

«زن و مطالعات خانواده»

سال یازدهم - شماره چهل و یکم - پاییز ۱۳۹۷

ص ص: ۷۳-۸۴

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۳/۲

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۹/۱۲

اثربخشی تحلیل رفتار متقابل بر رضایت زناشویی افراد دارای اختلاف زناشویی

همریم دانشمند گل آینه^۱

پروین احتشام‌زاده^۲

چکیده

هدف پژوهش حاضر، تعیین اثربخشی تحلیل رفتار متقابل بر رضایت زناشویی در افراد دارای اختلاف زناشویی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه افراد متأهل دارای اختلاف زناشویی شهر اهواز که در سه ماهه دوم سال ۱۳۹۵ به شورای حل اختلاف، دادگاه‌های خانواده و مراکز مشاوره مراجعه کرده‌اند بود، که تعداد ۴۰ نفر از آنها به صورت داوطلبانه انتخاب و سپس به صورت تصادفی ساده در دو گروه ۲۰ نفری (گروه آموزش تحلیل رفتار متقابل و گروه کنترل) جایگزین شدند. ابزار اندازه‌گیری پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (فرم کوتاه ۳۵ ماده‌ای) بود. طرح این پژوهش، تجربی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. ابتدا برای هر دو گروه پیش‌آزمون اجرا گردید، سپس مداخله آزمایشی (آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل) برای گروه آزمایش در طی ۸ جلسه اجرا شد. در نهایت، پس از اتمام فرآیند مداخله، برای هر دو گروه پس‌آزمون و یک ماه بعد، آزمون پیگیری اجرا گردید. تحلیل داده‌ها با استفاده از روش آماری کوواریانس چند متغیری صورت گرفت. نتایج نشان داد که آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش رضایت زناشویی در افراد دارای اختلاف زناشویی گردیده و این نتیجه تا مرحله پیگیری نیز پایدار بود.

واژه‌های کلیدی: تحلیل رفتار متقابل، رضایت زناشویی، اختلاف زناشویی.

۱. دپارتمان روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، اهواز، ایران (نویسنده مسئول): mary.daanesht@gmail.com

۲. دپارتمان روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، اهواز، ایران

مقدمه

خانواده به عنوان کوچکترین نهاد اجتماعی، آسیب پذیرترین گروه در برابر آسیب های اجتماعی است به طوری که اکثر آسیب ها و مشکلات ابتدا در خانواده ها بروز پیدا می کنند و در صورت پیشگیری نکردن و برخورد ناصحیح با آنها به درون جامعه رسوخ می یابند و در این شرایط دشوار دیگر نمی توان به راحتی مشکلات و آسیب ها را کنترل کرد (رفعت جاه و بهرامی، ۲۰۱۱).

یکی از جوانب بسیار مهم یک نظام زناشویی، رضایتی است که همسران در ازدواج تجربه می کنند (هالفورد^۱، ۲۰۱۵). البته رضایت زناشویی^۲ به آسانی قابل دستیابی نیست (رزن گراندن و همکاران^۳، ۲۰۰۴) و چنانچه عدم توافق های جدی و مکرری که در اوایل ازدواج تولید می شود حل نشود می تواند رضایت و ثبات این واحد را به مخاطره بیندازد (تالمن و هیسار^۴، ۲۰۰۴). لذا توجه به رضایت زناشویی به خاطر نقشی که در سلامت روانی زوجین و فرزندان آنها دارد، اجتناب ناپذیر است (بیرن^۵ و همکاران، ۲۰۰۱). احساس رضایت از ازدواج و رابطه زناشویی نقش مهمی را در میزان کارکردهای بهنجار خانواده ایفا می کند. رضایت زناشویی ارزیابی هیجانی-شناختی و ذهنی است که یک فرد از رابطه زناشویی اش دارد (اسپرچر^۶، ۲۰۰۸). گریف^۷ (۲۰۰۰) در تعریف سازگاری و رضایت زناشویی اظهار می کند که زوجین سازگار زن و شوهرهایی هستند که توافق زیادی با یکدیگر دارند، از نوع و کیفیت گذراندن اوقات فراغت رضایت دارند و مدیریت خوبی در زمینه وقت و مسائل مالی خودشان اعمال می کنند.

