

Effectiveness of Parental Group Training Through Using Satir's Family Therapy Approach on Family Emotional Conditions

Hadis Rashidinejad. M.A.

Science & Research Branch, Islamic Azad University

Mostafa Tabrizi. Ph.D

University of Allameh Tabatabaie Tehran

Abdollah shafiabadi. Ph.D.

University of Allameh Tabatabaie Tehran

Abstract

The purpose of this study was to investigate the effectiveness of parental group training using Satir's family therapy approach on family emotional conditions. It was a semi-empirical study including pre and post tests with a control group. Statistical population included all female students in secondary schools, district 2 in Kerman in 2011-2012. 30 students were selected among population with cluster multi-stage random sampling method and they were placed randomly in two equal experimental (15 person) and control groups (15 person). In order to gather data, a questionnaire of family emotional condition was used, it was developed by Hilburn, 1964. At first, the pre test was implemented on both groups, then parents of the experimental group were trained during 8 sessions, in 90 minutes and no intervention was used for the control group, after training was finished, post test was implemented on both groups. The obtained data using the SPSS-19 software was analyzed through covariance analysis. Results showed that there was a significant effect in parental group training using Satir's family therapy approach on the improvement of family emotional condition ($P < 0.001$).

Keywords: Parents' Training, Satir's Family Therapy Approach, Family Emotional Condition.

اثربخشی آموزش گروهی والدین با رویکرد خانواده‌درمانی ستیر بر جو عاطفی خانواده

حدیث رشیدی نژاد*

کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران

مصطفی تبریزی

استادیار گروه مشاوره دانشگاه علامه طباطبایی تهران

عبدالله شفیق‌آبادی

استاد گروه مشاوره دانشگاه علامه طباطبایی تهران

چکیده

هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش گروهی والدین با رویکرد خانواده‌درمانی ستیر بر جو عاطفی خانواده بود. این پژوهش از نوع نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه انجام شد. جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی ناحیه ۲ شهر کرمان در سال تحصیلی ۹۰-۹۱ بودند. نمونه پژوهش را ۳۰ نفر از دانش‌آموزان تشکیل می‌دادند که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب و در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) به صورت تصادفی جایگزین شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه جو عاطفی خانواده (هیل برن، ۱۹۶۴) بود. ابتدا بر روی هر دو گروه پیش‌آزمون اجرا گردید، سپس والدین گروه آزمایش در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش دیدند، ولی گروه گواه هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. پس از اتمام برنامه آموزش، پس‌آزمون روی هر دو گروه اجرا شد. داده‌های به دست آمده با استفاده از نرم‌افزار SPSS19 و روش تحلیل کوواریانس بررسی شد. نتایج پژوهش نشان داد که آموزش گروهی والدین با رویکرد خانواده‌درمانی ستیر بر بهبود جو عاطفی خانواده تأثیر معناداری دارد ($P < 0.001$).

واژه‌های کلیدی: آموزش والدین، رویکرد خانواده‌درمانی ستیر، جو عاطفی خانواده

* نویسنده مسئول: تهران، بزرگراه اشرافی اصفهانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات، دانشکده علوم انسانی، گروه مشاوره.

پست الکترونیک: rashidinejad14@yahoo.com

پذیرش ۹۱/۷/۱۴

وصول ۹۱/۳/۵

مقدمه

مناسب در بیشتر موارد آنها را با کمبودهای عاطفی^۱، انگیزش^۲ و مشکلات روانی روبه‌رو می‌سازد (بیرن^{۱۱}، ۲۰۰۱). در خانواده‌هایی که فضای روانی ناسالم است، اعضای آن پیوسته در نزاع و کشمکش به سر می‌برند، کودکان و نوجوانان قربانیان اصلی چنین شرایطی محسوب می‌شوند (نوابی‌نژاد، ۱۳۸۱).

اگر افراد جامعه به‌ویژه والدین از تأثیر جو عاطفی خانواده و عملکرد خود بر روی سلامت و شکوفایی فرزندان آگاه باشند، سعی خواهند کرد که فضایی آرام، متعادل و حمایت‌کننده را برای فرزندان خویش مهیا کنند (نوابی‌نژاد، ۱۳۸۰). از مدت‌ها قبل در جامعه برای افرادی که به نحوی با کودکان سر و کار دارند؛ معلمان، مشاوران، روان‌شناسان و روانپزشکان آموزش ویژه‌ای وجود داشته است، ولی آنان که در زندگی کودکان مهمترین نقش را دارند، یعنی والدین، معمولاً وظیفه پرورش فرزند را بدون آموزش خاصی بر عهده داشته‌اند (دینک‌میر و مکی^{۱۲}، ۱۳۸۷).

آموزش گروهی والدین^{۱۳} به آنها کمک می‌کند تا دانش و توانایی‌های خود را در زمینه پرورش و تربیت کودکان به نحو مطلوبی گسترش دهند، همچنین تا حدود زیادی جنبه پیشگیری دارد و از ایجاد ناسازگاری‌های اجتماعی و عاطفی جلوگیری می‌کند و به پیشرفت و بهبود سلامت روانی کودک کمک می‌کند (شفیع‌آبادی، ۱۳۷۱). الگوی ستیر یک رویکرد تسهیلگر و آموزشی است و از طریق افزایش آگاهی والدین از انواع خانواده و فضای عاطفی حاکم بر آنها، الگوهای ارتباطی و شیوه‌های تعاملات و مذاکرات اعضای خانواده، عزت‌نفس^{۱۴}، قواعد^{۱۵}، تجارب درونی^{۱۶}، تأثیر تجارب گذشته خانواده، نقشه خانوادگی^{۱۷} اجرا می‌گردد (ستیر، ۱۳۸۸). خانواده‌درمانی ستیر بیشترین تأکید را روی ارتباط و احساس دارد. خانواده ممکن است محیطی گرم و صمیمی یا محیطی سرد و رسمی را برای اعضای خود فراهم کند (بارکر^{۱۸}، ۱۳۸۲). ستیر معتقد است میان اعضای خانواده احساساتی وجود دارد که اگر این احساسات شناخته نشوند و به درون ریخته شوند، ریشه‌های رفاه خانوادگی^{۱۹} را از بین می‌برد و عزت‌نفس افراد خانواده پایین می‌آید، به نظر او پدر و مادر باید با مهارت عمل کنند و

