

اثربخشی طرح‌واره درمانی بر مهارت حل تعارض زوجین متقاضی طلاق

مروارید رستگار کوچکسرایبی

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی طرح‌واره درمانی بر مهارت حل تعارض زوجین متقاضی طلاق انجام شد. روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی بود و طرح پیش‌آزمون پس‌آزمون همراه با گروه کنترل استفاده شد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل زوجین متقاضی طلاق که به مراکز مشاوره شهرستان قائم‌شهر در سال ۱۴۰۰ مراجعه کردند. روش نمونه‌گیری به صورت در دسترس بود و تعداد ۳۲ نفر به عنوان نمونه آماری انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۶ نفر) و کنترل (۱۶ نفر) گمارده شد. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه حل تعارض ویکز فیشر و آوری جمع‌آوری شد. آزمودنی‌های گروه آزمایش به مدت ۸ هفته، هر هفته در یک جلسه درمان ۶۰-۹۰ دقیقه‌ای درمان طرح‌واره درمانی را دریافت نموده‌اند و گروه کنترل مداخله خاصی را دریافت ننمودند. برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل کوواریانس استفاده شد. یافته‌ها نشان داد که نمرات مهارت حل تعارض در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل تأثیر معنی‌داری داشته است. بنابراین نتایج نشان داد که طرح‌واره درمانی بر مهارت حل تعارض زوجین متقاضی طلاق تأثیر دارد.

واژه‌های کلیدی: طرح‌واره درمانی، مهارت حل تعارض، زوجین متقاضی طلاق

مقدمه

ازدواج به این دلیل که ساختار اولیه را برای ایجاد یک رابطه خانوادگی و پرورش نسل آینده فراهم می‌کند، به‌عنوان مهم‌ترین و اساسی‌ترین رابطه انسانی توصیف شده است. به عبارتی، ازدواج، که اساس تشکیل یک خانواده به‌شمار می‌آید، یکی از مهم‌ترین روابط میان‌فردی در زندگی انسان محسوب می‌شود و لازم است به صورت جدی مطالعاتی در این رابطه صورت پذیرد (ضابطی، ۱۳۹۶).

تعارض در روابط صمیمی امری طبیعی است و ازدواج از این قاعده مستثنی نیست زیرا تعاملات مکرر و مختلف زوجین زمینه‌های بی‌شماری را برای تعارض فراهم می‌کند، تعارض در روابط وقتی بروز می‌کند که رفتار یک شخص با توقعات شخص دیگر جور در نیاید (لیم هونگ^۱، ۲۰۰۰؛ به نقل از ویکس^۲، ۲۰۰۱).

نظریه تعارض، یکی از پرکاربردترین دیدگاه‌ها در حوزه‌ی اختلافات زناشویی است که به نحو گسترده‌ای برای بررسی روش‌های کنارآمدن افراد با تعارض‌های موجود در روابط، مورد استفاده قرار گرفته است (برومند و همکاران، ۱۳۸۹). فریمو^۳ (۱۹۹۰) مشکلات ارتباط فعلی افراد را بازتاب مسائل خانواده اصلی آنها می‌داند. به اعتقاد او ما نمی‌توانیم همسرمان را واضح و شفاف ببینیم و تصاویری را بر او فراقکنی می‌کنیم. بنابراین، تعامل بین این فراقکنی‌های متقابل موجب مشکلات زوج‌ها می‌شود. زیرا زن و شوهر در مورد مسائل واقعی خود بحث نمی‌کنند، بلکه در مورد فراقکنی‌ها و تصاویر ذهنی مرتبط با روابط قبلی به بحث می‌پردازند (بهاری و همکاران، ۱۳۹۰).

با افزایش تعارض در ارتباط‌های زوجین، ناسازگاری افزایش می‌یابد و نارضایتی بیشتری حاصل می‌شود. رضایت زناشویی^۴ یکی از مفاهیمی است که وجود یا عدم وجود مشکلات زناشویی به کمک آن معرفی می‌شود. نارضایتی زناشویی و طلاق را بعد از مرگ ناگهانی در خانواده، از مهمترین عوامل تنیدگی‌زا و فشارزا می‌دانند که بر خانواده به ویژه زنان، فشارهای عاطفی، عوارض جسمانی و روانی بسیاری وارد می‌کند (مبسم و همکاران، ۱۳۹۰). مهارت حل تعارض^۵ عبارت است از تعریف دقیق مشکلی که فرد با آن روبرو است. شناسایی و بررسی راه‌حل‌های موجود و برگزیدن و اجرای راه‌حل مناسب و ارزیابی فرآیند حل تعارض بطوری که فرد دچار دغدغه و اضطراب نشود و از راه‌های غیر سالم برای حل مشکلات خویش استفاده نکند (هانگ لیم^۶، ۲۰۰۰).

