



## The effect of group counseling based on choice theory on dysfunctional conflict resolution styles of married people<sup>1</sup>

**Mohammad Farajpour Ph.D student**

Family Counseling, Hormozgan University, Bandar Abbas, Iran.

**Kourosh Mohammadi. Ph.D**

Assistant Professor of Hormozgan University Counseling Department, Bandar Abbas, Iran.

**Egbal Zarei Ph.D**

Associate Professor, Department of Counseling, Hormozgan University, Bandar Abbas, Iran

## تأثیر مشاوره گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب بر سبک‌های حل تعارض ناکارآمد افراد متأهل

محمد فرج پور

دانشجوی دکتری مشاوره خانواده، دانشگاه هرمزگان، بندر عباس، ایران.

\*کوروش محمدی

استادیار گروه مشاوره دانشگاه هرمزگان، بندر عباس، ایران.

اقبال زارعی

دانشیار گروه مشاوره دانشگاه هرمزگان، بندر عباس، ایران.

### Abstract

The aim of this study was to investigate the effect of group counseling of choice theory on dysfunctional conflict resolution styles of married people. The statistical population included married people (men and women in the first two years of marriage) who had referred to family counseling centers in Urmia due to conflict. The number of 20 people who had low scores in the Marital Satisfaction Questionnaire (Enrich, 1999) were randomly selected. Simple were divided into experimental and control groups. In this study, the Conflict Resolution Styles Questionnaire (Rahim, 1983) has been used. Data were analyzed by repeated measures analysis of variance, analysis of covariance and Beferroni post hoc tests. The dysfunctional conflict of married individuals showed significant ( $P < .01$ ). The result continued in the follow-up phase. Therefore, group counseling based on choice theory can be used to adjust dysfunctional (avoidant, domineering) conflict resolution styles of married people in the first two years of marriage.

**Keywords:** Selection theory, group consultation, Ineffective conflict resolution styles, married people

1- Extracting the article from the doctoral dissertation of Hormozgan University Family Counseling, Bandar Abbas, Iran

### چکیده

هدف این پژوهش، بررسی تأثیر مشاوره گروهی نظریه انتخاب بر سبک‌های حل تعارض ناکارآمد افراد متأهل بود که از روش پژوهش نیمه آزمایشی با پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل و مرحله پیگیری استفاده شد. جامعه آماری شامل افراد متأهل (زن و مرد در دو سال اول ازدواج) بودند که به دلیل تعارض به مراکز مشاوره خانواده در شهر ارومیه مراجعه کرده بودند. تعداد ۲۰ نفر که در پرسشنامه رضامندی زناشویی (Enrich, 1999) نمرات پایینی داشتند، بصورت تصادفی ساده به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. در این پژوهش از پرسشنامه سبک‌های حل تعارض (Rahim, 1983) استفاده شده است. داده‌ها بوسیله آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر و آزمون‌های تعقیبی بنفرونی بررسی شد، یافته‌ها تأثیرمداخله گروهی رویکرد انتخاب گلاسر را بر کاهش سبک‌های حل تعارض ناکارآمد افراد متأهل معنادار نشان داد ( $P < .01$ ). نتیجه در مرحله پی‌گیری نیز تداوم داشت. بنابراین می‌توان از مشاوره گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب در تعدیل سبک‌های حل تعارض ناکارآمد (اجتنابی، سلطه‌گرانه)، افراد متأهل در دو سال اول ازدواج بهره گرفت.

**واژه‌های کلیدی:** نظریه انتخاب، مشاوره گروهی، سبک‌های حل تعارض ناکارآمد، افراد متأهل

مقدمه

همکاری<sup>۶</sup>) یا ناکارآمد (اجتنابی<sup>۷</sup>، سلطه‌گرایی<sup>۶</sup> (Rahim, 1986؛ Olson & Defrain 2001) برخی نیز بصورت مثبت (راه حل مثبت، تسلیم) و منفی (درگیری و ترک رابطه) دسته بندی کرده‌اند.

در رابطه با تأثیر تعارض بر زوجین، شواهد دست آمده از مطالعات انجام شده نشان می‌دهد که تعارض زناشویی و آشفتگی برای سلامت روانی و جسمی ضرر دارد. از جمله: آشفتگی زناشویی با افزایش خطر ابتلا به اختلالات اضطرابی<sup>۷</sup>، اختلالات خلقی<sup>۸</sup> مانند افسردگی و اختلالات مصرف مواد<sup>۹</sup> همراه است (Whisman, 2007). همچنین تعارضات زناشویی در ایجاد افسردگی نقش علی ایفا می‌کند (Choi & Marks, 2008؛ Hamid, Kouchaki, & Hayat bakhsh malayeri, 2012). زنانی که در طول تعارض با شوهران، مستعد سازش هستند و با نگرانی‌های خود سازگار می‌شوند خطر مرگ و میر در آنها بیشتر از ده سال افزایش می‌یابد که چهار برابر بالاتر از زنانی است که راحت‌تر نگرانی‌های خود را به شوهران ابراز می‌کنند (Eaker, Sullivan, Kelly-Hayes, & D'Agostino, 2007). پژوهش (Hysi 2015) تأثیر رفتارهای منفی در سلامت فیزیکی، مشکلات بهداشتی مزمن و ناتوانی‌های بدنی را تأیید کرده است.

پژوهش‌های متعددی در باره تعارضات زناشویی و ارتباط آن با مؤلفه‌های روان‌شناختی انجام شده است از جمله یافته‌های پژوهشی Maleki, Zabih Zadeh, Panaghi, (2014؛ Rashidi, & Bagheri 2000؛ Lopez & Brennan 2000) رابطه بین سبک‌های حل تعارض و سبک‌های دلبستگی، تأثیر واسطه‌ای سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با راهبردهای حل تعارض سلطه‌گرانه و اجتنابی تأیید شده است. در مقاله (Crowley, Chambers & De Dreu 2014؛ Crowley, 2006) مشخص گردید که خود محوری افراد با تعارضات سلطه‌گرانه رابطه دارد. همچنین در مقاله پژوهشی

سلامت روان‌شناختی و هیجانی<sup>۱</sup> جامعه به سلامت خانواده وابسته است که به نوبه خود به تداوم سلامت ارتباط زوجین بستگی دارد (Khatamsaz, Forouzandeh, & Ghaderi 2017). انسانها جهت حفظ روابط نزدیک (درک، توسعه)، انگیزه بالایی دارند (Lydon, Quinn, & 2013). پایه گذاری ارتباط زناشویی محکم و کیفی، در سال‌های اول ازدواج می‌تواند در این زمینه نقش مهمی را ایفا نماید (Qiong, 2018). یک عشق پویا با اشتیاق، حمایت، صمیمیت، پذیرش، اعتماد و احترام بوجود می‌آید، تا انگیزه‌ها و نیازهای مهم رابطه را برآورده کند. (Arriaga, 2013; Fehr 2013). با تأسف می‌توان بیان کرد که نتایج مطالعات نشان می‌دهد که بیشترین تعارض زوجین در روابط اولیه رخ می‌دهد (Carlson & Denik Mayer, 2008). حتی شادترین زوج هم دوره‌های از تنش، عصبانیت و اضطراب را تجربه می‌کنند. (Gottman, 2011؛ Olson & Defrain 2001). در این زمینه مطالعه (McNulty & Karney, 2001) مشخص کرد که ۴۰٪ از عروس‌های مورد بررسی حداقل یک مشاجره در هفته و ۷۰٪ حداقل یک مورد تعارض در ماه را گزارش کردند.