خانواده کوچکترین واحد اجتماع است، این واحد اجتماعی مبدأ بروز عواطف انسانی و کانون صمیمانه‌ترین روابط و تعاملات بین‌فردی است. اهمیت آن به اندازه‌ای است که سلامت و بالندگی هر جامعه وابسته به سلامت و رشد خانواده در آن است (ستیر^۱، ترجمه بیرشک، ۱۳۸۸). خانواده مانند هر نظام اجتماعی دارای نیازهای اولیه است، از جمله این نیازها در ابعاد روانی-اجتماعی می‌توان به احساس ارزشمندی، امنیت فیزیکی، صمیمیت، تعلق و وابستگی، احساس مسئولیت، نیاز به انگیزه و تأیید دیگران، نیاز به شادی و موفقیت و نیازهای معنوی اشاره کرد (نوابی‌نژاد، ۱۳۸۱). هر خانواده وضعیت و فضای عاطفی منحصر به فرد دارد و روش اداره و نوع عملکرد آنها با یکدیگر متفاوت است، برای همین دانشمندان و صاحب‌نظران تقسیم‌بندی‌های مختلفی از خانواده ارائه می‌دهند. شرفی (۱۳۸۱) خانواده را از حیث کیفیت روابط درونی و میزان استحکام به چهار دسته؛ خانواده متلاشی^۲، متزلزل^۳، متعادل^۴ و متعالی^۵ تقسیم کرده است. اما در یک تقسیم‌بندی کلی‌تر ویرجینیا ستیر (۱۹۷۰) بیان می‌کند که می‌توان انواع خانواده را در دو دسته بالنده^۶ و آشفته^۷ که دارای جو عاطفی سازنده و مغلوب هستند در نظر گرفت (نوابی‌نژاد، ۱۳۸۱). یکی از عوامل مهم در تأمین سلامت و بهداشت روانی فرزندان، روابط صحیح و متعادل والدین با آنهاست، فرزندان در فضای خصوصی و صمیمانه خانواده یاد می‌گیرند که چه احساسی نسبت به خود داشته باشند، دیگران چه واکنشی نسبت به آنها خواهند داشت و آنها باید چگونه درباره واکنش‌های احساسی دیگران فکر کنند (بامریند^۸، ۱۹۹۴). خانواده به پدر و مادری نیاز دارد که به برقراری یک رابطه سالم با هم متعهد باشند و بتوانند محیط آنچنان امنی ایجاد کنند که فرزندان بدون ترس و به دور از تباهی و آلودگی رشد و تکامل یابند. در نظام‌های سالم خانوادگی، نقش‌ها انعطاف‌پذیرند و حرکت آرام و آهسته است. تبادل‌نظر و روابط افراد با یکدیگر ملایم و مطبوع است (ستیر، ۱۳۸۸). بی‌توجهی والدین به سالم‌سازی روانی و عاطفی کودکان و نوجوانان و نبود روابط

1. Satir
3. unbalanced family
5. transcendental family
7. agitated family
9. emotional deficits
11. Byrene
13. parent group training
15. structure
17. family plan
19. family welfare

2. broken home
4. balanced family
6. maturing family
8. Baumrind
10. motivation
12. Dinkmeyer & Mckay
14. self - esteem
16. internal experiences
18. Barker

بد بودن روابط نوجوانان و والدین آنها مسبب بزهکاری آنها بوده است. نتایج تحقیقات بروباچر^۷ (۲۰۰۶) اثر بخشی اجرای الگوی ستیر در آگاهی، رهاسازی و ابراز هیجانات سرکوب شده را تأیید کرد. سندرس، کانر، بران و یانگ^۸ (۲۰۰۴) تأثیر مثبت آموزش مهارت‌های فرزندپروری والدین بر کنترل هیجانی و قابلیت برخورد منطقی و مؤثر با رفتارهای مشکل‌آفرین فرزندان را نشان دادند. گاتمن و لونسون^۹ (۲۰۰۰) دریافتند که اجرای الگوی خانواده‌درمانی ستیر در کاهش استفاده از سبک‌های هیجانی و بروز ناگهانی عواطف مثبت و منفی در تعاملات افراد خانواده مؤثر است. نیکاری و هارتر^{۱۰} (۱۹۹۴) و ستیر (۱۹۹۱) در تحقیقات خود نشان دادند که نوع ارتباط و حمایت والدین رابطه‌ی زیادی با عزت‌نفس فرزندان دارد، این به آن معناست که ارتباط همخوان و کارآمد والدین با فرزندان به عزت‌نفس بالای فرزندان و ارتباط ضعیف و ناهمخوان والدین با آنها به عزت‌نفس پایین فرزندان منجر می‌شود. سیمون و لامپر^{۱۱} (۱۹۹۴)، به نقل از لینوئن^{۱۲}، (۲۰۰۳) در پژوهشی تأثیر خشونت و بی‌توجهی والدین بر تعامل‌های اجتماعی فرزندان و بروز مشکلات روانی و عاطفی را نشان دادند.