طرح‌واره درمانی، بر الگوهای خود - ویرانگر تفکر، احساس و رفتاری که از دوران کودکی فرد ریشه گرفته‌اند و در سراسر طول زندگی فرد تکرار می‌شوند، تمرکز می‌کند. در چارچوب واژه‌های طرح‌واره درمانی، این الگوها طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه نامیده می‌شوند. عدم ارضا و ناکامی در برآورده شدن نیازهای بنیادی (نیاز به امنیت و پذیرش، هویت، خودانگیختگی و تفریح و خویشنداری) در دوران کودکی فرد، موجب شکل‌گیری طرح‌واره‌های مختل می‌شوند. یانگ طرح‌واره‌ی ناسازگار اولیه و ساز و کارهای مقابله ناسازگار را که به گونه خودکار و ناخودآگاه موجب تداوم یکدیگر می‌شوند و در نتیجه منجر به تداخل در توانایی فرد در ارضای نیازهای بنیادین خود می‌گردد معرفی کرده است که این طرح‌واره‌ها را در ۵ حوزه اصلی بریدگی و طرد /خودگردانی و عملکرد مختل /محدودیت‌های مختل /جهت‌مندی و گوش به زنگی و بازداری قرار داده‌اند (استراک،

¹ Lim Hong

² Weeks

³ Frymoo

⁴ - Marital Satisfaction

⁵ - Conflict Skill

⁶ -Hang lim

۲۰۰۵؛ به نقل از ذوالفقاری و همکاران، ۱۳۸۷). طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه همیشه خود را در جریان یک رابطه نشان می‌دهند و باعث تأثیر در کنش وری رابطه می‌شوند. معمولاً ماهیت ناسازگار طرح‌واره‌ها وقتی ظاهر می‌شود که افراد در روند زندگی خود و در تعامل با دیگران، به ویژه رابطه زناشویی به گونه‌ای عمل می‌کنند که طرح‌واره‌های آن‌ها تأیید شود، حتی اگر برداشت اولیه‌ها آن نادرست باشد (یانگ، کلوسکو، ۲۰۰۳؛ ترجمه اندوز و حمیدپور، ۱۳۸۶). یانگ (۱۹۹۰) معتقد است که طرح‌واره، الگوی ثابت و دراز مدتی است که در دوران کودکی به وجود آمده و تا زندگی بزرگسالی نیز ادامه می‌یابد. لذا طرح‌واره‌ها دانش افراد، در مورد خودشان و جهان هستند و در نحوه تفسیر افراد از رویدادها تأثیر می‌گذارند. بنابراین طرح‌واره‌ها ضمن تسهیل کارکرد شناختی، همچنین می‌توانند موجب تداوم مشکلات روانی شوند (لوبستیل، آرنتز و سیسوردا^۷، ۲۰۰۵).

بنابراین پژوهش حاضر دنبال پاسخ به این سوال است آیا طرح‌واره درمانی بر مهارت حل تعارض زوجین متقاضی طلاق تأثیر دارد؟

روش پژوهش

روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی بود و طرح پیش‌آزمون پس‌آزمون همراه با گروه کنترل استفاده شد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل زوجین متقاضی طلاق که به مراکز مشاوره شهرستان قائم‌شهر در سال ۱۴۰۰ مراجعه کردند. روش نمونه‌گیری به صورت در دسترس بود و تعداد ۳۰ نفر به عنوان نمونه آماری انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) گمارده شد. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه حل تعارض ویکز فیشر و آوری جمع‌آوری شد. آزمودنی‌های گروه آزمایش به مدت ۸ هفته، هر هفته در یک جلسه درمان ۶۰-۹۰ دقیقه‌ای درمان طرح‌واره درمانی را دریافت نموده‌اند و گروه کنترل مداخله خاصی را دریافت ننمودند.

ابزار پژوهش

پرسشنامه حل تعارض CRQ: پرسشنامه حل تعارض CRQ، توسط ویکز (۱۹۹۴) و فیشر و آوری (۱۹۹۱) ساخته شد. این پرسشنامه به عنوان ابزاری برای اندازه‌گیری ایده‌های حل تعارض و توانایی شخص در خلق و ارائه راه حل‌های برنده-برنده و سودمند به حال طرفین تعارض ساخته شد. عبارات این پرسشنامه ادراک و برداشت پاسخ دهندگان را بر مبنای این که معمولاً چگونه در رفتارهای خاص مرتبط با تعارض وارد می‌شوند و میزان آگاهی آن‌ها را از موضوع تعارض می‌سنجد. پرسشنامه CRQ، به عنوان وسیله‌ای برای ارتقاء و بهبود درک افراد از تعارض، طراحی و به عنوان ابزاری آموزشی مورد استفاده قرار گرفته است (علیرضایی، ۱۳۸۸). این پرسشنامه از ۱۰ خرده‌مقیاس تشکیل شده است. که خرده‌مقیاس‌های آن عبارتند از: ۱- تعارض را امری طبیعی می‌داند (۱ تا ۴). ۲- فضا و موقعیت (عبارات ۵ تا ۸). ۳- شفاف سازی دریافت و برداشت‌ها (عبارات ۹ تا ۱۲). ۴- توجه به نیازها به جای خواسته‌ها (عبارات ۱۳ تا ۱۶). ۵- ایجاد رابطه همکاری مثبت و قدرتمند (عبارات ۱۷ تا ۲۰). ۶- تمرکز بر آینده با یادگیری از گذشته‌ها (عبارات ۲۱ تا ۲۴). ۷- ارائه گزینه‌هایی برای سود متقابل (عبارات ۲۵ تا ۲۸). ۸- بسط و ارائه کارهای شدنی، هدف گذاری گام به گام تا عمل (عبارات ۲۹ تا ۳۲). ۹- ایجاد توافق‌های مبتنی بر سود متقابل (عبارات ۳۳ تا ۳۶). ۱۰- ملاحظه کاری و مراعات بیش از حد (عبارات ۳۷ تا ۴۰). نمرات عبارات ۱، ۳،