تعارض رخداد رایج رابطه‌های زناشویی، چگونگی حل آن، از رایج‌ترین موضوعات برای ارزیابی سلامت زناشویی می‌باشد. همچنین مدیریت تعارض را عنوان یکی از مهم‌ترین تعیین‌کننده‌های کیفیت زناشویی (wagner, Mosmann, Khojasteh Mehr, Scheeren, & Levandowski 2019؛ Koochaki, & Rajabi, 2013؛ Haghghi, 2010) و کیفیت ارتباط در زوجین تلقی می‌کنند. (Caughlin & Vangelisti, 2006).

از نظر Menber (2014) سبک‌های حل تعارض<sup>۲</sup> مکانیسم‌ها یا شیوه‌های را در بر می‌گیرد که افراد متأهل تعارض‌ها را دستکاری می‌کنند. در مورد سبک‌ها و روش‌های حل تعارض، برخی آنرا به سازنده بودن (مصالحه<sup>۳</sup>،

6. competition style  
7. anxiety Disorders  
8. mood disorders  
9. drug use disorders

1. psychological and emotional health  
2. conflict resolution styles  
3. compromise style  
4. collaboration style  
5. avoidance style

با وجود اثربخشی زوج‌درمانی‌های مختلف بر تغییر یا بهبود سبک‌های حل تعارض از قبیل آموزش دیدگاه‌گیری اجتماعی (Yaghoobi & Mohammadzadeh 2016)، آموزش مهارت‌های ارتباطی (Asadi shishegaran, Ghamari, & Nemni, 2016)، خانواده‌درمانی ساختی (Sheikholslami, 2016)، (Keshavarz Afshar, Farazi, & Golshan, 2021)؛ نبودن عزم مشترک در زوجین نسبت به تغییر، طولانی بودن جلسات درمان و غیر اقتصادی آن بخاطر فشارهای ناشی از فقدان بیمه، مقاومت مراجعان نسبت به درمان‌های بلند مدت، بی‌توجهی مراجعان نسبت به بینش‌ها و تعبیرهای ارائه شده درمانگران و تعجیل مراجعان جهت بهبودی، همه از عواملی هستند که کاربرد درمان‌های طولانی مدت را در درمان زوج‌ها با تردید و مشکلاتی مواجه کرده است (Macdonald 2007). در مناطقی که فقر فرهنگی حاکم است و هنوز جایگاه مشاوره خانواده قبل از ازدواج و سال‌های اوایل زندگی مشترک اهمیت خود را پیدا نکرده است، صرفاً مشاوره بهداشتی قبل از عقد جدی گرفته می‌شود. بسیاری از طلاق‌های توافقی ارجاعی زوجین جوان در ماه‌های اول ازدواج به مشاوره نیز، زمانی اتفاق می‌افتد که طرفین تصمیم خود را بر طلاق گرفته‌اند. رویکرد انتخاب‌گلاسر، از جمله رویکردهایی است که شرایط اجرای آموزش گروهی برای افراد متأهل داوطلب درمان را داشته، ابعاد آموزشی آن می‌تواند بر درمان مشکلات زوجین مؤثر باشد، یکی از ویژگی‌های متمایز واقعیت‌درمانی این است که درمانگران، تئوری انتخاب را به‌عنوان بخشی از درمان آموزش می‌دهند (Lennon.B, 2010).

با ترکیب مشاوره گروهی<sup>۱</sup> و نظریه انتخاب زمینه برای مداخلات آموزشی و ترمیمی فراهم می‌شود. مداخلات روانی بر پایه مشاوره گروهی شامل تمام ابعاد روان‌شناختی می‌شود و تغییرات متنوعی در باورها، احساسات فرد ایجاد می‌کند و افراد در گروهی که مشکلات مشابه دارند احساس امنیت و آرامش بیشتری کرده و با آزادی و رغبت بیشتری به بحث و گفتگو در باره مسائل شخصی و خانوادگی می‌پردازند و از تجربه دیگران در یک فضای قابل‌اعتماد بهره می‌گیرند (Boonsuchat, 2015). برخی معتقدند که درمان گروهی،

(Narimani, Pouresmali, Mikaeili, & Hajloo, 2021) رابطه نوروگرای و سبک‌های اجتنابی تأیید شده است. نتایج پژوهش (Greeff & Bruyne, 2000) نشان داد که سبک مدیریت همکارانه بالاترین رابطه، در مقابل، سبک رقابتی کمترین رابطه را با رضایت زناشویی دارد. در پژوهش (Razmgar & Asghari Ebrahimabad 1399) رابطه مثبت بین سبک‌های حل تعارض و شادکامی با رضایت از زندگی تأیید شد. همچنین بین نوع سبک‌های حل تعارض با جنسیت رابطه تأیید شده است. مردان سبک‌های ملزم شده و زنان سبک‌های اجتنابی را بیشتر بکار می‌گیرند. (Bordean, Rácz, Ceptureanu, Ceptureanu, & Pop 2020) در تبیین (Goodwin 2002) رابطه بین اهمیت بالا به خود و پایین به دیگران با سبک‌های تعارض اجتنابی تأیید شده است. همچنین یافته‌های (Cuming & Rapee, 2010) نشان داد زنانی که در آنان سبک‌های ارتباطی بصورت خودافشایی پایین در هیجانات مثبت و منفی بوده است، در روابط زناشویی از حمایت پایین و تجربه تعارض بیشتر برخوردار بوده‌اند که این وضعیت منجر به آشفتگی ارتباطی و افزایش خطر افسردگی می‌شود. در مقابل عشق پویا که با ویژگی‌های اشتیاق، حمایت، صمیمیت، پذیرش، اعتماد و احترام توصیف می‌شود، نیازها و انگیزه‌های مهم ارتباطی را برآورده می‌کند (Arriaga, 2013؛ Fehr 2013). در مقاله پژوهشی (Sadeghi & Mohammadian Sharabaf, 2014) مشخص شده است که سبک‌های حل تعارض ناکارآمد از طریق باورهای ارتباطی قابل تبیین می‌باشد. همچنین در پژوهش (et al., 2010), (Kiviniemi; Hockert; Seitamo; Joskitt; Heikkinen) مشخص شده که تصویر ذهنی افراد متأهل از سبک‌های حل تعارض پدر و مادر خود بر میزان کارآمد یا ناکارآمد ارتباط آنها در زندگی زناشویی تأثیر دارد، افرادی که تصاویر ذهنی آنها از والدین خود سلطه‌گرانه بود با روابط مشاخره‌آمیز زندگی را ادامه می‌دادند، در حالیکه افرادی که تصاویر ذهنی والدین خوش‌مشرب و حامی را تجربه کرده بودند از رابطه متعادل و دوستانه در زندگی خود برخوردار بودند.