همچنین نتایج پژوهش ناهیدی (۱۳۹۰) نشان داد بین فضای عاطفی خانواده با شکل‌گیری ویژگی‌های شخصیتی سخت‌رویی و خودشکوفایی نوجوانان رابطه وجود دارد، زیوری (۱۳۸۹) نشان داد که ساخت خانواده (بالنده، آشفته) بر سلامت روان فرزندان مؤثر است. قادری (۱۳۸۷) دریافت اجرای الگوی خانواده‌درمانی ستیر بر کاهش تعارض‌های خانوادگی و افزایش سازگاری خانواده و ابراز محبت مؤثر است، میرلوحی، مولوی و آتش‌پور (۱۳۸۶) دریافتند بین جو عاطفی خانواده و خلاقیت دانش‌آموزان رابطه وجود دارد. منیعی (۱۳۸۰)؛ به نقل از لطف‌اللهی، (۱۳۹۰) در تحقیقی تحت عنوان «تأثیر آموزش خدمات مشاوره در رابطه با فرزندان والدین» به این نتیجه دست یافت که کلاس‌های آموزشی و خدمات مشاوره در ایجاد روابط عاطفی سالم میان والدین و فرزندان مؤثر است و همچنین کلاس‌های آموزش والدین در تغییر نظرات والدین و نحوه رفتار با فرزندان تأثیر مثبت دارد. مجیبی نورالدین‌وند، شهنی ییلاق و پاشا (۱۳۸۲) در پژوهشی با عنوان رابطه‌ی بین جو عاطفی اعضای خانواده با

از روابط خانوادگی آگاهی داشته باشند. چنین پدران و مادرانی عهده‌دار خانواده‌های بالنده خواهند بود و نمونه زنده از نوع رسالت خانوادگی هستند. رسالتی که فشارهای موجود در شبکه خانوادگی^۱ را در جهت خلاقیت و رشد و تولید هدایت می‌کند (ستیر، ۱۳۸۸). والدین به‌عنوان عوامل ایجادکننده این محیط نیاز به آموزش روش‌ها و فنون متعددی دارند تا تغییرات لازم را در نگرش، رفتار و روابط خود با اعضای خانواده ایجاد نمایند و در نتیجه فضایی حاکی از پذیرش در خانه به‌وجود آورند تا فرزندان‌شان در انجام امور از تمام توانایی‌های خود بهره‌مند گردند (عباسی‌نیا، ۱۳۸۲).

نتایج پژوهش‌های انجام‌شده نشان می‌دهد که آموزش والدین با روش‌های مناسب و رویکردهای گوناگون در بهبود جو عاطفی خانواده مؤثر است. بروفی، اسکیفمن و لاندن باکنک^۲ (۲۰۱۱) نشان دادند، بین تعاملات و گفت‌وگوهای والدین و فرزندان‌شان با وضعیت اقتصادی - اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد. والدینی که وضعیت اقتصادی - اجتماعی بالاتری دارند، ارجاعات هیجانی - عاطفی بیشتری را در تعامل با فرزندان‌شان نشان می‌دهند. نتایج پژوهش هوایرست، ویلسون، هارلی، پرایر و کهو^۳ (۲۰۱۰) نشان داد که برنامه‌های مداخله‌ای برای آموزش والدین در بهبود بخشی سبک‌های ارتباطی و عاطفی با فرزندان مؤثر است. ایزنبرگ و فابس^۴ (۲۰۱۰) در مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که والدین صمیمی و دلگرم‌کننده با فرزندان‌شان از روی همدلی و عاطفه برخورد می‌کنند، فرزندان آنها نیز در برابر پریشانی دیگران به همین صورت واکنش نشان می‌دهند، در مقابل فرزندپروری خشماگین و تنبیهی با اختلال در همدلی و همدردی ارتباط دارد. هریس^۵ (۲۰۰۹) به این نتیجه دست یافت که یکی از عوامل اساسی در تربیت فرزندان، ایجاد سلامت روانی در آنهاست. اگر زمینه سلامت روانی در خانواده ایجاد شود، والدین فرزندان با شخصیت، متعادل، سازگار، با عاطفه، اجتماعی، با اعتماد به نفس، مسؤولیت‌پذیر و منطقی خواهند داشت. جنیفر و پاترسون^۶ (۲۰۰۹) در تحقیق خود که هدف آن بررسی رابطه جو عاطفی خانواده با بزهکاری نوجوانان بوده است، پی بردند که بهترین پیش‌بینی‌کننده بزهکاری نوجوانان چگونگی رابطه آنها با والدین خود بوده است. به این معنی که

1. family network

3. Havighurst, Wilson, Harley, Prior & Kehoe

5. Harris

7. Brubacher

9. Gottman & Levenson

11. Simon & Lumper

2. Brophy, Schiffman & London Bocknek

4. Eisenberg & Fabes

6. Jennifer & patterson

8. Sandros, Connor, Brown & Young

10. Nikkari & Harter

12. Leinoen

تعاملات کودک - والدین ساخت. این پرسشنامه ۱۶ سؤال دارد و ۸ متغیر فرعی (محبت، نوازش، تأیید کردن، تجربه‌های مشترک، هدیه دادن، تشویق کردن، اعتماد و احساس امنیت) را می‌سنجد. در این پرسشنامه سؤال‌ها پنج‌گزینه‌ای (خیلی کم، کم، متوسط، زیاد و خیلی زیاد) است و آزمودنی برحسب احساس خود یکی از آنها را علامت می‌زند. نمره‌گذاری از ۱ تا ۵ متغیر است، به این صورت که به گزینه خیلی کم، نمره ۱، کم ۲، متوسط ۳، زیاد ۴ و خیلی زیاد ۵ تعلق می‌گیرد. نمرات بالاتر از متوسط نشان‌دهنده وجود جو عاطفی مناسب بین اعضای خانواده و نمرات پایین‌تر از متوسط حاکی از جو عاطفی ضعیف در بین افراد خانواده است. جمشیدی (۱۳۷۹) ضریب پایایی آزمون جو عاطفی خانواده را از طریق آلفای کرونباخ و بازآزمایی محاسبه کرد که به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۳ هستند (به نقل از ناهیدی، ۱۳۹۰). موسوی شوشتری (۱۳۷۷) برای تعیین روایی محتوایی، این پرسشنامه را به پنج نفر از متخصصان داد، سپس نظرات آنها جمع‌آوری گردید و سؤال‌هایی که مورد تأیید متخصصان بود و روی آنها توافق داشتند، نگهداری شد (به نقل از ناهیدی، ۱۳۹۰). دو نمونه از سؤالات این پرسشنامه عبارت‌اند از: «پدرم با محبت با من رفتار می‌کند»، «من و مادرم آزادانه درباره احساسات شخصی و تجربه‌هایمان با یکدیگر گفت‌وگو می‌کنیم».

