

اثر بخشی آموزش مبتنی بر قصه زندگی بر افزایش سازگاری زناشویی زوجین ایثارگر

Increasing the marital adjustment via training-based on life script in martyrs' couples

تاریخ پذیرش: ۹۲/۶/۲۰

تاریخ دریافت: ۹۱/۱۲/۱۲

Effati s. MSc[✉], Kazemian s. PhD

سمیه عفتی[✉]، سمیه کاظمیان^۱

Abstract

Introduction: Due to the special conditions of the martyrs and veterans families, it is essential that some practical researches should be conducted and some practical and scientific solutions should be represented on this issue. The aim of present research is to increase martyr couple marital adjustment via training which is based on life script.

Method: The study population included all spouses of martyrs and veterans who referred to one of the counseling clinics in the Martyr Foundation of city BOJNURD in which through access sampling, 20 couples are selected which are situated accidental in two groups including control group (n=10) and experimental group (n=10). Tool of the study is Spainer (1976) Marital Adjustment Scale (DAS) having internal homology. The research design in this research was semi-experimental, including pretest and posttest, and the way of analysis was covariance.

Results: The results showed that life script training was effectiveness in increasing couple marital adjustment as well as marital adjustment components.

Discussion: It seems that life script-based training was effective to increase marital adjustment; therefore, it is suggested that this training method should be used in workshops of therapy and counseling in families of martyrs and veterans.

Key word: Life script, marital adjustment, veteran couples

چکیده

مقدمه: با توجه به شرایط خاص خانواده‌های شاهد و ایثارگر از جهت جایگاه و اهمیت خاص ایشان در ارتقای فرهنگ و شهادت و همچنین به لحاظ وضعیت این خانواده‌ها از نظر میزان آسیب پذیری؛ لازم و ضروری است که تحقیقات کاربردی در این زمینه صورت گرفته، راهکارهای کاربردی و علمی ارائه و به کار گرفته شود. هدف از پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش مبتنی بر قصه زندگی بر افزایش سازگاری زناشویی زوجین شاهد و ایثارگر بود.

روش: جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زوجین شاهد، جانباز و ایثارگر مراجعه کننده در سال ۹۱ به مرکز مشاوره و واحد مددکاری بنیاد شهید شهرستان بجنورد بودند، که با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس ۲۰ زوج انتخاب شده و به طور تصادفی در دو گروه گواه (n=10) و آزمایش (n=10) بصورت تصادفی جایگزین شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش؛ مقیاس سازگاری زناشویی (DAS) بود. روش پژوهش، نیمه آزمایشی با پیش آزمون و پس آزمون بود که به تناسب از روش پژوهشی تحلیل کوواریانس استفاده شد.

نتایج: نتایج نشان داد که آموزش مبتنی بر قصه زندگی بر افزایش سازگاری زناشویی زوجین در سطح (P≤0/001) تاثیر معناداری داشت.

بحث: به نظری رسد آموزش مبتنی بر قصه زندگی بر افزایش سازگاری زناشویی زوجین سودمند باشد. لذا پیشنهاد می شود در کار درمانی و مشاوره با ایثارگران این نوع درمان مدنظر قرار گیرد.

کلید واژه ها: قصه زندگی، سازگاری زناشویی، زوجین ایثارگر

✉ Corresponding Author: Department of Counseling Allameh Tabatabaai University, Tehran, Iran
E-mail: azadi209@yahoo.com

✉ گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

مقدمه

جنگ به طور گسترده سلامت جسمی و روانی سربازان، رزمندگان، مجروحان و حتی سلامت عمومی جامعه را تحت تاثیر قرار می دهد. جنگ به عنوان یک پدیده گاهی اوقات بر ملتی تحمیل می شود و برای حفظ تمامیت ارضی کشور و دفاع از نوامیس ملت، بخشی از جامعه به عنوان نیروهای مدافع و رزمنده برای مقابله با تجاوز، بسیج می شوند و در این اقدام و تلاش ارزشمند، در حقیقت با ارزش ترین متاع خود یعنی سلامتی و حیاتشان را تقدیم جامعه می کنند. بخش قابل توجهی از این افراد از لحاظ سلامت جسم و روان دچار محدودیت می شوند و لذا حق مسلم آنهاست که برای جبران این محدودیت ها از خدمات درمانی- مشاوره مناسب به ویژه در حوزه خانواده برخوردار شوند (بانازاک و همکاران، ۲۰۰۲).

در راستای شناخت متغیرهای مرتبط با عملکرد خانواده، سازگاری زناشویی متغیری است که بیشترین توجه را به خود جلب نموده و نقش آن در عملکرد سازگاران یا مختل دیگر ارکان و ابعاد خانواده مورد تایید است (فسیلول و دمیر^۱، ۲۰۰۰؛ ویتون^۲ و همکاران، ۲۰۱۱؛ اسماجر^۳ و همکاران، ۲۰۰۵؛ روزیر و همکاران، ۲۰۰۶؛ واندلور^۴، ۲۰۰۳).

در صورت ایجاد تعارض و اختلاف در زندگی اگر زوجین به صورت مناسب مهارت های ارتباطی و حل تعارض را کسب نکنند، تعارضات به صورت کلامی و سپس رفتاری دوام می یابد و تخریب تدریجی در سازگاری و رضایت زوجین آغاز می گردد (احمدی، ۱۳۸۲). عامل هایی که سازگاری زناشویی را تشکیل می دهند عبارتند از: ارتباط (توافق)، رضایت، عاطفه و انسجام.