بودن خواسته‌ها است که خود موجب بروز تعارض در زندگی زناشویی می‌شود (Farahbakhsh, Shafiabadi, 2006; Ahmadi, & Delavar, 2011; Oladi). در نظریه انتخاب زوجین از کنترل بیرونی، هفت عادت مخرب بازداری و در مقابل جهت جایگزینی هفت عادت مهربانی تشویق می‌شوند، تا رضایت‌مندی و مؤثر بودن را افزایش و با به‌کارگیری عادت‌های دوست‌داشتنی، روابط را بهبود بخشند (Akbari, 2014; Akbary.M & Dinarvand.F, 2014). از نظر گلاسر تنها راه حل مشکلات زناشویی گفتگوی با زبانی مهرورانه یا زبان تئوری انتخاب<sup>۱</sup> است. عمل به تعهدات شخصی به عمل کردن یا نکردن دیگری به تعهدات خودش بستگی ندارد، اگر تنها یکی از زوجین از این تئوری استفاده کند، پس از مدتی تأثیر خوبی از آن خواهد دید (Glaser & Glaser 2012).

فقدان آموزش‌های جدی در اوایل زندگی زوجین جوان، مهارت‌های ارتباطی نامناسب و عدم به‌کارگیری سبک‌های حل تعارض سازنده، زمینه را برای مشکلات متعدد در زندگی زوجین فراهم می‌سازد. خلأ آموزشی مهارت‌های مناسب برای زوجین جوان در سال‌های اولیه ازدواج، مشکلات موجود، آمارهای فراوان مبنی بر طلاق‌های زودرس در دوره نامزدی و سال‌های آغازین زندگی مشترک منجر به طرح فرضیات زیر گردید:

۱- بین میانگین‌های پس‌آزمون گروه آزمایش و کنترل از لحاظ اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب بر سبک حل تعارض ناکارآمد (اجتنابی و سلطه‌گرانه) تفاوت وجود دارد

۳- اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب بر سبک‌های حل تعارض سلطه‌گرانه و اجتنابی در گروه آزمایش در مرحله پیگیری تداوم دارد.

#### روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: این پژوهش نیمه‌آزمایشی و طرح تحقیق پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل و مرحله پیگیری بوده که در آن از گروه آزمایش و گواه

بهترین مکان جهت کار روی مقاومت‌ها می‌باشد. به این خاطر که در گروه زوج واقعی نیست و افراد مجبورند نقش زوجینی را بصورت جایگزین انتخاب و به نمایش بگذارند، رفتارهای مشابه خانواده اصلی را به گروه مطرح نمایند. استفاده از همسر جایگزین در گروه فرایندی است که فرصتی را جهت کار روی انتقال‌ها و تعاملات قبلی فراهم می‌سازد تا با تصویر برداری از خط مشی زناشویی، مسمومیت‌ها و موانع کشف شوند (Feldman & Batkin 2009). در مقاله پژوهشی (Karkhaneh et al., 2016) تأثیر مشاوره گروهی مبتنی بر رویکرد خود تمایزی بوئن در تعارضات زناشویی، در مقاله پژوهشی (Givertz, Segrin, & Hanzal, 2009) تأثیر درمان گروهی رویکرد انتخاب بر کاهش استفاده از سبک‌های حل تعارض اجتنابی تأیید شده است. همچنین در مقاله پژوهشی (Mohammadi, Shamloo Sepehri, & Asghari ebrahim ) تأثیر درمان گروهی مبتنی بر طرح‌واره، بر کاهش پریشانی روان‌شناختی زنان تأیید شده است. همچنین در مقاله پژوهشی (Shakarami, Davarniya, Zaharakar, & Talaeian, 2015) اثربخشی درمان گروهی بر کیفیت روابط زناشویی زنان تأیید شده است.

نظریه انتخاب می‌تواند به مراجعان کمک کند که احساس کنترل درونی<sup>۱</sup> و خود رهبری<sup>۲</sup> را افزایش دهند، همچنین یاد بگیرند نیازهایشان را برآورده کنند. (Wubbolding 2008). گلاسر ادعا می‌کند که تقریباً همه بیماری‌ها ریشه در روابط ناخوشایند فعلی دارد، وظیفه ما انجام کاری است که بتواند روابط فعلی را اصلاح نماید. (GLaser 2001; Glasser 2005; Glasser 1988). همچنین گلاسر معتقد است که اگر افراد متأهل درک کنند که تحت تأثیر پنج نیاز اساسی<sup>۳</sup> خود (عشق، آزادی، قدرت، تفریح و بقا) هستند و از ابتدای زندگی‌شان برای ارضای این نیازها تلاش می‌کنند در بهبود روابط زناشویی آن‌ها پیشرفت چشم‌گیری ایجاد خواهد شد (Corey, 2009): (Litwack 2007)، از نظر گلاسر تعارض زناشویی ناشی از انتخاب رفتارهای غیرمسئولانه و نادرست در روابط زناشویی و تضاد خواسته‌های زوجین و غیرواقعی

3. basic need  
4. language of choice theory

1. feel the inner control  
2. self-leadership

از هر گروه برای حضور در مرکز مشاوره دانشگاه فرهنگیان دعوت به عمل آمد و پس از آشنایی، جلب اعتماد و همکاری آنها، اهداف کلی ارائه، سپس با اعتمادسازی به اینکه این مداخله بخشی از یک کار پژوهشی است و دادن اطمینان از اینکه مواردی که در جلسات مطرح می‌شود، کارگروه با معرفی اعضا شروع شد، سپس اهداف گروه ارایه گردید و در باره مفاهیم اساسی رویکرد (دنیایی کیفی، کنترل بیرونی و درونی، آموزش رفتارهای مهلک و مهرورزی، نیازهای اساسی همسر، آموزش مهارت دایره حل و دایره مشکل گشا جلسات گروه درمان تشکیل شد. (Ramzi Eslambooli, Alipor, Sepehri Shamloo, & Zareh, 2015). همچنین اطلاعات هویتی آنها بدون رضایت خودشان محفوظ می ماند و در اختیار هیچ فرد یا گروهی قرار نمی گیرد، در نهایت داده های مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری در دو سطح توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و تحلیل واریانس مکرر، و آزمون های تعقیبی بنفرونی (مورد تحلیل قرار گرفت. خلاصه ای از جلسات درمانی در جدول ۱ ارائه شده است.

