



Research Paper

The Effectiveness of Transactional Analysis Therapy on Marital Conflicts and Love Styles among Athlete Couples

*Fariborz Samiee Reigi¹

1.M.A. in Clinical Psychology, Faculty of Social Sciences and Psychology, Islamic Azad University, Birjand, Iran

Received:
3 Feb 2025

Accepted:
10 May 2025

Available Online:
28 May 2025

Keywords:

Transactional
Analysis
Therapy,
Marital
Conflicts, Love
Styles, Athlete
Couples

ABSTRACT:

Introduction: The aim of the present study was to investigate the effectiveness of transactional analysis therapy on marital conflicts and love styles among athlete couples.

Methods: The present study employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group structure. The statistical population included all athlete couples who visited the Family Counseling Center of Birjand County in 2018. Using random sampling, 30 couples were selected and assigned to two groups: a control group (15 couples) and an experimental group (15 couples) who received Transactional Analysis (TA) therapy.

The experimental group underwent a 12-session intervention based on Transactional Analysis. The research instruments included the Marital Conflict Questionnaire (MCQ, 1996) and the Love Attitudes Scale (LAS, 1986).

Data were analyzed using Multivariate Analysis of Covariance (MANCOVA) to assess the impact of the intervention on components of marital conflict and love styles

Results: The findings indicated that the Transactional Analysis (TA) intervention led to a significant reduction in all dimensions of marital conflict. Moreover, the intervention produced a significant increase in components of love styles, including romantic love, game-playing love, friendly (companionate) love, and altruistic (selfless) love.

The Transactional Analysis approach, by focusing on restructuring behavioral patterns and underlying personality structures, demonstrates potential as an effective method for enhancing marital relationships and promoting healthy love styles. This is particularly relevant within the specific context of athlete couples, who may face unique relational stressors and dynamics

Conclusion: The results of the present study revealed that Transactional Analysis (TA) therapy led to a significant reduction across all dimensions of marital conflict in the experimental group compared to the control group. These dimensions included: reduced cooperation, diminished sexual relations, increased emotional reactivity, heightened tendency to seek support from children, increased reliance on one's own relatives, reduced interaction with the spouse's relatives and friends, financial separation, and decline in effective communication

*Corresponding Author: Fariborz Samiee Beigi

E-mail: fariborz.sr.1373@gmail.com



مقاله پژوهشی:

بررسی اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل بر تعارضات زناشویی و سبک‌های عشق‌ورزی زوجین ورزشکار

*فریبرز سمیع ریگی^۱

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم اجتماعی و روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بیرجند، بیرجند، ایران

چکیده:

مقدمه: هدف پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل بر تعارضات زناشویی و سبک‌های عشق‌ورزی زوجین ورزشکار بود.

روش: پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی، با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه آزمایش- گواه است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زوجین ورزشکار مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره خانواده شهرستان بیرجند در سال ۱۳۹۷ است که به روش نمونه‌گیری نمونه مورد پژوهش به‌طور تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش (گروه کنترل: ۱۵ زوج، گروه آزمایشی درمان تحلیل رفتار متقابل: ۱۵ زوج) قرار گرفتند. افراد گروه آزمایش مداخله‌ی تحلیل رفتار متقابل را در ۱۲ جلسه دریافت کردند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه تعارضات زناشویی (MCQ) (۱۳۷۵) و پرسشنامه سبک‌های عشق‌ورزی (LAS) (۱۹۸۶) بود که با استفاده از تحلیل کواریانس چند متغیره بر مولفه‌های تعارضات زناشویی و همچنین سبک‌های عشق‌ورزی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد مداخله تحلیل رفتار متقابل کاهش معناداری بر همه مولفه‌های تعارضات زناشویی داشته است و همچنین درمان تحلیل رفتار متقابل افزایش معناداری بر مولفه‌های سبک‌های عشق‌ورزی از جمله عشق رمانتیک، بازیگرانه، دوستانه و فداکارانه داشته است. رویکرد تحلیل رفتار متقابل، با تمرکز بر اصلاح الگوهای رفتاری و ساختارهای شخصیتی، می‌تواند به عنوان یکی از روش‌های کارآمد در بهبود روابط زناشویی و ارتقاء سبک‌های سالم عشق‌ورزی، به‌ویژه در بافت خاص زوج‌های ورزشکار، مورد استفاده قرار گیرد.

نتیجه‌گیری: نتایج مطالعه حاضر نشان داد که درمان تحلیل رفتار متقابل کاهش معناداری بر همه مولفه‌های تعارضات زناشویی از جمله کاهش همکاری، کاهش رابطه‌ی جنسی، افزایش واکنش هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه با خویشاوندان خود، کاهش رابطه با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر و کاهش ارتباط موثر در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل داشته است.

تاریخ دریافت:

۳۰ دی ۱۴۰۳

تاریخ پذیرش:

۲۵ بهمن ۱۴۰۳

تاریخ انتشار:

۱۵ اسفند ۱۴۰۳

کلید واژه‌ها:

درمان تحلیل رفتار

متقابل، تعارضات زناشویی

و سبک‌های عشق‌ورزی،

زوجین ورزشکار

*نویسنده مسئول: فریبرز سمیع ریگی

پست الکترونیکی: fariborz.sr.1373@gmail.com



مقدمه:

تأکید بر هیجان، عشق را به صورت تمایل شدید و مدت‌دار برای پیوند با دیگری بیان می‌کند که حالتی از برانگیختگی عمیق فیزیولوژیک دارد. امروزه بیشتر روانشناسان معتقدند که عشق، واکنشی آموختنی و احساسی فراگرفتنی است یعنی هر آدمی عشق را با توجه به آموخته‌ها، باورها، شرطی‌ها و محدودیت‌هایش می‌شناسد و سپس تجربه می‌کند. بنابراین محیط تأثیر عمیقی بر سبک و روش عشق‌ورزی دارد (کاکیا، ۱۳۸۶).

سبک‌های عشق‌ورزی اشاره به این امر دارد که چگونه افراد عشق را تعریف می‌کنند یا عشق‌ورزی می‌کنند (هندریک و هندریک^۸ ۱۹۸۶؛ به نقل از به نقل از صادقی و همکاران، ۱۳۹۱) افراد برای عشق ورزیدن نسبت به همسر خود از یک سبک و روش خاصی استفاده می‌کنند و این سبک متأثر از ارتباط متقابل و مداوم بین زن و شوهر و تعبیری است که از محیط زندگی خود دارند. از مهم‌ترین نظریه‌هایی که به تبیین انواع عشق می‌پردازد، نظریه شش بعدی لی^۹ است. لی بر اساس برآوردهای به‌دست آمده از ایالات متحده، کانادا و بریتانیا شش نوع عشق ورزی را بیان می‌کند (نتو^{۱۰}، ۲۰۰۷). ۱- عشق رمانتیک^{۱۱} ۲- عشق رفاقتی^{۱۲} ۳- عشق بازیگرانه^{۱۳} ۴- عشق شهوانی^{۱۴} ۵- عشق واقع-گرایانه^{۱۵} ۶- عشق همراه با از خودگذشتگی^{۱۶} (کونکل و بورلسون^{۱۷} ۲۰۰۳، ۲۰۰۵). کرامر و همکاران^{۱۸}، ۲۰۰۵. بسیاری از همسران زندگی مشترک خود را با عشق آغاز می‌کنند اما ممکن است به مرور زمان، به‌ویژه در شرایطی که فشار رقابت‌های ورزشی یا افت عملکرد جسمی بر کیفیت رابطه تأثیر می‌گذارد شعله عشق آنان به خاموشی گراید و روابط صمیمانه آن‌ها کمرنگ شود (ادیبراد و ادیبراد، ۱۳۸۴) و از یکدیگر قطع امید کرده قادر به گذشت و بخشودن اعمال، افکار و

ازدواج به‌عنوان یکی از مظاهر زندگی، نوعی پیوند اجتماعی و عمیق میان زن و شوهر است که باعث شادکامی، تعامل سازنده و برقراری عشق بین آن‌ها می‌گردد (عدالتی و ردزان^۱، ۲۰۱۰). در میان زوج‌های ورزشکار، این پیوند ممکن است تحت تأثیر فشارهای ناشی از تمرینات فشرده، رقابت‌های پی‌درپی و نظم خاص زندگی ورزشی قرار گیرد و نیازمند توجه ویژه‌ای باشد. عشق در روابط زن‌شویی احساسی عمیق، علاقه‌ای لطیف یا جاذبه‌ای شدید است که فرد آن را در یک رابطه دوطرفه با دیگری تقسیم می‌کند (بالارستمی، ۱۳۸۵)، که بر اعتماد، باور، لذت و فعالیت‌های پاداش‌دهنده مغز (یعنی ساختارهای لیمیک) استوار است (طایی، نیسی و عطاری، ۱۳۹۱). برای زوج‌هایی که هر دو درگیر زندگی حرفه‌ای ورزشی هستند، حفظ این احساسات در کنار فشار جسمی و روانی فعالیت‌های ورزشی، چالشی دوجندان محسوب می‌شود. استنبرگ^۲ در سال ۱۹۸۶ با ارائه نظریه سه وجهی عشق، عشق را ترکیبی از سه عنصر صمیمیت^۳، میل (شور و شوق)^۴ و تعهد^۵ می‌داند. در مورد زوج‌های ورزشکار، صمیمیت ممکن است به دلیل برنامه‌های سفر و تمرینات جداگانه کاهش یابد، اما تعهد به رابطه می‌تواند نقش جبرانی مهمی ایفا کند. ترکیب این سه عنصر عشق، انواع مختلف عشق را به‌وجود می‌آورد و هنگامی که همه عناصر به‌طور متوازن حضور داشته باشند، کامل‌ترین نوع عشق یعنی عشق تمام عیار به‌وجود می‌آید (استنبرگ، ۱۳۸۶). اریک فروم^۶ که به پدر عشق معروف است، عشق را پاسخی به مسأله وجودی انسان می‌داند. او در تعریف عشق گفت: عشق عبارت از رغبت جدی به زندگی و پرورش آن چیزی است که بدان مهر می‌ورزند. دلسوزی، توجه، احساس مسئولیت، احترام و شناخت با هم مرتبط هستند و ابعاد عشق را می‌سازند (کرمی و علایی کلجایی، ۱۳۸۷). الین هاتفیلد^۷ (۱۹۸۸)؛ به نقل از صادقی و همکاران، ۱۳۹۱) با

10. Neto

11. Eros

12. Storge

13. Ludus

14. mania

15. paragma

16. agape

17. Kunkel and Burleson

18. Cramer

1. Edalati & Redzuan

2. Sternberg

3. Intimacy

4. Passion

5. Commitment

6. Erich fromm

7. Hatfield

8. Hendrick & Hendrick

9. Lee



انتخاب شیوه‌ی درمانی مؤثر در زمینه‌ی مسائل بین‌فردی موجود در نظام زناشویی و خانوادگی توجه به این اصل حائز اهمیت است که رفتار متقابل دو نفر برآیند ماریپچ‌های علی‌بی‌شماری است که رفتار هر دوی آن‌ها را شکل می‌دهد. به عبارتی بر اساس یک دید سیستمی، کنش‌های هر فردی در محیط، وابسته به کنش‌های سایر اعضای آن محیط است (ثنایی، ۱۳۷۵). در این دیدگاه فرد را نه یک سیستم بسته؛ بلکه یک سیستم پویای دائماً در حال ارتباط و تبادل اطلاعات با سیستم‌های دیگر در نظر می‌گیرند، افراد می‌توانند بینش مؤثر و کارتری در زمینه‌ی کمک به فرد در ایجاد و هماهنگی سالم و پویا نه تعامل مخرب و ناسالم با محیط اطرافش داشته باشند. در همین راستا یکی از نظریه‌هایی که بر روابط بین فردی و واکنش‌های متقابل افراد با یکدیگر توجه دارد و با سازه‌های «والد^۲، بالغ^۳، کودک^۴» در امور بالینی، درمانی، ارتباطات، شخصیت و در زمینه‌ی مسائل بین فردی، راهکارهای کاربردی ارائه داده، تحلیل رفتار متقابل^۵ یا تحلیل تبدالی است که برن^۶ در نیمه‌ی دوم قرن بیستم آن را مطرح ساخته است (سودانی، مهرابی‌زاده هنرمند و سلطانی، ۱۳۹۱). تحلیل در چهار زمینه شخصیت، رفتار متقابل، بازی‌ها و نمایشنامه است (احمدی، ۲۰۱۰) که هدف آن ارتباط بالغ-بالغ می‌باشد (پروجسکا و نروکروس^۷، ۱۰۰۶).