همان طور که گفته شد یکی از مسائل مطرح در سازگاری زوجین، ارتباط بین آنها است. ارتباط برای ازدواج رضایت بخش ضروری است، به طور کلی تنها راهی که دیگران افکار، عواطف، نیازها و تمایلات ما را می شناسند این است که به نوعی آنها را منتقل

کنیم. سطح بالای سازگاری زناشویی در زوج هایی که با یکدیگر ارتباط خوبی دارند دیده می شود. همچنین زوج های ناراضی مشکلات ارتباطی بیشتری نسبت به زوج های موفق تجربه می کنند (بوند و گوندولی^۵، ۲۰۰۷؛ یانسی^۶، ۲۰۰۷؛ دانکن^۷، ۲۰۰۸). وقتی زن و شوهر با هم توافق نداشته باشند، بحث آنها به مشاجره می کشد و بعد بی مقدمه جنگ و نزاع شروع می شود، ناگهان گفتگوی دوستانه به پایان می رسد و آنها به دلخور کردن یکدیگر، سرزنش کردن، شکایت کردن، اتهام بستن، توقع و شک و تردید روی می آورند (دریای، ۱۳۸۶).

گستره متنوعی از شیوه های درمانی برای بهبود روابط بین فردی وجود دارد که به طور کلی در سه گروه دارو درمانی، مداخلات روان شناختی و درمان های جایگزین / تغییرات سبک زندگی طبقه بندی می شوند. مداخلات روان شناختی عبارتند از: شناخت درمانی، مصاحبه درمانی، درمان های بین فردی، درمان حل مسئله، درمان های روان پویایی، کتاب درمانی، خاطره پردازی، درمان تحلیل رفتار متقابل (فریزر و همکاران، ۲۰۱۲). یکی از درمان هایی که با توجه به اهداف درمانی آن به نظر می رسد بتواند در جهت رفع تعارضات و افزایش سازگاری مؤثر باشد، درمان تحلیل رفتار متقابل است. همان طور که وات و کپلیز (۲۰۱۰) نیز اشاره کرده اند این درمان سریعتر از درمان های کلینیکی سنتی نتیجه می دهد چرا که برای مراجعان شناخته شده تر است. مراجع در این درمان از محتوای فرایند زندگی خویش به خوبی آگاهی دارد و نیازی به یادگیری مهارت جدیدی ندارد. همچنین دعوت از افراد برای بحث درباره تجارب زندگی گذشته شان فعالیتی جذاب و خوشایند است و زمانی که با کمک مشاور از نکات مثبت و قوت درونی خویش آگاهی می یابند، روابط بین فردی آنها رو به بهبودی می رود.

در واقع یکی از نظریه هایی که بحث ارتباط را مطرح می کند، نظریه تحلیل رفتار متقابل است که

می‌شود؛ که نمود آن در زندگی زناشویی تعارض‌های بین زوجین است. علت آن را می‌توان عدم هماهنگی پاسخ‌هایی که هر یک از زوجین به قصه زندگی یکدیگر و پاسخ‌های مورد انتظار طرف مقابل خود می‌دهند، دانست. شواهد فراوانی گویای آن است که زوج‌ها در جامعه امروزی برای برقراری و حفظ روابط صمیمی و دوستانه به مشکلات شدید و فراگیر دچارند. درحقیقت معضل پریشانی زناشویی، بیشتر از هر طبقه تشخیص روانپزشکی دیگر، دلیل مراجعه درمان‌جویان به مراکز بهداشت روان است (سهرابی، ۱۳۸۲). با توجه به مقدمه‌ای که بیان شد، مسئله مهم سازگاری زناشویی تحت تاثیر روابط بین فردی زوجین است. قصه زندگی، یکی از بحث‌های اختصاصی تحلیل رفتار متقابل بوده که در آن از اهمیت دوران کودکی و تاثیر تصمیمات در بزرگسالی و روابط، سخن به میان می‌آید که یکی از مهمترین آن روابط زناشویی است. لذا با توجه به مطالب مطرح شده، سوال موردنظر در این پژوهش این است که آیا آشنایی با قصه زندگی هر فرد و تصمیمات دوران کودکی بر سازگاری زناشویی تاثیرگذار است؟

روش

طرح پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با عنوان «طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل» بود. جامعه مورد مطالعه، کلیه زوج‌های مراجعه‌کننده شاهد و ایثارگر تحت پوشش بنیاد شهید شهرستان بجنورد در سال ۹۱ بودند که در این مرکز پرونده داشتند. با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۲۰ زوج از آنها به شرط داشتن دامنه سنی ۵۰ تا ۵۸ سال با هوش طبیعی و تحصیلات متوسط، بدون اختلال روان‌پریشی انتخاب شدند و به صورت تصادفی ساده در دو گروه آزمایشی و گواه جایگزین شدند؛ به این صورت که در هر یک از دو گروه آزمایشی و گواه، ۱۰ زوج شرکت داشتند. در دوره مداخله که مدت زمان یک ماه و نیم به طول

قصه زندگی و تحلیل آن یکی از مفاهیم اصلی این نظریه می‌باشد. تحلیل قصه زندگی فرآیند تعیین اجزای خاصی است که شامل طرح منفی زندگی فرد نیز می‌شود. این عناصر در بردارنده دستورات والدین و وضعیت موجود زندگی، الگوی غالب حالت منیت، زمان بندی قصه زندگی، سبک آن، احساسات و رفتارهای ناخوشایند، بازی‌ها و نتایج قصه، هستند. یک فرد در اوایل دوره قبل از بلوغ تصمیم می‌گیرد چگونه برای زندگی خود قصه‌ای تهیه کند و بنویسد و سپس از این قصه ناکامل به عنوان طرحی ناآگاهانه برای ادامه زندگی اش استفاده کند (کورتز، ۲۰۱۰).