رضایت زناشویی^۸ یک ارزیابی کلی از وضعیت رابطه زناشویی یا رابطه عاشقانه کنونی فرد است و می تواند انعکاسی از میزان شادی افراد از روابط زناشویی و یا ترکیبی از خشنود بودن بواسطه بسیاری از عوامل مختص رابطه زناشویی باشد. می توان رضایت زناشویی را به عنوان یک موقعیت روان شناختی در نظر گرفت که خود به خود بوجود نمی آید بلکه مستلزم تلاش هر دو زوج است. بویژه در سال های اولیه، رضایت زناشویی بسیار بی ثبات است و روابط در معرض بیشترین خطر قرار دارند (احمدی، نبی پور، کیمیایی و افضل، ۲۰۱۰).

متأسفانه و با توجه به گزارش های اخیر که از افزایش میزان اختلاف های زناشویی، خشونت و حتی طلاق در کشور حکایت می کند، می توان به نقش و اهمیت پژوهش هایی که به ارائه راهکارهای مناسب

۱. Halford

۲. Marital satisfaction

۳. Rosen-Grandon

۴. Tallman, I. Hsiao

۵. Byrne

۶. Sprecher

۷. Greeff

۸. Marital Satisfaction

در جهت بهبود کیفیت زندگی زناشویی و در نهایت حفظ بنیان خانواده منجر می گردد، پی برد. آموزش زوجین دارای اختلاف زناشویی، می تواند راه حل مناسبی با هدف حفظ ازدواج و در عین حال کوشش برای هرچه لذت بخش کردن آن فراهم سازد.

یکی از راهکارهای ارتقای ارتباط زوجین آموزش تحلیل رفتار متقابل است. تحلیل رفتار متقابل یکی از نظریاتی است که به روابط بین فردی، فرآیند حوادث زندگی و واکنش های متقابل افراد توجه بسیار داشته و در زمینه مسائل بین فردی راهکارهای کاربردی ارائه داده است و در نتیجه می تواند مفید باشد. در واقع تحلیل رفتار متقابل اصولاً نظریه ای است مبتنی بر این تصور که بخش عمده ای از عمر در تبادل ها و تعامل های بین فردی می گذرد (اکبری و همکاران، ۲۰۱۲). برن معتقد است که شخصیت انسان به صورت سه حالت جداگانه من یعنی "من والد^۱"، "من بالغ^۲" و "من کودک^۳" سازمان یافته است که در ارتباطات می تواند از هر کدام از این سه حالت استفاده کند (چپمن، ۲۰۰۷). ارتباط "بالغ با بالغ"، "والد با والد"، یا "کودک با کودک" دو نفر، تکمیلی هستند و به ارتباطهایی منجر می شوند که هر دو طرف احساس می کنند که یکدیگر را می فهمند. تا وقتی تبادل های دو نفر مکمل^۴ یکدیگر باشند، ارتباط به آرامی و به نحو شایسته ای پیش می رود. تبادل های متقاطع^۵ زمانی صورت می گیرد که "حالت من" مورد خطاب، حالتی نیست که پاسخ می دهد. تبادل شوهری که با "کودک" زنش شوخی می کند، زمانی قطع می شود که "بالغ" زن، در پاسخ به او بگوید که شوخی او اصلاً با مزه نبود. راز کمک به زن و شوهرها از نظر مسائل ارتباطی، این است که به آنها کمک کنیم از حالت های من خود، آگاه شوند و تشخیص بدهند که این حالتها، چگونه به جای این که مکمل هم باشند، یکدیگر را قطع می کنند. اگر آنها بتوانند حالتی از خود را که در تبادل متقاطع درگیر است بشناسند و به حالتی برگردند که مورد خطاب واقع شده است، قادر خواهند بود در تبادلهای مکملی شرکت کنند که به طور نامحدود پیش می رود (پروچاسکا و نورکراس، ۲۰۱۴). ستیر (۱۹۶۷) نیز معتقد است چون مشکلات خیلی خصوصی زن و شوهر مطرح می شود، عشاق سابق باید یاد بگیرند که چگونه با یکدیگر صحبت کنند، به یکدیگر گوش دهند و رفتارهای یکدیگر را طور دیگری تعبیر کنند و چگونه نیازهای خود را به دیگری ابراز کنند تا در نهایت به ایجاد تفاهم، صمیمیت و لذت بردن از وجود یکدیگر موفق شوند. زوج ها می توانند در آخر برنامه مشاوره خانواده گروهی و در صورت لزوم در جلسات انفرادی بیاموزند که برای

۱ Parent

۲ Adult

۳ Child

۴ Complementary transaction

۵ Crossed transaction

پایدار ماندن تفاهم، صمیمیت و لذت بردن از وجود هم باید پیوسته روی روابط متقابل خود و همسرشان کار کنند.