تحلیل رفتار متقابل اصولاً نظریه‌ای است مبتنی بر این تصور که بخش عمده‌ای از عمر در تبادله‌ها و تعامل‌های بین فردی می‌گذرد (سودانی، مهرابی‌زاده هنرمند و سلطانی، ۱۳۹۱) و دربرگیرنده یک نظریه ارتباطی آسان و کامل درباره شخصیت است که این بینش را در انسان ایجاد می‌کند تا چگونگی طرز برخورد با خود و دیگران را شناسایی کند و در زمینه‌هایی که نیاز به درک افراد، روابط بین فردی و ارتباطات باشد به کار می‌رود (استورات و جوینز^۸، ۲۰۰۹). این نظریه، روشی منظم برای روان درمانی (رشد شخصی)، روش عقلانی برای تجزیه، تحلیل و درک رفتار خویش، کسب آگاهی و قبول مسئولیت در زمان حال می‌باشد (شفیع‌آبادی و نصیری، ۲۰۰۹). تحلیل رفتار متقابل به‌عنوان نظریه شخصیت، تصویری از ساختار روانشناسی انسان‌ها به فرد ارائه می‌دهد.

احساسات یکدیگر نباشند و در باور خود چاره‌ای جز وارد شدن به تعارضات زناشویی نبینند (ورتینگتون^۱، ۲۰۰۵).

تعارض زناشویی نوعی فقدان توافق مداوم و معنادار بین دو همسر است که یکی از آن‌ها گزارش می‌کند. در روابط زوج‌های ورزشکار، این تعارض‌ها ممکن است ریشه در عدم هماهنگی برنامه‌های تمرینی، خستگی مزمن یا انتظارات متفاوت از موفقیت ورزشی داشته باشند. منظور از معنادار بودن، تاثیر این مساله بر عملکرد همسران و منظور از مداوم بودن، اشاره به اختلافاتی است که به مرور زمان از بین نمی‌روند (امیرخانی، ۱۳۹۵). به عقیده دیویس تعارض در روابط وقتی بروز می‌کند که رفتار یک شخص با توقعات شخص دیگر هماهنگ نباشد. تعارضات زناشویی، نارضایتی از زندگی زناشویی و احساس نارضایتی از ازدواج که در آخرین ویراست راهنمای تشخیصی و آماری انجمن روان-پزشکی آمریکا (DSM-5) با عنوان اختلال تعارض زناشویی با خشونت و بدون خشونت نیز معرفی شده‌اند، از جمله عوامل مهم دیگر در بروز خشونت‌های بین زوجین هستند. وجود تعارض زناشویی از واکنش به تفاوت‌های فردی ناشی می‌شود و زمانی قوت می‌گیرد که احساس خشم، خصومت، کینه، نفرت، حسادت، سوء رفتار کلامی و فیزیکی بر روابط زوج‌ها حاکم شود (فیض‌منش و یار احمدی، ۱۳۹۶).

وجود تعارض در روابط انسان‌ها و به‌ویژه در رابطه‌ی زوجین امری شایع است، به‌گونه‌ای که می‌توان از تعارض به‌عنوان رایج‌ترین پدیده‌ی موجود در روابط انسان‌ها نام برد. رابطه‌ی زوجین می‌تواند به آسانی تبدیل به چالش شود، حتی کوچکترین فعالیت‌های روزانه‌ی یکی از زوجین، روی دیگری، به‌طور چشمگیری اثر می‌گذارد و سازگاری با نیازها یا آرزوهای شخص دیگر در تمام جنبه‌های زندگی مشکل است (فیض‌منش و یار احمدی، ۱۳۹۶). زمانی که همسران از تعارض و احساسات همراه با آن، برای توجه به جنبه‌هایی از رابطه‌شان که نیاز به تامل و کار دارد، استفاده کنند، این تعارض می‌تواند حامی آن‌ها باشد. اما اگر همسران روش سازنده‌ای را برای مقابله با تعارض به کار نگیرند، ممکن است به تدریج از یکدیگر جدا شوند (حسینی، نوابی‌نژاد و کیامنش، ۱۳۹۵). بنابراین در

^۵ . transactional analysis

^۶ . Bern

^۷ . Prochaska & Norcross

^۸ . Stewart & Joines

^۱. Worthington

^۲ . Parent ego state

^۳ . Adult ego state

^۴ . Child ego state



برآورده نشدن نیازها و خواسته‌های زن و شوهر در زندگی زناشویی است. کیسکی و تاسوکاک^۲ (۲۰۰۹) به بررسی حالات من دانشجویان دانشجویان پرستاری ترکیه با استفاده از دو رویکرد تحلیل رفتار متقابل پرداختند و نتیجه گرفتند که این دانشجویان هنگامی که با دیگران برخورد می‌کنند من بالغ خود را به کار می‌گیرند و در شرایط بحرانی کمترین استفاده را از من والد می‌کنند. همچنین دانشجویان کمترین استفاده را از من کودک خود داشتند. ترکان (۱۳۸۵) در پژوهشی تحت عنوان «بررسی اثربخشی گروه درمانی به شیوهی تحلیل رفتار متقابل بر رضایت زناشویی» به این نتیجه رسید که رضایت زناشویی زوج‌های گروه آزمایش را که در درمان گروهی به شیوهی تحلیل رفتار متقابل شرکت کرده بودند نسبت به گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون و پیگیری به طور معنی‌داری افزایش داده است.

از آنجا که بروز بیشتر تعارضات زناشویی به علت نبود ارتباط مناسب یا نداشتن مهارت کافی برای ابراز عواطف یا عشق خود به شریک زندگی در روابط زناشویی است (سودانی، مهرابی‌زاده هنرمند و سلطانی، ۱۳۹۱)، لذا پژوهش حاضر در صدد است تا با اعمال مداخله، به بررسی این سوال بپردازد که آیا درمان تحلیل رفتار متقابل بر تعارضات زناشویی و سبک‌های عشق‌ورزی زوجین ورزشکار تاثیر گذار است؟

روش:

پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی، با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه آزمایش- گواه است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه زوجین ورزشکار مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره خانواده شهرستان بیرجند در سال ۱۳۹۷ می‌باشد. که تعداد ۳۰ زوج (۶۰ زن و مرد) بین سنین ۲۰ تا ۴۵ سال با مدرک دیپلم که حداقل دو سال از ازدواج آن‌ها گذشته باشد، به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. نمونه مورد پژوهش به‌طور تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش (گروه کنترل: ۱۵ زوج، گروه آزمایشی درمان تحلیل رفتار متقابل: ۱۵ زوج) قرار گرفتند. استرس‌های ناگهانی و شدید، طلاق و غیبت بیش از دو جلسه نیز ملاک خروج فرد از مطالعه در نظر گرفته شد. آموزش‌پذیر بودن، حداقل تحصیلات دیپلم،

بدین منظور از یک الگوی سه بخشی به‌عنوان الگوی حالات نفسانی خود استفاده می‌کند. همین الگوی شخصیتی به فرد کمک می‌کند تا دریابد انسان‌ها چگونه عمل و رفتار می‌کنند و این که چگونه شخصیت خود را در قالب رفتارهایشان آشکار می‌سازند. افراد با یکی از سه حالت ایگویی والد، بالغ و یا کودکشان، با دیگران ارتباط برقرار می‌کنند. البته این که با کدام یک از آن‌ها ارتباط برقرار کنند، به احساس آن‌ها در لحظه مورد نظر بستگی دارد. ضمن اینکه در هر لحظه عاملی می‌تواند افراد را از حالتی به حالت دیگر ببرد. پاسخ‌های افراد نیز توسط یکی از این سه حالت ایگویی صادر می‌شود. جوهر تحلیل رفتار متقابل تحلیل همین محرک‌ها و پاسخ‌هاست (استوارت و جونز، ۱۳۹۶). برن (۱۹۷۵)؛ به نقل از سودانی، مهرابی‌زاده هنرمند و سلطانی، ۱۳۹۱) معتقد است کاربرد تحلیل روابط متقابل اصولاً در بررسی روابط زناشویی و پیوندهای اجتماعی گوناگون است. در این موقعیت‌ها، تحلیل روابط می‌تواند پیش-بینی و بازنگری‌های مفید و قانع‌کننده‌ای را به‌دست آورد. در تحلیل روابط متقابل بیشتر بر روابط انسان‌ها با یکدیگر توجه می‌شود و اعتقاد بر این است که اگر افراد روابط سالم، مثبت و رضایت‌بخشی با یکدیگر داشته باشند و آن را جایگزین روابط تخریبی، منفی و تحقیرآمیز نمایند، قادر خواهند بود که از فشارهای روانی خود و دیگران بکاهند و از زندگی خود لذت ببرند. کوری (۱۹۹۴)؛ به نقل از سودانی، مهرابی‌زاده هنرمند و سلطانی، ۱۳۹۱) نیز معتقد است تحلیل رفتار متقابل به منزله‌ی یک روش درمان تعاملی است که بر جنبه‌های شناختی عقلانی و رفتاری در فرآیند درمان تأکید می‌کند و هدف آن افزایش آگاهی و توانایی‌های فرد، برای تصمیم‌گیری و تغییر جریان زندگی خود است.

نتایج پژوهش سودانی، مهرابی‌زاده هنرمند و سلطانی، ۱۳۹۱، نشان داد آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش معنادار عملکرد کلی خانواده و حیطه‌های آن (حل مشکل، ارتباط، نقش‌ها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی، کنترل رفتار و کارایی) در زوج‌های گروه آزمایش شد. اسپرچر^۱ (۲۰۰۲) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که مهارت‌های برقراری ارتباط تعیین‌کننده‌ی اصلی سازگاری زناشویی و روابط متقابل زناشویی است و بسیاری از مشکلات زناشویی ناشی از سوءتفاهم و ارتباط غیرمؤثر است که نتیجه‌ی آن احساس ناکامی و خشم به‌خاطر عدم

^۱. Sprecher

^۲. Kececi & Tasocak



در تحقیقاتی که صورت گرفت، ضرایب آلفا ۰/۶۸ برای خرده مقیاس استورگ تا ۰/۸۳ برای آگاهیه و در آزمون - بازآزمون، ضرایب از ۰/۷۰ برای مانیا تا ۰/۸۲ برای لودوس گزارش شد. دومین تجزیه و تحلیل عامل تأییدی به کاهش یک سری از گویه‌ها منتهی شد که تعداد گویه‌ها به ۲۴ رسید. جملات انتخابی توسط هندریک و هندریک و همکاران ۱۹۹۸ در این فرم کوتاه (هر ۴ گویه برای یک خرده مقیاس) مطرح گردید. تناسب این مدل بهتر بود. مقادیر آلفا از ۰/۶۵ برای لودوس تا ۰/۷۷ برای استورگ متغیر بود. سومین تجزیه و تحلیل عاملی به کاهش یک سری دیگر از گویه‌ها منجر شد (هر ۳ گویه برای یک خرده مقیاس). این گویه‌ها نیز توسط هندریک و هندریک و همکاران مطرح گردید، تناسب این مدل هم خوب بود. مقادیر آلفا از ۰/۴۹ برای لودوس تا ۰/۷۵ برای استورگ قرار داشت. نظر به این که نتایج و به ویژه آن‌هایی که در ارتباط با ضرایب آلفا هستند در فرم کوتاه ۲۴ گویه‌ای مقیاس نگرش‌های عشق مناسب‌تر است، این فرم برای مطالعات اختلاف‌ها و گوناگونی‌های بین فرهنگی ترجیح دارد.