در هر تعامل دو نفره یا چند نفره هر فرد تلاش می‌کند، در آن تعاملاتی شرکت کند که با بازی‌های مورد علاقه اش مرتبط است. او تلاش می‌کند تا بازی مرتبط با قصه زندگی اش را اجرا کند و بیشترین دستاورد اولیه را از هر تعامل به دست آورد. برای روابط متقابل تصادفی، فرد حداقل در تعاملات مورد علاقه اش شرکت می‌کند، در روابط پایدارتر، فرد همان بازی را اجرا خواهد نمود در روابط صمیمی افرادی که بیشترین صلاحیت را در جایگزین کردن نقش‌ها در قصه اولیه او دارند، انتخاب خواهد کرد (زیارتی و کمالی، ۱۳۹۰).

قصه‌های زندگی مفاهیمی منفی، ناآگاهانه و ساختگی هستند که یک فرد نابالغ آنها را در یک دنیای بزرگ، تصمیم‌گیری کرده است. این قصه‌ها اساساً مکانیزم دفاعی همان فرد نابالغ هستند که آنها را طراحی کرده تا به او کمک کنند در دنیایی که مخالف اوست، بماند. بر اساس نظریه برن همه افراد در ابتدا همانند زندانی در بند قصه خود، با دنیا مواجه می‌شوند (میلز، ۱۹۸۵).

فرد پس از نوشته شدن قصه زندگی اش نقش یک کارگردان را بازی می‌کند و دنبال کسی می‌گردد که بهتر از بقیه نقش‌های سناریوی او را بازی کند. اما وقتی افراد برگزیده فرد، از مبادله پاسخ‌های مورد نظر او خودداری می‌کنند از آنان رویگردان

انجامید، زن و شوهر در ۷ جلسه تحت آموزش مبتنی بر قصه زندگی قرار گرفتند. جمع آوری داده ها با استفاده از ابزار زیر صورت گرفت.

پرسشنامه های سازگاری زن و شوهر (DAS):

این مقیاس اولین بار توسط اسپینر (۱۹۷۶) به نقل از ثنائی و هومن، (۱۳۷۹) به منظور ارزیابی کیفیت رابطه زناشویی ساخته شده است. این مقیاس یک ابزار ۳۲ سوالی برای ارزیابی کیفیت رابطه زناشویی از نظر زن و شوهر یا هر دو نفر است. تحلیل عاملی نشان می دهد که این مقیاس ۴ بعد رابطه ۱- رضایت دو نفری: (۹ سوال) ۲- همبستگی دو نفری: (۵ سوال) ۳- توافق دو نفری: (۱۳ سوال) ۴- ابراز محبت: (۵ سوال) را می سنجد. نمره کل مجموع تمام سوالات بین ۰ تا ۱۵۱ است. نمرات بالا نشان دهنده رابطه بهتری است.

این مقیاس ابتدا با روش های منطقی روایی محتوا مورد بررسی قرار گرفت. مقیاس سازگاری زناشویی با قدرت تمیز دادن زوج های متاهل و مطلقه در هر سوال، روایی خود را برای گروه های شناخته شده نشان داده است. این مقیاس از روایی همزمان نیز برخوردار است و با مقیاس سازگاری زناشویی لاک-والاس همبستگی دارد. ضریب اعتبار این مقیاس از طریق فرمول آلفای کرونباخ ۰/۹۶ از همسانی درونی برخوردار است (ثنائی و هومن، ۱۳۷۹). این مقیاس توسط آموزگار و حسین نژاد (۱۳۷۴) ترجمه، اجرا و هنجاریابی شده است. اعتبار آن با روش بازآزمایی و با فاصله زمانی ۱۰ روز بر نمونه ای متشکل از ۱۲۰ زوج (۶۰ زن، ۶۰ مرد) اجرا گردید. ضریب همبستگی بین نمرات زنان و همسرانشان طی ۲ بار اجرا در کل نمرات ۰/۸۶، مقیاس فرعی اول ۰/۶۸، مقیاس فرعی دوم ۰/۷۵، مقیاس فرعی سوم ۰/۷۱ و مقیاس فرعی چهارم ۰/۶۱ به دست آمده است. داده ها با استفاده از آزمون آماری کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

ساختار جلسات آموزشی

جلسه اول: اجرای پیش آزمون، بیان اهداف و ذکر قوانین گروه، بیان مقدمه و مفاهیم مرتبط با نظریه تحلیل رفتار متقابل برای ارائه مطالب در مورد قصه زندگی.