روش اجرا و تحلیل

پس از قرار گرفتن تصادفی آزمودنی‌ها در دو گروه آزمایش و گواه از آنها پیش‌آزمون به عمل آمد. سپس والدین گروه آزمایش در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش رویکرد خانواده‌درمانی ستیر قرار گرفتند، در حالی که گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. مفاد این جلسات با بهره‌گیری از کتاب *آدم‌سازی در روان‌شناسی خانواده* (ستیر، ۱۳۸۸) و پایان‌نامه دکتری (قادری، ۱۳۸۷) تحت عنوان اثربخشی اجرای الگوی خانواده‌درمانی ستیر بر تغییر سبک‌های مقابله با تعارض و افزایش سازگاری زناشویی تنظیم شد و مورد تأیید استادان مربوط قرار گرفت. خلاصه جلسات آموزشی به این شرح است: **جلسه اول**، آشنایی با والدین و ایجاد ارتباط خوب با آنها، آگاه کردن والدین با اصول و قواعد جلسات آموزشی، تعریف خانواده و نقش والدین در آن، آشنایی والدین با زندگی خانوادگی به‌عنوان کوه یخ و فرایندها و تجارب درونی روند جلسه به این صورت بود، ابتدا خانواده به‌عنوان کوچکترین جزء اجتماع و کارخانه آدم‌سازی که در آن والدین اصلی‌ترین

سازگاری فردی - اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستان‌های پسرانه مسجدسلیمان رابطه معناداری بین متغیرهای نامبرده به‌دست آوردند و مشخص شد که نقش مجموع متغیرهای جو عاطفی خانواده از نقش تک‌تک آنها در پیش‌بینی سازگاری فردی - اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان بیشتر است. عباسی‌نیا (۱۳۸۲) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که آموزش خانواده در افزایش آگاهی، نگرش و رفتار والدین و در نتیجه اصلاح رفتار فرزندانشان مؤثر است. با توجه به آنچه بیان شد، این پرسش مطرح است که آیا آموزش گروهی والدین با رویکرد خانواده‌درمانی ستیر بر بهبود جو عاطفی خانواده مؤثر است؟ در این راستا این فرضیه مطرح گردید: آموزش گروهی والدین با رویکرد خانواده‌درمانی ستیر بر بهبود جو عاطفی خانواده دانش‌آموزان دختر دوره راهنمایی ناحیه ۲ شهر کرمان در سال تحصیلی ۹۱-۹۰ مؤثر است.

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه؛ روش این پژوهش از نوع نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود، جامعه آماری پژوهش همه دانش‌آموزان دختر دوره راهنمایی ناحیه ۲ شهر کرمان در سال تحصیلی ۹۱-۹۰ (حدود ۱۰۸۰۰ نفر) بودند. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای استفاده شد. مراحل نمونه‌گیری به این صورت بود، با توجه به اینکه مدارس ناحیه ۲ شهر کرمان در سه منطقه (شمال، مرکز و جنوب) شهر قرار دارند، از هر منطقه یک مدرسه به‌صورت تصادفی انتخاب گردید، در مرحله بعد کلاس‌هایی از این مدارس، به‌صورت تصادفی انتخاب و پرسشنامه جو عاطفی خانواده بین دانش‌آموزان توزیع گردید، سپس از میان آنها ۳۰ نفر از دانش‌آموزانی که نمره جو عاطفی خانواده‌شان پایین‌تر از میانگین بود، به‌صورت تصادفی انتخاب و به‌عنوان گروه نمونه در ۲ گروه آزمایش و گواه (هر گروه ۱۵ نفر) به‌صورت تصادفی جایگزین شدند، سپس والدین دانش‌آموزان گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه (هر هفته یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای) تحت آموزش گروهی قرار گرفتند.

ابزار سنجش

پرسشنامه جو عاطفی خانواده برن^۱: ابزار مورد استفاده در این پژوهش عبارت است از پرسشنامه جو عاطفی خانواده که هیل برن در سال ۱۹۶۴ به‌منظور سنجش میزان مهرورزی در

که هنگام بیان احساسات و عواطف خود از ضمیر من استفاده کنند و این امر را به فرزندان خود بیاموزند، زیرا در این صورت افراد ماهیت احساسات خود را می‌پذیرند. محیط گرم و جو عاطفی مناسب خانواده منجر به ایجاد احساس ارزش و عزت نفس بالا در فرزندان می‌شود. در پایان از والدین به‌عنوان تکلیف خواسته شد تا عزت نفس خود را بالا ببرند و تأثیر آن را در روابط با فرزندان بررسی کنند. **جلسه پنجم**، پیگیری تکالیف جلسه قبل، تأکید بر نقش ارتباط و الگوهای ارتباطی^۱ در شکل‌گیری زندگی خانوادگی سالم و آشفته، آگاهی والدین از الگوهای ارتباطی خود در قبال فرزندان. در این جلسه از والدین خواسته شد در هنگام برقراری ارتباط با یکدیگر و با فرزندان باید متوجه شکل بدن و تن صدایشان باشند و براساس زمان حال و اکنون با یکدیگر ارتباط برقرار کنند. ویژگی‌ها و خصوصیات چهار الگوی ارتباطی ناکارآمد (الگوی سازشگر^۲، سرزنشگر^۳، حسابگر^۴، گیج یا نامربوط) و همچنین الگوی کارآمد همخوان^۵ با ذکر مثال و شکل برای والدین تشریح شد. والدین مکلف شدند، الگوهای ارتباطی را با اعضای خانواده بازی کنند و به‌صورت روزانه الگوی ارتباطی غالب خود را در هنگام تعامل با فرزندان بررسی کرده و در صورت نیاز در صدد تغییر آن برآیند. **جلسه ششم**، مرور تکالیف جلسه قبل، بررسی وضعیت پیشرفت والدین در الگوهای ارتباطی و تمرین بیشتر الگوی ارتباطی همخوان، شناخت قواعد خانواده. در این جلسه الگوهای ارتباطی تمرین و والدین در مورد هر الگو اظهار نظر کردند، انواع قواعد در خانواده به‌صورت منطقی و انعطاف‌پذیر و غیرمنطقی و انعطاف‌ناپذیر تشریح شد. والدین بهتر است قواعد خانه را برای فرزندان به صراحت توضیح دهند و نظر آنها را در مورد قواعد جویا شوند. والدین مکلف شدند، قواعد خانواده خود را بررسی کنند و در صورت نیاز آنها را تغییر دهند و آن را با اعضای خانواده به بحث بگذارند. **جلسه هفتم**، بررسی تکالیف جلسه قبل و نقشه خانوادگی، نقشه خانوادگی به‌عنوان شبکه‌ای از پیوندها که همه اعضا را در برمی‌گیرد و به یکدیگر متصل می‌کند، مطرح شد. این شبکه شامل پیام‌ها و احساساتی است که بین اعضا رد و بدل می‌شود. والدین مکلف شدند تا نقشه خانوادگی خود را بررسی کنند و میزان محبت و عاطفه حاکم در خانه را بسنجند. **جلسه هشتم**، بررسی تکالیف مربوط به جلسه قبل، مهندسی خانواده^۶، مهندسی خانواده به‌عنوان عاملی برای برنامه‌ریزی و مهندسی وقت در خانواده معرفی شد. جمع‌بندی و مرور جلسات گذشته انجام شد و از والدین خواسته شد یادگرفته‌های خود را به تعاملات