روش اجرا و تحلیل: مطالعات کتابخانه‌ای با مراجعه به کتب، مقالات، مجلات علمی و سایت‌های اینترنتی در زمینه موضوع پژوهش انجام شد. اهداف مطالعه تنظیم و سپس اقدام به تهیه پرسشنامه‌های متناسب با اهداف پژوهش گردید که از میان آن‌ها پرسشنامه‌های ذکر شده تهیه شد. پس از هماهنگی لازم با مدیریت بهداشتی شهرستان بیرجند و مسئول مرکز مشاوره بهداشتی و انجام امورات اداری و اجرای پیش‌آزمون برای گروه کنترل و آزمایش، گروه آزمایشی به مدت ۱۲ جلسه به شیوه گروهی تحت مداخله درمان تحلیل رفتار متقابل قرار گرفتند. در حالی که گروه کنترل هیچ گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. محتوای آموزش جلسات برای گروه آزمایش از کتاب درمان تحلیل رفتار متقابل استوارت و جونز، ۱۳۹۶؛ و بهزادی‌فرد، ۱۳۹۶، که در ادامه عناوین جلسات ارائه شده است، تهیه شد. پرسشنامه‌ها قبل و بعد از آموزش توزیع و پس از تکمیل جمع‌آوری شد. داده‌ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS و آزمون آماری مناسب تجزیه و تحلیل شدند.

محتوای جلسات درمان تحلیل رفتار متقابل:

جدول ۱. محتوای جلسات درمان تحلیل رفتار متقابل (استوارت و

جونز، ۱۳۹۶؛ بهزادی‌فرد، ۱۳۹۶).

و عدم دریافت هر گونه برنامه آموزشی دیگر در حین انجام مداخله از دیگر ملاک‌های ورود این افراد به پژوهش بوده است.

در این پژوهش، اصول اخلاقی مطابق با بیانیه هلسینکی رعایت گردید؛ از جمله اخذ رضایت‌نامه کتبی از شرکت‌کنندگان، توضیح حق انصراف در هر مرحله از مطالعه، عدم اجبار در پاسخ‌دهی و تضمین رازداری داده‌ها.

ابزار سنجش:

پرسشنامه تعارضات زناشویی (MCQ):

این مقیاس توسط براتی و ثنائی، ۱۳۷۹، به‌منظور سنجش تعارض‌های زناشویی تنظیم شده است. یک ابزار ۴۲ سوالی است که در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (از همیشه تا هرگز) تنظیم شده است و هفت بعد از تعارضات زناشویی را می‌سنجد. این ابعاد عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان و جدا کردن امور مالی از یکدیگر. حیدری و همکاران در یک نمونه ۳۸ نفری مراجعه کننده به مرکز مشاوره، ضریب آلفای کرونباخ را برای کل پرسشنامه ۰/۶۶ به‌دست آوردند و ضریب پایایی خرده مقیاس‌ها از ۰/۵۶ تا ۰/۸۱ به دست آمد ۸ در پژوهش اسفندیاری و همکاران، ۱۳۸۲، آلفای کرونباخ برای کل آزمون، ۰/۸۷ گزارش شده است (فیض‌منش و یار احمدی، ۱۳۹۶).

پرسشنامه سبک‌های عشق ورزی (LAS):

این پرسشنامه توسط هندریک و هندریک بر پایه الگوی «لی» از عشق در سال ۱۹۸۶ ساخته شده است. تأیید تحلیل عاملی نشان داده است که ساختار عرضه شده «لی» توانایی کاربرد در فرهنگ‌های چندگانه را دارد. پرسشنامه حاضر در آغاز دارای ۴۲ گویه بود اما دومین تجزیه و تحلیل عامل تأییدی به کاهش یک سری از گویه‌ها منتهی شد که تعداد گویه‌ها به ۲۴ رسید. مقیاس نگرش‌های مربوط به عشق از نوع لیکرت است و می‌تواند ابعاد شش‌گانه عشق را به‌صورت کمی و پیوسته نشان دهد. گزینه‌های این پرسشنامه به‌صورت ۴ گزینه‌ای از (خیلی موافقم = ۴ تا خیلی مخالفم = ۱) مشخص شده‌اند، نمره‌ای که فرد در هر خرده مقیاس به‌دست می‌آورد، بیانگر میزان نگرشی است که نسبت به آن خرده مقیاس دارد. نمره بالا گرایش بالا در خرده مقیاس مربوطه و نمره پایین گرایش اندک را به آن نشان می‌دهد (عرفانی، ۱۳۹۵).



جلسه	صحبت درمورد «بالغ شخصیت و رشد بالغ». آشنایی با فرآیند سازو کار این رشد، عوامل موثر، زیر ساخت-ها و نحوه شکل‌دهی و مدیریت آن‌ها و نیز مبانی تصمیم‌گیری یا نظام ارزش‌ها، آشنایی با عشق بالغانه
جلسه	صحبت درمورد بیماری‌های شخصیت طرد، تسلط، آلودگی و ارائه راهکارهای برون رفت
جلسه	بررسی چهار وضعیت زندگی
ششم	
جلسه هفتم	بررسی انواع روابط موازی، متقاطع، پنهان
جلسه	بررسی رابطه سالم و چگونگی رسیدن به آن، بررسی مفهوم «نوازش»
جلسه نهم	بررسی بازدارنده‌ها در رویکرد تحلیل رفتار متقابل
جلسه دهم	بررسی سوق دهنده‌ها در رویکرد تحلیل رفتار متقابل
جلسه	بررسی مفهوم «ردیابی» و چگونگی انجام آن
یازدهم	
جلسه	بررسی شیوه‌های ابراز احساسات و انجام پس آزمون
دوازدهم	

در این پژوهش تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و استنباطی انجام خواهد گرفت. بدین‌صورت که ابتدا با استفاده از آمار توصیفی به توصیف نتایج حاصله از جامعه آماری پرداخته خواهد شد. در آمار توصیفی از میانگین و انحراف معیار استفاده خواهد شد. تحلیل و آزمون فرضیات نیز با کمک آمار استنباطی انجام خواهد شد. بدین‌صورت که در جهت آزمون فرضیات، داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کواریانس چند متغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار خواهد گرفت. ضمناً تمام مراحل توصیف و ترکیب و آزمون فرضیات با استفاده از بسته نرم‌افزاری ۲۲ SPSS انجام خواهد شد.

جلسات	شرح جلسه
جلسه اول	فرآیند معارفه و آشنایی اعضای گروه، آشنایی با روش خود واقعی، سبک زندگی و خود آرمانی، ضرورت و اهمیت خود شناسی در تصمیم‌گیری شغلی و تحصیلی، کسب مهارت‌ها و فراگیری موضوعات روانشناختی و سایر تصمیمات مهم زندگی
جلسه دوم	صحبت در مورد اولین بعد شخصیتی در تحلیل رفتار متقابل (من کودک)، اریک برن معتقد بود انسان‌ها از هر جنس، نژاد و قوم، فرهنگ و ملیت که باشند وجودشان شامل سه بعد می‌باشد سه بخشی که باهم رابطه دارند دو بخش از این ابعاد در اثر ارتباط با عوامل بیرونی و تربیت شکل می‌گیرد و محتوای آن‌ها کاملاً انفعالی دریافت می‌شود و فرد برای شکل دهی آن‌ها اراده و اختیاری از خود ندارند و نسبت به محتوای آن آگاهی ندارند و این دو بخش ناهشیار ما را شکل می‌دهند. جنس این‌ها ناآگاهی است و ما نسبت به آن‌ها شعور و وقوف نداریم. با نشان دادن علایم، نشانه‌ها و راهنمای‌های زیادی وجود دارد که به ما کمک می‌کند تا این بخش از وجود خود را بشناسند و این سرخ‌ها به شکل کلمات و جملات هستند یا به صورت غیر کلامی و افراد یاد می‌گیرند. هر قدر از ناهشیار به سمت هوشیار برویم، نقش نمادهای آگاهانه مانند کلام بیشتر و پررنگ‌تر می‌شود.
جلسه سوم	صحبت در مورد (من والد) حمایت کننده، کنترل کننده، سرزنش کننده، تغذیه کننده و رویدادهای ضبط شده در مغز



یافته‌ها:

این مطالعه، ۶۰ زوج ورزشکار به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش ($n=30$) و کنترل ($n=30$) قرار گرفتند. اطلاعات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان در ادامه ارائه شده است. بیشتر شرکت‌کنندگان زن بودند (۵۳.۳٪ زن و ۴۶.۷٪ مرد). از نظر سطح تحصیلات، بیشترین فراوانی مربوط به دارندگان مدرک کارشناسی بود (۴۳.۳٪). از لحاظ وضعیت شغلی، بیشترین تعداد در گروه کارمندان قرار داشتند (۳۶.۷٪)، و میانگین سن شرکت‌کنندگان ۲۸.۶۸ سال با انحراف استاندارد ۶.۹۷ بود (دامنه سنی: ۱۶ تا ۴۶ سال). میانگین مدت

زمان ازدواج در نمونه مورد بررسی برابر با ۴.۲۶ سال (انحراف استاندارد = ۴.۲۹) بود.

در ابتدا جهت توصیف داده‌ها، میانگین و انحراف استاندارد نمرات مؤلفه‌های تعارضات زناشویی و سبک‌های عشق‌ورزی در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون به تفکیک گروه آزمایش و کنترل محاسبه شد. همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، میانگین نمرات گروه آزمایش در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون در مؤلفه‌های مثبت افزایش و در مؤلفه‌های منفی کاهش یافته است. این تغییرات در گروه کنترل بسیار اندک یا بدون تغییر است.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد نمرات مؤلفه‌های تعارضات زناشویی و سبک‌های عشق‌ورزی در دو مرحله اندازه‌گیری به تفکیک گروه آزمایش و کنترل

گروه	متغیر	میانگین پیش‌آزمون	انحراف معیار	میانگین پس‌آزمون	انحراف معیار
آزمایش	عشق رمانتیک	۸.۶۳	۲.۴۹	۱۰.۹۷	۱.۸۷
	عشق بازیگرانه	۷.۷۴	۱.۱۶	۸.۶۸	۰.۷۵
	عشق دوستانه	۵.۰۷	۱.۶۲	۷.۲	۲.۸
	عشق واقع‌گرایانه	۸.۴۸	۰.۹۳	۹.۹۳	۲.۱۳
	عشق شهوانی	۱۰.۶	۲.۶۷	۹.۵۱	۱.۹۱
	عشق فداکارانه	۱۰.۳۹	۱.۹	۱۲.۰۹	۱.۸۲
	کاهش همکاری	۱۳.۰۷	۱.۵۶	۹.۳۴	۲.۵۱
	کاهش رابطه‌ی جنسی	۱۵.۴۲	۲.۳۳	۱۰.۵	۲.۰
	افزایش واکنش‌های هیجانی	۲۱.۳۳	۱.۷۳	۱۳.۹	۱.۳
	افزایش جلب حمایت فرزند	۷.۴۵	۲.۹۵	۵.۰۸	۰.۶۴
کنترل	افزایش رابطه با خویشاوندان خود	۱۶.۹۹	۳.۵	۱۱.۶۶	۱.۰۱
	کاهش رابطه با خویشاوندان همسر	۱۷.۵۹	۳.۴	۱۲.۶۹	۱.۶