زوج درمانی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل به گونه ای طراحی شده است که علاوه بر بهبود رابطه زناشویی زوجین، باعث رشد فردی هرچه بیشتر برای هریک از طرفین به تنهایی نیز می گردد. در این درمان فرآیند کاهش آشفتگی رابطه به وسیله فعال تر کردن بالغ هر یک از دو طرف انجام می گیرد، بدین وسیله آنها رابطه خود را درک می کنند و می توانند با یکدیگر برای حل مشکلاتشان همکاری داشته باشند، بازی ها را متوقف نمایند و نوازش مثبت و گرم رد و بدل کنند (کلایتون^۱، ۲۰۰۷).

هنری (۲۰۱۴)، در پژوهشی تحت عنوان تاثیر آموزش تحلیل رفتار متقابل بر رضایت زناشویی که بر روی گروهی ۳۰ نفره از زنان متقاضی شرکت در آموزش گروهی انجام گرفت، دریافت رضایت زناشویی گروه بعد از دوره ی آموزشی، به میزان معناداری افزایش یافته است که در اثر آموزش زنان برای آشنایی با موانع کلامی و غیرکلامی ارتباط موثر و تسهیل رابطه متقابل صورت پذیرفته است. سلطانی (۲۰۱۴) نیز در پژوهش خود با عنوان اثربخشی آموزش مهارت های ارتباطی بر سازگاری زناشویی دانشجویان دانشگاه پیام نور یزد دریافت آموزش مهارت های ارتباطی در افزایش میزان رضایت زوجین و میزان سازگاری زناشویی آنها تاثیر معنادار دارد. همینطور نتایج پژوهشی که توسط امینی (۲۰۱۲)، تحت عنوان اثربخشی آموزش گروهی مهارت های ارتباطی زوجین با استفاده از رویکرد تحلیل ارتباط متقابل (TA) بر کاهش تعارضات زناشویی صورت گرفت، نشان داد که آموزش مهارت های ارتباطی با استفاده از روش تحلیل رفتار متقابل تاثیر معناداری بر کاهش تعارضات زناشویی و مولفه های آن دارد. نتایج پژوهش های نوحادی و معتمدی (۲۰۱۳)، قاصری (۲۰۱۰)، خانه ئی (۲۰۰۷) خان آبادی (۲۰۱۰) و ترکان و همکاران (۲۰۰۶) نیز بیانگر اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر رضایت زناشویی می باشد. کنگ^۲ (۲۰۰۵) در یک مطالعه طولی در دوره یکساله، با تأکید بر اهمیت مهارت های ارتباطی بر روی دو گروه زوج دریافت که الگوی ارتباط سازنده متقابل یکی از حفاظت کننده ترین عوامل در برابر استرس و زمینه ساز ایجاد رضایت، احساسات مثبت، تعدیل تعارض و پایداری زناشویی است. سینکلیر^۳ و موک^۴ (۲۰۰۴) در پژوهشی دیگر، نگرش استدلالی به گفتگوی تعارض در روابط زناشویی را بررسی کردند. بنابراین دیدگاه، همسران در بحث از مشکلات ارتباطی خود، به جای سرزنش نکات برجسته تعارض را به شیوه ای استدلالی مورد تحلیل قرار می دهند، احساساتشان را نسبت به هم ابراز نموده و برای مشکلات خود پیشنهاد راه حل می کنند. به گونه ای که در نهایت انتظارات طرفین از یکدیگر، برآیندی از موقعیت استدلالی خاص آنها باشد. کاربرد