استفاده شده است. جامعه آماری شامل افراد متأهل (زن و مرد دو سال اول ازدواج) بودند که به دلیل تعارض به مراکز مداخله و مشاوره خانواده در شهر ارومیه به صورت خود ارجاعی مراجعه کرده بودند. تعداد ۲۰ نفر که شرایط پژوهش را داشتند (داوطلب مداخله گروهی، دو سال اول ازدواج، دارای نمره عدم رضایت یا رضایت متوسط به پایین) در پرسشنامه رضامندی زناشویی انریچ (Enrich marital satisfaction questionnaire) به عنوان نمونه در دسترس انتخاب و با استفاده از روش تصادفی در دو گروه (آزمایش و کنترل) قرار گرفتند. پرسشنامه سبک های حل تعارض<sup>۱</sup> به عنوان پیش آزمون در اختیار هر دو گروه قرار گرفت در مرحله بعد، گروه آزمایشی به مدت ۹ جلسه در معرض درمان گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب (C.T.G.T<sup>۲</sup>) قرار گرفت. یک هفته پس از پایان جلسات آموزشی یکبار دیگر پرسشنامه سبک های حل تعارض به عنوان پس آزمون روی هر دو گروه اجرا گردید، بعد از ۴۵ روز مجدد جهت پی گیری میزان تداوم اثر گروه درمانی متغیر وابسته مجدد ارزیابی گردید.

#### روش اجرا و تحلیل داده ها

جدول ۱: پروتکل درمانی نظریه انتخاب (Ramzi Eslambooli et al., 2015)

جلسات	موضوع	محتوا
جلسه اول	آشنایی با مفاهیم کنترل بیرونی و درونی	برقراری ارتباط و معرفی اعضا - بیان قواعد گروه اهداف و معرفی اعضا - اجرای پیش آزمون - طرح سؤالات اساسی - آموزش مفاهیم کنترل درونی و بیرونی - انتخاب رفتار کلی - بازخورد
جلسه دوم	آموزش دنیایی کیفی	شناخت دنیایی کیفی و عکس‌های درون آن - ارزیابی و سنجش دنیایی کیفی
جلسه سوم	آموزش هفت رفتار مهلک و سبک‌های حل تعارض ناکارآمد	ارزیابی میل به کنترل دیگران توسط خود فرد - شناسایی و آموزش هفت عادت مهلک در زندگی - آموزش نقش هفت رفتار مهلک روابط زوجین به اعضای گروه
جلسه چهارم	آموزش هفت رفتار مهرورزی و سبک‌های حل تعارض سازنده	آموزش ویژگی‌های روابط دوستانه و تفاوت آن با روابط زوجین - آموزش هفت رفتار مهرورزی و سبک‌های حل تعارض سازنده
جلسه پنجم	آموزش نیازهای اساسی	آموزش پنج نیاز اساسی به اعضای گروه - کمک به درک پنج نیاز اساسی خود

جلسه ششم	شناخت نیازهای اساسی همسر	ارزیابی سطح نیاز در بین زوجین - قراردادن اعضای گروه در سطح نیازهای هم‌گروهی‌ها - ارزیابی نیازهای اعضا توسط یکدیگر - آموزش تفاوت نیازها در زن و مرد به اعضای گروه
جلسه هفتم	آموزش دایره حل	آموزش دایره فرضی حل - تشکیل دایره فرضی حل - مذاکره و توافق برسد نحوه ارضای نیازها - طرح‌ریزی برای حل اختلافات
جلسه هشتم	آموزش دایره مشکل‌گشا	آموزش دایره مشکل‌گشا - ارزیابی دایره مشکل‌گشا - انجام دایره مشکل‌گشا در جلسه مشاوره برای مراجعین داوطلب - کاربرد روی نیاز به تفریح
جلسه نهم	خلاصه جلسات قبل و اجرای پس‌آزمون	مرور کاربرد جلسه قبل - ارزیابی از زوجین در زمینه درک مفاهیم زیر: انتخاب رفتارها - کنترل درونی و بیرونی - دنیایی کیفی - نیازهای اساسی - هفت رفتار مهلک و هفت رفتار مهرورزی - جمع‌بندی و نتیجه‌گیری نهایی و اجرای پس‌آزمون

**یافته‌ها:**

٪ شرکت‌کنندگان زن و ۴۰٪ مرد متأهل بود. در این قسمت بر اساس داده‌های جمعیت‌شناختی پژوهش از ۲۰ نفر نمونه، ۹ نفر دیپلم (۴۵٪)، ۸ نفر فوق‌دیپلم (۴۰٪) و ۳ نفر (۱۵٪) لیسانس و بالاتر بوده و میانگین سنی مجموع اعضای نمونه برابر با ۲۴/۶ سال با انحراف استاندارد ۴/۶۳ است. ۶۰٪ شرکت‌کنندگان زن و ۴۰٪ مرد متأهل بود. در این قسمت به‌منظور تبیین عینی و سازمان‌یافته داده‌های تحقیق و امکان مقایسه بهتر نتایج از روش‌های آمار توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار استفاده شد، که نتایج آن در جدول ۲ گزارش شده است.

**جدول ۲- میانگین و انحراف استاندارد در مقیاس سبک‌های حل تعارض اجتنابی و سلطه‌گرانه در مرحله پس‌آزمون و پیگیری**

گروه نظریه		گروه کنترل		مرحله آزمون	خرده مقیاس
انتخاب	SD	M	SD		
انتخاب	۱۷/۶	۲/۵	۲۳/۸	پس‌آزمون	سبک اجتنابی
کنترل	۱۸/۵	۲/۳۶	۲۲/۹	پیگیری	
انتخاب	۱۱/۷	۱/۹۴	۲۰/۴	پس‌آزمون	سبک سلطه‌گرانه
کنترل	۱۳/۵	۱/۷۱	۱۹/۱	پیگیری	
انتخاب	۲۹/۴	۳/۸۹	۴۴/۲	پس‌آزمون	کل مقیاس
کنترل	۳۲	۳/۵۹	۴۲	پیگیری	

برای بررسی همگنی واریانس‌های بین گروهی در متغیرهای پیش‌فرض از آزمون لوین استفاده گردید، نتایج نشان می‌دهد که تفاوت معنی‌داری بین گروه‌ها مشاهده نگردید، یعنی برای انجام آزمون کوواریانس، حساسیتی مبنی بر نامتجانس بودن واریانس‌های گروهی قبل از انجام مداخله وجود نداشت. در همه متغیرها  $p$  بالاتر از  $(p > /0.05)$  بوده

