

The effect of problem solving training with emphasis on choice theory on couples communication patterns

تأثیر آموزش حل مسئله مبتنی بر نظریه انتخاب بر الگوهای ارتباطی زوجها

Hossien Keshavarze Afshar

University of Allame Tabatabai. Ph.D Student.

Masoud Asadi

University of Tarbiat Moallem. M.A.

ZahraJehanbakhshi

University of Allame Tabatabai. M.A. Student.

Mehdi Khasmohammadi

University of U.P.M. Ph.D Student.

حسین کشاورز افشار

دانشجوی دکتری دانشگاه علامه طباطبایی

مسعود اسدی*

کارشناس ارشد دانشگاه تربیت معلم تهران

زهرا جهان‌بخشی

دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبایی

مهدی خاص محمدی

دانشجوی دکتری دانشگاه U.P.M مالزی

Abstract

The purpose of the present research was to investigate the effect of problem solving training with emphasis on basic needs of choice theory on couple's communication patterns. The research method was two groups quasi-experiment with pretest- posttest, and the statistical population was the couple's residence in Karaj city, among them 12 couples (6 couples in control group and 6 couples in experimental group) were selected via voluntarily sampling method, and were randomly assigned into experimental and control groups. The assessment tool was Communication Patterns Questionnaire (Christensen & Sullaway, 1984) and data were analyzed using analysis of covariance. The results showed that there was significant difference between experimental and control group in communication patterns such as constructive, mutual avoidance, total of withdrawal /demand, demand male/withdrawal female and demand female/withdrawal male ($P < 0/05$).

Keywords: problem-solving, basic needs, communication patterns, couples.

چکیده

این پژوهش با هدف تعیین تأثیر آموزش حل مسئله با تأکید بر نیازهای بنیادین نظریه انتخاب بر الگوهای ارتباطی زوجها اجرا شد. روش پژوهش نیمه‌آزمایشی دو گروهی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون و جامعه آماری شامل کلیه زوجها شهر کرج بودند که از میان آنها ۱۲ زوج (۶ زوج در گروه آزمایش و ۶ زوج در گروه گواه) به روش نمونه‌گیری داوطلبانه انتخاب شدند و به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند. ابزار سنجش شامل پرسشنامه الگوهای ارتباطی (کریستنسن و سلاوی، ۱۹۸۴) بود و داده‌ها از طریق تحلیل کوواریانس تحلیل شد. یافته‌ها نشان داد که تفاوت معناداری بین گروه آزمایش و گواه در الگوهای ارتباطی سازنده، اجتناب متقابل، اجتناب متقابل، توقع / کناره‌گیری کلی، توقع مرد/کناره‌گیر زن و توقع زن / کناره‌گیر مرد وجود دارد ($P < 0/05$).

واژه‌های کلیدی: حل مسئله، نیازهای بنیادین، الگوهای ارتباطی، زوجها.

* نویسنده مسئول؛ قزوین، خیابان شهید دستغیب، سازمان آموزش و پرورش استان قزوین، پست الکترونیک (رایانامه): masoudasadi_fc@yahoo.com

مقدمه

رضایت‌بخش با خود و دیگران است (هافستتler و همکاران، ۲۰۰۴). نیاز به آزادی به هدایت راه و روش زندگی، انتخاب گزینه‌های دلخواه، آزادی بیان، همکاری با فرد دلخواه، ادامه به شغل یا فعالیت دلخواه و آزاد و رها بودن از ناراحتی‌های جسمانی یا روانی نظیر ترس، فشار روانی، بی‌حرمتی و یکنواختی، اطلاق می‌گردد (اروین، ۲۰۰۳؛ فری و ویلهیت، ۲۰۰۵). و بالاخره نیاز به قدرت، منزلت، احترام، مورد قدردانی قرار گرفتن از طرف دیگران، به حساب آمدن، نفوذ داشتن، لذت از رقابت، ترس از آسیب‌پذیری، تلاش کردن و مطرح بودن به دلیل موفقیت را شامل می‌گردد (هافستتler و همکاران، ۲۰۰۴).

یادگیری این پنج نیاز بدون ناکام کردن دیگران باعث ایجاد شادی در فرد می‌گردد. در واقع تأمین این نیازها محرک رفتارهای کارآمد هستند و می‌توان آنها را به صورت مستمر در روابط زوج‌ها به کار گرفت (فری و ویلهیت، ۲۰۰۵). این نیازها در افراد به لحاظ شدت و قوت متفاوت‌اند و این تفاوت‌ها به بروز اشکالاتی در روابط منجر می‌شود. از طرف دیگر ناهمخوانی در نیازها به صورت مشکل جلوه‌گر می‌شود و زوج‌ها را مجبور می‌سازد تا راه‌حلی برای این مسئله بیابند، ولی اغلب اوقات زوج‌ها به این مسئله بی‌توجه می‌شوند و از عادات مخربی مانند سرزنش، گلايه، شکایت، تهدید و تنبیه استفاده می‌کنند (مارکمن، رهودز، اسکات، ریگان و ویتون، ۲۰۱۰). در پژوهش‌های سالهای اخیر درک و برآورد این پنج نیاز اساسی به‌عنوان راهی برای بهبود کیفیت زندگی و رفتار زوج‌ها مورد تأیید و تأکید قرار گرفته است (هاروی و رتر، ۲۰۰۲؛ فری و ویلهیت، ۲۰۰۵).