۱ Clayton

۲ kong

۳ Sinclair

۴ Mouk

این روش ابزار ساده ای برای کشف تعارضات، توصیف کمتر یکدیگر به عنوان مقصر و برقراری ارتباطی اثربخش می باشد. آلت^۱ نیز در سال ۲۰۰۴ تحقیقی انجام داد و به این نتیجه رسید که آموزش روش تحلیل تبدلی و کمک به افراد در شناخت بازدارنده ها در کیفیت ارتباطات آنها اثرگذار است. لذا با توجه به مطالبی که بیان شد و با توجه به اهمیت سلامت خانواده و اینکه به نظر می رسد تحلیل رفتار متقابل به علت تمرکز به روابط بین انسان ها و تبادلات آنها می تواند موجب تغییر در رضایت زناشویی گردد، در این پژوهش سعی بر آن است که به تعیین اثربخشی آموزش تحلیل رفتار مقابل بر رضایت زناشویی افراد دارای اختلاف زناشویی پرداخته شود. سؤال پژوهش حاضر این است که آیا آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر رضایت زناشویی افراد دارای اختلاف زناشویی تأثیر دارد؟

ابزار و روش

پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با گروه آزمایش و گروه کنترل بود. جامعه آماری تحقیق این پژوهش عبارت بود از کلیه افراد متاهل دارای اختلاف زناشویی شهر اهواز که در سه ماهه دوم سال ۱۳۹۵ به بهزیستی، شوراهای حل اختلاف، دادگاه خانواده و مراکز مشاوره مراجعه کرده اند که تعداد ۴۰ نفر به صورت در دسترس انتخاب و سپس به صورت تصادفی در دو گروه ۲۰ نفری (گروه آموزش تحلیل رفتار متقابل و گروه کنترل) جایگزین شدند.

قبل از اجرای جلسات گروه درمانی از هر دو گروه خواسته شد تا پرسشنامه رضایت زناشویی را تکمیل کنند. سپس، ۸ جلسه آموزش تحلیل رفتار متقابل به صورت گروهی برای اعضای گروه آزمایشی تشکیل گردیده و در طی این مدت اعضای گروه کنترل هیچگونه آموزشی دریافت نکردند. پس از پایان جلسات گروه آزمایشی، مجدد آزمودنی های هر دو گروه آزمایشی و کنترل پرسشنامه ها را تکمیل نموده و پس از گذشت یک ماه، مرحله پیگیری اجرا گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده های جمع آوری شده از نرم افزار کامپیوتری نرم افزار کامپیوتری SPSS نسخه بیست و دوم و به منظور تحلیل داده های گردآوری شده از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شده است. برای کلیه فرضیه ها سطح معناداری $0/50 = p$ در نظر گرفته شده است.

ابزار مورد استفاده در این پژوهش عبارتند از:

پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (فرم کوتاه): که فرم کوتاه پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ بوده که در سال ۲۰۰۶ توسط دکتر السون کوتاه گردید. دارای ۳۵ ماده و ۴ خرده مقیاس رضایت زناشویی، ارتباطات، حل تعارض و تحریف آرمانی می باشد. مقیاس زوجی انریچ یک اندازه گیری کلی از روابط زناشویی شامل تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، مسائل شخصیتی، ارتباطات، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت های

اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندان و فرزند پروری، خانواده و دوستان، نقش های مساوات طلبی مربوط به زن و مرد، جهت گیری مذهبی، همبستگی زوج ها و تغییرات زناشویی را شامل می شود. این پرسشنامه توسط سلمانیان ترجمه و ضریب اعتبار آن برابر ۹۳٪ بوده است. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (فرم کوتاه) با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۵، بدست آمد، که بیانگر پایایی مناسب این ابزار در پژوهش حاضر است.

جدول ۱: خلاصه مراحل اجرای آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل

جلسه	اهداف و فعالیت های جلسات
جلسه اول	<ul style="list-style-type: none"> ➤ معارفه و ایجاد ارتباط اولیه، تعیین چهارچوب و قوانین، توضیحات کلی در مورد اهداف و کاربرد نظریه تحلیل رفتار متقابل ➤ اجرای پیش آزمون
جلسه دوم	<ul style="list-style-type: none"> ➤ آشنایی با حالت من کودک، انواع آن، نشانه ها و مثال ها ➤ بحث پیرامون تأیید طلبی و مهرطلبی
جلسه سوم	<ul style="list-style-type: none"> ➤ آشنایی با حالت من والد، انواع آن، نشانه ها و مثال ها ➤ آموزش مسدودکننده ها و پس رانهای والد ➤ بحث پیرامون کمال طلبی
جلسه چهارم	<ul style="list-style-type: none"> ➤ آشنایی با حالت نفسانی بالغ و تقویت بعد مسئولیت پذیری ➤ آموزش نحوه ترسیم اگوگرام و استفاده از آن
جلسه پنجم	<ul style="list-style-type: none"> ➤ تشخیص انواع تبدلات موازی، متقاطع، پنهان و بازی ها ➤ آشنایی با بیماری های ساختاری طرد و آلودگی
جلسه ششم	<ul style="list-style-type: none"> ➤ تعریف نوازش، نوازش کلامی/غیر کلامی، مثبت/منفی، شرطی/غیرشرطی ➤ بحث پیرامون علل نوازش نکردن و عدم دریافت نوازش دیگران
جلسه هفتم	<ul style="list-style-type: none"> ➤ آشنایی با مثلث کارپمن و نقش های ناجی، ستمگر و قربانی ➤ آشنایی با مثلث قدرت دهی (TED) و خروج از مثلث کارپمن به وسیله آن
جلسه هشتم	<ul style="list-style-type: none"> ➤ آشنایی با چهار وضعیت زندگی، پیش نویس زندگی و نقش آن در تصمیم گیری ➤ آموزش ردیابی حالات روانی و راه های تقویت بالغ، جمع بندی مطالب گذشته ➤ اجرای پس آزمون و تعیین زمان مناسب برای اجرای آزمون پیگیری

یافته ها

در جدول ۲ شاخص های مربوط به آمار در ابتدا اطلاعات توصیفی (شامل میانگین و انحراف استاندارد) برای متغیر رضایت زناشویی در این پژوهش گزارش می گردد.

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	شاخص‌های آماری	گروه گواه			گروه آزمایشی	
		پیش آزمون	پس آزمون	پیگیری	پس آزمون	پیگیری
رضایت	میانگین	۹۷/۳۰	۹۸/۶۵	۹۹/۹۷	۸۳/۶۰	۱۰۱/۴۵
زناشویی	انحراف معیار	۱۴/۴	۱۳/۹۵	۱۴/۲۹	۶/۰	۴/۲۶

همانطور که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود میانگین و (انحراف معیار) نمره‌های پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری متغیر رضایت زناشویی در گروه آموزش تحلیل رفتار متقابل به ترتیب ۹۷/۳۰ و ۹۸/۶۵ و ۹۹/۹۷ و (۱۴/۴)، ۱۰۱/۴۵ و ۱۰۳/۶۰ و ۹۹/۹۷ و ۱۴/۲۹ و در گروه آزمایش به ترتیب ۸۳/۶۰ و ۶/۰ و ۱۰۱/۴۵ و ۴/۲۶ و ۱۰۳/۶۰ و (۳/۴۳) می‌باشد.

نتایج ارائه شده در جدول ۲ نشان دهنده روند افزایشی نمرات رضایت زناشویی در مرحله پس آزمون در گروه آزمایش است؛ به این صورت که میانگین گروه آزمایش در پس آزمون نسبت به گروه کنترل افزایش داشته است. به عبارت دیگر در مقایسه با گروه کنترل وضعیت رضایت زناشویی در گروه آزمایش پس از آموزش تحلیل رفتار متقابل افزایش داشته است و این افزایش تا مرحله پیگیری نیز به چشم می‌خورد. این در حالی است که میانگین نمرات دو گروه در مرحله پیش آزمون تفاوت معناداری نداشته است. برای مقایسه میانگین نمرات فوق در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری و پاسخ گویی به فرضیه های پژوهش از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شد. بر این اساس قبل از هرگونه استنباط آماری ابتدا مفروضه یکسانی واریانس های نمرات دو گروه در شاخص های مورد سنجش از طریق آزمون لون مورد ارزیابی قرار گرفت که نتایج آن در جدول شماره ۳ ارائه شده است.

جدول ۳ نتایج آزمون همگنی واریانس لوین بین متغیرهای وابسته پژوهش یعنی متغیر رضایت زناشویی را نشان می‌دهد.