شاخص‌های به‌دست‌آمده در جدول ۲ نشانگر این است که در گروه آزمایش میانگین پس‌آزمون سبک اجتنابی و سلطه‌گرانه در مقایسه با گروه کنترل کاهش یافته است. این اتفاق در مرحله پیگیری نیز تکرار شده است. با بررسی نمرات کل مقیاس نیز میانگین مقیاس در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل کاهش یافته است

است. همچنین شاخص دست آمده از آزمون ام باکس نشان داد که ماتریس‌های کوواریانس متغیر وابسته برای سطوح متغیر مستقل (مشاوره گروهی) برابرند.  $F= /۴۷۶, P= /۹۰۶$ .  $(df= ۶/۳۰۹, ۱۰, ۱۵۴۹)$  آن در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳- نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای مقایسه پس‌آزمون و پیگیری نمرات سبک‌های حل تعارض ناکارآمد

خرده مقیاس	موقعیت	منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری	مجذورات
سبک‌های حل تعارض ناکارآمد	درون گروهی	آزمون	۴۱۸/۷۱	۱	۴۱۸/۷۰	۱۰۱/۱۹	/۰۰۱	/۸۶۳
	بین گروهی	آزمون* درمان	۲۱۰/۹۴	۱	۲۱۰/۹۴	۵۰/۹۸	/۰۰۱	/۷۶۱
سبک‌های حل تعارض ناکارآمد	درون گروهی	مدل	۸۱۲۹۷/۳۵	۱	۸۱۲۹۷/۳۵	۳۸۸۲/۳۹	/۰۰۱	/۹۹۶
	بین گروهی	درمان	۱۰۸۱/۶	۱	۱۰۸۱/۶	۴۷/۵۶	/۰۰۱	/۷۴۸

نتایج جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که اثر اصلی درمان بین گروهی در مرحله (پس‌آزمون و پیگیری) معنی‌دار می‌باشد. بدین ترتیب، میانگین پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه مداخله و گروه کنترل متفاوت می‌باشد  $(F= ۴۷/۵۵۷, p < ۰/۰۵)$  و همچنین اثر تعاملی آزمون و درمان درون‌گروهی  $(F= ۵۰/۹۷۵, p < ۰/۰۵)$  معنی‌دار بود. به علت مشخص نشدن تفاوت گروه‌ها به صورت تفکیکی در مراحل مختلف از آزمون بونفرونی استفاده گردید که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴- نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه میانگین نمرات پس‌آزمون و پیگیری سبک‌های حل تعارض

مقیاس	مرحله آزمون	مداخله	اختلاف میانگین‌ها	خطای استاندارد	سطح معنی‌داری
سبک اجتنابی	پس‌آزمون	انتخاب - کنترل	-۶/۲	/۹۰۷	/۰۰۱
سبک سلطه‌گرانه	پیگیری	انتخاب - کنترل	-۴/۴	/۹۱۵	/۰۰۱
سبک کل	پس‌آزمون	انتخاب - کنترل	-۸/۷	/۸۳۳	/۰۰۱
مقیاس	پیگیری	انتخاب - کنترل	-۵/۶	/۷۸۵	/۰۰۱
سبک	پس‌آزمون	انتخاب - کنترل	-۱۴/۸	۱/۴۰۶	/۰۰۱
مقیاس	پیگیری	انتخاب - کنترل	-۱۰	۱/۳۷۴	/۰۰۱

Hirshberg & 2009. علت اینکه نظریه انتخاب بر کاهش استفاده از حل تعارض اجتنابی مؤثر است در این نکته نهفته است که این رویکرد، کناره‌گیری افراد از مسئولیت شخصی یا مقصر دانستن دیگران یا جامعه را هنگام مواجهه با مشکلات غیر قابل پذیرش می‌داند (Oladi 2011).

یافته دوم نشان داد که در مرحله پس‌آزمون و مرحله پیگیری اثربخشی رویکرد در تعدیل سبک‌های سلطه‌گرانه تأیید شده است یافته موردنظر با نتایج پژوهشی (Yaghoubi & Mohammadzadeh 2016؛ Azadifard & Amani, 1395؛ Khojasteh Moland, 2011؛ Hysi 2015؛ Nemni et al., 2021؛ Mehr et al., 2013؛ Gottman 1994) همسو می‌باشد. تأثیر مشاوره گروهی و رویکرد انتخاب گلاسر بر کاهش استفاده از سبک سلطه‌گرانه در تعاملات افراد متأهل با ایجاد فضای قابل اعتماد از طریق مشاوره گروهی (Boonsuchat, 2015) و تصویربرداری از خط مشی‌های مسموم زناشویی در گروه (Livingston 2006؛ Feldman & Batkin 2009) قابل درک است. همچنین تأکید (Glasser 1988) بر کنترل درونی و خود رهبری افراد متأهل، و معرفی رفتارهای تهدیدگر در زندگی مشترک (Wubbolding 2008) بر کارایی آن در گروه افزوده است.

در طول جلسات گروه‌درمانی پژوهشگر دریافت که افراد متأهل با انواع سبک‌های حل تعارض سازنده و غیرسازنده با مسائل زندگی برخورد می‌کردند. در طول بحث‌های مختلف در گروه و به اشتراک گذاشتن ایده‌ها و تجارب اعضا، آنها با انواع سبک‌های حل تعارض سازنده (همکاری، مصالحه) و ناکارآمد (اجتنابی و سلطه‌گرانه) آشنا شدند، اعضا فهمیدند که گاهاً تکرار سبک‌های ناکارآمد حل مسئله می‌تواند موانع ارتباطی و سایر مشکلات را برایشان فراهم نماید. تدریجاً اعضا دیدگاه‌ها و نقطه‌نظرات خود را به کمک درمانگر و سایر اعضا تغییر دادند.

یافته نهایی پژوهش نشان داد که در مرحله پی‌گیری اثربخشی رویکرد گروهی انتخاب پایدار بود. در کل نتایج پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهشی پیشین (Shakarami et al., 2015؛ Khojasteh Mehr et al., 2013) همسو می‌باشد. علل مؤثر بودن رویکرد انتخاب بر تغییر سبک‌های حل تعارض ریشه در غنی بودن محتوای این رویکرد در مسائل زوجین از قبیل نیازها

برای مقایسه دو بدو نتایج از آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده شد، نتایج این آزمون نشان داد که بین گروه‌های مداخله کنترل در مرحله پیش‌آزمون از لحاظ میزان نمرات سبک حل تعارض ناکارآمد اجتنابی، سلطه‌گرانه و تعارض کلی تفاوت معنادار وجود ندارد ( $p < /0.05$ )، در مرحله پس‌آزمون بین گروه‌های مداخله با گروه کنترل در سطح ( $p < /0.05$ ) تفاوت معنادار مشاهده شد. یعنی مداخلات انجام شده در گروه‌های آزمایش منجر به کاهش میزان استفاده از سبک حل تعارض ناکارآمد اجتنابی، سلطه‌گرانه و تعارض کلی گردیده است. نتایج مرحله پس‌آزمون در مرحله پیگیری نیز تداوم داشته است.

### بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های به‌دست‌آمده در جدول ۴ نشان داد که در مراحل پس‌آزمون و مرحله پیگیری اثربخشی رویکرد بر تغییر سبک‌های اجتنابی تأیید شده است. پیشینه پژوهش از لحاظ رویکردهای مورد مطالعه، نمونه و متغیرهای همبسته با این پژوهش متفاوت است. به لحاظ ارتباط سبک‌های حل تعارض با مؤلفه‌های زندگی زناشویی، این یافته با نتایج پژوهش (Khojasteh Mehr et al., 2013؛ Narimani, et al., 2021)؛ (Kiviniemi et al., 2011)؛ (Sadeghi & Mohammadian Sharabaf, 2014) همسو می‌باشد. در تبیین علل استفاده افراد از سبک حل تعارض اجتنابی می‌توان گفت که این افراد از الگوهای تعاملی زناشویی عدم توافق و تبادل خشم، رفتارهای کلامی و غیر کلامی منفی، عدم همکاری و مشارکت، کناره‌گیری عاطفی، رفتاری و بی‌اعتنایی نسبت به کنش‌های همسر، واکنش‌های هیجانی سرد و منفی به عواطف دیگری استفاده می‌کنند (Bordean et al., 2020). همچنین افرادی که در سبک اجتنابی قرار می‌گیرند با نقش‌های جنسی سنتی یعنی نقش‌های مردانه و زنانه سازگاری دارند، وظایف زن و مرد کاملاً جدا از هم و متمایز است. آنها از بروز هر نوع تعارضی اجتناب می‌کنند و دارای مهارت‌های اندکی در حل تعارض هستند و زمانی که تعارض بوجود می‌آید هر یک نظر خود را بیان می‌کنند، هیچ‌کدام تلاشی برای متقاعد کردن طرف مقابل و ایجاد تفاهم ندارند و برخی مواقع نیز پرخاشگری نشان می‌دهند. این افراد امیدی ندارند که از حل تعارض سودی کسب کنند. (Givertz et al., 2009)؛ (Ben-Ary



خلاقیت است؛ آخری تفریح نیز نیاز روان شناختی است که در بردارنده سرگرمی و لذت بردن از زندگی است. این نیازها اساسی هستند نه سلسله مراتبی که ابراهام مازلو مطرح کرده است. نیازهای اساسی مطرح شده به وسیله گلاسر، بسته به نوع شخص متفاوت است، همچنین می‌تواند در طول زمان و شرایط در یک فرد تغییر کند، در صورت بر آوردن نشدن این نیازها، در احساسات افراد نمایان شده و رضایت ازشمیدگر را تحت تأثیر قرار می‌دهد. (Glaser & Glaser 2012)؛ Corey, 2009; Litwack 2007; Wubbolding 2008.

به‌طورکلی نتایج پژوهش نشان داد که سبک‌های حل تعارض ناکارآمد از طریق مداخلات گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب قابل دستکاری بوده و می‌تواند در سوق دادن افراد متأهل به سوی سبک‌های حل تعارض سازنده مفید باشد. با بکارگیری رویکردهای ترکیبی و آموزشی، می‌توان نگرش‌ها و رفتارهای افراد متأهل را، بخصوص در اوایل زندگی مشترک، نسبت به به‌کارگیری سبک‌های حل تعارض مثبت سازنده تقویت و همچنین دوری از سبک‌های حل تعارض ناکارآمد را فراهم ساخت. تا از انواع مشکلات ارتباطی فرسوده کننده در زندگی مشترک پیشگیری شود. این پژوهش با محدودیت‌های از جمله طول کشیدن دستیابی به نمونه موردنظر با توجه به اهداف پژوهش و ترکیب اعضای گروه نامتجانس و سختی پذیرش اولیه اعضا مواجه بوده است؛ لذا توصیه می‌شود که پژوهشگران بعدی با توجه به فرهنگ منطقه برای آموزش‌های مشاوره گروهی هم‌جنس غیر هم‌جنس به صورت جداگانه، تأثیر رویکرد گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب را در افراد متأهل تازه ازدواج کرده بررسی نمایند. همچنین به مراکز مشاوره خانواد، ازدواج، سازمان‌های حمایتی پیشنهاد می‌شود از یافته‌های آموزشی این پژوهش، برای پیشگیری و حل تعارض‌های اوایل ازدواج استفاده گردد. برای ارائه مدل جامع پیشگیری از آسیب‌های زندگی در زوج‌های جوان، تحقیقات بیشتر با شناخت الگوهای شخصیتی و تأثیر پذیری از رویکرد گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب انجام شود.

#### تشکر و قدردانی

از مسئولین مراکز مشاوره ارومیه که در دستیابی به نمونه پژوهش زمینه مصاحبه اولیه را فراهم کردند، همچنین از

(Brown, 2005; Corey, 2009; Litwack 2007)، دنیای کیفی (Corey, 2009, 2013; Wubbolding, 2000) رفتار کلی (Bradley, 2014; Wubbolding & Brickell 2009)، باورهای ده گانه مهم زوجین برای بهبود روابط (Flanagan 2004) دانست. توجه به بنیادهای فلسفی و زیر بنایی این نظریه، در درک و تبیین کارآمدی آن بر ارتباط خانوادگی، بی‌اثر نیست، چرا که ارتباط سالم را کلیدی‌ترین عامل، برای زندگی موفق؛ در مقابل، ناکارآمد بودن آن را، مؤثرترین عامل فروپاشی تلقی می‌کند. (Qiong, 2018; Glaser & Glaser 2012). همچنین رویکرد گلاسر با محور قرار دادن تقویت کنترل درونی و خود رهبری در افراد (Wubbolding 2008)؛ آموزش شناسایی عادت‌ها مخرب، و جایگزینی رفتارهای مثبت (Akbari, 2014) فرایند تغییر و بهبود ارتباط را بخوبی سازمان داده است. در تبیین دیگر می‌توان گفت، که توجه رویکرد حاضر به آموزش و شناخت دنیای کیفی (Brown, 2005; Corey, 2009, 2013; Wubbolding, 2000)؛ منجر به شناخت بنیادهای اساسی ارتباط می‌شود. او معتقد است انسان از بدو تولد مخزنی از اطلاعات را در ذهن خود وارد می‌کند و پوشه‌ای از خواسته‌ها را تشکیل می‌دهد، که دنیایی کیفی می‌نامند. که در مرکز زندگی ما است، بهشت گمشده ما است، دنیایی که فرد دوست دارد در آن زندگی کند؛ کاملاً مبتنی بر خواسته‌ها و نیازهای ما است. اما برخلاف نیازها که عمومی، خیلی ویژه و خاص هستند. دنیایی کیفی شامل تصویرهای ویژه از افراد، فعالیت‌ها، وقایع، باورها، داشته‌ها و موقعیت‌هایی هستند که نیازهای ما را محقق می‌سازد. با درک دنیای کیفی خود و شریک زندگی، زمینه برای رفع موانع پنهانی ارتباط بر داشته می‌شود. آموزش نیازهای اساسی پنج گانه گلاسر، بخصوص در سالهای اولیه ازدواج، مهارت دیگری است که مانع عمیق شدن مشکلات ارتباطی شده، زمینه را برای شکل‌گیری ارتباط سازنده، در مراحل مختلف زندگی فراهم می‌نماید: بقاء، عشق و احساس تعلق، قدرت، آزادی و تفریح. بقا تنها نیاز زیستی است که همه موجودات برای آن تلاش می‌کنند؛ عشق و احساس تعلق، اولین نیاز روان شناختی است که مورد توجه قرار گرفته است؛ قدرت، نیاز روان شناختی است که شامل احساس موفقیت، کامیابی، برجسته شدن و احترام است؛ آزادی نیاز روان شناختی است، که در بردارنده بیان عقاید، انتخاب‌ها و