به اعتقاد گلاسر (۲۰۰۰)، علت ناموفق بودن اکثر زوج‌ها تفاوت در شدت نیازهای بنیادین آنهاست. اگر زوج‌ها درک کنند که تحت تأثیر پنج نیاز اساسی خود هستند و با به‌کارگیری نظریه انتخاب از ابتدای زندگی مشترکشان برای ارضای این نیازها تلاش کنند، در بهبود روابط زناشویی آنها پیشرفت چشمگیری ایجاد خواهد شد. به‌عبارت دیگر، هدف اصلی نظریه انتخاب این است که به زوج‌ها آموزش دهد تا به نیازهای اساسی خود و همسرشان آگاهی یابند و تلاش کنند که انتخاب‌های مناسب‌تری داشته باشند (براون و استوارت، ۲۰۰۵). آموزش حل مسئله به شیوه نیازهای بنیادین نظریه انتخاب همراه با ساختار روشن و با تمرکز بر مشکلات کنونی

بر پایه نظر اغلب اندیشمندان و صاحب‌نظران عرصه ازدواج، این پدیده به‌عنوان رسمی مهم در اغلب جوامع (مداتیل و بنشف، ۲۰۰۸) مستلزم برقراری ارتباط مؤثر و کارآمد است (کاراهان، ۲۰۰۷). در حمایت از این موضوع بسیاری از پژوهش‌ها نشان داده‌اند ارتباط زناشویی کارآمد پیش‌بینی‌کننده قوی کیفیت زناشویی (لدبتر، ۲۰۰۹) و در مقابل ارتباط زناشویی ناکارآمد سرچشمه عمده نارضایتی است (گلاسر، ۱۳۸۵؛ گاتمن، ۱۹۹۳). بر همین پایه می‌توان گفت مشکلات ارتباطی شایع‌ترین و مخرب‌ترین مشکلات در ازدواج‌های شکست خورده هستند (نظری، ۱۳۸۶؛ گارمن، ۲۰۰۸؛ یالسین و کاراهان، ۲۰۰۹)، چرا که الگوهای ارتباطی ناکارآمد، موجب می‌شود مسائل مهم زندگی مشترک، حل نشده باقی بمانند و منبع تعارض تکراری در بین زوج‌ها شوند (هالفورد، ۱۳۸۷؛ زانگ، ۲۰۰۷). در حوزه روان‌شناسی و مشاوره ازدواج گفته می‌شود که زوج‌ها برای بهبود روابط و الگوهای ارتباطشان نیازمند کمک متخصصان هستند (بولتون، ۱۳۸۶). از سوی دیگر ارتباط زناشویی، گسترده‌ترین مورد در برنامه‌های مداخله‌ای است که تا به حال اجرا شده است (بلانچارد، ۲۰۰۸). روش‌های گوناگونی برای آموزش و تغییر الگوهای ارتباطی وجود دارد که یکی از آنها، آموزش روش حل مسئله با تأکید بر نیازهای بنیادین نظریه انتخاب گلاسر^۱ است.

در نظریه انتخاب بر پنج نیاز اساسی انسان تأکید می‌شود. این نیازها درونی، جهانشمول، پویا و همخوان با یکدیگرند (لوید، ۲۰۰۵) و شامل بقا، عشق، قدرت، آزادی و تفریح^۲ (گلاسر، ۱۳۸۵) می‌شوند. نیاز به بقا شامل نیاز جسمانی انسان، زنده ماندن و تولید مثل و نیاز به امنیت است (فری و ویلهیت، ۲۰۰۵). این نیاز علاوه بر خوردن و نیرو داشتن، شامل احساس امنیت، آمادگی برای حوادث غیرمترقبه، محافظه‌کاری، توجه به سلامت فردی، ارتقای وضعیت فردی، برنامه‌ریزی برای آینده و سختکوشی در انجام وظایف محوله می‌شود (هافستتler، میمز و تامپسون، ۲۰۰۴). نیاز به تفریح شامل لذت بردن، شادی کردن، خندیدن، بازی کردن و داشتن اوقات فراغت می‌شود (اروین، ۲۰۰۳). نیاز به عشق شامل صمیمیت فردی، توجه به سلامتی دیگران، تلاش برای آشنا شدن با دیگران، روابط نزدیک با دوستان، احساس راحتی در کنار خانواده و روابط مناسب و

1. education problem solving method with emphasis on basic needs of Glasser's choice theory

2. Survival

4. Power

6. fun

3. love

5. freedom

یاری می‌کند. مهارت‌های ارتباطی در واقع رفتارهایی را شامل می‌شود که نگهدارنده ازدواج و پیوند زناشویی هستند (سانفورد، ۲۰۱۰). از این رو انجام پژوهش‌ها و مداخلات بالینی برای برقراری الگوهای ارتباطی کارآمد در بین زوج‌ها ضروری به نظر می‌رسد. با این حال پژوهش‌های انجام شده در مراکز علمی نشان می‌دهد که این شیوه تاکنون کمتر در ایران مورد بررسی علمی قرار گرفته است. به همین دلیل هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش حل مسأله با تأکید بر نیازهای بنیادین نظریه انتخاب بر الگوهای ارتباطی زوج‌ها در نظر گرفته شد تا از این طریق بستر و زمینه به‌کارگیری این شیوه در میان روان‌شناسان و مشاوران در ایران فراهم شود.