جلسه دوم: در این جلسه به تعریف قصه زندگی و سیر نگارش آن، بحث در مورد ریشه های پدیدآیی قصه زندگی هر فرد و عوامل تاثیرگذار در آن و بررسی پیام هایی که اعضا از والدینشان می گیرند، پرداخته شد.

جلسه سوم: در این جلسه به بررسی تکالیف جلسه قبل، توضیح دسته بندی قصه های زندگی به سه دسته قصه برنده، قصه بازنده، قصه غیر برنده و ارائه مثال هایی درباره آن در زندگی زناشویی پرداخته شد.

جلسه چهارم: در این جلسه به بحث گروهی در مورد انواع قصه ها و احساسات ناشی از آن، لیست کردن و نام گذاری قصه زندگی اعضا در قالب بازدارنده ها پرداخته شد.

جلسه پنجم: در این جلسه به بحث گذاشتن شواهدی که اعضا در مورد عدم صحت قصه زندگی شان جمع آوری کرده بودند و سپس توضیح شش روند قصه زندگی و افسانه های مربوط به آن پرداخته شد.

جلسه ششم: در این جلسه نیز به بررسی تکلیف جلسه قبل، در میان گذاردن تجربه اعضا از اقداماتی که تا به حال در گروه صورت گرفته بود، بررسی احساسات تخریبی اعضا در موقعیت های مختلف و بازبینی آنها، بحث در مورد چهار وضعیت روانی ناشی از قصه پرداخته و تکلیف نیز داده شد.

جلسه هفتم: در این جلسه که جلسه پایانی محسوب می شد به بررسی تکلیف جلسه قبل، تعریف بازی های روانی و انواع آن، توضیح هر یک از انواع بازی های روانی و ذکر مثال هایی از آن که بیشتر در زوجین و خانواده ها مشاهده می شود و جمع بندی مطالب مطرح شده پرداخته شد (کورتز، ۱۹۸۸).

یافته ها

جدول ۱- شاخص های توصیفی سازگاری زناشویی و بررسی پیش فرض های آزمون تحلیل کوواریانس

| متغیر | گروه ها | میانگین | انحراف معیار | آزمون همگنی | | آزمون کولموگروف اسمیرنف |
|-----------------|-----------|---------|--------------|----------------------|--------|-------------------------|
| | | | | مقدار F سطح معناداری | شیب ها | |
| سازگاری زناشویی | پیش آزمون | ۱۰۳/۱۵ | ۱۳/۸۴ | ۲/۹۸ | ۰/۰۹۳ | ۰/۹۶ |
| | آزمایشی | ۱۱۵/۷۵ | ۱۸/۹۵ | | | |
| | پس آزمون | ۹۹/۹ | ۱۴/۶۴ | | | |
| | کنترل | ۸۷/۵ | ۱۳/۴۷ | | | |

جدول ۱ نشان می دهد که می توان از تحلیل کوواریانس استفاده کرد به عبارتی پیش فرض های آزمون تحلیل کوواریانس رعایت شده است. هم پیش فرض همگنی شیب های رگرسیون و هم نرمال بودن توزیع متغیر برقرار است.

جدول ۲- نتایج آزمون تحلیل کوواریانس متغیر سازگاری زناشویی

| منبع واریانس | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | سطح معناداری |
|--------------|---------------|------------|-----------------|--------|--------------|
| پیش آزمون | ۸۱۴/۹۹۸ | ۱ | ۸۱۴/۹۹۸ | ۳/۱۸۶ | ۰/۰۸۲ |
| بین گروه ها | ۷۲۹۵/۱۵۶ | ۱ | ۷۲۹۵/۱۵۶ | ۲۸/۵۱۶ | ۰/۰۰۰۱ |
| خطا | ۹۴۶۵/۷۵۲ | ۳۷ | ۲۵۵/۸۳۱ | | |
| کل | ۴۳۱۳۶۷ | ۴۰ | | | |

همان طور که در جدول ۲ ملاحظه می شود آموزش مبتنی بر قصه زندگی بر افزایش سازگاری زناشویی اثر بخش بوده است ($F=28/516, P < 0/01$).

جدول ۳- شاخص های توصیفی متغیر ابراز محبت زوجین و بررسی پیش فرض های آزمون تحلیل کوواریانس

| متغیر | گروه ها | میانگین | انحراف معیار | آزمون همگنی شیب ها | | آزمون کولموگروف اسمیرنف |
|------------|-----------|---------|--------------|----------------------|--------|-------------------------|
| | | | | مقدار F سطح معناداری | شیب ها | |
| ابراز محبت | پیش آزمون | ۷/۱ | ۱/۶۵ | ۱/۳۴ | ۰/۷۱۶ | ۰/۴۵ |
| | آزمایشی | ۹/۳ | ۱/۸۹ | | | |
| | پس آزمون | ۶/۷۵ | ۲/۴۴ | | | |
| | کنترل | ۵ | ۱/۶۵ | | | |

با توجه به جدول شماره ۳ در متغیر ابراز محبت زوجین نیز پیش فرض های آزمون تحلیل کوواریانس وجود دارد.