- Bradley, E. L. (2014). Choice theory and reality therapy: an overview. *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*, 6-14. doi:Vol. XXXIV, No
- Brown, T. S., S. (2005). Identifying Basic Needs: The Contextual Needs Assessmt *International Journal of Reality Therapy*, 24(2), 7-10.
- Carlson, v., & Denik Mayer, d. (2008). The time has come for a couple to live better.
- Caughlin, J. P., & Vangelisti, A. L. (2006). *Conflict in dating and marital relationships* Thousand Oaks: CA: Sage
- Chambers, J. R., & De Dreu , C. K. W. (2014). Egocentrism Drives mis understanding in Conflict and negotiation *Journal of Experimental Social Psychology*, 51, 15-26.
- Choi , H., & Marks , N. F. (2008). Marital conflict, depressive symptoms, and functional impairment. *Journal of Marriage and Family*, 70, 377 -390.
- Corey, G. (2009). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Academic Resource Center: Thomson.Learning
- Corey, G. (2013). *Reality Therapy. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (9 ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole: , Cengage Learning.
- Crowley, A. K. (2006). *The relationship of adult attachment style and interactive conflict styles to marital satisfaction*. Texas A &M University, Unpublished Doctoral Thesis
- Cuming, S., & Rapee, R. (2010). Social anxiety and self-protective communication style in close relationships. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 87-96
- Eaker , E. D., Sullivan , L. M., Kelly-Hayes , M., D'Agostino , R. B., & Benjamin , E. j. (۲۰۰۷). Marital status, marital strain, and risk of coronary heart disease or total mortalit. *The Farmington Offspring Study. Psychosomatic Medicine*, 69 509- 513.
- Farahbakhsh, K., Shafiabadi , A., Ahmadi , S. A., & Delavar, A. (2006). Comparison of the effectiveness of marital counseling with Ellis's cognitive method, Glasser reality therapy and its combination in reducing marital conflict. *Journal of Consulting News and Research*, 5(18).
- Fehr, B. (2013). *The social psychology of love*. New York: Oxford University Press.
- اساتید دانشگاه هرمزگان گروه مشاوره که بنده را در تجزیه و تحلیل نتایج یاری داده‌اند، تشکر می‌نمایم.
- تضاد منافع  
این پژوهش برای نویسندگان هیچ‌گونه تضاد منافی به دنبال نداشته است.
- منابع  
Akbari, M. (2014). *Effectiveness of Therapy Based on Teaching Choice Theory on Reduction of Negative Emotional Reactions between Couples with Marital Conflicts*.
- Akbary.M, & Dinarvand.F. (2014). Effectivness of therapy Based on Teaching choice Theory on Reduction of Negative Emotional Reactions beetwen couples with Marital Conflicts *International Journal of BasicScienced &Applied Research*, 3, 38-41.
- Arriaga, X. (2013). *An interdependence theory analysis of close relationships*. New York: Oxford University Press.
- Asadi shishegaran , S., Ghamari, H., & Sheikholslamy, A. (2016). The Effect of Communication Skills Training on Constructive and non-Constructive Conflict Resolution Styles inengagements. *Biannual Journal of AppliedCounseling*, 6(1),77-88 .
- Azadifard, S., & Amani, R. (1395). The Relationship between Communication Beliefs and Conflict Resolution Styles with Marital Satisfaction *Journal of Clinical Psychology and Personality(Quarterly)* , 14(2), 39-47.
- Ben-Ary , R., & Hirshberg , I. (2009). Attachment styles conflict perception, and adolescents, strategies,of coping with inter personal conflict. *Negotiation Journal* 25(1), 5982.
- Boonsuchat, J. (2015). Group counseling for reducing the anxiety in parents of children with autism. *Social and Behavioral Sciences*, 197, 640-644
- Bordean, O.N., Rácz, D. S., Ceptureanu, S. I., Ceptureanu, E. G., & Pop, Z. C. (2020). GenderDiversity and the Choice of ConflictManagement Styles in Small and Medium-Sized Enterprises. *Sustainability*, 12. Retrieved from doi:3390/su12177136