نقش را برعهده دارند معرفی شد. برای والدین توضیح داده شد که زندگی خانوادگی شبیه به کوه یخ در دریاست و بیشتر ما فقط از یک‌دهم آنچه در زندگی می‌گذرد، آگاه هستیم، آن هم آن چیزهایی است که می‌بینیم و می‌شنویم، ناآگاهی از لایه‌های زیرین خانواده یعنی احساسات و هیجانات، ادراکات، انتظارات و نیازهای اعضا، خانواده را در وضع خطرناکی قرار می‌دهد. والدین مکلف به بازبینی و انسجام مجدد، عناصر و فرایندهای درونی (احساسات، هیجانات و ادراکات خود) شدند. **جلسه دوم**، تکالیف مربوط به جلسه قبل بررسی شد، ارائه چهار سیما برای خانواده‌های آشفته و بالنده و ویژگی آنها، روند جلسه به این صورت بود که ابتدا ۴ سیمای خانواده یعنی ارزش خود، ارتباط، قواعد خانوادگی و پیوند با اجتماع معرفی شد و اینکه در تمام خانواده‌های آشفته، ارزش خود پایین است، ارتباط غیرمستقیم، مبهم، قواعد خانوادگی خشک، بی‌روح، ناسازگار و انعطاف‌ناپذیر و پیوند با اجتماع براساس ترس، خشم و سرزنش است و در خانواده سرزنده و بالنده، سطح ارزش خود بالا، ارتباط مستقیم، واضح، صریح و صمیمانه، قاعده‌ها انعطاف‌پذیر، منطقی و دستخوش تغییرات می‌باشد و پیوند با اجتماع به‌صورت صریح و شفاف است. والدین مکلف شدند با توجه به این ۴ سیما ویژگی خود و سایر اعضای خانواده را در این زمینه بررسی کنند و اینکه در مواقع بروز مشکل چگونه عمل می‌کنند. **جلسه سوم**، پیگیری تکالیف جلسه گذشته، آشنایی والدین با جو عاطفی خانواده‌های بالنده و آشفته و مقایسه شرایط فرزندان در این خانواده‌ها، در این جلسه شرایط و جو عاطفی حاکم در خانواده‌های بالنده و آشفته و تأثیر آن روی فرزندان به‌صورت مجزا برای والدین شرح داده شد. در خانواده بالنده محیط گرم و مناسب بین اعضا وجود دارد، محیطی سرشار از محبت، تفاهم و پشتیبانی، در حالی که محیط خانواده آشفته این‌گونه نیست. پدران و مادران در خانواده بالنده خود را رهبر می‌دانند نه ارباب، در صورتی که در خانواده آشفته والدین نقش ارباب را دارند و بیشتر وقت خود را صرف امر و نهی به فرزندان می‌کنند والدین بالنده از هر فرصتی برای صحبت کردن و گوش دادن به فرزندانشان استفاده می‌کنند، در صورتی که خانواده آشفته ارزشی برای صحبت کردن و گوش دادن به فرزندانشان قایل نیستند. والدین مکلف شدند تا تغییرات لازم را با توجه به مطالب گفته‌شده در محیط خانواده به‌وجود آورند و محیط آشفته خانواده را به محیطی بالنده و سرزنده تبدیل کنند. **جلسه چهارم**، مرور تکالیف جلسه قبل، تقویت عزت نفس والدین و تأثیر آن روی ارتباط مؤثر با فرزندان، از والدین خواسته شد

1. communication
3. blamer
5. congruent communicator

2. placater
4. super-reasonable
6. family engineering

در پایان، پس‌آزمون برای هر دو گروه اجرا گردید و داده‌ها با نرم‌افزار SPSS19¹ و روش تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها

در جدول ۱ میانگین و انحراف معیار متغیر جو عاطفی خانواده ارائه شده است.

داده‌ها نشان‌دهنده روند افزایشی بهبود جو عاطفی خانواده در گروه آزمایش است. به این صورت که میانگین گروه آزمایش در پس‌آزمون نسبت به گروه گواه افزایش داشته است (۶۰/۷۳۳ در برابر ۳۹). همچنین میانگین خرده‌مقیاس‌های جو عاطفی خانواده (محبت، نوازش، تأیید کردن، تجربه‌های مشترک، هدیه

دادن، تشویق کردن، اعتماد و احساس امنیت) نشان‌دهنده بهبود جو عاطفی خانواده است.