جدول ۳: نتایج آزمون همگنی واریانس لوین بین متغیر رضایت زناشویی در گروه آزمایش و کنترل

متغیر وابسته	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	F	سطح معناداری
رضایت زناشویی	۱	۳۸	۰/۴۶	۰/۵۰

نتایج بدست آمده در جدول ۳ نشان می دهند که آزمون لون در متغیر رضایت زناشویی معنی دار نمی باشد. بنابراین می توان گفت هر دو گروه از نظر متغیرهای پژوهش، قبل از شروع مداخله از لحاظ واریانس‌ها همگن بوده‌اند و پیش فرض یکسانی واریانس گروه‌ها برقرار است و لذا می توان برای آزمون فرضیه پژوهش از تحلیل کوواریانس استفاده نمود که نتایج آن در جدول شماره ۴ ارائه شده است.

فرضیه پژوهش: آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر رضایت زناشویی افراد دارای اختلاف زناشویی تأثیر دارد.

جدول ۴: نتایج آزمون تحلیل واریانس نمرات متغیر وابسته در گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیر وابسته	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
رضایت زناشویی	۸۸۴/۱۹	۱	۸۸۴/۱۹	۶۸/۷۹	۰/۰۰۰۱	۰/۶۶

نتایج به دست آمده در جدول ۴ نشان می دهد که آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل به صورت معناداری روی نمره کل رضایت زناشویی ($\eta^2 = 0/66$ partial و $P < 0/0001$, $F(1,35) = 68/79$) تأثیر دارد، پس می توان نتیجه گرفت آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل موجب افزایش رضایت زناشویی افراد دارای اختلاف زناشویی شده است.

بحث و نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش رضایت زناشویی در افراد دارای اختلاف زناشویی انجام شد. یافته‌های حاصل از پژوهش حاکی از اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش رضایت زناشویی و نشان داد که آموزش تحلیل رفتار متقابل به طور معناداری بر افزایش رضایت زناشویی اثربخش بوده است که این یافته با دیگر تحقیقاتی که به مطالعه اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر رضایت زناشویی پرداخته است همخوان هستند.

ازدواج‌های رضایت بخش موجب حفظ زن و شوهر از درماندگی روان شناختی و حوادث منفی زندگی می شوند. بنابراین رضایت زناشویی یک جنبه مهم از رضایت کلی در زندگی افراد است. به علاوه رضایت زناشویی یک سازه مهم برای زوج درمانگران است (ستوده، ۲۰۰۹). لذا آموزش مهارت‌های ارتباطی به اصلاح روابط نادرست زن و شوهر شده و باعث رفع سوء تفاهم، کاهش رنجش و خشم و توجه به جنبه‌های مثبت رفتار یکدیگر می شود و در نهایت موجب افزایش رضایت زناشویی می شود. این مهارت‌ها عمدتاً پیش از آموزش در سطح بسیار پایینی قرار دارد. علاوه بر این، این مهارت‌های ارتباطی ناکامل و نادرست، روابط زناشویی و رضایت زناشویی را تحت الشعاع قرار می دهند. عمق صمیمیتی که دو نفر در رابطه‌شان

ایجاد می‌کند، به توانایی آنان برای انتقال روشن، صحیح و موثر افکار، احساسات، نیازها و خواسته‌هایشان بستگی دارد. بنابراین، یادگیری مهارت‌های ارتباطی باعث افزایش صمیمیت و رضایت زناشویی می‌شود. تاثیر مهارت‌های ارتباطی بر روابط زناشویی به عنوان تعیین‌کننده اصلی رضایت و سازگاری زناشویی در پژوهش‌های متعددی بررسی شده است که همگی نشان از تاثیر معنادار آموزش مهارت‌های ارتباطی بر رضایت زناشویی دارند.