۱.۸	۱۵.۳۵	۱.۸۲	۱۷.۵۴	جداکردن امور مالی	کنترل
۲.۱۹	۸.۷۸	۲.۴۴	۷.۸۵	عشق رمانتیک	
۱.۰۶	۷.۶۷	۰.۵۷	۶.۹۲	عشق بازیگرانه	
۱.۷۵	۶.۰۵	۱.۴۱	۵.۳۸	عشق دوستانه	
۱.۴۳	۸.۲۰	۱.۱۹	۷.۹	عشق واقع گرایانه	
۲.۱۹	۱۰.۵	۲.۸۵	۱۰.۸۸	عشق شهوانی	
۲.۴۱	۹.۲۲	۱.۵۶	۹.۰۶	عشق فداکارانه	
۱.۹۳	۱۲.۴۶	۲.۱۰	۱۲.۳۷	کاهش همکاری	
۲.۸۹	۱۵.۵۶	۱.۶۸	۱۴.۹۸	کاهش رابطه‌ی جنسی	
۱.۱۰	۲۱.۴۳	۱.۰۴	۲۲.۱۸	افزایش واکنش‌های هیجانی	
۱.۲۰	۶۶۱	۲.۶۸	۷.۸۶	افزایش جلب حمایت فرزند	
۳.۶۲	۱۵.۸۴	۳.۱۳	۱۴.۵۸	افزایش رابطه با خویشاوندان خود	
۳.۲۰	۱۸.۸۴	۲.۸۵	۱۸.۳۴	کاهش رابطه با خویشاوندان همسر	
۲.۰۱	۱۷.۶۶	۲.۴۹	۱۸.۱۲	جداکردن امور مالی	

برای اطمینان از صحت تحلیل‌ها، پیش‌فرض‌های آماری بررسی شد. برای تمام متغیرها در هر دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون نرمال است نتایج آزمون کلموگروف-اسمیرنف (جدول ۳) نشان داد که توزیع داده‌ها ($P > 0.05$)

جدول ۳. بررسی مفروضه نرمال بودن متغیرهای پژوهش

متغیر	مرحله	آماره	سطح معناداری
عشق رمانتیک	پیش‌آزمون	۰.۷۲	۰.۶۵
عشق رمانتیک	پس‌آزمون	۰.۸۶	۰.۴۲
عشق بازیگرانه	پیش‌آزمون	۰.۹۵	۰.۳۴
عشق بازیگرانه	پس‌آزمون	۱.۱۰	۰.۱۶
عشق دوستانه	پیش‌آزمون	۱.۰۵	۰.۲۰
عشق دوستانه	پس‌آزمون	۰.۶۲	۰.۸۰



۰.۷۹	۰.۶۳	پیش‌آزمون	عشق واقع‌گرایانه
۰.۱۳	۱.۱۵	پس‌آزمون	عشق واقع‌گرایانه
۰.۷۰	۰.۶۸	پیش‌آزمون	عشق شهوانی
۰.۲۴	۱.۰۱	پس‌آزمون	عشق شهوانی
۰.۵۹	۰.۷۸	پیش‌آزمون	عشق فداکارانه
۰.۵۵	۰.۸۰	پس‌آزمون	عشق فداکارانه
۰.۴۰	۰.۸۸	پیش‌آزمون	کاهش همکاری
۰.۱۱	۱.۲۵	پس‌آزمون	کاهش همکاری

دیگر از مفروضات اجرای آزمون تحلیل کوواریانس، همگونی واریانس متغیرهای وابسته در بین گروه‌ها هست که برای بررسی برقراری این مفروضه از آزمون لوین استفاده شده است. نتایج مربوط به اجرای این آزمون در جدول ۴ نشان داده شده است.

به منظور بررسی نقش درمان تحلیل رفتار متقابل بر تعارضات زناشویی، از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد. پیش از انجام این آزمون بررسی چند مفروضه آماری الزامی می‌باشد. نتایج حاصل از اجرای این آزمون و بررسی پیش‌فرض‌های آن در ادامه ارائه شده است. یکی

جدول ۴. نتیجه آزمون لوین برای بررسی همسانی واریانس‌ها

متغیر	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی‌داری
کاهش همکاری	۰/۱۹	۱	۵۸	۰/۷۰
کاهش رابطه‌ی جنسی	۱/۷۵	۱	۵۸	۰/۱۷
افزایش واکنش‌های هیجانی	۰/۱۶	۱	۵۸	۰/۶۵
افزایش جلب حمایت فرزند	۰/۱۳	۱	۵۸	۰/۶۹
افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود	۰/۱۱	۱	۵۸	۰/۷۹
کاهش رابطه‌ی خانوادگی با خویشاوندان همسر	۰/۰۱	۱	۵۸	۰/۸۶
جداکردن امور مالی از یکدیگر	۱/۶۴	۱	۵۸	۰/۲۳

متغیرها مورد تأیید قرار می‌گیرد. بدین ترتیب نتیجه می‌شود که مفروضه دیگر آزمون تحلیل کوواریانس، همسانی واریانس‌ها، برقرار می‌باشد.

همان‌طور که در جدول ۴ نشان داده شده است، نتایج آزمون لوین معنادار نمی‌باشد. از این رو فرض صفر ما مبنی برای همسانی واریانس

جدول ۵. نتایج تحلیل کوواریانس برای مقایسه گروه آزمایش و کنترل

منبع	نام آزمون	مقدار مشاهده شده	درجه آزادی	درجه آزادی	F	سطح معناداری
			فرضیه	خطا		



۰/۰۰۱	۳۷۲/۴۲	۴۵	۷	۰/۹۷	پیلایی	گروه
۰/۰۰۱	۳۷۲/۴۲	۴۵	۷	۰/۰۲	ویلکز	
۰/۰۰۱	۳۷۲/۴۲	۴۵	۷	۵۷/۷۶	هتلینگ	
۰/۰۰۱	۳۷۲/۴۲	۴۵	۷	۵۷/۷۶	روی	

با توجه به نتایج به دست آمده مشاهده می شود، که بین همه ی مولفه های تعارضات زناشویی در گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد.

در جدول ۶ میانگین های تعدیل شده ارائه شده است یعنی اثر متغیر پیش آزمون به صورت آماری حذف شده است.

یافته های حاصل از تحلیل کواریانس چند متغیره حاکی از این است که سطح معناداری آماره ی F چند متغیره ی آزمون هتلینگ از ۰/۰۵ کمتر است. بنابراین بین گروه آزمایش و کنترل حداقل در یکی از مولفه های وابسته تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۶. جدول میانگین های تعدیل شده در پس آزمون

مؤلفه	گروه	میانگین	انحراف استاندارد
کاهش همکاری	آزمایش	۹/۷۵	۰/۱۲
	کنترل	۱۲/۲۷	۰/۱۲
کاهش رابطه ی جنسی	آزمایش	۱۱/۶۴	۰/۱۷
	کنترل	۱۵/۴۳	۰/۱۷
افزایش واکنش های هیجانی	آزمایش	۱۴/۵۴	۰/۳۰
	کنترل	۲۱/۲۸	۰/۳۰
افزایش جلب حمایت فرزند	آزمایش	۵/۰۸	۰/۳۱
	کنترل	۶/۶۳	۰/۳۱
افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود	آزمایش	۱۱/۱۵	۰/۲۶
	کنترل	۱۶/۲۳	۰/۲۶
کاهش رابطه ی خانوادگی با خویشاوندان - همسر	آزمایش	۱۲/۶۷	۰/۲۳
	کنترل	۱۹/۱۷	۰/۲۳
جدا کردن امور مالی از یکدیگر	آزمایش	۱۵/۶۷	۰/۲۰
	کنترل	۱۷/۷۳	۰/۲۰

درمان تحلیل رفتار متقابل بر تعارضات زناشویی زوجین تاثیر معنادار دارد.

جدول فوق نشان می دهد که میانگین مولفه های تعارضات زناشویی گروه آزمایش از گروه کنترل کمتر است. بنابراین:



در جدول ۷ میانگین‌های تعدیل‌شده ارائه شده است یعنی اثر متغیر پیش‌آزمون به صورت آماری حذف شده است.

جدول ۷. جدول میانگین‌های تعدیل‌شده در پس‌آزمون

مؤلفه	گروه	میانگین	انحراف استاندارد
عشق رمانتیک	آزمایش	۱۱/۹۵	۰/۱۴
	کنترل	۸/۴۶	۰/۱۴
عشق بازیگرانه	آزمایش	۸/۶۰	۰/۱۲
	کنترل	۷/۵۳	۰/۱۲
عشق دوستانه	آزمایش	۷/۱۷	۰/۳۷
	کنترل	۵/۶۳	۰/۳۷
عشق فداکارانه	آزمایش	۱۱/۹۶	۰/۲۴
	کنترل	۹/۸۴	۰/۲۴

جدول فوق نشان می‌دهد که میانگین مؤلفه‌های عشق رمانتیک، بازیگرانه، دوستانه و فداکارانه گروه آزمایش از گروه کنترل بیشتر است.

بنابراین: درمان تحلیل رفتار متقابل بر سبک‌های عشق ورزشی زوجین تاثیر معنادار دارد.

بحث و نتیجه‌گیری:

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که درمان تحلیل رفتار متقابل کاهش معناداری بر همه مؤلفه‌های تعارضات زناشویی از جمله کاهش همکاری، کاهش رابطه‌ی جنسی، افزایش واکنش هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه با خویشاوندان خود، کاهش رابطه با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر و کاهش ارتباط موثر در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل داشته است.

اردشیری لردجانی، شریفی و قاسمی، ۱۳۹۴، در مطالعه خود نشان دادند آموزش تحلیل روابط متقابل توانسته منجر به کاهش معنادار تعارضات

زناشویی زوجین گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون شود. در بررسی آزمون‌های تک متغیره مشخص گردید که این کاهش در متغیرهای کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی و کاهش ارتباط موثر بوده است. این یافته با نتایج تحقیق هانسون و لندبلاد^{۲۹}، ۲۰۰۶، مبنی بر اینکه آموزش مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض به زوجینی که در تعاملات زناشویی مشکل داشتند، باعث بهبود روابط زناشویی زوجین و کاهش تعارضات و افزایش سلامت روان در آن‌ها می‌گردد، همسو بود. همچنین با یافته‌های موراکامی^{۳۰} و همکاران، ۲۰۰۹، و جوادی، حسینیان و شفیع



می‌تواند روشی کارآمد برای بهبود روابط میان‌فردی باشد، چرا که با شفاف‌سازی پیام‌های پنهان و تحلیل بازی‌های روانی، بستر مناسبی برای رشد هیجانی و ارتقاء صمیمیت فراهم می‌آورد. همچنین، این رویکرد با تمرکز بر تحلیل قراردادهای زناشویی و باورهای ناهشیار طرفین، منجر به بازسازی شناختی و عاطفی رابطه می‌شود.

در زمینه سبک‌های عشق‌ورزی، مشاهده شد که پس از مداخله، تمایل به عشق‌های منطقی و دوستانه افزایش یافت و سبک‌های ناسازگار مانند عشق وسواسی و مالکانه کاهش پیدا کرد. به نظر می‌رسد که ارتقاء آگاهی از نیازهای هیجانی و درک عمیق‌تر از نقش تجربیات کودکی در شکل‌گیری الگوهای عشق‌ورزی، از طریق این رویکرد تسهیل می‌شود. هنگامی که افراد بتوانند ساختار درونی خود و شریک زندگی‌شان را بهتر درک کنند، به‌صورت خودجوش به سمت سبک‌های عشق‌ورزی سالم‌تر و سازگارتر حرکت خواهند کرد.

در مورد خرده مقیاس روابط جنسی زوجین نیز یافته‌های این پژوهش تاثیر آموزش تحلیل رفتار متقابل را به‌صورت گروهي بر روابط جنسی زوجین تأیید می‌کند. این یافته با نتایج پژوهش امینی، امینی و حسینیان، ۱۳۹۲، که در پژوهش خود نشان دادند، با آموزش مهارت‌های ارتباطی زوجین با استفاده از رویکرد تحلیل ارتباط متقابل می‌توان همدمی، صمیمیت و روابط جنسی زوجین را افزایش داد، همخوانی دارد. وقتی در اثر آموزش تحلیل رفتار متقابل زوجین بتوانند از نظر ادراک همدیگر به نقطه مشترگی برسند، طبیعتاً از نظر احساس مثبت به یکدیگر نیز تقویت خواهند شد که این افزایش احساس ارتباط جنسی زوجین را در پی خواهد داشت.

