافت کردند. ملاک خروج از پژوهش نیز غیبت بیش از یک جلسه و عدم تمایل شخصی برای ادامه حضور در جلسات بود. گروه گواه در این مدت مداخله‌ای دریافت نکردند. در مرحله ثبت نام در خصوص اهداف پژوهش اطلاعاتی به شرکت کنندگان ارائه شد. فرم رضایت آگاهانه نیز توسط والدین دانش آموزان تکمیل شد. تمامی پرسشنامه‌ها بی‌نام بودند و در خصوص محرمانه بودن نتایج نیز به شرکت کنندگان اطمینان خاطر داده شد. هر شرکت کننده می‌توانست به دلخواه خود از پژوهش خارج شود. هزینه‌ای به شرکت کنندگان تحمیل نشد. گردآوری داده‌ها با پرسشنامه زیر صورت گرفت:

مقیاس تجدیدنظر شده دلبستگی بزرگسال^۱ (RAAS): این مقیاس توسط کولینز و رید (۱۹۹۰) تدوین شده و مشتمل بر ۱۸ ماده است و نمره‌گذاری آن در طیف لیکرت پنج درجه‌ای از به هیچ وجه با خصوصیات من تطابق ندارد (۱) تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد (۵) صورت می‌گیرد. سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا بر اساس این مقیاس قابل محاسبه است. روایی و پایایی این مقیاس در مطالعه اصلی به تأیید رسیده است. تیکسرا، فریرا و هووت رودریگوز (۲۰۱۹) نیز روایی عاملی و واگرایی مقیاس را به تأیید رساندند. در ایران نیز این مقیاس مورد استفاده قرار گرفته و روایی و پایایی مطلوبی داشته است (عدالت، فارسی نژاد، بخارائی و جودی، ۲۰۲۲).

در فرایند اجرای پژوهش، ابتدا هر دو گروه پرسشنامه را در مرحله پیش‌آزمون تکمیل کردند. سپس در گروه آزمایش روان‌درمانی گروهی مبتنی بر رویکرد تحلیل رفتار متقابل طی ۹ جلسه به فاصله یک هفته و هر جلسه ۹۰ دقیقه به شرح جدول ۱ اجرا شد. این مداخله در مطالعات مختلفی مورد استفاده قرار گرفته است (صدیقی، مکوند حسینی و قنبری هاشم‌آبادی، ۱۳۹۵). پس از اتمام جلسات، هر دو گروه آزمایش و گواه پرسشنامه‌ها را در مرحله پس‌آزمون تکمیل کردند. با هدف رعایت اصول اخلاقی، اعضای گروه گواه در صورت تمایل می‌توانستند از جلسات مشاوره‌ای رایگان بهره‌مند شوند.

از روش‌های آمار توصیفی و تحلیل کواریانس چندمتغیره جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد. مفروضات تحلیل کواریانس شامل نرمال بودن توزیع، همگنی واریانس، همگنی ماتریس واریانس و کواریانس، همگنی شیب رگرسیون، رابطه خطی متغیر کمکی و وابسته و همبستگی متغیرهای وابسته مورد بررسی قرار گرفتند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با نرم افزار SPSS نسخه ۲۷ صورت گرفت.

یافته‌ها

توصیف جمعیت شناختی نمونه نشان داد که در گروه آزمایش ۴۰ درصد دانش آموزان در پایه دهم، ۴۰ درصد در پایه یازدهم و ۲۰ درصد در پایه دوازدهم مشغول به تحصیل بودند. این نسبت‌ها در گروه گواه به ترتیب ۴۶/۶۷ درصد، ۲۰ درصد و ۳۳/۳۳ درصد بود. میزان تحصیلات ۵۳/۳۳ درصد پدران و ۷۳/۳۳ درصد مادران دانش آموزان گروه آزمایش کمتر از دیپلم بود. این نسبت‌ها برای پدران و مادران دانش آموزان گروه گواه ۴۶/۶۷ درصد و ۵۳/۳۳ درصد بود. ۶۰ درصد پدران شرکت کنندگان گروه آزمایش و ۵۰ درصد پدران شرکت کنندگان گروه گواه شغل آزاد داشتند.