در تبیین یافته‌های حاصل از این تحقیق می‌توان عنوان نمود که: تعامل در زوج‌های آشفته، اغلب با رفتار منفی متقابل مشخص می‌شود. برابری^۱ (۲۰۰۲) دریافت که اگر همسران رابطه خود را با اسنادهای منفی شروع کنند، با گذر زمان این موضوع باعث کاهش رضایت زناشویی می‌شود. آموزه‌های تحلیل رفتار متقابل در زمینه نوازش^۲ و راهکارهای ارائه نوازش، صمیمیت، بیان آزاد احساسات و خودافشایی در فضایی توأم با امنیت روانی و همدلی متقابل، می‌تواند تقابل منفی موجود در میان همسران ناراضی را کاهش دهد و ایجاد جو صمیمانه و گریز از بازیهای روانی و به خصوص پرهیز از ارائه نوازش‌های منفی غیرشرطی و سرزنش می‌تواند مانع از احساس سوءنیت از جانب همسران و باعث بهبود ارتباطات آنها گردد. تحلیل رفتار متقابل با ایجاد شناخت حالات من (من کودک، من والد و من بالغ) خود و شناخت حالات من دیگران و آموزش چگونگی روابط، به خصوص انواع روابط مکمل، متقاطع و نهفته، افراد را با نحوه برقراری ارتباط موثر آشنا می‌کند. به عبارتی افراد را به مهارت‌های ارتباطی مناسب مجهز می‌کند تا با تشخیص حالات من خود و دیگران، به ویژه با توجه به سرنخ‌های کلامی و غیر کلامی، بتوانند ارتباط مناسبی برقرار کنند. به علاوه با آموزش تکنیک‌های پس‌راندن والد طرف مقابل، فرد را قادر می‌سازند در موقعیت‌های احتمالی تعارض‌زا با نظارت بالغ خود، موقعیت را اداره کرده و شرایط را برای برقراری روابط سازنده و نه تخریبی فراهم کنند (پروچسکا، ۲۰۱۴). همچنین در ازدواج‌های ناموفق معمولاً انتقادهای شدید جایگزین شکایت‌های منطقی‌تر می‌گردد و شکایت از طرف مقابل به صورت حمله‌ای به فرد و نه به عمل او ابراز می‌شود (گل‌من، ۲۰۰۴) که در این زمینه تبیین تفاوت سرزنش با نوازش و لزوم اجتناب از سرزنش و نوازش منفی غیرشرطی می‌تواند شیوه‌های انتقاد صحیح را به زوجین آموزش دهد. مجموع عوامل ذکر شده موجب تاثیر مثبت معنادار آموزش تحلیل رفتار متقابل بر حل ارتباطات و رضایت زناشویی افراد دارای اختلاف زناشویی گردید.

این پژوهش نیز همچون پژوهش‌های دیگر با محدودیت‌هایی همراه بوده است، از جمله می‌توان به مدت زمان محدود آموزش و تمرکز مطالعه مورد نظر در شهر اهواز و بر افرادی که به مراجع حل اختلاف و مراکز مشاوره شهر اهواز مراجعه کرده‌اند اشاره کرد، لذا تعمیم نتایج تحقیق به دیگر شهرها و به مردان

۱ Brobry

۲ Stroke

و زنانی که اختلافات زندگی زناشویی را به هر ترتیب ممکن تحمل کرده و اقدامی انجام نداده اند، با محدودیت همراه است. همینطور به دلیل وجود هیجان های منفی در افراد دارای اختلافات زناشویی، پیشنهاد می گردد با استفاده از درمان های ترکیبی، چند جلسه ی ابتدایی به حل و فصل هیجان های منفی زوجین اختصاص یابد.

References

- Akbari, A & Poorsharifi, H . (2012). The effectiveness of group therapy of Transactional analysis on increasing satisfaction. adaptability, positive emotions, and intimacy of couples with emotional divorce experiences. **Family counseling and psychotherapy**, 2(4), 455-484 (In persian).
- Amini, m. (2012). The Effectiveness of Couple's Communication Skills Training Using An Transactional Analysis (TA) Approach on Reducing Marital Conflict. **Family counseling and psychotherapy**, 3(2), 377-400 (In persian).
- Ahmadi, K. Nabipoor, S. M. (2010). Effect of family problem-solving on marital satisfaction. **Journal of Applied Science**, 10(8): 682-687.
- Ault, M.(2006). **A Study of the concept of injunctions as defined and described in transactional analysis theory**, Fielding Bran date Institute university of southern California.
- Brobry (2002). Focus solve solution: A longitudinal analysis. **Journal of Social Psychology**, 60, 861-900.
- Bern, E. (2010). **Game People Play**. Tehran: Fakhteh (In persian).
- Byrne M. Carr, A. Clark, M. (2001). The efficacy of behavioral couples therapy and emotionally focused therapy for couple distress. **ContemFam Therapy**; 26 (4): 361-384.
- Clayton, M. (2007). **Super Models Journal, (ABJ) Inform Global 590 Danis**. Burus, N. Woffon School Mechanical and Manufacturing Engineering, laugh borough university, Leicester shire, UK.
- Ghaseri, S. (2010). **The Effectiveness of Group Therapy with Transactional Analysis Approach on Marital Satisfaction Satisfaction among Married Students of Ferdowsi University of Mashhad**. (M.A thesis, Allameh Tabatabai University) (In persian).