نتایج پژوهش در مورد خرده مقیاس واکنش‌های هیجانی نیز بیانگر آن است که آموزش به شیوه تحلیل رفتار متقابل بر واکنش‌های هیجانی تاثیر داشته است. به نظر می‌رسد آموزش مهارت‌های ارتباطی به گروه سبب شده تا تعارض‌های همسران کاهش یابد و این آموزش‌ها بر میزان خشونت‌های کلامی و غیرکلامی و واکنش‌های هیجانی زوجین تأثیری معنادار داشته است. این یافته را می‌توان این چنین تبیین نمود که افراد در این کلاس‌ها یاد می‌گیرند وقتی من «والد» دو طرف یا من «والد» یکی، با من «بالغ» دیگری برخورد پیدا کند، مشاجره و گستاخی

آبادی، ۱۳۸۸، همخوانی دارد تاثیر آموزش تحلیل رفتار متقابل بر تعارضات زناشویی از این نظر قابل تبیین است که خانواده و زوج درمانگران گزارش می‌کنند که ارتباط ضعیف، وجه مشترک خانواده‌هایی است که مشکل دارند. ارتباط ضعیف موجب مشکلات خانوادگی بسیار زیادی از جمله تعارضات خانوادگی شدید، شکست در حل مشکلات، فقدان صمیمیت و پیوندهای عاطفی ضعیف می‌شود (پیترسون و گرین، ۲۰۰۹). بنابراین آموزش تحلیل رفتار متقابل دقیقاً بر همین نقطه یعنی بهبود ارتباطات زوجین تمرکز دارد و بدین گونه سبب بهبود روابط زوجین و در نتیجه کاهش تعارضات زناشویی می‌شود. در همین راستا آلن^{۳۲} (۱۹۹۸؛ به نقل از احمدی^{۳۳} و همکاران، ۲۰۱۰) نیز معتقد است با آموزش تحلیل رفتار متقابل به افراد و به‌کار بردن این شیوه توسط آن‌ها، کیفیت زندگی‌شان بهبود می‌یابد. یافته‌های پژوهش، در مورد خرده مقیاس‌های تعارضات زناشویی نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های ارتباطی با استفاده از رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر همکاری زوجین تاثیر دارد. همسو با یافته‌های این پژوهش بیشه‌پور^{۳۴} (۲۰۰۲) معتقد است که زوجین در توانایی و میل خود برای کار کردن به منظور حل مشکلات با هم فرق دارند؛ وقتی که درجه همکاری و تعهد در یک ازدواج وجود داشته باشد، هر دو شریک در آن صورت آماده هستند که اولاً همدیگر را بپذیرند و دوم با همدیگر همکاری کنند. بنابراین بعضی اوقات زن و شوهر ممکن است مشکلاتی در کار کردن با همدیگر در زمینه توافق نداشتن در تعریف مشکل (ادراک) توافق نداشتن در چگونگی حل مشکل، تجارب ناموفق با تلاش‌های مدیریتی در حل تعارض در گذشته، انتظار زیاد از همدیگر (چه معلوم و چه نامعلوم) داشته باشند، یک ضلع سومی مثل مشاور یا فرد معتمد ممکن است بتواند به شکسته شدن این بن بست کمک کند و به زوجین در پیدا کردن راه حل مشکلات خود کمک کند (اردشیری لردجانی، شریفی و قاسمی، ۱۳۹۴).

در بافت روابط زوج‌های ورزشکار، ویژگی‌های خاصی نظیر سبک زندگی پرتراکم، فشارهای روانی ناشی از رقابت، زمان محدود برای تعاملات عاطفی، و انتظارات اجتماعی وجود دارد که زمینه را برای شکل‌گیری تعارضات زناشویی فراهم می‌کند. تحلیل رفتار متقابل در چنین شرایطی

³³ . Ahmadi

³⁴ . Bishhop

³¹ . Peterson & Green

³² . Allen



می‌باشد. در معناداری این متغیر می‌توان ابراز داشت که تحلیل رفتار متقابل از لحاظ میانی نظری، درمانی است برای بهبود روابط زوجین. لذا وقتی زوجین با تمرکز بیشتر بر من بالغ به جای من کودک و من والد، تلاش نمایند که در ارتباط با هم کیفیت ارتباطی بیشتری را تجربه نموده و از چالش‌های غیر ضروری اجتناب نمایند، بدیهی که ارتباط موثر بین آن‌ها افزایش یابد.

برن معتقد است که شخصیت انسان به صورت سه حالت جداگانه من یعنی «من والد»، «من بالغ» و «من کودک» سازمان یافته است که در ارتباطات می‌تواند از هر کدام از این سه حالت استفاده کند (چپمن^{۳۵}، ۲۰۰۷). ارتباط «بالغ با بالغ»، «والد با والد» و یا «کودک با کودک» دو نفر، تکمیلی هستند و به ارتباط‌هایی منجر می‌شوند که هر دو طرف احساس می‌کنند که یکدیگر را می‌فهمند. تا وقتی تبادل‌های دو نفر مکمل یکدیگر باشند، ارتباط به آرامی و به نحو شایسته پیش می‌رود. تبادل‌های متقاطع زمانی صورت می‌گیرد که «حالت خود» مورد خطاب، حالتی نیست که پاسخ می‌دهد. تبادل شوهری که با «کودک» زنش شوخی می‌کند، زمانی قطع می‌شود که «بالغ» زن، در پاسخ به او بگوید که شوخی او اصلاً بامزه نبود. راز کمک به زن و شوهرها از نظر مسائل ارتباطی، این است که به آن‌ها کمک کنیم از حالت‌های خود، آگاه شوند و تشخیص بدهند که این حالت‌ها، چگونه به جای این که مکمل هم باشند، یکدیگر را قطع می‌کنند. اگر آن‌ها بتوانند حالتی از خود را که در تبادل متقاطع درگیر است، بشناسند و به حالتی برگردند که مورد خطاب واقع شده است، قادر خواهند بود در تبادل‌های مکملی شرکت کنند که به طور نامحدود پیش می‌رود. همچنین چون مشکلات خیلی خصوصی زن و شوهر مطرح می‌شود، عشاق سابق باید یاد بگیرند که چگونه با یکدیگر صحبت کنند، به یکدیگر گوش دهند و رفتارهای یکدیگر را طور دیگری تعبیر کنند و چگونه نیازهای خود را به دیگری ابراز کنند تا در نهایت به ایجاد تفاهم، صمیمیت و لذت بردن از وجود یکدیگر موفق شوند. این زوج در آخر برنامه مشاوره خانواده گروهی و در صورت لزوم در جلسات انفرادی بیاموزند که برای پایدار ماندن تفاهم، صمیمیت

به‌وجود می‌آید. بنابراین به هنگام بروز مشکل سعی می‌کنند وارد این قسمت‌های شخصیتی خود و همسرشان نشوند. در نتیجه تعداد دفعات تعارضات کم شده ولی در زمان‌هایی که کنترل از دستشان خارج شده و وارد این قسمت‌های شخصیتی خود و همسرشان می‌شوند، نمی‌توانند راه‌های گفته شده را برای پس‌راندن «والد» خود یا همسر خود، به کار برند (اردشیری لردجانی، شریفی و قاسمی، ۱۳۹۴).

یافته‌ها در مورد دو خرده مقیاس روابط فردی زوجین باخویشاوندان خود و روابط فردی زوجین با خویشاوندان همسر مبتنی بر اینکه آموزش مهارت‌های ارتباطی با استفاده از رویکرد تحلیل ارتباط متقابل به‌صورت گروهی روابط فردی زوجین با خویشاوندان خود و همچنین بر روابط فردی زوجین با خویشاوندان همسر تاثیر دارد، نتایج نشان داد که آموزش تاثیر معناداری دارد و با نتایج تحقیق امینی، امینی حسینیان، ۱۳۹۲، مبنی بر اینکه آموزش مهارت‌های ارتباطی به زوجین باعث کاهش روابط فردی زوجین با خویشاوندان خود و افزایش روابط زوجین با خویشاوندان همسر می‌شود، همسو می‌باشد.

همچنین داده‌های پژوهش در مورد خرده مقیاس‌های جلب حمایت فرزندان و جدا کردن امور مالی زوجین نشان می‌دهد که آموزش به شیوه تحلیل ارتباط متقابل با نتایج پژوهش سلامت، زمانی و الهیاری، همسو می‌باشد. این یافته همچنین با نتایج پژوهش براتی، ۱۳۷۵، همخوانی دارد. او در پژوهشی به بررسی تاثیر تعارض‌های زناشویی در قالب هفت مولفه از جمله جدا کردن امور مالی از یکدیگر بر روابط متقابل زن و شوهر پرداخت. نتیجه پژوهش او نشان داد که تعارض‌های زناشویی با جدا کردن امور مالی از یکدیگر، رابطه مثبت دارد. جعفری هرنندی، ۱۳۸۱، نیز در پژوهشی ثابت کرد که تعارض‌های زناشویی، سبب کاهش رضایت زناشویی و در نتیجه بی‌ثباتی ازدواج می‌گردد که ابعاد گسترده‌ای از جمله جدا کردن امور مالی از یکدیگر را در بر دارد. به نظر می‌رسد با توجه به اینکه در این کلاس، افراد یاد می‌گیرند که چگونه از رابطه‌های مکمل استفاده کنند تا ارتباط بهتری داشته باشند کاربرد این روش‌ها بهبود ارتباط و روش گفتگوی همسران می‌شود. در نهایت نتایج نشان داد که آموزش رفتار متقابل منجر به افزایش ارتباط موثر زوجین آموزش دیده شده است که با نتایج سلامت، زمانی و الهیاری، ۱۳۸۵، همسو



متقابل در مورد انواع نوازش‌های مثبت و کارآمد، از آن جمله گوش دادن فعال و پرهیز از سرزنش و نوازش‌های منفی، به‌علاوه تسهیل صمیمیت از طریق بیان احساسات اصیل خود با آگاهی «بالغ» و پذیرش خود و طرف مقابل، با اتخاذ وضعیت سالم «من خوب هستم - تو خوب هستی» و گریز از بازی‌های روانی، همگی می‌توانند منجر به افزایش صمیمیت، جاذبه، علاقه و میل فیزیکی بیشتر در زوجین شوند. از طرفی در شیوه تحلیل رفتار متقابل بر لزوم رابطه با دیگران بر اساس واقعیات و نیز در نظر گرفتن افراد به‌صورت واقعی و منحصر به فردشان و ایجاد نیت‌ها و انگیزه‌های مثبت نسبت به یکدیگر تاکید می‌شود. همچنین مباحث این شیوه درمانی می‌تواند به اجتناب زوجین از روابط نهفته و پنهانی نامناسب و استفاده از شیوه‌های ارتباط مکمل، از وقوع واکنش-های مبتنی بر وضعیت‌های ناسالم زندگی جلوگیری نماید (سیگار و پیرات، ۳۸، ۲۰۱۲).

به نظر برن، ۱۹۸۹، هدف تحلیل رفتار متقابل ایجاد رابطه‌ای باز و توأم با اعتماد و خلوص است. لذا می‌توان انتظار داشت که آموزه‌های تحلیل رفتار متقابل در زمینه ایجاد جو صمیمانه و گریز از بازی‌های روانی و خصوصاً پرهیز از ارائه نوازش‌های منفی و سرزنش بتواند مانع از احساس سوءنیت از جانب همسران گردد و زوجین بتوانند یکدیگر را به‌صورت انسان‌های واقعی در نظر گرفته و نیازهای همدیگر را درک نمایند و اجتناب از رفتارهای تعصب آمیز و توهم‌آمیز و پرهیز از مسدود کردن حالت‌های مختلف «من». در عوض می‌کوشند باز و دارای خلوص بوده و رابطه‌های آن‌ها بر اساس واقعیات حاضر، واقعیت اینجا و این موقع باشد (ون‌ریچیلد و ویلد، ۳۹، ۲۰۱۶).