قبل از انجام هرگونه استنباط آماری، اعتبار مدل آماری (معمولی بودن توزیع خطا با استفاده از آزمون کلموگروف - اسمیرنوف^۲ و یکسانی واریانس‌های خطای بین گروهها با آزمون لوین^۳) مورد بررسی قرار گرفته است. در هر دو آزمون با توجه به اینکه p مقدار محاسبه شده کمتر از سطح معنی‌دار ۰/۰۵ نیست، از این رو فرض عادی بودن توزیع خطای نمره جو عاطفی خانواده و فرض یکسان بودن واریانس‌های خطای بین گروهها رد نمی‌شوند و در نتیجه تخطی از مدل آماری F صورت نگرفته است (جدول ۳).

جدول ۱- آماره‌های توصیفی نمره پیش‌آزمون و پس‌آزمون جو عاطفی خانواده در گروههای آزمایش و گواه

گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
نمره کل جو عاطفی خانواده	۳۱/۸۷	۶/۶۴	۶۰/۷۳	۶/۰۱
	گواه	۴/۸۳	۳۹/۰۰	۶/۸۸
بعد محبت	۴/۵۳	۰/۹۹	۸/۲۰	۰/۹۴
	گواه	۰/۹۶	۶/۰۰	۱/۶۰
بعد نوازش	۳/۶۷	۱/۴۰	۷/۴۷	۱/۰۶
	گواه	۱/۱۸	۴/۶۰	۱/۷۶
بعد تأیید کردن	۴/۰۰	۱/۳۱	۷/۰۰	۱/۰۰
	گواه	۱/۳۹	۵/۰۷	۱/۵۸
بعد تجربه‌های مشترک	۳/۰۰	۱/۱۳	۷/۲۰	۰/۹۴
	گواه	۱/۱۹	۳/۴۰	۱/۲۴
بعد هدیه دادن	۳/۸۷	۱/۴۱	۷/۰۷	۱/۱۶
	گواه	۱/۲۲	۴/۶۰	۱/۳۵
بعد تشویق کردن	۴/۳۳	۰/۹۰	۷/۸۰	۱/۰۱
	گواه	۱/۵۱	۵/۰۰	۱/۰۷
بعد اعتماد	۳/۹۳	۰/۹۶	۷/۵۳	۰/۹۲
	گواه	۱/۲۸	۵/۲۷	۰/۸۸
بعد احساس امنیت	۴/۵۳	۰/۹۹	۸/۴۷	۰/۹۹
	گواه	۱/۰۱	۵/۰۷	۰/۹۶

نمره مقیاس‌های جو عاطفی خانواده

جدول ۲- آزمون‌های لوین و کلموگروف - اسمیرنوف برای اعتبار مدل تحلیل کوواریانس آموزش گروهی والدین بر جو عاطفی خانواده

آزمون لوین		آزمون کلموگروف - اسمیرنوف	
F	p-مقدار	Z	p-مقدار
۰/۸۱۷	۰/۳۷۴	۰/۶۱۳	۰/۸۴۷

1. Statistical Package for Social Science- version 19
3. Levene's Test

2. kolmogorov-smirnov test

جدول ۳- تحلیل کوواریانس تأثیر آموزش گروهی والدین بر جو عاطفی خانواده

منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	p- مقدار	مجذور اتا	
پیش آزمون	۸۱۰/۲۸	۱	۸۱۰/۲۸	۶۱/۳۴	۰/۰۰۱	۰/۶۹۴	نمره کل مقیاس جو عاطفی خانواده
آموزش گروهی والدین	۴۳۵۱/۵۷	۱	۴۳۵۱/۵۷	۳۲۹/۴۳	۰/۰۰۱	۰/۹۲۴	
خطا	۳۵۶/۶۵	۲۷	۱۳/۲۱	-	-	-	
جمع	۴۷۰۹/۴۷	۲۹	-	-	-	-	
پیش آزمون	۲۲/۳۳	۱	۲۲/۳۳	۲۳/۱۲	۰/۰۰۰	۰/۴۶۱	بعد محبت
آموزش گروهی والدین	۵۸/۰۶	۱	۵۸/۰۶	۶۰/۱۲	۰/۰۰۰	۰/۶۹۰	
خطا	۲۶/۰۷	۲۷	۰/۹۷	-	-	-	
جمع	۸۴/۷۰	۲۹	-	-	-	-	
پیش آزمون	۲۰/۳۹	۱	۲۰/۳۹	۱۴/۱۳	۰/۰۰۱	۰/۳۴۴	بعد نوازش
آموزش گروهی والدین	۷۹/۸۱	۱	۷۹/۸۱	۵۵/۳۳	۰/۰۰۰	۰/۶۷۲	
خطا	۳۸/۹۵	۲۷	۱/۴۴	-	-	-	
جمع	۱۲۰/۹۷	۲۹	-	-	-	-	
پیش آزمون	۱۸/۷۹	۱	۱۸/۷۹	۱۶/۸۳	۰/۰۰۰	۰/۳۸۴	بعد تأیید کردن
آموزش گروهی والدین	۴۲/۸۰	۱	۴۲/۸۰	۳۸/۳۳	۰/۰۰۱	۰/۵۸۷	
خطا	۳۰/۱۵	۲۷	۱/۱۲	-	-	-	
جمع	۷۶/۹۷	۲۹	-	-	-	-	
پیش آزمون	۷/۸۴	۱	۷/۸۴	۸/۰۹	۰/۰۰۸	۰/۲۳۱	بعد تجربه‌های مشترک
آموزش گروهی والدین	۱۱۱/۴۰	۱	۱۱۱/۴۰	۱۱۴/۹۸	۰/۰۰۰	۰/۸۱۰	
خطا	۲۶/۱۶	۲۷	۰/۹۷	-	-	-	
جمع	۱۴۲/۳۰	۲۹	-	-	-	-	
پیش آزمون	۱۴/۴۷	۱	۱۴/۴۷	۱۲/۹۹	۰/۰۰۱	۰/۳۲۵	بعد هدیه دادن
آموزش گروهی والدین	۴۹/۴۵	۱	۴۹/۴۵	۴۴/۴۱	۰/۰۰۰	۰/۶۲۲	
خطا	۳۰/۰۷	۲۷	۱/۱۱	-	-	-	
جمع	۹۰/۱۷	۲۹	-	-	-	-	
پیش آزمون	۹/۲۹	۱	۹/۲۹	۱۱/۸۸	۰/۰۰۲	۰/۳۰۶	بعد تشویق کردن
آموزش گروهی والدین	۶۱/۲۴	۱	۶۱/۲۴	۷۸/۳۲	۰/۰۰۰	۰/۷۴۴	
خطا	۲۱/۱۱	۲۷	۰/۷۸	-	-	-	
جمع	۸۹/۲۰	۲۹	-	-	-	-	
پیش آزمون	۹/۲۹	۱	۹/۲۹	۱۱/۸۸	۰/۰۰۹	۰/۳۰۶	بعد اعتماد
آموزش گروهی والدین	۶۱/۲۴	۱	۶۱/۲۴	۷۸/۳۲	۰/۰۰۰	۰/۷۱۴	
خطا	۲۱/۱۱	۲۷	۰/۷۸	-	-	-	
جمع	۸۹/۲۰	۲۹	-	-	-	-	
پیش آزمون	۰/۹۱	۱	۰/۹۱	۰/۹۶	۰/۳۳۷	۰/۰۳۴	بعد احساس امنیت
آموزش گروهی والدین	۸۳/۰۹	۱	۸۳/۰۹	۸۷/۱۱	۰/۰۰۰	۰/۷۶۳	
خطا	۲۵/۷۵	۲۷	۰/۹۵	-	-	-	
جمع	۱۱۳/۳۷	۲۹	-	-	-	-	