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه؛ روش پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح دو گروهی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون^۶ بود که طی آن آموزش حل مسأله به‌عنوان متغیر مستقل^۷ و الگوهای ارتباطی زوج‌ها به‌عنوان متغیر وابسته^۸ در نظر گرفته شد. جامعه آماری شامل کلیه زوج‌های داوطلب گهردشت شهرستان کرج در سال ۱۳۸۶ بودند، که از میان آنها، ۱۲ زوج با توجه به ملاک‌هایی نظیر دارا بودن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم، گذشت حداقل یک سال از ازدواج، شرکت هر دو در جلسات و نداشتن اعتیاد و سوء مصرف مواد (اسپری، ۲۰۰۴؛ گارمن، ۲۰۰۸)، به شیوه نمونه‌گیری داوطلبانه^۹ انتخاب شدند. از این تعداد ۶ زوج به‌صورت تصادفی در گروه آزمایش و ۶ زوج در گروه گواه قرار گرفتند. از آنجایی که در گروه‌های مشاوره و روان‌درمانی بهتر است اندازه گروه بیش از ۱۰ تا ۱۲ نفر نباشد (ثنایی، ۱۳۸۳)، تعداد اعضای گروه‌ها را در پژوهش حاضر می‌توان مناسب دانست. در گروه آزمایش ۵۰ درصد از شرکت‌کنندگان بین ۲۵ تا ۲۸ سال، ۳۳/۳ درصد بین ۲۹ تا ۳۲ سال و ۱۶/۷ درصد بین ۳۳ تا ۳۸ سال داشتند. در گروه گواه نیز ۵۰ درصد از شرکت‌کنندگان بین ۲۵ تا ۲۸ سال، ۴۱/۱۷ درصد بین ۲۹ تا ۳۲ سال و ۸/۳ درصد بین ۳۳ تا ۳۸ سال داشتند. ۶ نفر از شرکت‌کنندگان گروه آزمایش و گواه (۳ نفر در گروه آزمایش و ۳ نفر در گروه گواه) را مرد و ۶ نفر از شرکت‌کنندگان هر دو گروه (۳ نفر در گروه آزمایش و ۳ نفر در گروه گواه) را زنان تشکیل دادند. در زوج‌های گروه

مراجعان، تاکنون در درمان‌های فردی و گروهی (گروه‌درمانی^۱، زوج‌درمانی^۲ و خانواده‌درمانی^۳) مورد استفاده قرار گرفته است (لوید، ۲۰۰۵). در این نوع درمان هم جنبه رفتاری و هم جنبه شناختی وجود دارد. مؤلفه رفتاری شامل طراحی تکالیف ویژه برای کمک به مراجعان به منظور حل مشکلاتشان و مؤلفه شناختی شامل نشان دادن این نکته است که مراجعان در حصار مشکلاتشان نیستند، بلکه می‌توانند گام‌های عملی و مؤثری را برای حل مشکلاتشان بردارند و بر مشکلات غلبه نمایند (نزو، ۲۰۰۴؛ گلاس، ۱۳۸۵). شواهد پژوهشی نشان می‌دهند که این روش برای حل مشکلات و بهبود روابط زوج‌ها مؤثر بوده است. جکوبسون (۱۹۷۷) در اولین تلاش‌ها در این حوزه توانست گروهی مرکب از ۱۰ زوج درمانده^۴ را به شیوه آموزش حل مسأله درمان کند. همچنین توانست تغییرات مثبتی را با به‌کارگیری روش حل مسأله در ۴ زوج از ۶ زوجی که درمان‌دگی شدید داشتند، ایجاد نماید. برنشتاین، آنتون، هاروکسی، ولترین، مسین تایری و همکار (۱۹۸۱) نیز تأثیر ترکیب برنامه حل مسأله را با آموزش مهارت‌های ارتباطی در کاهش درماندگی زناشویی مورد تأیید قرار دادند. همچنین وینسنت، ویز و بریچلر (۱۹۹۰) اهمیت آموزش مهارت‌های حل مسأله را برای زوج‌ها به تفصیل بیان کردند. این پژوهشگران دریافتند که زوج‌های درمانده نسبت به زوج‌های غیردرمانده^۵، رفتارهای حل مشکل مثبت را کمتر و رفتارهای حل مشکل منفی را بیشتر بروز می‌دهند. در ایران نیز شیرالی (۱۳۸۶) در پژوهشی نشان داد که آموزش ارتباط بر الگوهای ارتباطی و بهتر شدن احساس مثبت نسبت به همسر، تأثیر دارد. همچنین غفاری، قنبری هاشم‌آبادی و آقا محمدیان شعراف (۱۳۸۷) در پژوهشی نشان دادند که روان‌درمانی گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب بر افزایش رضایت زناشویی زوج‌ها مؤثر است.

در جمع‌بندی مبانی نظری و پژوهشی ارائه شده می‌توان گفت آموزش حل مسأله بر مبنای نیازهای بنیادین نظریه انتخاب می‌تواند به زوج‌ها کمک کند تا مشکلات ارتباطی خود را به شیوه مؤثری حل نمایند و از زندگی مشترک لذت بیشتری ببرند. از سوی دیگر درک مشترک الگوهای ارتباطی بین زوج‌ها در واقع همان روشن‌سازی تعاملات زناشویی مثبت است که زوج‌ها را در دریافت و رشد مهارت‌های ارتباطی

1. group therapy
3. family therapy
5. Unhappiness
7. independent variable
9. voluntarily

2. couple therapy
4. helpless
6. pretest and posttest
8. dependent variable

کرده و در مورد روایی پرسشنامه، همبستگی بین خرده‌مقیاس‌های این پرسشنامه را با پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ^۹ به ترتیب برابر با ۰/۵۸، ۰/۵۸، ۰/۳۵ و ۰/۷۴ گزارش کرده است. در پژوهش حاضر پایایی خرده‌مقیاس‌های این پرسشنامه برحسب آلفای کرونباخ برای الگوی ارتباط سازنده متقابل، ارتباط اجتناب متقابل، توقع زن/کناره‌گیر مرد، توقع مرد/کناره‌گیر زن و توقع/کناره‌گیر کل به ترتیب برابر با ۰/۷۰، ۰/۵۰، ۰/۴۵، ۰/۷۵ و ۰/۵۶ به دست آمد. یک نمونه از سوالات این پرسشنامه بدین شرح است: من و همسر من از بحث در مورد مشکل دوری می‌کنیم.