1. Revised Adult Attachment Scale (RAAS)

جدول ۱. شرح جلسات روان‌درمانی گروهی مبتنی بر رویکرد تحلیل رفتار متقابل

جلسات	اهداف و محتوای جلسه
اول	معارفه و آشنایی با اصول اولیه ارتباط: خوشامدگویی و معارفه اعضا با یکدیگر، تبیین اهداف جلسات، بیان هنجارهای گروهی و بستن قرارداد گروهی، آشنا کردن گروه با مفهوم ارتباط و انواع آن و اصول اساسی ارتباط و ارائه تکلیف.
دوم	خودشناسی با نگاه اریک برن: مرور جلسه قبل، آشنا کردن گروه با حالات من (والد، بالغ و کودک)، توضیح ویژگی‌ها و کارکردها و عملیاتی کردن آن‌ها، تحلیل کنشی حالات من و عملیاتی کردن آن، آشنا کردن گروه با ترسیم آگوگرام خود و توضیح درباره آن و ارائه تکلیف.
سوم	تحلیل رفتار متقابل: مرور جلسه قبل، آشنا کردن گروه با مفهوم رفتار متقابل، تبادل مکمل، تبادل متقاطع، تبادل نهفته و عملیاتی کردن این مفاهیم، گفتگو در مورد ضرورت و تناسب هر کدام از انواع ارتباط در حیطه روابط دوستانه و خانوادگی و ارائه تکلیف.
چهارم	نوازش و انواع آن: مرور جلسه قبل، آشنا کردن گروه با مفهوم نوازش، انواع و عملیاتی کردن آن و ضرورت و نقش نوازش در تقویت رفتار و ارائه تکلیف.
پنجم	اقتصاد نوازش و نمودار نوازشی: مرور جلسه قبل، آشنا کردن گروه با مفهوم اقتصاد نوازش و نحوه شکل‌گیری آن، آشنا کردن گروه با نمودار نوازشی و ترسیم آن، لزوم رهایی از اقتصاد نوازش و ارائه راهکار در این زمینه و ارائه تکلیف.
ششم	سازماندهی زمان و روش‌های آن: مرور جلسه قبل، آشنا کردن گروه با مفهوم سازماندهی زمان و نحوه اثر آن بر ارتباط، روش‌های سازماندهی زمان و ارائه تکلیف.
هفتم	وضعیت‌های زندگی: مرور جلسه قبل، آشنا کردن گروه با مفهوم وضعیت‌های چهارگانه زندگی، ویژگی‌ها و نحوه شکل‌گیری آن، بیان لزوم اتخاذ وضعیت آخر و تأثیر آن در روابط دوستانه و خانوادگی، ارائه تکلیف
هشتم	تقویت بالغ، کنترل والد و راضی کردن کودک: مرور جلسه قبل، مرور مجدد ویژگی‌های بالغ، آشنا کردن اعضای گروه با ضرورت تقویت بالغ و ارائه راهکارهای عملیاتی، مرور مجدد ویژگی‌های والد، ویژگی‌های کودک و آموزش رها کردن کودک از قید و بندهای والد سرزنشگر، آماده‌سازی اعضا برای ختم جلسات گروهی و ارائه تکلیف.
نهم	مرور و جمع‌بندی: مرور جلسه قبل، کشف ناگفته‌ها از جانب اعضای گروه، تصمیم‌گیری مجدد برای زندگی، جمع‌بندی و نتیجه‌گیری از مباحث، بحث آزاد در مورد آموزه‌ها، گفتگو در مورد تعمیم یافته‌ها و ترمیم عواطف ناشی از جدایی.

در بررسی مفروضات تحلیل کوواریانس چندمتغیره، آزمون شاپیرو و ویلک نشان داد که توزیع سبک‌های دلبستگی در گروه‌های آزمایش و گواه نرمال است ($P > 0/05$). آزمون لوین نیز نشان داد که همگنی واریانس‌ها محقق شده است ($P > 0/05$). آزمون ام.باکس نیز نشان داد که همگنی ماتریس واریانس کوواریانس محقق شده است ($P > 0/05$). آزمون بارتلت نیز نشان دهنده آن بود که همبستگی متوسط و معناداری میان سبک‌های دلبستگی وجود دارد ($P < 0/05$). بررسی مفروضه همگنی شیب رگرسیون نیز نشان دهنده تحقق این مفروضه برای هر سه سبک دلبستگی بود ($P > 0/05$). شاخص‌های توصیفی در جدول ۲ آورده شده است.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی سبک‌های دلبستگی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیرها	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
دلبستگی ایمن	آزمایش	۵۶/۳۶	۱۱/۳۹	۶۳/۹۰	۷/۲۷
	گواه	۵۵/۸۸	۴/۶۶	۵۵/۹۰	۵/۴۲
دلبستگی اجتنابی	آزمایش	۴۲/۰۷	۷/۱۸	۴۰/۴۷	۴/۷۳
	گواه	۳۹/۰۰	۷/۴۴	۴۱/۶۲	۷/۷۲
دلبستگی دوسوگرا	آزمایش	۳۸/۳۷	۵/۰۸	۲۸/۸۰	۴/۰۵
	گواه	۴۳/۶۸	۳/۶۹	۲/۴۵	۳/۹۸