- Hysi , G. (2015). *Conflict Resolution Styles and Health Outcomes in Married Couples :A Systematic Literature Review* Paper presented at the International Conference on Research and Education, University of Tirana
- Karkhaneh, P., Farhang, M., Jazayeri, R., Bahrami, F., Soleimani, R., & Fatehizade, F. (2016). The Study of The Effectiveness of The Bowen Self - Differentiation Counseling on Marital Women In Isfahan. *Life science Psychology*, 6 (4).
- Khatamsaz, B., Forouzandeh , E., & Ghaderi, D. (2017). Effectiveness of schema therapy on marital satisfaction and marital relationship quality in married women *International Journal of Educational and Psychological Researches* 3(1).
- Khojasteh Mehr, R., Koochaki, R., & Rajabi, G. (2013). Mediating role of relationship attributions and destructive conflict resolution strategies on the relationship between attachment styles and marital quality. *Contemporary Psychology*, 7 (2), 3-14.
- Kiviniemi, A. A. I., Wasz-Hockert, O., Seitamo, L. k., Joskitt, L. O., Heikkinen, H. P., & Moilanen, I. k.Ebeling,H.E. (2011). The association between parental images and satisfaction in intimate relationships in a Northern Finland sample *International Journal of Circumpolar Health*, 70, 215-227
- Lennon.B. (2010). Choice Theory:Global perspective *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*, XXIX(16).
- Litwack, L. (2007). Research review: Dissertations on reality therapy and choice therapy. *international Journal of Reality Therapy*, 27(1), 14–16.
- Livingston , T. (2006). *A Comparison Of Marriage Education And Brief Couples Counseling*. (degree of Doctor of Philosophy).
- Lopez, F., & Brennan , K. (2000). Dynamic processes underlying adult attachment organization: Toward an attachment theoretical perspective on the healthy and effective self. *Journal of Counseling Psychology* 47, 283-300
- Lydon, J., Quinn, S. K., & (2013). *Relationship maintenance processes*. New York: Oxford University Press.
- Feldman, D. B., & Batkin, G. K. (2009). The Integration of Relationship Focused Group Therap with Couple Treatment. *International Journal of Group Psychotherapy*, 56(1).
- Flanagan, J. S. F., R.S. (2004). *counseling and Psychotherapy theories in context and practice*.
- Givertz, M., Segrin, C., & Hanzal, A. (2009). The association between satisfaction and commitment differs across marital couple types. *Communication Research*, 36(4), 584-561.
- GLaser , W. (2001). *Counseling with choice theory: The new reality therapy* New York: HarperCollins.
- Glaser , W., & Glaser , C. (2012). *The Language of Selection Theory* (A. Sahebi, Trans.). Tehran: Shaheedeh Publishing.
- Glasser , W. (1988). *Choice theory: A new psychology of personal freedom*. New York: HarperCollins
- Glasser , W. (2005). *Defining mental health as a public health issue: A new leadership role for the helping and teaching professions*. Chatsworth, CA William Glasser Institute
- Goodwin , L. (2002). Resolving Auditor, Clint conflict, Concerning Financial Statement Issues. from Department of commerce U
- Gottman, J. M. (1994). What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes. *Journal of Marriage and Family*, 56, 783.
- Gottman, J. M. (2011). The science of trust: Emotional attunement for couples. from W. W. Norton & Company
- Greeff , A. P., & Bruyne, T. D. (2000). Conflict Management Style and Marital Satisfaction *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26(4), 321-334 doi:10.1080/009262300438724
- Haghighi, H . (2010). *Comparison of marital conflict resolution styles between satisfied couples, conflicting couples and couples on the verge of divorce*. (M.D), Hormozgan University, Bandar Abbas Iran.
- Hamid, N., Kouchaki, R., & Hayat bakhsh malayeri, L. (2012). The Effectiveness of Religion-Based Cognitive-Behavioral Psychotherapy Combined with Forgiveness Retraining on Reducing Marital Conflict and Increasing Life Satisfaction in Couples *Journal of Psychology and Religion*, 5(2).

- Marriage: an Actor -Partner Interdependence Mediation model. *Frontiers in Psychology*.
- Rahim, M. A. (1986). Managing conflict in organization. *Journal of Social Psychology*, 126 79-86.
- Ramzi Eslambooli, Leila, Alipor, A., Sepehri Shamloo, Z., & Zareh, H. (2015). The Effectiveness of Group Therapy based on Reality Therapy on Rebuild of Relationship Beliefs in Working Married Women of Mashhad. *Journal of Family Research*, 10(4).
- Razmgar, M., & Asghari Ebrahimabad , M. (1399). Studying The Role of Conflict Management Styles in Predicting the Life Satisfaction of Married Womwn with Mediating Role of Happiness. *Journal of Women Social and Psychological Studies*, 18( .(
- Sadeghi, N., & Mohammadian Sharabaf, H. (2014). *Investigating the Relationship between Self-Separation and Communication Beliefs in Conflict Resolution Strategy for Married Students*,. Paper presented at the Psychology Research and Treatment, Second Conference on Torbate Jam.
- Shakarami, M., Davarniya, R., Zaharakar, K., & Talaeian, R. (2015). Effectiveness of brief solution-focused group couple therapy onimprovingmaritalquality in women. *Razi Journal of Medical Sciences*, 22(131).
- Wagner, A., Mosmann, C. P., Scheeren, P., & Levandowski, D. C. (2019). Conflict, Conflict Resolution and Marital Quality. *Social Psychology*, 29.
- Whisman, M. A. (2007). Marital distress and DSM-IV psychiatric disorders in a population-based national survey. *Journal of Abnormal Psychology*, 116, 638643.
- Wubbolding, R. E. (2000). *Reality therapy for the 21st century*. Philadelphia: Brunner-Routledge.
- Wubbolding, R. E. (2008). *Reality therapy In Contemporary Psychotherapies for Adiverse World* (J. Frew & M. Spiegler ed.). New York Lahaska Press.
- Wubbolding , R. E., & Brickell, J. (2009). Perception: The orphaned component of choice therapy. *International Journal of Reality Therapy*, 29(2), 50–54
- Yaghoubi, A., & Mohammadzadeh , S. (2016). The effect of social perspective training on couples' conflict resolution styles. *Quarterly Journal of Counseling and Psychotherapy Culture*, 7(28).
- Macdonald , A. (2007). *Solution-Focused Therapy : Theory, Research &Practice*. London: Sage.
- Maleki, G., Zabih ZAdeh , A., Panaghi, L., Rashidi, M., & Bagheri , M. (2014). The conflict resolution tactics in various attachment styles of couples *Journal of Thought & Behavior in Clinical Psychology*, 8(31), 77-88.
- McNulty, J. K., & Karney, B. R. (2001). Attributions in marriage: Integrating specific and global evaluations of a relationship. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(8), 943-955. doi: doi:10.1177/0146167201278003
- Menber, M. (2014). Sources of Marital Conflict Resolution Mechanisms and Marital Satisfaction among Marridpeople
- Mohammadi, h., Shamloo Sepehri , z., & Asghari ebrahim abad , m. j. The Effectiveness of Group Emotional Schema Therapy on Decreasing Psychological Distress and Difficulty in Emotional Regulation in Divorced Women. *Thought & Behavior in Clinical Psychology*, 13(51).
- Moland, M. (2011). *Conflict And Satisfaction In Romantic Relationships*. (Degree of Master of Science), Hays State University.
- Narimani, M., Pouresmali, A., Mikaeili , N., & Hajloo, N. (2021). The mediating role of couple communication patterns in therelationship betweenenduring vulnerabilities and marital burnoutin the divorce-seeking couples. *Family Psychology*, 2(2).
- Nemni, E., Keshavarz Afshar , H., Farazi, z & ,Golshan, H. (2021). The Effectiveness of StructuralFamily Therapy on Conflict Styles and Promotion of Marital Adjustment *Journal of nurses and physicians in combat*, 6(20).
- Oladi , Z. (2011). *The effectiveness of reality therapy based group therapy in reducing boredom and increasing marital satisfaction of married women*. (Ministry of Science), Ferdowsi University Mashhad
- Olson , H., & Defrain , J. (2001). *Marriages and Families Intimacy, Diversity and Strenghts*(4 ed.). New York Kenethking.
- Qiong, H. e. (2018). Forgivness Marital Quality and Marital Stability in the Early Years of Chiness