در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که بسیاری از مشکلات زناشویی، حاصل عدم ارتباط کلامی و غیر کلامی زوجین با یکدیگر است. به بیان دیگر همان‌گونه که گریف بیان می‌کند، ارتباط موثر و کارآمد میان زن و شوهر، مهم‌ترین جنبه خانواده‌های دارای عملکرد مطلوب است؛ ولی از آنجا که ارتباط در دو سطح کلامی و غیر کلامی روی می‌دهد، یکی از دلایل اصلی اختلافات زناشویی، ناهماهنگی پیام‌هایی است که به‌طور همزمان توسط این دو سطح منتقل می‌شوند. تحلیل ارتباط محاوره‌ای با آموزش تحلیل روابط، به‌خصوص انواع روابط مکمل، متقاطع زوج‌ها را با

و لذت بردن از وجود هم باید پیوسته روی روابط متقابل خود و همسرشان کار کنند.

به طور کلی یافته‌های پژوهش در خصوص خرده مقیاس‌های تعارضات زناشویی نشان می‌دهد که در تمام موارد تفاوت معنی‌داری بین زوج‌های آموزش دیده و غیر آموزش دیده وجود دارد. بدین معنی که زوج‌های آموزش دیده توانایی بیشتری در کاهش تعارضات زناشویی نشان دادند این در شرایطی بود که قبل از آموزش تفاوت معنی‌داری بین گروه آزمایش و گروه گواه وجود نداشت. لذا می‌توان نتیجه گرفت که آموزش گروهی مهارت زوجین به روش (TA) در بالا بردن توانایی زوجین در کاهش تعارضات زناشویی مؤثر بوده است.

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که درمان تحلیل رفتار متقابل افزایش معناداری بر مولفه‌های سبک‌های عشق‌ورزی از جمله عشق رمانتیک، بازیگرانه، دوستانه و فداکارانه در گروه آزمایش داشته است.

نتایج پژوهش حاضر با یافته‌ی کرمی، ۱۳۹۵، مبنی بر اثربخشی آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای مذهب‌محور بر میزان عشق و علاقه، احترام به همسر و رضایت زناشویی، با پژوهش سودانی، مهربابی‌زاده هنرمند و سلطانی، ۱۳۹۱، مبنی بر اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش عملکرد زوج‌های ناسازگار، با پژوهش نوشادی و معتمدی، ۱۳۹۴، در راستای اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش رضایت زناشویی زنان متقاضی طلاق، با یافته‌ی سیگار^{۳۶}، ۲۰۱۳، مبنی بر اثربخشی تحلیل رفتار متقابل بر بهبود کیفیت و توانمندی آینده‌نگرانه روان‌شناسان و نهایتاً با یافته‌ی با نتایج پژوهش نیری، لطفی و نورانی^{۳۷}، ۲۰۱۴، مبنی بر تاثیر آموزش گروهی از تحلیل تبدالی بر صمیمیت زوجین همسو است.

یافته‌های پژوهش حاضر در سبک عشق‌ورزی رمانتیک با نتایج پژوهش بیات، ۱۳۸۶، که نشان داد ایماتوگرایی بر سبک عشق‌ورزی رمانتیک موثر است، همسو و در سبک‌های عشق‌ورزی شهوانی و واقع‌گرایانه نیز با نتایج مشابه در پژوهش بیات، ۱۳۸۶، که نشان داد ایماتوگرایی بر سبک‌های عشق‌ورزی شهوانی و واقع‌گرایانه زوجین معنادار نیست هم-خوان است. در مورد دلایل اثربخشی این شیوه درمانی بر سبک‌های عشق‌ورزی می‌توان بیان نمود با توجه به اینکه آموزه‌های تحلیل رفتار

38 . Ciucur & Pirvut

39 . Van Rijn & Wild

36 . Ciucur

37 . Nayeri, Lotfi & Noorani



دوره پیگیری اشاره کرد که امکان ارزیابی پایداری اثرات درمانی را محدود می‌کند. استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی نیز ممکن است موجب سوگیری در پاسخ‌ها شده باشد و دقت داده‌های به‌دست‌آمده را تحت تأثیر قرار داده باشد. همچنین، مقطعی بودن طراحی پژوهش امکان بررسی روابط علی را محدود کرده و صرفاً می‌توان درباره همبستگی میان متغیرها اظهار نظر کرد.

جامعه آماری تنها به زوج‌های ورزشکار شهر بیرجند محدود شد که این امر می‌تواند تعمیم‌پذیری یافته‌ها را کاهش دهد. همچنین، برخی متغیرهای فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی که ممکن است بر روابط زناشویی تأثیرگذار باشند، در این تحقیق کنترل نشده‌اند. علاوه بر آن، فقدان پیگیری بلندمدت برای ارزیابی ماندگاری اثرات درمان یکی دیگر از کاستی‌های پژوهش محسوب می‌شود که باید در طراحی مطالعات آینده مدنظر قرار گیرد.

با توجه به نتایج به‌دست‌آمده، استفاده از درمان تحلیل رفتار متقابل در مراکز مشاوره خانواده و روانشناسی ورزشی، به‌ویژه برای زوج‌هایی که در محیط‌های پرتنش و ساختارمند مانند دنیای ورزش زندگی می‌کنند، می‌تواند دستاوردهای قابل توجهی در کاهش تعارضات و بهبود کیفیت روابط عاطفی داشته باشد. از این رو، بسط و گسترش کاربرد این رویکرد در میان سایر گروه‌های زوجین و همچنین ارزیابی اثرات آن بر متغیرهای روان‌شناختی دیگر همچون تاب‌آوری، رضایت زناشویی و حمایت اجتماعی، می‌تواند افق‌های جدیدی را در حوزه روان‌درمانی باز کند.

در حوزه پژوهش، پیشنهاد می‌شود مطالعات آینده بر روی گروه‌های متنوع‌تری همچون زوجین ورزشکار در آستانه طلاق انجام گیرد. همچنین بررسی اثربخشی این درمان در زمینه‌های غیرزناشویی، نظیر تعاملات بین‌فردی در محیط‌های آموزشی، درمانی و سازمانی، می‌تواند دامنه کاربرد آن را گسترش دهد. استفاده از ابزارهای دقیق‌تری همچون مصاحبه‌های بالینی و روش‌های کیفی برای درک عمیق‌تر از تجربه مراجعان نیز پیشنهاد می‌شود. اجرای پژوهش‌هایی با طراحی طولی و همراه با دوره‌های پیگیری، می‌تواند به درک بهتر از پایداری اثرات درمانی کمک کند. مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل با سایر شیوه‌های مداخله و بررسی آن در جمعیت‌هایی با سطح تحصیلات

برقراری ارتباط موثر آشنا می‌سازد؛ به عبارت دیگر زوجها را به ارتباطی مناسب مجهز می‌سازد تا با تشخیص حالات من، به‌ویژه با سرخ‌های کلامی و غیرکلامی، بتواند ارتباط مناسبی را با یکدیگر برقرار کنند.

با آموزش رفتار تحلیل متقابل، افراد در موقعیت‌های احتمالی تعارض‌زا، به‌خوبی و با نظارت «بالغ» تقویت شده‌ی خود، موقعیت را اداره کرده و شرایط را برای برقراری روابط سازنده فراهم سازند (پروچاسکا و نوروکراس، ۱۳۹۳). ارتباط خوب همسران، آن‌ها را قادر می‌سازد تا نیازها و علایق خود را با هم درمیان گذارند و از عهده حل مشکلات و مسائل گریزناپذیر در خانواده برآیند. فقدان مهارت‌های ارتباطی لازم، امکان چنین عملکردی را از خانواده زوجین سلب می‌کند و روابط صمیمی آن‌ها را به رابطه‌ای موازی و بدون صمیمیت بدل می‌سازد. تحلیل ارتباط محاوره‌ای با بهبود ارتباطات زوجین باعث می‌شود که همسران نیازهایشان را مطرح کنند یا در ارتباط با یکدیگر به نیازهایشان پی ببرند؛ در صورت عدم وجود مهارت‌های ارتباطی مناسب، زوجین به راه‌حل مناسبی برای دستیابی به نیازهایشان نمی‌رسند. این امر موجب شکل‌گیری استرس، ناکامی، سرخوردگی، خشم و درنهایت دلزدگی و کاهش کیفیت زندگی می‌شود (کوپلاند و بorman، ۲۰۱۲).

تاکید این نظریه بر تقویت «بالغ» به‌عنوان مسئول اجرایی شخصیت که علاوه بر آثار شناختی، رفتاری و هیجانی موثر آن منجر به افزایش بهبود مهارت‌های حل مساله و مهارت‌های هیجانی، اصلاح عملکردهای شناختی و افزایش خودافشاسازی و صمیمیت و در عین حال افزایش تفرد و تحقق خویشتن و نیز کمک برای رسیدن به استقلال و خود رهبری و مسولیت‌پذیری می‌گردد و شیوه‌های دسترسی به بالغ وحدت یافته و خودمختاری، رهاشدن از پیش‌نویس‌های ناکارآمد و توانمند-سازی زوجین برای پاسخ‌گویی این زمانی و این مکانی به موقعیت‌ها را به ارمغان می‌آورد. همچنین زوجین از طریق فهم و شناخت پیش‌نویس زندگی می‌توانند آسیب‌های اولیه را بهبود بخشیده، خود را از صحنه‌های قدیمی دوران کودکی رهایی بخشند. با انجام این عمل زوجین امکان می‌یابند به تمام منابعی که در اختیار دارند، تجهیز شوند.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی همراه بوده است که باید در تفسیر یافته‌ها مدنظر قرار گیرند. از جمله این محدودیت‌ها، می‌توان به فقدان



تمامی اصول اخلاقی در این پژوهش رعایت شده است.

حامی مالی:

این تحقیق هیچ گونه کمک مالی از سازمان، ارگان یا دانشگاهی دریافت نکرده است.

مشارکت نویسندگان:

تمامی نویسندگان در تمامی مراحل مشارکت داشتند.

تعارض منافع:

بنابر اظهار نویسندگان تعارض منافع ندارد.

پایین‌تر یا سنین خارج از بازه ۲۰ تا ۴۵ سال، نیز از جمله مسیرهای پیشنهادی برای پژوهش‌های آینده است.

در مجموع، یافته‌های این تحقیق تأکید می‌کنند که رویکرد تحلیل رفتار متقابل، با تمرکز بر اصلاح الگوهای رفتاری و ساختارهای شخصیتی، می‌تواند به عنوان یکی از روش‌های کارآمد در بهبود روابط زناشویی و ارتقاء سبک‌های سالم عشق‌ورزی، به‌ویژه در بافت خاص زوج‌های ورزشکار، مورد استفاده قرار گیرد.

ملاحظات اخلاقی:

پیروی از اصول اخلاقی پژوهش:

References:

Abdolmaleki S. (2008). Indisasters of love failure, journtal hygiene, 26: 23-50.

Abzhang, M. (2010). *Always Be Happy* (Z. Chelongar, Trans.). Tehran, Iran: Nowandish.

Adibrad, N., & Adibrad, M. (2005). Examining communicative beliefs related to marital boredom and attitudes in women seeking divorce and those wishing to continue married life. *Quarterly Journal of New Findings and Research in Counseling*, 13(180).

Afrouz, G. (2000). *Psychology of Relationships*. Tehran, Iran: Nadar.

Ahmadi A. (2010). *To evaluate the effectiveness of behavior analysis on the concept of cross-city high school students of Khomeini*. University of Zahra: Tehran.

Ahmadi, K., Nabipoor, S. M., Kimiaee, S. A., & Afzali, M. H. (2010). *Effect of family problemsolving on marital satisfacation*. *Journal of Applied Sciens*, 10(8): 682-687.