روش اجرا و تحلیل: در اولین مرحله اجرای پژوهش اعضای گروه آزمایش و گواه قبل از شروع جلسات آموزش حل مسئله (برای گروه آزمایش) به سؤالیهای پرسشنامه الگوهای ارتباطی به‌عنوان پیش‌آزمون پاسخ دادند. سپس زوج‌های گروه آزمایش در ۶ جلسه آموزش ۱۲۰ دقیقه‌ای (هر هفته یک جلسه) حل مسئله با تأکید بر نیازهای بنیادین نظریه انتخاب شرکت کردند. یک هفته بعد از آخرین جلسه آموزش، از دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد. جلسات گروه را که متخصصان و استادان درمان خانواده دانشگاه بر طبق یک برنامه از پیش تعیین شده (برنامه‌ای که قبل از شروع جلسات آموزش تهیه شده بود) و با استفاده از مبانی نظری و درمانی نظریه انتخاب (گلاسر، ۲۰۰۰؛ و بولدینگ، ۲۰۰۰) و آموزش حل مسئله (دابسون، ۲۰۰۱؛ متیو، کاترین و جوانی، ۲۰۰۵؛ سوزان، کیت و راجل، ۲۰۰۶)، تنظیم کرده بودند، در این پژوهش به این شرح اجرا گردید: **جلسه اول:** خوشامدگویی به اعضا، معرفی رهبر گروه به اعضا و اعضا به یکدیگر، بررسی اهداف، مروری بر ساختار جلسات و قوانین اصلی، تعیین اهداف مشترک با همکاری رهبر و اعضا و فهرست کردن مشکلات اعضا. **جلسه دوم:** مرور تکالیف و مباحث جلسه قبل با همکاری اعضا و ارائه بازخورد و توضیح در مورد نیازهای فردی و تأثیر آن بر روابط زناشویی و درخواست از اعضا مبنی بر صحبت هر زوج با هم. در این شرایط هر یک از زوج‌ها به مدت ۲۰ دقیقه با همسرشان درباره پنج نیاز بنیادی صحبت و بحث کردند و نتیجه را به گروه ارائه دادند. در نهایت تعیین تشابه‌ها و اختلاف‌ها در مورد نیازها به‌عنوان تکلیف انجام شد. **جلسه سوم:** مرور تکالیف و مباحث

آزمایش و گواه، ۳ زوج کمتر از ۴ سال و ۳ زوج نیز ۴ سال و بیشتر از ازدواجشان گذشته بود. در هر دو گروه ۴۱/۷ درصد از زوج‌ها مدرک تحصیلی کمتر از لیسانس و ۵۸/۳ درصد مدرک تحصیلی لیسانس و بالاتر داشتند.

ابزار سنجش

پرسشنامه الگوهای ارتباطی (CPQ):^۱ برای اندازه‌گیری الگوهای ارتباطی زوج‌ها از پرسشنامه ۳۵ سؤالی با مقیاس پاسخگویی ۹ درجه‌ای (اصلاً امکان ندارد = ۱ تا خیلی امکان دارد = ۹) که کریستنسن و سالووی (۱۹۸۴) تهیه و آماده اجرا کردند استفاده شد. این پرسشنامه رفتار زوج‌ها را در مراحل سه‌گانه تعارض زناشویی، شامل: الف) هنگامی که مشکلی در روابط زوج‌ها به وجود می‌آید، ب) مدت زمانی که درباره مشکل ارتباطی بحث می‌شود و ج) بعد از بحث راجع به مشکل ارتباطی و در سه خرده‌مقیاس الگوی ارتباط سازنده متقابل^۲، الگوی ارتباط اجتناب متقابل^۳ و الگوی ارتباط توقع/کناره‌گیر^۴ مورد سنجش قرار می‌دهد. خرده‌مقیاس الگوی ارتباط توقع/کناره‌گیر خود از دو بخش، شامل مقیاس توقع مرد/کناره‌گیر زن و مقیاس توقع زن/کناره‌گیر مرد تشکیل شده است. نمره بالا در مقیاس سازنده متقابل، بیانگر ارتباط مناسب و نمره‌های پایین نشان‌دهنده ارتباط نامناسب است، اما نمره بالا در دو مقیاس ارتباط توقع/کناره‌گیر و اجتناب متقابل، نشان‌دهنده ارتباط نامناسب و نمره پایین نشان‌دهنده ارتباط مناسب است. نولر و وایت^۵ (۱۹۹۰، به نقل از رسولی، ۱۳۸۰) و هیوی، لارسون، زومتوبل و کریستنسن^۶ (۱۹۹۶، به نقل از شرفی، ۱۳۸۲) شواهد قابل تکیه‌ای در باب روایی ملاکی^۷ و سازه^۸ این پرسشنامه ارائه کرده‌اند. کریستنسن و هیوی (۱۹۹۰، به نقل از رسولی، ۱۳۸۰) و هیوی و همکاران (۱۹۹۳، به نقل از رسولی، ۱۳۸۰) پایایی خرده‌مقیاس‌های این پرسشنامه را با روش آلفای کرونباخ از ۰/۵۰ تا ۰/۷۸ گزارش نمودند. این پرسشنامه را عبادت‌پور (۱۳۷۹) در ایران ترجمه و آماده اجرا کرده است. این پژوهشگر آلفای کرونباخ را برای خرده‌مقیاس‌های ارتباط سازنده متقابل، ارتباط اجتناب متقابل، توقع زن/کناره‌گیر مرد، توقع مرد/کناره‌گیر زن و ارتباط توقع/کناره‌گیر به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۷۱، ۰/۵۱، ۰/۵۲ و ۰/۶۶ گزارش

۱. Communication Pattern Questionnaire

۳. mutual avoidance of communication pattern

۵. Noller & White

۷. criterion validity

۹. Enriching & Nurturing Relationship Issues, Communication Happiness

۲. mutual constructive of communication pattern

۴. withdrawal /demand of communication pattern

۶. Heavey, Larson, Zumtobel & Christensen

۸. construct validity

جدول ۱- آزمون کولموگورف - اسمیرنف برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیر	مقدار آماره کولموگورف - اسمیرنف (Z)	P
سازنده متقابل	۰/۶۳۲	۰/۸۱۹
اجتناب متقابل	۰/۷۶۸	۰/۵۹۷
توقع / کناره‌گیر کل	۰/۳۶۷	۰/۹۹۹
توقع مرد / کناره‌گیر زن	۰/۴۹۳	۰/۹۶۸
توقع زن / کناره‌گیر مرد	۰/۴۵۴	۰/۹۸۶
سازنده متقابل	۰/۸۳۶	۰/۴۸۷
اجتناب متقابل	۰/۹۵۴	۰/۳۲۳
توقع / کناره‌گیر کل	۱/۰۹۲	۰/۱۸۴
توقع مرد / کناره‌گیر زن	۰/۷۹۲	۰/۵۵۷
توقع زن / کناره‌گیر مرد	۰/۹۶۱	۰/۳۱۴