جدول ۲ نشان می‌دهد که در پس‌آزمون دلبستگی ایمن، شرکت‌کنندگان گروه آزمایش میانگین بالاتری دارند. اما در دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا شرکت‌کنندگان گروه آزمایش میانگین کمتری دارند. آزمون

چندمتغیره بودن نشان داد که در حداقل یکی از سبک‌های دلبستگی تفاوت معناداری میان گروه‌ها وجود دارد ($P < 0/001$). نتایج آزمون تک متغیره در جدول ۳ آورده شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس جهت بررسی تفاوت در سبک‌های دلبستگی

متغیرها	منبع تغییرات	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر
دلبستگی ایمن	پیش‌آزمون	۹۱۹/۹۵	۱۱۹/۴۳	۰/۰۰۱	۰/۸۲
	عضویت گروهی	۴۷۶/۹۰۱	۶۱/۹۱	۰/۰۰۱	۰/۷۰
دلبستگی اجتنابی	پیش‌آزمون	۱۹۴۹/۷۶	۵۹/۰۲	۰/۰۰۱	۰/۶۹
	عضویت گروهی	۹۰۵/۴۵	۲۷/۴۱	۰/۰۰۱	۰/۵۰
دلبستگی دوسوگرا	پیش‌آزمون	۹۱۹/۹۶	۹۳/۷۴	۰/۰۰۱	۰/۷۸
	عضویت گروهی	۶/۷۹	۰/۶۹	۰/۴۱	۰/۰۳

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که اثر پیش‌آزمون در سبک‌های دلبستگی معنادار است و رابطه خطی میان متغیر کمکی و وابسته وجود دارد ($P < 0/001$). اثر عضویت گروهی نیز بر دلبستگی ایمن و اجتنابی معنادار بود ($P < 0/001$). اندازه اثر نیز به ترتیب ۰/۷۰ و ۰/۵۰ بود که نشان دهنده اثربخشی متوسط و بالاتر است. اما نتایج در خصوص سبک دلبستگی دوسوگرا نشان دهنده آن بود که تفاوت معناداری میان گروه‌ها وجود ندارد ($P > 0/05$). مقایسه میانگین‌های تعدیل شده نیز نشان داد که در دلبستگی ایمن شرکت کنندگان گروه آزمایش و در دلبستگی اجتنابی شرکت کنندگان گروه گواه میانگین بالاتری داشته‌اند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سبک‌های دلبستگی پسران نوجوان انجام شد. نتایج نشان داد که روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر دلبستگی ایمن و اجتنابی موثر است اما اثر معناداری بر دلبستگی دوسوگرا ندارد. در دلبستگی ایمن شرکت کنندگان گروه آزمایش و در دلبستگی اجتنابی شرکت کنندگان گروه گواه میانگین بالاتری داشتند. در پیشینه پژوهشی مطالعه‌ای که اثربخشی روان‌درمانی گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر دلبستگی پسران نوجوان را بررسی کرده باشد، به دست نیامد. اما این یافته به طور کلی با نتایج پژوهش منجم و آقاییوسفی (۲۰۱۵) همسویی دارد. آنان در پژوهشی بر روی مردان بزرگسال نشان دادند که رویکرد تحلیل رفتار متقابل می‌تواند در کاهش دلبستگی ناایمن و افزایش سبک دلبستگی ایمن مؤثر باشد. این یافته با چارچوب نظری رویکرد تحلیل رفتار متقابل نیز همخوانی دارد. مطالعات حاکی از آن است این رویکرد به درک بین فردی بالا و آگاهی از شیوه‌های رفتاری صحیح می‌انجامد. آموزه‌های این رویکرد به افراد کمک می‌کنند تا در موقعیت‌های تعارض و بحران، رابطه سالم، صادقانه و صمیمانه‌ای برقرار کرده، احساسات و هیجانات خود را تخلیه، ابهامات فردی خود را حل کرده و به یک هویت منسجم و ایمن دست یابند. نوما (۲۰۰۶) بر این باور است که از طریق تعلیم تحلیل رفتار متقابل به مراجعان در یک زمان کوتاه، می‌توان به بهبود ارتباطات و افزایش کارآیی اعضای خانواده در موقعیت‌های زندگی کمک کرد. بیشتر مطالعات صورت گرفته با رویکرد تحلیل رفتار متقابل توانسته است سازگاری، توافق و صمیمیت و مهارت‌های ارتباطی را افزایش داده و موجب کاهش تعارضات، ناسازگاری‌ها و اضطراب شوند. از آنجا که بیشتر این مولفه‌ها، بی‌ارتباط با سبک‌های دلبستگی افراد نیستند، بسیار محتمل است که