جدول ۴- نتایج آزمون تحلیل کوواریانس متغیر ابراز محبت بین زوجین

| منبع واریانس | مجموع مجزورات | درجه آزادی | مجدور میانگین | F | سطح معناداری |
|--------------|---------------|------------|---------------|--------|--------------|
| پیش آزمون | ۱/۸۲۹ | ۱ | ۱/۸۲۹ | ۰/۵۷۲ | ۰/۴۵۴ |
| بین گروه ها | ۱۸۰/۴۱۵ | ۱ | ۱۸۰/۴۱۵ | ۵۶/۳۹۳ | ۰/۰۰۰۱ |
| خطا | ۱۱۸/۳۷۱ | ۳۷ | ۳/۱۹۹ | | |
| کل | ۲۳۵۰ | ۴۰ | | | |

یافته های به دست آمده در جدول ۴ نشان می دهد که آموزش مبتنی بر قصه زندگی در افزایش ابراز محبت دونفره زوجین اثربخش بوده است. (۵۶/۳۹۳) $F=$ (۰/۰۱ < P).

جدول ۵- شاخص های توصیفی متغیر رضایت دو نفره و بررسی پیش فرض های آزمون تحلیل کوواریانس

| متغیر | گروه ها | حداقل | حداکثر | میانگین | انحراف معیار | آزمون همگنی | | آزمون کولموگروف اسمیرنف |
|---------------|-----------|-------|--------|---------|--------------|--------------|---------|-------------------------|
| | | | | | | شیب ها | مقدار F | |
| | | | | | | سطح معناداری | Z | سطح معناداری |
| رضایت دو نفره | پیش آزمون | ۲۲ | ۳۹ | ۲۹/۶۵ | ۴/۶۳ | ۰/۳۷ | ۰/۹۱۳ | ۰/۰۶۹ |
| | پس آزمون | ۱۸ | ۳۹ | ۳۲/۷ | ۵/۴ | | | |
| کنترل | پیش آزمون | ۲۰ | ۳۸ | ۲۸/۸۵ | ۵/۱۵ | | | |
| | پس آزمون | ۱۸ | ۳۰ | ۲۵/۵ | ۳/۷۲ | | | |

رضایت دونفره زوجین در پس آزمون تفاوت معناداری نداشتند. پیش فرض نرمال بودن توزیع نیز با آزمون کلموگروف اسمیرنف بررسی گردید. مقدار Z به دست آمده نشان می دهد که توزیع متغیر مورد نظر با توزیع نرمال متفاوت نیست. بنابراین با رعایت این پیش فرض های لازم از آزمون کوواریانس استفاده شد.

با توجه با جدول ۵ میانگین متغیر رضایت دونفره زوجین در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون در گروه آزمایشی روبه افزایش است. همچنین در جدول بالا پیش فرض های آزمون تحلیل کوواریانس نیز مورد بررسی قرار گرفته است. نتیجه آزمون همگنی شیب های رگرسیون نشان داد که واریانس های گروه آزمایشی و کنترل در متغیر

جدول ۶- نتایج آزمون تحلیل کوواریانس متغیر رضایت دو نفره زوجین

| منبع واریانس | مجموع مجزورات | درجه آزادی | میانگین مجزورات | F | سطح معناداری |
|--------------|---------------|------------|-----------------|--------|--------------|
| پیش آزمون | ۲۰/۳۷۶ | ۱ | ۲۰/۳۷۶ | ۰/۴۹۶ | ۰/۳۳۷ |
| بین گروه ها | ۴۹۷/۸۴۵ | ۱ | ۴۹۷/۸۴۵ | ۲۳/۱۱۷ | ۰/۰۰۰۱ |
| خطا | ۷۹۶/۸۲۴ | ۳۷ | ۲۱/۵۳۶ | | |
| کل | ۳۵۲۰۸ | ۴۰ | | | |

نتایج جدول ۶ نشان می دهد که تفاوت معناداری بین میانگین تعدیل شده آزمودنی های گروه آزمایشی وجود دارد ($F=23/117$ ، $P < 0/01$). لذا نتیجه گرفته می شود که آموزش مبتنی بر قصه زندگی میزان رضایت دونفره بین زوجین را افزایش می دهد.

جدول ۷- شاخص های توصیفی متغیر همبستگی دونفره زوجین و بررسی پیش فرض های آزمون تحلیل کوواریانس

| متغیر | گروه ها | حداقل حداکثر میانگین | | انحراف معیار | آزمون همگنی | |
|----------------|-----------|----------------------|----|--------------|-----------------|---------------|
| | | ۶ | ۲۳ | | آزمون کولموگروف | آزمون اسمیرنف |
| همبستگی دونفره | پیش آزمون | ۶ | ۲۳ | ۵/۶۵ | سطح معناداری | Z |
| | پس آزمون | ۱ | ۲۱ | ۵/۵۲ | سطح معناداری | F مقدار |
| | پیش آزمون | ۸ | ۲۴ | ۳/۸۸ | ۰/۷۲ | ۰/۶۹۷ |
| | پس آزمون | ۳ | ۲۴ | ۳/۱۳ | ۰/۱۰۷ | ۱/۹۳ |

همان طور که در جدول شماره ۷ مشاهده می شود پیش فرض همگنی شیب های رگرسیون رعایت شده است. ($p > 0/05$ ، $F=1/93$). مقدار آزمون کلموگروف

اسمیرنف نیز نرمال بودن توزیع را برای آزمون تحلیل کوواریانس نشان می دهد.