جدول ۲- آزمون لوین برای بررسی مفروضه همگنی واریانس‌ها

متغیر	مقادیر مربوط به آماره لوین	
	P	F
سازنده متقابل	۰/۳۳۱	۰/۹۹۰
اجتناب متقابل	۰/۰۹۳	۳/۰۷۴
توقع / کناره‌گیر کل	۰/۰۸۲	۳/۱۲۶
توقع مرد / کناره‌گیر زن	۰/۱۷۲	۲/۱۶۰
توقع زن / کناره‌گیر مرد	۰/۳۷۲	۰/۹۲۱

چنانکه در جدول ۲ مشاهده می‌شود، مقدار F برای تمام متغیرها در پس‌آزمون معنادار نیست ($P > 0/05$). بنابراین مفروضه همگنی واریانس‌ها در همه متغیرها تأیید می‌شود. بررسی شیب

جلسه قبل با همکاری اعضا و ارائه بازخورد. معرفی روش حل مسأله به صورت اشتراکی به اعضا و شروع اولین مرحله از درمان حل مسأله و ارائه پرسش به اعضا از جانب رهبر. جلسه چهارم: مرور تکالیف و مباحث جلسه قبل با همکاری اعضا و ارائه بازخورد. اجرای مرحله دوم درمان حل مسأله، ترغیب اعضا به ارائه راه‌حل و درخواست از اعضا برای انجام رفتاری مشخص یا فکر کردن در مورد رفتاری خاص و سپس کار بر روی تغییر آن رفتار یا فکر، در نظر گرفتن راه‌حل‌های متفاوت برای یک نیاز و انتخاب و انجام آنچه که برایشان احساس خوبی به همراه دارد. جلسه پنجم: مرور تکالیف و مباحث جلسه قبل با همکاری اعضا و ارائه بازخورد. توضیح به اعضا در مورد اجرای نقشه و عمل. تعیین تغییرات مورد نظر اعضا، برنامه‌ریزی و توافق درباره نحوه انجام تغییرات مورد نظر، گرفتن تعهد کتبی از اعضا برای انجام فعالیت‌های برنامه‌ریزی شده. و بالاخره جلسه ششم: مرور تکالیف و مباحث جلسه قبل با همکاری اعضا و ارائه بازخورد. ارزیابی فعالیت‌های انجام شده و برآورد میزان موفقیت آنها. این جلسات را یکی از متخصصان درمان خانواده و ازدواج اجرا و اداره کرده است.

داده‌های حاصل از اجرای پژوهش از طریق تحلیل کوواریانس^۱ و با استفاده از بسته آماری برای علوم اجتماعی نسخه ۱۵^۲ تحلیل گردید. در تحلیل کوواریانس، ارائه آموزش حل مسأله مبتنی بر نظریه انتخاب به‌عنوان متغیر مستقل، امتیازات الگوهای ارتباطی در پس‌آزمون به‌عنوان متغیر وابسته و امتیازات الگوهای ارتباطی در پیش‌آزمون به‌عنوان متغیر کمکی^۳ (همراه) در نظر گرفته شدند. برای استفاده از روش تحلیل کوواریانس ابتدا پیش‌فرض‌های آن، یعنی مستقل بودن، نرمال بودن، همگنی واریانس‌ها، همگنی شیب رگرسیون و خطی بودن بررسی شدند. برای بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون کولموگورف - اسمیرنف^۴ و برای بررسی مفروضه همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین^۵ استفاده شد. نتایج نشان‌دهنده رعایت و برقراری همه پیش‌فرض‌ها برای انجام تحلیل کوواریانس بود. نتیجه آزمون کولموگورف - اسمیرنف و آزمون لوین در جدول ۱ و ۲ آمده است.

چنانکه در جدول ۱ مشاهده می‌شود، توزیع تمامی متغیرها در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون نرمال است ($P > 0/05$).

1. analysis of covariance

3. covariate variable

5. Levene's test

2. Statistical Package for Social Science- Version15 (SPSS15)

4. Kolmogorov-Smirnov Test

یافته‌ها رگرسیون‌ها نیز نشان داد که بین گروه‌ها و پیش‌آزمون تعامل وجود ندارد. پس از بررسی و تأیید مفروضه یکسانی واریانس‌ها و مفروضه یکسانی شیب رگرسیونی، مستقل بودن گروه‌ها مورد توجه است که چون آزمودنی‌ها در دو گروه آزمایش و گواه به‌صورت تصادفی جایگزین شده‌اند، این مفروضه هم مورد تأیید است.