تحلیل رفتار متقابل با فراهم کردن زمینه‌ای جهت ارتقاء کیفی روابط و کاهش تنش بتواند بر دلبستگی ایمن افراد اثرگذار باشد.

نتایج در خصوص دلبستگی دوسوگرا نشان داد که تفاوت معناداری میان دو گروه آزمایشی و گواه وجود ندارد. در تبیین این یافته چنین به نظر می‌رسد چون نوجوانان دارای دلبستگی دو سوگرا اغلب از راه‌های نامناسب حل مسئله مانند نادیده گرفتن و یا اسنادهای نادرست استفاده می‌کنند، از روبرو شدن با مشکلاتی که در روابط دارند خودداری می‌کنند، استرس و آشفتگی‌های درونی خود را گزارش نمی‌کنند، کمتر به فعالیت‌های گروهی علاقه نشان می‌دهند و شاید در جریان روان‌درمانی گروهی، بی‌توجه بوده‌اند. زارعی و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی نشان دادند که دو سوگرایی با برون‌گرایی رابطه منفی و با روان‌رنجوری رابطه مثبت دارد. بر این اساس شاید با در نظر گرفتن ویژگی‌های شخصیتی در این زمینه نتایج متفاوتی به دست آید.

در مجموع چنین استنباط می‌شود که رویکرد تحلیل رفتار متقابل می‌تواند بر سبک‌های دلبستگی ایمن و اجتنابی نوجوانان پسر اثرگذار باشد. رویکرد تحلیل رفتار متقابل با مبانی نظری و عملی در زمینه شیوه‌های مناسب ارتباطی و خودشناسی و همچنین جذابیتی که برای نوجوانان دارد، مهارت‌های ارتباطی نوجوان را رشد داده و به آن ارزش می‌دهد. در واقع تحلیل رفتار متقابل مسیر حرکت را معرفی و لوازم مورد نیاز برای حرکت موثر را نیز در اختیار افراد قرار می‌دهد. از آنجا که سبک‌های دلبستگی ماحصل ارتباط مثبت یا منفی مراقب و کودک است و این سیستم دلبستگی در نوجوانی در ارتباط با دیگران گسترش می‌یابد، رویکرد تحلیل رفتار متقابل توانسته با کمک مفاهیم و مهارت‌ها، ابعاد دلبستگی نوجوانان را تعدیل کند.

این پژوهش با محدودیت‌هایی مواجه بود. از جمله اینکه به علت محدودیت زمانی و عدم دسترسی به مراجعان امکان پیگیری وجود نداشت. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی پیگیری‌های بلندمدت جهت تعیین میزان ثبات تأثیر مداخلات، در نظر گرفته شود. پیشنهاد می‌شود دوره‌های آموزشی کوتاه مدت برای مشاوران مدارس جهت آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل برگزار شود. علاوه بر آن پیشنهاد می‌شود در دوره‌های آموزش خانواده آموزش‌هایی در ارتباط با کیفیت دلبستگی و نقشی که تعاملات ابتدایی کودک با والدین در شکل‌گیری مشکلات آتی آنان دارد، به خانواده‌ها ارائه شود.