Akbari, I., Pour-Sharifi, H., Azimi, Z., Fahimi, S., & Amiri Pichaklayi, A. (2012). The effectiveness of transactional analysis group therapy on

increasing satisfaction, adjustment, positive emotions, and intimacy among couples with emotional divorce experience. *Family Counseling and Psychotherapy*, 2(4).

Alāi, P., & Karami, A. (2007). Development and norming of the Love Story Scale and its relation to marital satisfaction [Master's thesis, Allameh Tabataba'i University].

Alimardāni, S., Bāghbān, I., Fatehī-zādeh, M.-S., & Jalālī, M. (2010). Comparing the effectiveness of mediation and family counseling processes on reducing conflicts among couples attending family courts in Isfahan. *Applied Sociology*, 21(2), 137-168.

Amini, M., Amini, Y., & Hosseinian, S. (2013). Effectiveness of group training in couples' communication skills using a transactional analysis (TA) approach on reducing marital conflicts. *Quarterly Journal of Family Counseling and Psychotherapy*, 3(3).

Amirkhani, M. (2016). Effectiveness of mindfulness-based cognitive therapy on marital conflicts of patients infected with HIV/AIDS. *Urmia Medical Journal*, 27(3), 198-207.

Ardehshiri Lordjani, F., Sharifi, T., & Ghasemi, M. (2015). Evaluating the effectiveness of transactional



- analysis training on marital conflicts among couples in Isfahan. In *Proceedings of the First International Comprehensive Congress of Psychology of Iran*. Tehran, Iran.
- Ardeshiri Lordjani, F., Sharifi, T., & Ghasemi, M. (2017). Evaluating the effectiveness of transactional analysis training on couples' love styles in Isfahan. In *Conference on Novel Research in Psychology and Educational Sciences, Law, and Social Sciences in Iran and the World*.
- Asadi Shishehgaran, S., Qamari-Kivi, H., & Sheikh-al-Islami, A. (2016). The effect of communication skills training on constructive and destructive conflict resolution styles in engaged couples. *Applied Counseling Biannual*, 6(1), 77-88.
- Ashnelli, L. (2001). *The Secret of a Successful Marriage* (N. Saberi, Trans.). Tehran, Iran: Aghbal.
- Atkinson, R., Nolen-Hoeksema, S., Bem, D., Smith, E., & Atkinson, R. (2017). *Hilgard's Foundations of Psychology* (R. Zamani, M. Beyk, B. Birashk, M. N. Baraheni, & M. Shahraray, Trans.). Tehran, Iran: Roshd.
- Azizī, P. (2007). Examining the effect of group training using the conversational-transactional analysis method on reducing marital conflicts [Master's thesis, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran].
- Bala Rostami, M. (2006). *Romantically*. Tehran, Iran: Golphoroush.
- Barati, T. (1996). The effect of marital conflicts on reciprocal husband-wife relationships [Master's thesis, Islamic Azad University, Roudehen Branch].
- Batlani, S. (2008). Examining the effect of attachment-style training on sexual intimacy and marital satisfaction among couples in Isfahan [Master's thesis, University of Isfahan].
- Bayat, M. (2007). The effect of imago therapy on couples' love styles in Isfahan [Master's thesis, University of Isfahan].
- Beck, A. (2008). *Love Is Never Enough* (M. Gharache Daghi, Trans.; 15th ed.). Tehran, Iran: Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Isfahan.
- Behzadifard, S. (2017). *Transactional Analysis (TA) Made Simple*. Tehran, Iran: Ma Va Shoma.
- Berk LE. (2008). *Developmental psychology: from adolescence to adulthood (Volume 2)*. Translated by Seid Mohammadi, Y. Tehran: Arasbaran;
- Berne, E. (1994). *Transactional Analysis* (E. Fasih, Trans.). Tehran, Iran: Fakhtheh.
- Bernstein, P. H., & Bernstein, M. C. (2010). *Marital therapy from a behavioral-communicational perspective* (S. H. P. Abedi Naeini & G. R. Manshiee, Trans.). Tehran, Iran: Roshd.
- Buscaglia, L. (1994). *Born for Love* (H. Ansari Fard, Trans.). Tehran, Iran: Alborz.
- Carlson, J., Sprey, L., & Lewis, J. (2009). *Family Therapy: Ensuring Effective Treatment* (S. Navabinejad, Trans.). Tehran, Iran: Parents and Teachers Association.
- Chapman, A. (2007). *Eric Berne's transactional analysis parent adult child model, theory and history article [On-line]*. Available: <http://www.Businessballs.com/transact.html>
- Christensen, A. & Shenk, I. (1991). *Communication conflict and psychological distance*. *Journal of Clinical Psychology*, 17(1): 342-354.
- Ciucur D, Pirvut AF. (2012). *The effects of a transactional analysis training programme on happiness and quality of life in married people*, *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 33:667-671.
- Ciucur D.A. (2013). *Transactional Analysis Group Psychotherapy Programme for Improving the Qualities and Abilities of Future Psychologists* *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 78: 576-580.



- Copeland P & Borman CA. (2012). *The Effects of Transactional Analysis Training on Students*, Transactional Analysis Journal, 14(4): 121-334.
- Cramer, K. M. Collins, K. A. and Singleton Jackson, J. A. (2005). *Love Styles and Self-Silencing in Romantic Relationships*. Guidance & Counseling, 20, (3), 139-146.
- Danesh, E. (2010). Effectiveness of the conversational approach in increasing marital adjustment of maladjusted couples. *Family Research*, 6(23), 373-391.
- Danesh, E. (2011). The effect of Islamic self-awareness on increasing marital adjustment. *New Findings and Research in Counseling*, 3(11), 8-30.
- Edlati A. Redzuan M. (2010). *Perception of women towards family values and their marital satisfaction*. J American Science 6: 132-137.
- Erfani, M. (2016). Relationship between attitudes toward love and marital satisfaction among personnel of the Special Police Unit of North Khorasan. *Police Studies*, 3(11), 105-118.
- E'temadi, A. (2005). The effectiveness of a psychoeducational approach based on cognitive-behavioral and communication therapy on intimacy of couples referred to counseling centers in Isfahan [Doctoral dissertation, Tarbiat Modares University]. Tehran, Iran.
- Falāḥatī, L. (2001). The role of love in family formation: A sociological study of cultural and social factors affecting spouse selection based on love among single university students [Master's thesis, Islamic Azad University, Tehran North Branch].
- Farahbakhsh, K. (2006). Examining love dimensions based on the triangular theory of love in four groups: engaged, newlywed, married, and parents [Master's thesis, University of Tehran].
- Farahbakhsh, K., & Shafi'-Abadi, A. (2006). Love dimensions based on the triangular theory of love in four groups: engaged, newlywed, married, and parents. *Knowledge and Research in Applied Psychology*, 8(30), 1-20.
- Farshad, B., Fatehī-Zādeh, M.-S., Ahmadi, S. A., Molavi, H., & Bahrami, F. (2011). The effect of spouse communication skills training on reducing marital conflicts among discordant couples seeking divorce. *Clinical Psychology and Counseling*, 1(1), 59-70.
- Feiz-Manesh, B., & Yarahmadi, Y. (2017). Examining the relationship between locus of control and self-efficacy with marital conflicts among students. *Journal of Disability Studies*, 7.
- Fournier, L. L. (2006). *The Triology of Love* (H. Ebrahimi, Trans.). Tehran, Iran: Nasl-e Noandish.
- Gottman, J., & Silver, N. (2014). *The Seven Principles for Making Marriage Work* (M. Gharache Daghi, Trans.). Tehran, Iran: Asim.
- Hajloo, N., Alizadeh-Gouradel, J., Ghotbi, M. R., & Delavar-Ghavam, S. (2013). Comparison of love dimensions by marriage duration among married women and men. *Quarterly Journal of Family Counseling and Psychotherapy*, 4(1).
- Halford, K. (2005). *Short-Term Couples Therapy* (M. Tabrizi, Trans.). Tehran, Iran: Fararavan.
- Halford, K. (2016). *Short-Term Couples Therapy* (M. Tabrizi, M. Kardani, & F. Jafary, Trans.). Tehran, Iran: Faravan.
- Hansson, K. & Lundblad, A.M (2006). *Couple therapy effectiveness of treatment and long term follow up*. Journal of Family Therapy, 28(2), 136- 152.
- hapman, A. (2007). *Eric Berns's transactional analysis parent adult child model, theory and history article [on-line]*. available: [http: //businessballs.com/ transact.html](http://businessballs.com/transact.html)
- Hasani-Padram, R. (2010). Norming of the Prakas Marital Satisfaction Scale and its relation to attachment styles [Master's thesis, Allameh Tabataba'i University].
- Hedayati Dana, S., & Saberi, H. (2014). Predicting marital satisfaction based on love styles



- (intimacy, passion, commitment) and anxiety. *Family Research*, 10(40), 511–527.
- Hefazi Torghabeh, M., Firouzabadi, A., & Haqshenas, H. (2006). Examining the relationship between components of love and marital satisfaction. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, 16(54), 99–109.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (1989). *Research on love: does it measure up?* Journal Of Personality & Social Psychology, 56, 784- 794.
- Horowitz, J. S. (2011). *Family Therapy and Transactional Analysis* (M. Tabrizi, E. Ziarati, & R. Karimi, Trans.). Tehran, Iran: Danjeh.
- Hosseini, F., & Sanaei-Zaker, B. (2005). Comparing parents' marital conflict with that of their married children. *New Ideas in Educational Research*, 1(4), 79–96.
- Hosseini-Haji-Bekandeh, N., Navabinejad, S., & Kia-Manesh, A. (2016). Effectiveness of the Allinson Gestalt model on resilience and marital conflicts of couples. *Family Psychology*, 3(1), 47–58.
- Jafari Harandi, S. (2002). Examining the relationship between marital conflicts and marital instability (tendency toward divorce) in young women in Isfahan [Master's thesis, University of Isfahan, Faculty of Educational Sciences and Psychology].
- Jameson, R. (1999). *Romantic Love* (B. Emadian, Trans.). Tehran, Iran: Tavus.
- Jane, R. (2002). *Attachment and marital quality: changes in the first year of marriage*. University Of California, Losangeles.
- Javadi, B., Hosseinian, S., & Shafi'-Abadi, A. (2009). Effectiveness of conversational transactional analysis training for mothers on improvement of their family functioning. *Family Research*, 20, 503–517.
- Jenabadi, H. (2011). Effectiveness of marital counseling on reducing marital conflicts of parents of children with intellectual disabilities referred to the Behzisti Counseling Center in Zahedan in May 2010. *Journal of Psychology of Exceptional Individuals*, 1(4).
- Joaning, H. (2009). *The long term effects of the couple communication program*. Journal of Marital & Family Therapy, 8 (4), 463- 468.
- Johnsson R. (2011). *Transactional analysis psychotherapy: Three Methods Describing a Transactional Analysis Group Therapy [Doctoral dissertation]*. Department of Psychology, Lund University. 5-75.
- Jung, C. (2007). *Theoretical Principles and Method of Jungian Analytical Psychology* (F. Rezaei, Trans.). Tehran, Iran: Arjmand.
- Kakia, L. (2007). *Love and Marriage*. Tehran, Iran: Parents and Teachers Association.
- Karami, A., & Alāi-Kalajāhī, P. (2008). *Love Story Scale*. Tehran, Iran: Psychometrics.
- Karami, M. (2016). Effectiveness of religion-centered conversational-transactional analysis training on love, respect, and marital satisfaction. In *Proceedings of the Fourth National Conference on Counseling and Mental Health*, Quchan, Iran: Islamic Azad University, Quchan Branch.
- Karimian, N., Karimi, Y., & Bahmani, Y. (2011). Examining the relationship between mental health dimensions and guilt feelings with marital commitment in married individuals. *Quarterly Journal of Family Counseling and Psychotherapy*, 1(2).
- Kececi, A., & Tasocak, B. G. (2009). *Nurse faculty members ego states: Transactional analysis approach*. Journal Nurse Education Today, 29, 746- 752.
- Khalili, M. (2008). Conflict in the family and its influencing factors [Master's thesis, Alzahra University].
- Kong, S. S. (2005). *A marital-relationship enhancement program for couples: Randomized controlled*