جدول ۳- میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش و گواه در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

پس‌آزمون		پیش‌آزمون		گروه	خرده‌مقیاس‌های الگوهای ارتباطی
SD	M	SD	M		
۱/۸۳	۱۷/۵۸	۲/۹۲	۱۲/۱۷	گروه آزمایش	سازنده متقابل
۲/۲۷	۱۲/۹۱	۲/۶۱	۱۱/۴۱	گروه گواه	
۱/۰۶	۸/۲۵	۱/۸۷	۱۱/۳۳	گروه آزمایش	اجتناب متقابل
۲/۰۷	۱۲/۵۰	۲/۶۷	۱۲/۲۵	گروه گواه	
۱/۳۷	۷/۶۷	۳/۳۰	۱۵/۵۰	گروه آزمایش	توقع / کناره‌گیر کل
۲/۴۱	۱۵/۰۰	۵/۲۹	۱۳/۷۵	گروه گواه	
۱/۲۲	۸/۵۰	۳/۶۰	۱۷/۱۷	گروه آزمایش	توقع مرد/کناره‌گیر زن
۳/۵۶	۱۸/۶۷	۴/۸۲	۱۶/۰۰	گروه گواه	
۰/۹۸	۶/۸۳	۲/۷۹	۱۳/۸۳	گروه آزمایش	توقع زن/کناره‌گیر مرد
۱/۳۱	۱۱/۳۳	۵/۱۳	۱۱/۵۰	گروه گواه	

جدول ۴- نتایج تحلیل کوواریانس برای بررسی تفاوت بین گروه‌های پژوهش در خرده‌مقیاس‌های الگوهای ارتباطی

F	متغیرهای چهارگانه پژوهش	SS	df	MS	F	P	مجذور سهمی اتا	توان آزمون
۱	سازنده متقابل	۱۰۹/۴۸	۱	۱۰۹/۴۸	۴۰/۶۳	۰/۰۰۰	۰/۶۶	۱/۰۰۰
۲	اجتناب متقابل	۸۵/۷۹	۱	۸۵/۷۹	۴۷/۰۵	۰/۰۰۰	۰/۶۹	۱/۰۰۰
۳	توقع / کناره‌گیر کل	۴۰۸/۳۳	۱	۴۰۸/۳۳	۴۹/۹۷	۰/۰۰۰	۰/۷۰	۱/۰۰۰
۴	توقع مرد/کناره‌گیر زن	۳۲۴/۹۷	۱	۳۲۴/۹۷	۵۴/۳۶	۰/۰۰۰	۰/۸۶	۱/۰۰۰
۵	توقع زن/کناره‌گیر مرد	۹۶/۴۶	۱	۹۶/۴۶	۲۳/۰۶	۰/۰۰۱	۰/۷۲	۰/۹۹

بحث

نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که آموزش حل مسئله با تأکید بر نیازهای بنیادین نظریه انتخاب بر الگوی ارتباط سازنده متقابل تأثیر دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های جکوبسون (۱۹۷۷)، برنشتاین و همکاران (۱۹۸۱) و وینست و همکاران (۱۹۹۰) هماهنگ است. علت همسو بودن یافته‌های پژوهش حاضر با پژوهش‌های پیشین را می‌توان استفاده از چهارچوب

چنانکه در جدول ۴ مشاهده می‌شود، بین میانگین دو گروه در هر یک از خرده‌مقیاس‌های الگوهای ارتباطی، تفاوت معناداری ($P < ۰/۰۱$) وجود دارد. این نتیجه بدان معناست که آموزش حل مسئله مبتنی بر نظریه انتخاب، بر هر یک از خرده‌مقیاس‌های الگوهای ارتباطی زوج‌ها در شرکت‌کنندگان گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون مؤثر بوده است.

کنارگیری نشان‌دهندهٔ اصرار یک زوج برای ایجاد تنوع و تغییر یا بحث در مورد مسأله و خودداری زوج دیگر از تعامل است (گارمن، ۲۰۰۸)، با آموزش روش حل مسأله زوج‌ها درمی‌یابند که نیازهای متضادی دارند و بر این اساس به جای عقب‌نشینی در روابط درصدد یافتن راه‌حلی برای آن برمی‌آیند.

بالاخره نتیجهٔ دیگر حاصل از این پژوهش اینکه آموزش حل مسأله بر الگوی ارتباطی توقع مرد/کناره‌گیر زن و الگوی ارتباطی توقع زن/کناره‌گیر مرد مؤثر بوده است. در تبیین این یافته می‌توان گفت در این دو الگوی ارتباطی یکی از زوج‌ها سعی می‌کند به وسیلهٔ انتقاد کردن، غر زدن یا پیشنهاد تغییر دادن، دیگری را وارد بحث دربارهٔ مشکل نماید، در حالی که دیگری سعی می‌کند، بحث را تمام نماید و با تغییر دادن موضوع بحث از آن اجتناب کند و ساکت باقی بماند. همچنین در این الگوها یکی از زوج‌ها با فشار، انتقاد و توقع به دنبال نزدیکی بیشتر و یا کناره‌گیری و حالت تدافعی است (عبادت‌پور، ۱۳۷۹). لذا به نظر می‌رسد آموزش حل مسأله باعث می‌شود تا زوج‌ها به مسؤلیت‌های خویش در قبال تغییرات آگاه شوند و به‌جای کناره‌گیری و توقع از طرف مقابل درصدد سازگاری با آنها برآیند. علاوه بر آن ماهیت حل مشکل به‌گونه‌ای است که زوج‌ها باید به‌جای انتقاد و کناره‌گیری درصدد راه‌حلی برای مشکلات باشند که در نهایت هر دو احساس رضایت کنند. این امر باعث کاهش رفتارهای منفی مانند توقع / کناره‌گیری می‌گردد.

در نتیجه‌گیری پایانی می‌توان گفت نتایج پژوهش حاضر نشان داد آموزش حل مسأله با تأکید بر نیازهای بنیادین نظریهٔ انتخاب بر الگوهای ارتباطی زوج‌ها مؤثر است. به نظر می‌رسد که این شیوه می‌تواند علاوه بر نقش درمانی، نقش پیشگیرانه و رشدی نیز داشته باشد. بنابراین با آموزش روش حل مسأله به خانواده‌ها می‌توان از بروز الگوهای ارتباطی ناسالم در آنها جلوگیری کرد. بر همین اساس این شیوه را می‌توان به‌عنوان یک مداخلهٔ مؤثر به زوج‌درمانگران و متخصصان درمان خانواده پیشنهاد داد. با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر برگزاری دوره‌های تخصصی و بازآموزی با استفاده از نظریهٔ انتخاب و روش حل مسأله به مشاوران و روان‌شناسان خانواده پیشنهاد می‌گردد. همچنین برپایی نشست‌های تخصصی برای خانواده‌ها در تلویزیون، ممکن است به ارائهٔ راهکارهایی برای بهبود نیازهای بنیادین خانواده‌ها منجر شود. همچنین با توجه به نتایج این پژوهش پیشنهاد می‌گردد که پژوهش‌هایی با همین موضوع، ولی با تعداد جلسات بیشتر انجام شود. علاوه بر آن لازم است در پژوهش‌های آینده میزان تأثیر این روش بر سایر ابعاد روابط زناشویی مانند تعارض، سازگاری و رضایت