ملاحظات اخلاقی

در مرحله ثبت نام در خصوص اهداف پژوهش اطلاعاتی به شرکت‌کنندگان ارائه شد. فرم رضایت آگاهانه نیز توسط والدین دانش‌آموزان تکمیل شد. تمامی پرسشنامه‌ها بی‌نام بودند. در خصوص محرمانه بودن نتایج نیز به شرکت‌کنندگان اطمینان خاطر داده شد و هر شرکت‌کننده می‌توانست به دلخواه خود از پژوهش خارج شود.

حمایت مالی و سپاسگزاری

این پژوهش از حمایت مالی برخوردار نبوده است. نویسندگان بدین وسیله از تمامی دانش‌آموزان شرکت‌کننده در پژوهش تقدیر و تشکر می‌نمایند.

تعارض منافع

در این مقاله هیچ گونه تعارض منافی وجود ندارد.

منابع

- رحمتی، صمد، هوشمند، رودابه، موسوی انزهایی، آرزو سادات، و دهاقین، وحیده. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر تحمل پریشانی و حل مسئله اجتماعی نوجوانان بزهکار. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۱۰(۳۷)، ۶۴-۴۵. <https://doi.org/10.22034/spr.2020.109696>
- رزاقی ینگجه، عیسی، حسینی فر، جعفر، زادیونس، صیاد، معرفت اجرلو، مینا، و بابائی حفظ آباد، سعید. (۱۳۹۸). پیش بینی تاب‌آوری روانشناختی دانش‌آموزان بر اساس سبک‌های دلبستگی و حمایت اجتماعی. *رویش روان‌شناسی*، ۸(۷)، ۸۵-۹۶. URL: <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1398.8.7.19.7>
- زارعی، اقبال، کرمی بلداجی، روح‌الله، حیدری، حسین، حسین خانزاده، عباسعلی، و بهار لو، غفار. (۱۳۹۳). پیش‌بینی صفات پنج عاملی شخصیت دانشجویان بر اساس سبک‌های دلبستگی بزرگسالان. *پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*، ۴(۱)، ۱۶۷-۱۸۰. URL: https://cbs.ui.ac.ir/article_17328.html
- صدیقی، سعیده، مکوندحسینی، شاهرخ، و قنبری هاشم آبادی، بهرامعلی. (۱۳۹۵). اثربخشی گروه درمانی تحلیل رفتار متقابل بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۷(۳)، ۴۴-۳۶. URL: <https://sanad.iau.ir/Journal/jsrp/Article/889975>
- محرری، فاطمه. (۱۳۸۹). بررسی رابطه‌ی بین ادراک دلبستگی کودک و دلبستگی نوجوانی با پایگاه‌های هویت در نوجوانان ۱۵ تا ۱۷ ساله. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۲(۴۸)، ۷۰۱-۶۹۲. <https://doi.org/10.22038/jfmh.2010.1032>
- محمدی، طیبه، و صابر، سوسن. (۱۳۹۹). پیش‌بینی همدلی بر اساس دلبستگی به والدین و همسالان و خودپنداره. *مجله پرستار و پزشکی در رزم*، ۷(۲۴)، ۲۸-۲۱. URL: <http://npwj.m.ajaums.ac.ir/article-1-719-fa.html>