- trail.USA, Department of nursing, soonchunhyang university, chonan city, Korea. kongsun@sch.ac.kr. 35, 991-995.
- Kunkel, A. and Burleson, B. (2003). *Relational Implications of Communication Skill Evaluations and Love Styles*. The Southern Communication Journal, 68, (3), 181-197.
- Lank, L. A., & Yank, M. E. (2017). *Counseling and Therapy for Marital Problems* (A. M. Nazari, J. Khodadadi, & K. Namvaran, Trans.). Tehran, Iran: Avaye Noor.
- Levin, T., Krystyna, S., & Hee, S. (2006). *Love styles and communication in relationships: partner preferences, initiation, and intensification*. Communication Quarterly, 54, 265-275.
- Maslow, A. H. (1988). *Motivation and Personality* (A. Rezvani, Trans.). Mashhad, Iran: Cultural Deputy, Astan Quds Razavi.
- Mazāheri, A. A. (1999). *Youth and Spouse Selection* (10th ed.). Tehran, Iran: Parsian.
- Mazaheri, M., Zehrakar, K., Shākerami, M., Dāvarnia, R., & Abdullah-zādeh, A. (2016). The effect of communication enrichment program on reducing marital conflicts in dual-earner couples. *Iranian Nursing*, 29(102), 32-44.
- Mortezavi, M., Bakhshayesh, A., Fatehī-Zādeh, M.-S., & Emāmi-Niyā, S. (2013). The relationship between sexual hypoactivity and marital conflicts in women residing in Yazd. *Urmia Medical Journal*, 24(11), 913-921.
- Mousavi, A.-S. (2013). *Premarital Counseling: An Applied Perspective*. Tehran, Iran: Mehr Kavian.
- Mousavi, S. F. (2016). Examining interactions, conflict-resolution styles, and marital quality: A trend analysis based on age and marriage duration. *Quarterly Journal of Cultural and Educational Studies of Women and Family*, 10(34).
- Murakami, M., Matsuno, T., Koike, K., Ebana, S.H., Hanaoka, K., Katsura, T. (2009). *Transactional analysis and happiness promotion in life, Psychosomatic Medicine — Proceedings of the 18th World Congress on Psychosomatic Medicine*, held in Kobe, Japan, between 21 and 26 August 2009.
- Namni, E., Abbasi, F., & Zarei, A. (2015). Predicting marital commitment based on love styles and communicative beliefs. *Social Welfare*, 16(60).
- Nayeri A, Lotfi M, Noorani M. (2014). *The Effectiveness of Group Training of Transactional Analysis on Intimacy in Couples*. Procedia- Social and Behavioral Sciences, 152(7): 1167-1170.
- Nowshādi, S., & Mo'tamedi, H. (2015). Effectiveness of group transactional analysis training on increasing marital satisfaction. *Social Welfare*, 15(57), 73-94.
- Pato, M. (2002). Self-perception and attitudes related to love [Master's thesis, Shahid Beheshti University].
- Peterson, R., & Green, S. (2009). *Families First Keys to Successful Family Functioning: Family Roles-Home Virginia Cooperative Extension*. Retrieved August 11, 2013, from <http://pubs.ext.vt.edu/350/350-093/350-093.html>.
- Pour-Mohseni Kolouri, F. (2015). Gender differences in attachment styles and personality traits in predicting love styles of students. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*, 6(1), 17-32.
- Pour-Sharifi, H., Peyrovi, H., Taramian, F., Zarani, F., & Vaaar, M. (2005). Examining the mental health of first-year students in the 2004-2005 academic year at universities under the Ministry of Science, Research, and Technology. In *Proceedings of the Second National Seminar on Student Mental Health*.
- Prochaska, J. M., & Norcross, J. C. (2014). *Psychotherapy Theories* (Y. S. Mohammadi, Trans.). Tehran, Iran: Ravan.



- Prochasska J O, Norcross C. (2006). *Psychotherapy theories*. 4ed. New York: Springer publication.
- Qamarānī, A., & Jafar Tabataba'i, S. S. (2006). Romantic relationships of Iranian couples and their relation to marital satisfaction. *New Findings in Counseling Research*, 5(17), 95–109.
- Qamarī, M. (2009). Examining the effectiveness of short-term couples therapy in reducing marital conflicts. *Family Research*, 5(19), 347–359.
- Rahimi, L., Validipak Khushrooyi, M., & Ghaderi, N. (2014). Comparison of marital satisfaction across attachment styles among residents of Marivan. *Zango Journal of Medical Sciences, Kurdistan University of Medical Sciences*, 19–28.
- Rajai, A. (2007). Examining different attachment styles and marital satisfaction. *Developmental Psychology (Iranian Psychology)*, 3(12).
- Ramazani, F., Belali, S., & Panahi, A. (2014). Comparison of marital commitment and attachment in monogamous and polygamous couples. In *Proceedings of the First National Conference on Sustainable Development in Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Studies* (pp. –). Tehran, Iran: Mehr Arvand Institute of Higher Education.
- Rezapour, R., Zakeri, M. M., & Ebrahimi, L. (2017). Predicting narcissism, perception of social interactions, and marital conflicts based on social network use. *Family Research*, 13(50), 197–214.
- Roshani, F. (2011). Comparing the effectiveness of emotion-focused therapy and rational-emotive behavior therapy in increasing marital adjustment [Master's thesis, Ferdowsi University of Mashhad].
- Rosse RB. (1999). *The love trauma syndrome: free yourself from the pain of a broken*. Perseus Publishing, a Member of the Perseus Books Group.
- Rostami, M., Abolghasemi, A., & Narimani, M. (2013). Effectiveness of quality-of-life improvement therapy on psychological well-being of maladjusted couples. *Quarterly Journal of Family Counseling and Psychotherapy*, 3(1), 105–124.
- Sadeghi, M., Ahmadi, S. A., Bahrami, F., E'temadi, A., & Pour-Seyed, S. R. (2012). The effect of transactional-analysis-based training on love styles of married couples. *Cognitive and Behavioral Sciences*, 3(2), 71–84.
- Safaei, M. (2010). Youth and love: The impact of social context on conceptualizing romantic relationships. *Women's Studies*, 9(2).
- Safaei, M. (2011). The impact of social context on conceptualizing romantic relationships. *Social-Psychological Studies of Women*, 9(2), 81–104.
- Salamat, M., Zamani, A. R., & Elahyari, T. (2006). The effect of communication skills training using transactional analysis (TA) on reducing marital conflicts. *Applied Psychology*, 1(3).
- Sanaei, B. (1996). Marriage: Motivations, pitfalls, and well-being. *Journal of Educational Research*, 4(9), 14–28.
- Sanaei, B. (2017). *Family and Marriage Assessment Scales*. Tehran, Iran: Be'sat.
- Sanaei-Zaker, B. (1999). The role of original families in their children's marriages. *New Findings in Counseling Research*, 1(1–2), 21–46.
- Shafi Abadi A, Naseri GH. (2009). *Theories of counseling and psychotherapy*. Tehran: Nashr Publications.
- Shafi'-Abadi, A., & Naseri, G. (2018). *Theories of Counseling and Psychotherapy*. Tehran, Iran: University Publishing Center.
- Shafi'-pour, S.-Z., Sadegh, R., Jafary-Asl, M., & Kazem-Nezhad, L. (2016). Aggression in different attachment styles among adolescents. *Comprehensive Nursing and Midwifery*, 25(81), 55–64.
- Shafiee-Nia, A. (2002). Examining the effect of conflict-resolution skills training on improving



- reciprocal husband–wife relations [Master's thesis, Allameh Tabataba'i University].
- Shamloo, S. (1989). *Schools and Theories in Personality Theory*. Tehran, Iran: Roshd.
- Shamlou, S. (2015). *Mental Health*. Tehran, Iran: Roshd.
- Shokrallah-zadeh, M., & Madani, Y. (2016). The role of identity styles and love styles in predicting marital satisfaction. *Biannual Journal of Pathology, Counseling, and Family Enrichment*, 2(1), 79–89.
- Sotoudeh, H. (1999). *Social Pathology*. Tehran, Iran: Avaye Noor.
- Soudani, M., Mehrabzadeh-Honarmand, M., & Soltani, Z. (2012). Effectiveness of transactional analysis training on improving functioning of maladjusted couples. *Counseling and Psychotherapy*, 2(3).
- Sprecher, S. (2002). *Romantic Beliefs: their influence on relationship and patterns of change over time*. Journal of social and personal relationship.
- Sternberg, R. J. (2005). *The Story of Love: A New Perspective on Male–Female Relationships* (A. A. Bahrami, Trans.). Tehran, Iran: Javaneh Roshd.
- Sternberg, R. J. (2007). *The Story of Love: A New Perspective on Male–Female Relationships* (A. A. Bahrami, Trans.). Tehran, Iran: Javaneh Roshd.
- Stewart L, Joines, V. (2009). *Today: A new introduction to transactional analysis*. 3 ed. North Carolina: Lifespace Publication: 2009.
- Stewart, I. (2008). *Transactional Analysis* (B. Dadgestar, Trans.). Tehran, Iran: Dayereh.
- Stewart, I. (2011). *Therapeutic Steps in Transactional Analysis (TA)* (E. Ziarati Nasr & R. Mirkamali, Trans.). Tehran, Iran: Zehn-Aviz.
- Stewart, I., & Joines, V. (2017). *TA Today: A New Introduction to Transactional Analysis* (B. Dadgestar, Trans.). Tehran, Iran: Dayereh.
- Street, E. (2015). *Family Counseling: Theory and Practice in the Systemic Approach* (M. Tabrizi & A. Alavania, Trans.). Tehran, Iran: Faravan.
- Ta'i, S., Nisi, A.-K., & Attari, Y. (2012). Effectiveness of group imago therapy (communication therapy) training on love attitudes of couples attending the Ahvaz Oil Counseling Center. *New Findings in Psychology*, 7(23), 37–48.
- Taghiyar, Z. (2013). Examining the relationship between marital commitment and love styles with marital intimacy [Master's thesis, University of Hormozgan].
- Taghizadeh, Z. (2014). The relationship between love styles and sexual relationship with marital conflicts among couples in Shiraz [Master's thesis, Islamic Azad University, Marvdasht Branch].
- Tarami, A. (2004). The relationship between attachment styles and types of love in married students. [Master's thesis, Islamic Azad University, Roudehen Branch].
- Torkan, H. (2006). Examining the effectiveness of group therapy using transactional analysis on marital satisfaction of couples in Isfahan [Master's thesis, University of Isfahan].
- Torkan, H., Kalantari, M., & Molavi, H. (2006). Examining the effectiveness of group therapy using transactional analysis on marital satisfaction. *Family Research*, 2(8), 383–403.
- Van Rijn B, & Wild C. (2016). *Comparison of Transactional Analysis Group and Individual Psychotherapy in the Treatment of Depression and Anxiety Routine Outcomes Evaluation in Community Clinics*. Transactional Analysis Journal January, 46(1): 163-74.
- Worthington EL, Jr. (2005). *Hope-Focused Marriage Counseling Recommendations for Researchers, Clinicians and Church workers*. Journal of Psychology and Theology; 31(3): 231-9.



Yahya-Abadi, H. (2010). *You Are Good: A Window on Life with Transactional Analysis*. Tehran, Iran: Naqsh-e Negin.

Yang, X., Zhu, L., Chen, Q., Song, P., & Wang, Z. (2016). *Parent marital conflict and Internet addiction*

among Chinese college students: The mediating role of father-child, mother-child, and peer attachment. Computers in Human Behavior, 59, 221-229.



پژوهشنامه جامعه‌شناختی ورزش