برنامهٔ حل مسأله در قالب گروه دانست. در تبیین این یافته می‌توان گفت همان‌طور که نزو (۲۰۰۴) اظهار داشته، استفاده از جهت‌گیری حل مسأله باعث می‌شود تا افراد مشکلات را به‌صورت یک چالش ببینند و بدون اینکه دچار فشار روانی شدید شوند، مشکلات روزمره خود را حل کنند. همچنین می‌توان گفت لازمهٔ حل مسأله بر مبنای نیازهای بنیادین، بحث و گفت‌وگوی متقابل دربارهٔ مشکلات به‌وجود آمده است. از سویی دیگر، الگوی ارتباط سازندهٔ متقابل در روابط زوج‌ها، نوعی الگوی ارتباطی است که در آن زن و شوهر سعی کنند در مورد مشکل و مسأله‌ای که در حین ارتباط برای آنها به‌وجود می‌آید، بحث و گفت‌وگو کنند، احساساتشان را نسبت به هم ابراز و راه‌حلی برای مشکلاتشان پیدا نمایند (سانفورد، ۲۰۱۰).

نتیجهٔ دیگر این پژوهش اینکه آموزش حل مسأله با تأکید بر نیازهای بنیادین نظریهٔ انتخاب بر الگوی ارتباط اجتناب متقابل و الگوی توقع/کناره‌گیر تأثیر داشت، به‌طوری که در گروه آزمایش بعد از دریافت مهارت‌های حل مسأله تغییر معناداری در الگوهای اجتناب و الگوی توقع/کناره‌گیر به‌وجود آمد. این یافته هماهنگ با پژوهش‌های جکوبسون (۱۹۷۷)؛ برنشتاین و همکاران (۱۹۸۱)؛ وینسنت و همکاران (۱۹۹۰)؛ شیرالی (۱۳۸۶) و غفاری و همکاران (۱۳۸۷) است. در تبیین این یافته می‌توان گفت با توجه به اینکه الگوی ارتباط اجتناب متقابل، نوعی الگوی ارتباطی است که طی آن زن و شوهر سعی می‌کنند که از بحث کردن در مورد مشکل اجتناب نمایند و از برقراری ارتباط با یکدیگر خودداری کنند (عبادت‌پور، ۱۳۷۹)، با آموزش شیوهٔ حل مسأله، آنها می‌توانند در مورد راه‌حل‌های سازنده‌تر مشکلات خود به جای اجتناب، مذاکره کنند (نزو، ۲۰۰۴؛ گلاسر، ۱۳۸۵). از سویی دیگر مشخص ساختن مسائل باعث می‌شود به جای آنکه زوج‌ها از مشکلات اجتناب کنند و بر آنها سرپوش بگذارند، درصدد حل آنها برآیند. بُعد مهم دیگر برای تبیین این یافته رفتار مسؤولانه‌ای است که در آموزش‌ها بر آن تأکید گردید. این کار نیز باعث می‌گردد تا زوج‌ها به مسؤولیت خویش در قبال یکدیگر توجه کنند و رفتار مسؤولانه‌ای را در پیش بگیرند. از طرف دیگر زوج‌هایی که جهت‌گیری منفی دربارهٔ مسأله دارند از روش‌های مقابلهٔ ناکارآمد استفاده می‌کنند که این امر نتایج ناخوشایندی برای آنها در پی دارد. چرا که استفاده از روش‌های مقابلهٔ ناکارآمد عامل تهدیدکنندهٔ سلامتی است و با هیجان‌های منفی نظیر اضطراب و افسردگی همراه است. همین امر در نهایت اجتناب و کناره‌گیری از مقابله با مسأله را به همراه می‌آورد (نزو، ۲۰۰۴). در تبیینی دیگر می‌توان گفت، از آنجا که الگوی ارتباطی توقع/

هالفورد، ک. (۱۳۸۷). زوج درمانی کوتاه مدت. ترجمه مصطفی تبریزی، مزده اردکان و فاطمه جعفری. چاپ دوم، تهران: انتشارات فراروان. (سال انتشار اثر به زبان اصلی ۲۰۰۱).

Bernstein, P.H., Anton, B., Harowski, K.J., Weltzien, R.T., McIntyre, T.J., & Hocker, J. (1981). Behavioral – communications treatment of marital discord: positive behaviors. *Behavioral Counseling Quarterly*, 1, 189-201.

Blanchard, V. L. (2008). Does marriage and relationship education improve couples' communication? A meta-analytic study. *Unpublished MA Thesis, Brigham Young University*.

Brown, T., & Stuart, S. (2005). Identifying basic needs: the contextual need assessment. *International Journal of Reality Therapy*, 24, 7-10.

Christensen, A., & Sullaway, M. (1984). Communication Patterns Questionnaire. Unpublished Questionnaire, University of California, Los Angeles.

Dobson, S.K. (2001). *Handbook of cognitive behavioral therapies*. New York: Guilford Press.

Ervin, J. (2003). Giving students what they need. *British Journal of Guidance & Counseling*, 34(4), 143-156.

Frey, L.M., & Wilhite, K. (2005). Our five basic needs: Application for understanding the function of behavior. *Journal of Intervention in School and Clinic*, 40(3), 156-160.

Glasser, W. (2000). *Counseling with choice therapy: The new reality therapy*. New York: Harper-Collins.