جدول ۸- نتایج آزمون تحلیل کوواریانس متغیر همبستگی دونفره

| منبع واریانس | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | سطح معناداری |
|--------------|---------------|------------|-----------------|-------|--------------|
| پیش آزمون | ۱۱۳/۰۵۵ | ۱ | ۱۱۳/۰۵۵ | ۶/۳۹۷ | ۰/۰۱۶ |
| بین گروه ها | ۱۳۸/۷۱۶ | ۱ | ۱۳۸/۷۱۶ | ۷/۸۴۹ | ۰/۰۰۸ |
| خطا | ۶۵۳/۸۹۵ | ۳۷ | ۱۷/۶۷۳ | | |
| کل | ۱۲۲۰۱ | ۴۰ | | | |

یافته های به دست آمده در جدول ۸ نشان می دهد که آموزش مبتنی بر قصه گویی در افزایش همبستگی دونفره زوجین اثربخش بوده است. ($P < 0/01$ ، $F=7/849$).

جدول ۹- شاخص های توصیفی متغیر توافق دونفره و بررسی پیش فرض های آزمون تحلیل کوواریانس

| متغیر | گروه ها | حداقل حداکثر | میانگین | انحراف معیار | آزمون همگنی | | آزمون کولموگروف |
|--------------------------|-----------|--------------|---------|--------------|-------------|--------------|-----------------|
| | | | | | شیب ها | اسمیرنف | |
| | | | | | مقدار F | سطح معناداری | سطح معناداری |
| توافق دونفره کنترل | پیش آزمون | ۳۱ | ۵۱/۰۵ | ۱۰/۱۳ | | | |
| | پس آزمون | ۲۰ | ۵۹/۵ | ۱۱/۰۹ | | | |
| | پیش آزمون | ۳۱ | ۴۶ | ۱۱/۹۲ | ۰/۲۰۱ | ۱/۲ | ۰/۱۲ |
| | پس آزمون | ۱۹ | ۳۷/۸ | ۱۱/۵۱ | ۱/۶۹۹ | | |

همان طور که در جدول فوق مشاهده می شود پیش فرض همگنی شیب های رگرسیون رعایت شده است (F=۱/۶۹۹ ، p> ۰/۰۵). همچنین نرمال بودن توزیع تایید شده است.

جدول ۱۰- نتایج آزمون تحلیل کوواریانس متغیر توافق دونفره

| منبع واریانس | مجموع مجذورات | درجه آزادی | مجذور میانگین | F | سطح معناداری |
|--------------|---------------|------------|---------------|--------|--------------|
| پیش آزمون | ۱۹۱/۸۳۶ | ۱ | ۱۹۱/۸۳۶ | ۱/۵۲ | ۰/۲۲۵ |
| بین گروه ها | ۴۰۲۲/۰۸۹ | ۱ | ۴۰۲۲/۰۸۹ | ۳۱/۸۷۸ | ۰/۰۰۰۱ |
| خطا | ۴۶۶۸/۳۶۴ | ۳۷ | ۱۲۶/۱۷۲ | | |
| کل | ۱۰۴۲۴۲ | ۴۰ | | | |

نخواهد بود (خاقانی زاده و سیرتی، ۱۳۸۳). نتایج مطالعه الدر و کلیپ (۲۰۰۵) نشان داده است پس از اتمام جنگ، بازماندگان دچار آسیب های مزمن روانی شده که تاثیر بسزایی در عملکرد خانواده و روابط بین فردی آنان داشته است.

نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که آموزش مبتنی بر قصه زندگی باعث افزایش سازگاری زناشویی و ابراز محبت در میان زوجین ایشارگر شده است. این یافته ها با نتایج پژوهش انجام شده توسط فقیرپور (۱۳۸۰) و وامبولدت و ریز (۱۹۸۹)، به نقل از حمیدی (۱۳۸۷)، کارن (۱۹۹۷)، وینسنت (۱۹۸۳) و فورمن (۱۹۸۸) همسو است.

ویس (۲۰۱۰) طی تحقیقی گروه درمانی مبتنی بر قصه زندگی را با گروه درمانی های دیگر مقایسه کرده و برتری این نوع گروه درمانی را گزارش کرده است. هایت و همکاران (۲۰۰۸) مدارکی را دال بر متداول شدن آموزش مبتنی بر قصه زندگی و اثر

یافته های به دست آمده در جدول ۱۰ نشان می دهد که آموزش مبتنی بر قصه زندگی در افزایش توافق دونفره زوجین اثربخش بوده است. (P < ۰/۰۱ ، F=۳۱/۸۷۸).

بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش نشان داد بین زوج های ایثارگری که آموزش مبتنی بر قصه زندگی را آموزش دیده اند (گروه آزمایش) و زوج های ایثارگری که آموزش ندیده اند (گروه گواه) از لحاظ میزان سازگاری زناشویی و مولفه های آن تفاوت معناداری وجود دارد. یکی از پیامدهای منفی جنگ، عوارض و آثار روانی آن بر روی خانواده های رزمندگان است. شهید، مجروح، معلول و مفقود شدن رزمندگان، عوارض و آثار روانی زیادی بر خانواده های آنها به جا می گذارد. فرد آسیب دیده نه تنها خود دچار مشکل خواهد شد، بلکه محیط خانواده نیز بی تاثیر از او

خوب یا بد، تربیت های درست یا غلط والدینمان بوده ایم، حس نزدیکی و صمیمیتی را بین افراد ایجاد می کند.