-
- Greeff, A.P. (2000). Characteristics of families that function well. **Journal of Family Issues**, 21 (8), 948-96.
 - Golmean, D. (2004). **Emotional intelligence**. Tehran: Roshd (In persian).
 - Hallford, D. (2015). **Short Term Couples Therapy** (4rd ed.). Tehran: Fararavan (In persian).
 - Harris, T. (2013). **I'm OK, You're OK (31rd ed.)**. Tehran: Farhang Nashr No (In persian).
 - Harris, A & Harris T. (2014). **Staying OK** (22rd ed.). Tehran: Farhang Nashr No (In persian).
 - Honari, R. (2014) Impact of Transactional Analysis Group Training on Marital Satisfaction of Women's Referred to Counseling Centers and Cultural Centers of Isfahan: **Journal of Biological Sciences** 6(5): 191-196.
 - Jons, V & Stewart, I. (2013). **TA today: a new introduction to Transactional analysis** (18rd ed.). Tehran: Dayereh (In persian).
 - Khaneei, D. (2007). **The effectiveness of the group therapy, with an approach to the conversational analysis of Eric Berne (TA) on the increase of the marriage satisfaction and emotions outbreak among women of Tehran**. (M.A thesis, Islami Azad university of tehran).
 - Khanabadi, M. (2010). **Effectiveness of Integration of Cognitive-Exchange Analysis on Marital Satisfaction**. (M.A thesis, Allameh Tabatabai University) (In persian).
 - Kong, S.S. (2005). **A marital-relationship enhancement program for couples:Randomized controlled trail. USA**, Department of nursing, soonchunhyang university, chonan city, Korea, 35, 991-995.
 - Nowshadi, Sh & Motamedi, H. (2013). Effectiveness of Transactional Analysis Training on Marital Satisfaction. **Social Welfar Quarterly**, 57(15),73-94 (In persian).
 - Olson, David H. & Olson Amy K. (2000). **REPAIR/ENRICH program**. University of Minnesota.
 - Prochaska, J. (2014). **System of psychology** (9rd ed.). Tehran: Ravan (In persian).

-
- Rafatjah, M & Bahrami, S. (2011), Anthropological study of family disruption factors in Cyrus city of Tehran. **Iranian Journal of Anthropology Research**, 1(2), 85-109 (In persian).
 - Rosen-Grandon, J.R. Myers, J.E. Hattie, J.A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes and marital satisfaction. **Journal of Counseling & Development**, 82 (1), 58-68.
 - Sanaei, B. (2009). Family and marriage scales compiled (2rd ed.). Tehran: Basat (In persian).
 - Satir, V. M. (1976). **Conjoint family therapy**. Palo Alto, C.A: Science and Behavior Books.
 - Sinclair, S.L & Mouk, G (2004). Moving beyond the blame game: toward a discursive approach to negotiating conflict within couple relationship. **Journal of marital and the family therapy**. 335-342.
 - Soltani, S. (2014). **The Effectiveness of Communication Skills Training on Marital Adaptation of Payame Noor University Students in Yazd**. First International Congress of Family Psychology (In persian).
 - Sprecher, S. Wenzel, A. Harvey, J. (2008). **Handbook of Relationship Initiation**. New York: Taylor & Francis Group
 - Stewart, I. (2016). **Transactional analysis counseling in action** (3rd ed.). Fararavan (In persian).
 - Tallman, I. Hsiao, Y. (2004). Resources, Cooperation and problem solving in early marriage. **Social Psychology Quarterly**, 67 (2), 172-188.
 - Torkan, H. (2006). Effectiveness of Transactional Analysis Training on Marital Satisfaction, **Family Institute**, 8(2), 383-403 (In persian).