Gottman, J.M. (1993). The roles of conflict engagement, escalation and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 1, 6-15.

Gurman, A.S. (2008). *Clinical handbook of couple therapy*. New York: The Guilford Press.

Harvey, V.S., & Retter, K. (2002). Variations by gender between children and adolescents on the four basic psychological needs. *International Journal of Reality Therapy*, 21(2), 33-36.

Huffstetler, B. C., Mims, S. H., & Thompson, C. L. (2004). Getting together and staying together: testing the compatibility of the need – strength profile and the basic needs survey. *International Journal of Reality Therapy*, 3(2), 14-20.

Jacobson, N.S. (1977). Problem solving and contingency contracting in the treatment of marital discord. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 45, 92 – 100.

زناشویی و بهبود الگوهای ارتباطی مورد بررسی قرار گیرد. این پژوهش محدودیت‌هایی نیز داشته است. از جمله اینکه گروه نمونه را زوج‌ها تشکیل می‌دهند، تعمیم نتایج به تمامی اقشار و گروه‌ها باید با احتیاط صورت بگیرد. همچنین در این پژوهش تنها به بررسی تأثیر آموزش حل مسأله مبتنی بر نظریه انتخاب بر الگوهای ارتباطی زوج‌ها پرداخته شده، بنابراین نتایج فقط در جهت شناسایی تأثیر مداخلات مبتنی بر آن رویکرد بر الگوهای ارتباطی زوج‌ها حایز اهمیت است.

منابع

بولتون، ر. (۱۳۸۶). روان‌شناسی روابط انسانی. ترجمه حمیدرضا سهرابی. چاپ چهارم، تهران: انتشارات رشد. (سال انتشار اثر به زبان اصلی ۱۹۸۷).

ثناپی، ب. (۱۳۸۳). روان‌درمانی و مشاوره گروهی. چاپ چهارم، تهران: انتشارات چهر.

رسولی، م. (۱۳۸۰). رابطه بین الگوهای ارتباطی زن و شوهران دانشجوی دانشگاه تهران و الگوهای ارتباطی والدین آنها. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، تهران، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تربیت معلم.

شرفی، ع. (۱۳۸۲). رابطه بین الگوهای ارتباطی زناشویی و سلامت روان معلمان زن دوره ابتدایی و همسران آنها در شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، تهران، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تربیت معلم.

شیرالی، خ. (۱۳۸۶). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر الگوهای ارتباطی و احساسات مثبت نسبت به همسر در زوج‌های شهر اهواز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، اهواز، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران.

عبادت‌پور، ب. (۱۳۷۹). هنجاریابی پرسشنامه الگوهای ارتباطی زناشویی در شهر تهران در سال ۷۹-۷۸. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، تهران، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تربیت معلم.

غفاری، ف.، قنبری هاشم‌آبادی، ب.ع.، و آقامحمدیان شعرفاف، ح.ر. (۱۳۸۷). مقایسه اثربخشی روان‌درمانی گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب و درمان انگیزشی نظام‌مند در افزایش رضایت زناشویی. مطالعات تربیتی و روان‌شناسی، ۲۹(۲)، ۷۸-۶۵.

گلاسر، و. (۱۳۸۵). نظریه انتخاب: روان‌شناسی نوین آزادی فردی. ترجمه مهرداد فیروزبخت. چاپ اول. تهران: مؤسسه خدمات فرهنگی رسا. (سال انتشار اثر به زبان اصلی ۱۹۹۸).

نظری، ع.م. (۱۳۸۶). مبانی زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی. چاپ اول، تهران: نشر علم.

- Karahan. T.F. (2007). The effects of a couple communication program on conflict tendency among married passive couples. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7 (2), 845-858.
- Ledbetter, M.A. (2009). Family communication patterns and relational maintenance behavior: Direct and mediated association with friendship closeness. *Human Communication Research*, 35(1), 130-147.
- Loyd, B.D. (2005). The effects of reality therapy /choice theory high school students' perception of needs satisfaction and behavioral change. *International Journal of Reality Therapy*, 25(1), 5-9.
- Madathil. J., & Benshoff, J. (2008). Importance of marital characteristics and marital satisfaction: A comparison of Asian Indians in arranged marriages and Americans in marriages of choice. *The Family Journal*, 16(3), 222-230.
- Markman, H.J., Rhoades, G.K., Scott, M.S., Ragan, E.P., & Witton, S.W. (2010). The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 24(3), 289-298.
- Matthew, D.J., Catherin, L.C., & Joanne, D. (2005). Problem-solving skills & affective expressions as predictors of change in marital satisfaction, *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 73, 1-15.
- Nezu, A.M . (2004). Problem solving and behavior therapy revisited. *Behavior Therapy*, 35, 1-33.
- Sanford. K. (2010). Assessing conflict communication in couples comparing the validity of self-report, partner-report, and observer ratings. *Journal of Family Psychology*, 24(2), 165-174.
- Sperry. L.(2004). *Assessment of couples and families: Contemporary and cutting-edge strategies* .New York: Brunner-Rutledge.
- Susan, J.C., Keith, S.D., & Rachel, M. (2006). Marital problem solving behavior in depression and marital distress. *Journal of Abnormal Psychology*, 115, 20-38.
- Vincent, J.P., Weiss, R.L., & Birchler, G.R. (1990). A behavioral analysis of problem solving in distress and nondistressed married and stranger dyads. *Behavior Therapy*, 6, 475- 487.
- Wubbolding, R.E .(2000). *Reality therapy for the 21st century*. Muncie, IN: Accelerated Development ,Taylor & Francis.
- Yalcin, M.B., & Karahan, F. (2009). *The effect of couple communication program on passive conflict tendency among married couples*. Department of Educational Sciences, 55139 Kuruplit/ Samsun, Turkey, 845- 858.
- Zhang. Q. (2007). Family communication patterns and conflict styles in Chinese parent – child relationships. *Communication Quarterly*, 55,113-128.