از جمله محدودیت های پژوهش حاضر شرکت نامنظم زوج ها در طول تمام جلسات بود، که این امر نشأت گرفته از مشغله کاری آنها (مخصوصاً آقایان) بود. با توجه به نتایج تحقیق پیشنهاد می شود در پژوهش های آتی، جامعه آماری دیگری نیز مورد بررسی قرار گیرد تا مشخص شود آیا آموزش مبتنی بر قصه زندگی قادر است تغییراتی را در میزان سازگاری زناشویی زوجین و کاهش تعارضات زناشویی بوجود بیاورد یا خیر؟ همچنین این روش در زمینه موضوعات دیگر فردی (مثل افسردگی، پرخاشگری) و میان فردی (مثل رضایت زناشویی) مورد تحقیق قرار گرفته تا اثربخشی آن در زمینه های دیگر نیز مورد بررسی قرار گیرد. همچنین در پژوهش های آتی بررسی روی مقاطع مختلف زندگی زناشویی صورت گرفته و نتایج با هم مقایسه شوند. این روش در مراکز مشاوره دیگر، کلینیک های روانپزشکی و مخصوصاً محیط های آموزشی مثل مدرسه و دانشگاه نیز به صورت کارگاه های آموزشی برگزار شود.

پی نوشت ها

- 1- Fisioloqlu, S.W & Demir, A
- 2- Whitton, H
- 3- Schmacher, J.A
- 4- Vandeleur, C.L
- 5- Bonds, P.D & Gondoli, D.M
- 6- Yancey, R.J
- 7- Duncan, G.D

منابع

- ۱- احمدی، خدابخش (۱۳۸۲). بررسی عوامل مؤثر بر سازگاری زناشویی زوجین و مقایسه اثر بخشی دو روش مداخله ای تغییر شیوه زندگی در حل مشکل خانوادگی در کاهش ناسازگاری زناشویی. رساله دکتری مشاوره. دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
- ۲- استوارت، بان (۲۰۰۷). گام های درمان در تحلیل رفتار متقابل. برگردان اسماعیل زیارتی و روح انگیز کمالی (۱۳۹۰). تهران: انتشارات ذهن آویز.
- ۳- اصلاحی، فاطمه (۱۳۸۵). بررسی اثر بخشی آموزش مدل

بخشی آن ارائه می کنند. همخوانی نتایج این پژوهش با نتایج تحقیق ویس (۲۰۱۰) و هایت و همکاران (۲۰۰۸) می تواند بیانگر وجه برتری آموزش مبتنی بر قصه زندگی بر سایر گروه درمانی ها باشد. از جمله دلایل موضوع می تواند این باشد که در آموزش مبتنی بر قصه زندگی تجربه های گمشده ولی مؤثر افراد آشکار می شود، تجربه های منفی مورد بررسی منطقی قرار می گیرد و تجربه های مثبت یادآوری می شود و به این ترتیب احساس مفید بودن و مؤثر بودن تمدید می شود. زمانی که این درمان به صورت گروهی انجام می شود به جنب و جوش و پویایی اعضای گروه کمک می کند. آنها در خاطرات یکدیگر شریک شده و ادراک شخصی از حوادث زندگی یکدیگر پیدا می کنند و اعضای گروه برای حل مشکلات خویش بدون حساسیت عمل می کنند. همچنین در تبیین یافته ها می توان گفت از آنجایی که بخش عمده قصه زندگی از رابطه با والدین نشأت می گیرد، هر چقدر این روابط خوب بوده باشد موجب ایجاد سازگاری های ارتباطی و رفتاری می شود. هنگامی که افراد در دوران کودکی مهارت های حل مسئله و انعطاف پذیری در برابر مسائل را آموخته باشند، می توانند این مهارت ها را در بزرگسالی و در برابر همسر خود نیز به کار برند و از آن سود جویند و رابطه سالم تری را با همسر خود برقرار کنند. زوجین آشفته در مورد جنبه های مثبت از رابطه شان با یکدیگر صحبت نمی کنند و یا در مورد احساساتشان همانند سایر زوجین خودافشایی ندارند. زوجین آشفته به طور روزمره خیلی کم به یکدیگر ابراز صمیمیت، نزدیکی و محبت می کنند (هالفورد، ۲۰۰۰، ترجمه تبریزی و همکاران، ۱۳۸۷).

در بررسی قصه زندگی هر یک از زوجین و بازگشت آن ها به خاطرات دوران کودکی، علل رفتارهای امروزی آنها و با در میان گذاشتن مسائل خصوصی زندگی شان این نوع رابطه در گروه، خصوصاً بین زوجین صمیمیت خاصی را پدید می آورد. همچنین زوجین به باورهای غلط شان پی می برند و ابراز محبتشان بیش از پیش شده و پذیرش اینکه همه ما در دوران کودکی دستخوش اتفاقات