نمره مقیاس‌های جو عاطفی خانواده

فرزندانشان فراهم گردیده است. مفروضه زیربنایی این رویکرد این است که افراد در خانواده‌ها از هیجان‌اتشان آگاه نیستند، یا اگر هم هستند، این هیجان‌ات را سرکوب کرده و آنها را ابراز نمی‌کنند. این‌گونه است که فضای مردگی عاطفی به وجود می‌آید. در چنین فضایی، اعضای خانواده از یکدیگر پرهیز می‌کنند و این‌گونه رفتارها، ناکارآمدی خانواده را نمایان و پایدار می‌کند. ستیر راه‌حل چنین وضعیتی را تأکید بر ابراز احساسات و ترمیم بافت‌های معیوب خانواده می‌داند (ستیر، ۱۳۸۸).

اما این پژوهش با محدودیت‌های خاصی نیز روبه‌رو بود. با توجه به اینکه نمونه این پژوهش فقط از بین دانش‌آموزان دختر، دوره راهنمایی، شهر کرمان انتخاب شده در تعمیم نتایج باید احتیاط کرد. همچنین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، تأثیر مشاوره گروهی با رویکرد خانواده‌درمانی ستیر با حضور تلفیقی از والدین دارای روابط مناسب با فرزندان و جو عاطفی مساعد و والدین دارای روابط نامناسب با فرزندان و جو عاطفی نامساعد بررسی شود.

منابع

- بارکر، ف. (۱۳۸۲). *خانواده‌درمانی پایه*. ترجمه محمد دهقانی و زهره دهقانی، ۱۳۸۲، چاپ دوم، تهران: رشد (سال انتشار اثر به زبان اصلی ۱۹۸۶).
- دینک میر، د. و مکی، گ. (۱۳۸۷). *والدین مؤثر فرزند مسؤول*، ترجمه مجید رئیس دانا، چاپ هشتم، تهران: رشد (سال انتشار اثر به زبان اصلی ۱۹۷۵).
- زیوری، م. (۱۳۸۹). تأثیر ساخت خانواده (بالنده و آشفته) بر سلامت روان دانشجویان دانشگاه شهید باهنر کرمان، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد*، دانشگاه شهید باهنر کرمان.
- ستیر، و. (۱۳۸۸). *آدم‌سازی در روان‌شناسی خانواده*، ترجمه بهروز بیرشک، چاپ هفتم، تهران: رشد (سال انتشار اثر به زبان اصلی ۱۹۷۰).
- شفیع‌آبادی، ع. (۱۳۷۱). *فنون تربیت کودک*، چاپ پنجم، تهران: چهارچوب.
- عباسی‌نیا، م. (۱۳۸۲). بررسی میزان تأثیر آموزش خانواده بر افزایش آگاهی والدین نسبت به تربیت فرزندانشان در دوره ابتدایی در استان قم، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد*، دانشگاه قم.
- لطف‌اللهی، م. (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر کیفیت ارتباط با والدین دانش‌آموزان پسر سال اول متوسطه شهر بیجار، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد*، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات.
- قادری، ز. (۱۳۸۷). بررسی اثربخشی اجرای الگوی خانواده‌درمانی ستیر بر تغییر سبک‌های مقابله با تعارض و افزایش سازگاری زناشویی در سال‌های اول ازدواج در زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شیراز، *پایان‌نامه دکتری*، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات واحد تهران.

جدول ۳ مربوط به آزمون تحلیل کوواریانس برای مقایسه دو گروه از لحاظ پس‌آزمون پس از بررسی پیش‌آزمون است. چنانکه مشاهده می‌شود بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون رابطه معناداری وجود دارد ($P=0/001$). در نتیجه فرضیه پژوهش تأیید می‌شود و میزان این تأثیر ۹۲/۴ درصد بوده است. همچنین آموزش گروهی والدین با رویکرد ستیر در ابعاد (محبت، نوازش، تأیید کردن، تجربه‌های مشترک، هدیه دادن، تشویق کردن، اعتماد و احساس امنیت) مؤثر بوده است.