References

- Berne, E. (1958). Transactional analysis: A new and effective method of group therapy. *American Journal of Psychotherapy*, 12(4), 735-743. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1958.12.4.735>
- Berth, F. (2023). Discovering Bowlby: infant homes and attachment theory in West Germany after the Second World War. *Paedagogica Historica*, 59 (4), 688-704. <https://doi.org/10.1080/00309230.2021.1934705>
- Bowlby, J. (1979). The bowlby-ainsworth attachment theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 2(4), 637-638. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00064955>
- Cherniak, A. D., Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Granqvist, P. (2021). Attachment theory and religion. *Current Opinion in Psychology*, 40, 126-130. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.08.020>
- Collins, N. L. & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Delgado, E., Serna, C., Martínez, I., & Cruise, E. (2022). Parental attachment and peer relationships in adolescence: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1064. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031064>
- Edalat, A., Farsinezhad, M., Bokharaei, M., & Judy, F. (2022). A pilot study to evaluate the efficacy of self-attachment to treat chronic anxiety and/or depression in Iranian women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6376. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116376>
- Fearon, R. P., & Roisman, G. I. (2017). Attachment theory: progress and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 15, 131-136. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.03.002>
- Hargaden, H., & Sills, C. (2014). *Transactional analysis: A relational perspective*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315820279>
- London, M., Volmer, J., Zyberaj, J., & Kluger, A. N. (2023). Gaining feedback acceptance: Leader-member attachment style and psychological safety. *Human Resource Management Review*, 33(2), 100953. <https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2023.100953>
- Mohammadi, T., & Saber, S. (2020). Prediction of empathy based on attachment to parents and peers and self-concept. *Nurse and Physician Within War*, 7(24), 21-28 (In Persian). URL: <https://npwj.m.ajaums.ac.ir/article-1-719-en.html>
- Mohareri, F. (2010). On the relationship between perceived childhood/adolescent attachments and identity status in 15-17 years adolescents. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 12(48), 692-701 (In Persian). <https://doi.org/10.22038/jfmh.2010.1032>
- Monajem, A., & Aghayousefi, A. (2015). Effectiveness of group psychotherapy of transactional analysis in craving beliefs, attachment styles and cognitive emotion regulation in addicts under treatment. *Scientific Quarterly Research on Addiction*, 9(34), 123-144. URL: <http://etiadjohi.ir/article-1-757-en.html>

- Newton, T. (2024). Revisiting the Health System: Framing Transactional Analysis as Positive Social Psychology. Eric Berne Memorial Award Acceptance Speech. *Transactional Analysis Journal*, 54(1), 6-14. <https://doi.org/10.1080/03621537.2023.2286573>
- Noma, K. (2006, April). How TA is applied in clinical psychiatry. In *International Congress Series* (Vol. 1287, pp. 168-172). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/j.ics.2005.11.121>
- Pourkord, M., Mirdrikvand, F., & Karami, A. (2020). Predicting Resilience in Students based on Happiness, Attachment Style, and Religious Attitude. *Health, Spirituality and Medical Ethics*, 7(2), 27-34. <http://dx.doi.org/10.29252/jhsme.7.2.27>
- Rahmati, S., Hooshmani, R., Mousavi Anzehaei, A. S., & Dehaghin, V. (2020). Effectiveness of Group Training of Transactional Analysis (TA) on Distress Tolerance and Social Problem Solving of Delinquent Adolescents. *Social Psychology Research*, 10(37), 45-64 (In Persian). <https://doi.org/10.22034/spr.2020.109696>
- Razzaghi Yenghaje, E., Hoseinifar, J., Zadyunes, S., Marefat Ajerlu, M., & Babaie Hefzabad, S. (2019). Prediction of Psychological Resilience of Students Based on Attachment Styles and Social Support. *Rooyesh*, 8(7), 85-96 (In Persian). URL: <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1398.8.7.19.7>
- Saeedeh Sedighi, S., Makvand Hoseini, Sh., & Qanbari Hashem Abadi, B. A. (2015). The Effectiveness of Group Therapy Using Transactional Analysis (TA) on Couples' Communication Patterns. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 17(3), 36-44 (In Persian). URL: <https://sanad.iau.ir/en/Journal/jsrp/Article/889975>
- Shayesteh Kia, M., Hashemian, K., & Abolmaali Alhosseini, K. (2023). Comparing the effectiveness of transactional analysis (TA) and imaginary exposure and response prevention (ERP) training courses on reducing students' academic anxiety. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 4(4), 1-7. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.4.4.1>
- Teixeira, R. C. R., Ferreira, J. H. B. P., & Howat-Rodrigues, A. B. C. (2019). Collins and Read revised adult attachment scale (RAAS) validity evidences. *Psico*, 50(2), e29567-e29567. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2019.2.29567>
- Vos, J., & van Rijn, B. (2022). The Effectiveness of Transactional Analysis Treatments and Their Predictors: A Systematic Literature Review and Explorative Meta-Analysis. *Journal of Humanistic Psychology*, 00221678221117111. <https://doi.org/10.1177/00221678221117111>
- Zarei, E., Karami Boldaji, R., Heydari, H., Hossein Khanzadeh, A. A., & Baharloo, G. (2014). Prediction of the Five-Factor Personality Traits of Students based on Adult Attachment Styles. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*, 4(1), 167-180 (In Persian). URL: https://cbs.ui.ac.ir/article_17328.html?lang=en