- assessment 16(3), 214-218.
- 19- Forman, B.D. (1988). Assessing perceived patterns of behavior exchange in relationship. *Journal of clinical psychology*, 44, 6, 972-981.
- 20- Frazer, C. J.; Christensen, h.; Griffiths. K. M. (2005). Effectiveness of treatments for anxiety in young people. *Medical Journal of Australia*, 182(12), 627-632
- 21- Frazer, C. J.; Christensen, h.; Griffiths. K. M. (۲۰۱۲). Effectiveness of treatments for anxiety in young people. *Medical Journal of Australia*, 182(12), 627-632
- 22- Haight, B., Michel, Y., & Hendrix, S. (2008). Life review: Preventing despair in newly relocated nursing home residents short-term and long-term effects. *International Journal of Aging and Human Development*, 47, 119-142
- 23- Karen, C. (1997). A transactional analysis of parenting in disadvantaged families, North western university.
- 24- Kurtz, E.I. (۲۰۱۰). "Life script option, existential life position, and differentiation of self: A test of transactional analysis theory. university of texas, 39.
- 25- Mills, K. (1985). A transactional analysis of Tiny Alice : an alternative for the study of problematic scripts. The florida state university school of theater.
- 26- Rossier, J.R., Christine, CH. L., & Bodenmann, G. (2006). Maritalsatisfaction: psychometric properties of the PFB and comparison with the DAS. *Swiss journal of psychology*. 65(1), 55-63.
- 27- Schamcher, J.A, and Leonardo, K.E. (2005). Husbands and wives marital adjustment, Verbal aggression and physical aggression as longitudinal predictors of physical aggression in early marriage. *Journal of consulting and clinical psychology*. 73(1), 28-37.
- 28- Vandeleur, C.L., Fenton, B.T., Ferrero, F., & Preisig, M. (2003). Construct validity of the French version of the Dyadic adjustment scale. *Swiss Journal of psychology*. 62(3). 167-175.
- 29- Watt, L., & Cappeliez, P. (2010). Integrative and instrumental reminiscence therapies for anxiety in adults: Intervention strategies and treatment effectiveness. *Aging & Mental Health*, 4, 166-183.
- 30- Weiss, J.C. (2010). A comparison of cognitive group therapy to life review group therapy with adults. Dissertation abstract, West Virginia University, Morgantown, West Virginia.
- 31- Whitton, S.W., Waldinger, R.J., Schulz, M.S., Allen, J.P., Crowell, J.A., Hauser, S.T. (۲۰۱۱). Prospective associations from family of origin interaction to adult marital interaction and relationship adjustment, *Journal of family psychology*. 22(2) 274 – 286.
- 32- Yancey, R.J. (2007). Resilience and adjustment to marriage unpublished doctoral dissertation. New Mexico state university.
- (غنی‌سازی / آماده‌سازی) بر افزایش سازگاری زناشویی زوج‌ها. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
- ۴- برنشتاین، فیلیپ؛ برنشتاین، ماری (۱۹۸۶). زناشویی درمانی (شناخت و درمان اختلاف‌های زناشویی). برگردان حمیدرضا سهرابی (۱۳۸۲). تهران: انتشارات رسا.
- ۵- ثنائی، باقر، هومن، عباس (۱۳۷۹). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج تهران: انتشارات بعثت.
- ۶- حمدیه، مصطفی و شهیدی، شهریار. (۱۳۸۷). اصول و مبانی بهداشت روانی تهران: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت). چاپ سوم.
- ۷- حمیدی، آزاده (۱۳۸۷). اثر بخشی آموزش روش تحلیل تبدالی اریک برن بر افزایش سازگاری زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
- ۸- خاقانی زاده، مرتضی و سیرتی، مسعود. (۱۳۸۳). بررسی مشکلات اینترگران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
- ۹- دربابی، مریم (۱۳۸۶). بررسی اثر بخشی آموزش مفاهیم نظریه انتخاب و فنون واقعیت‌درمانی بر افزایش صمیمیت زوجین سازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران.
- ۱۰- دلاور، علی (۱۳۸۴). احتمالات و آمار کاربردی در روانشناسی و علوم تربیتی. انتشارات رشد، تهران، چاپ دهم.
- ۱۱- فقیرپور، مقصود (۱۳۸۱). نقش مهارت‌های اجتماعی در سازگاری زناشویی و طراحی یک مدل آموزشی و ارزشیابی آن. پایان‌نامه دکتری. دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
- ۱۲- قادری، حکیمه (۱۳۸۶). اثربخشی زوج‌درمانی روابط موضوعی کوتاه‌مدت بر افزایش سازگاری و بهبود الگوهای ارتباطی زوجین ناسازگار. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- ۱۳- هالفورد، کیم (۲۰۰۰). زوج‌درمانی کوتاه‌مدت. برگردان مصطفی تبریزی و همکاران (۱۳۸۷). تهران: نشر فرا روان.
- 14- Babic-Banaszak A, Kovacic L, Kovacevic L, Vuletic G, and Mujkic A, Ebling Z: Impact of war on health related quality of life in Croatia: population study. *CMJ* (2002), 43:396-402.
- 15- Bond, D.D, Gondoli, D.M. (2007). Examining the process by which marital adjustment affects maternal warmth : The role of com parenting support as a mediator. *Journal of family psychology*. 21(29), 228-296.
- 16- Duncan, G.D. (2008). The relationship between trait forgiveness and marital adjustment in heterosexual individuals. unpublished Doctoral Dissertation. Capella university.
- 17- Elder GH, Clipp E. C. (2005). *Combat experience and emotional health: Impairment and resilience in later life*. New York: Springer publishing co.
- 18- Fisioloqlu, H, and Demir, A. (2000). Applicability of the dyadic adjustment scale for measurement of marital quality with Turkish couples. *European journal of psychological*