بحث

هدف از این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش گروهی والدین با رویکرد خانواده‌درمانی ستیر بر بهبود جو عاطفی خانواده بود. نتایج به دست آمده از تحلیل داده‌ها نشان داد که فرضیه پژوهش تأیید شده است. یعنی آموزش گروهی والدین با رویکرد خانواده‌درمانی ستیر بر بهبود جو عاطفی خانواده تأثیر دارد و آن را افزایش می‌دهد. نتایج این تحقیق با یافته‌های بروفی و همکاران (۲۰۱۱)، هوایرست و همکاران (۲۰۱۰)، هریس (۲۰۰۹)، بروباچر (۲۰۰۶)، سندرس و همکاران (۲۰۰۴)، گاتمن و لونسون (۲۰۰۰)، نیکاری و هارتر (۱۹۹۴)، ستیر (۱۹۹۱) همچنین با پژوهش‌های داخلی نظیر ناهیدی (۱۳۹۰)، زیوری (۱۳۸۹)، قادری (۱۳۸۷) و عباسی‌نیا (۱۳۸۱) همخوانی دارد. یافته‌های پژوهش حاضر و پژوهش‌های دیگر نشان‌دهنده این واقعیت است که روابط عاطفی و حمایت والدین از فرزندانشان نقش مهمی در سازگاری، تعادل و عزت‌نفس آنها دارد. ستیر معتقد است، عزت‌نفس پایین والدین روی ارتباطشان با فرزندان و عزت‌نفس آنها تأثیر منفی می‌گذارد، در نتیجه آموزش والدین و بالا بردن عزت‌نفس آنها به بهبود جو عاطفی خانواده و روابط بین والدین و فرزندان منجر می‌شود (ستیر، ۱۳۸۸). در مدل ستیر به‌طور ویژه‌ای بر تخلیه انرژی و از نو جهت‌گیری انرژی‌های متوقف‌شده از طریق تسهیل در رشد، افزایش اعتماد به نفس، بهبود مهارت‌های ارتباطی و قواعد قابل تحمل تأکید می‌شود (به نقل از قادری، ۱۳۸۷). در نهایت می‌توان گفت با توجه به بررسی‌های انجام شده در این پژوهش؛ آموزش خانواده‌درمانی ستیر امکان تغییر خانواده‌ها از آشفته به بالنده را فراهم می‌کند. این نشان‌دهنده آن است که دسته‌زبانی از مشکلات میان والدین و فرزندان و جو عاطفی خانواده ناشی از نقص و کمبود در مهارت‌ها، ارتباطات، ابراز احساسات و... است. یافته‌های این پژوهش نشان داد با آموزش الگوی ستیر به والدین، توانایی شناخت و ابراز مناسب افکار و هیجان‌ات خود و درک افکار، انتظارات و هیجان‌ات

- Eisenberg, N. & Fabes, R.A. (2010). Contemporaneous and longitudinal prediction of children sympathy from dispositional regulation and emotionality. *Developmental Psychology*, 34, 910-924.
- Gottman, J.M. & Levenson, R.W. (2000). A two factor model for predicting when a couple will divorce: Exploratory analyses using 14-years. *Journal of family process*, 41(1), 83-96.
- Harris, B.H. (2009). A child with ADHD, convergences of Rorschach data and case material. *Journal of Infant, child, and adolescent psychotherapy* 2006. 5,499-517.
- Havighurst, S.S., Wilson, K. R., Harley, A.E., Prior, M.R., Kehoe, C. (2010). Tuning in to Kids: Improving emotion socialization practices in parents of preschool children-findings from a community trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38, 88-98.
- Jennifer, L. & Patterson, C.J. (2009). Delinquency, Victimization, and substance use among Adolescents. *Journal of Family Psychology*, 20, 3, 526-530.
- Leinoen, J.A. (2003). Parent mental health and children's Adjustment. *Child psychology and psychiatry*.
- Nikkary, D., & Harter, S. (1994). The antecedents of behaviorally-presented self-esteem in young children Unpublished manuscript: *university of Denver*: Denver. Co.
- Sandres, M.R., Connors, M.D., Brown, S., & Young, R.W. (2004). Does Parental attribution retraining and anger management enhance the effects of the triple positive parenting program with parents at risk of child maltreatment behavior therapy, *Journal of Psychology*, 35, 513- 535.
- Satir, V. (1991). The Satir Model: Family Therapy and beyond. Palo Ahto, ca: *Science and behavior Books*.
- محبی نورالدین، م. شهنی بیلاق، م و پاشا، غ. (۱۳۸۲). رابطه بین جو عاطفی اعضای خانواده با سازگاری فردی - اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستان‌های پسرانه مسجد سلیمان، فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان (اصفهان)، سال ششم، شماره ۱۹ و ۲۰: ص ۵۱-۷۴.
- میرلوحی، ف. مولوی، ح و آتش‌پور، ح. (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین جو عاطفی خانواده و خلاقیت در دانش‌آموزان چهارم و پنجم دبستان شهر اصفهان، فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان (اصفهان)، سال نهم، شماره ۳۱: ص ۸۲-۶۹.
- ناهیدی، م. (۱۳۹۰). بررسی رابطه جو عاطفی خانواده با شکل‌گیری ویژگی‌های شخصیتی سخت‌رویی و خودشکوفایی نوجوانان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران.
- نوابی‌نژاد، ش. (۱۳۸۰). سه گفتار درباره راهنمایی و تربیت فرزندان، چاپ هفتم، تهران: انجمن اولیاء و مربیان.
- نوابی‌نژاد، ش. (۱۳۸۱). مشاوره ازدواج و خانواده‌درمانی، چاپ چهارم، تهران: انجمن اولیا و مربیان.
- Baumrind, D. (1994). Development of instrument competence through socialization. Minnesota symposium child. *Psychology*. Vol 7.
- Brophy, H.E., Schiffman, R.F. & London Bocknek, E. (2011). Toddlers Social-emotional Competence in the contexts of Maternal Emotion Socialization and Contingent Responsiveness in a law-income Sample. *Social Development*, 20(1), 73-92.
- Brubacher, L. (2006). Integrating emotion- focused therapy with the Satir model. *Journal of dissertation pacific university*.
- Byrene, B.M. (2001). Structural education modeling with amos. Basic concepts, application and programming newjersey: *Lawrence Erlblam Associated*