⁷ Lobbestael & Arntz. & Sieswerda

۱۳، ۱۸، ۲۲، ۲۴، ۲۶، ۲۷، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۵ به صورت معکوس نمره گذاری می شوند و بقیه عبارات به همان ترتیب باقی می ماندند نمرات هر زیر مقیاس را جمع کرده و سپس آن را نمرات سایر خرده مقیاس جمع می شوند و نمره کل به دست می آید (علیرضایی، ۱۳۸۸). هن اینگ (۲۰۰۳) ضرایب پایایی این ابزار را با استفاده از روش تصنیف ۰/۶۹ و با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۷ به دست آورد.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار نمرات تعارض زناشویی

پس آزمون		پیش آزمون		نوع آموزش مقیاس / زیر مقیاس‌ها
گروه کنترل میانگین (انحراف استاندارد)	گروه آزمایشی میانگین (انحراف استاندارد)	گروه کنترل میانگین (انحراف استاندارد)	گروه آزمایشی میانگین (انحراف استاندارد)	
۴۹/۳۴ (۴/۳۲)	۳۹/۹۶ (۳/۴۵)	۴۸/۱۵ (۵/۳۸)	۵۰/۷۲ (۵/۳۵)	نمره کل تعارض زنان

طبق نتایج جدول (۱)، میانگین و (انحراف معیار) نمرات پیش آزمون و پس آزمون برای گروه آزمایشی و گروه کنترل در تعارض زنان را نشان می دهد.

یافته‌های استنباطی

مفروضه‌های آماری

از آن جایی که قرار است در پژوهش حاضر از روش تحلیل کوواریانس استفاده شود، پیش فرض‌های نرمال بودن داده‌ها، همگنی واریانس‌ها و همگنی رگرسیون مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

جدول ۲: بررسی توزیع نرمال بودن داده‌ها به کمک آزمون کولموگروف اسمیرنوف

آزمون کولموگروف اسمیرنوف			زیر مقیاس‌ها
Sig.	Df	آماره	
۰/۰۹	۳۲	۰/۳۹	تعارض زنان

همچنان که گفته شد یکی از مفروضه‌های آزمون تحلیل کوواریانس، نرمال بودن توزیع داده‌ها است. برای بررسی این فرضیه از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد. نتایج این آزمون در جدول ۲ برای بررسی مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌ها حاکی از آن است که نمره تعارض زناشویی از مفروضه نرمال بودن پیروی می کنند ($p > 0.05$). برای بررسی این فرضیه از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره استفاده شد. در جدول ۳ خلاصه‌ی تحلیل کوواریانس نمرات ارائه شده است.

جدول ۳: خلاصه تحلیل کوواریانس تک متغیره بررسی اثر آموزش گروه درمانی وجودی بر تعارض زنان

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر
پیش‌آزمون	۲۱۵۴/۳۷	۱	۲۱۵۴/۳۷	۷۰/۶۷	۰/۰۰۰۱	۰/۵۶
تعارض اثر گروه	۱۸۵/۷۸	۱	۱۸۵/۷۸	۸/۴۳	۰/۰۰۱	۰/۴۹
اثر خطا	۱۹۶۸/۵۹	۲۷	۷۲/۹۱			

براساس نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیره در جدول ۳ می‌توان گفت که بین گروه آزمایش و کنترل در نمرات حاصل از مهارت های حل تعارض زنان در پیش‌آزمون و پس‌آزمون، بعد از طرح‌واره درمانی تفاوت معنی‌داری به لحاظ آماری وجود دارد.

بحث و نتیجه گیری

فرضیه: طرح‌واره درمانی بر مهارت حل تعارض زوجین متقاضی طلاق تأثیر دارد.

یافته‌ها نشان داد که نمرات مهارت حل تعارض در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل تأثیر معنی‌داری داشته است. بنابراین نتایج نشان داد که طرح‌واره درمانی بر مهارت حل تعارض زوجین متقاضی طلاق تأثیر دارد.

در تبیین طرح‌واره‌های آسیب‌پذیری و شکست، انتظاراتی درباره خود و محیط دارند که با توانایی‌های ادراک شده‌شان برای جدایی، بقا، عملکرد مستقل و یا انجام موفقیت‌آمیز تکالیف، تداخل دارد. به عبارت دیگر این افراد در اغلب موارد ادراک اینکه جهان جای خطرناکی است و در صورت رویارویی با آن دچار شکست می‌شوند را داشته، و در نتیجه اعتماد به نفس کاهش یافته‌ای هنگام رویارویی با موقعیت‌ها دارند. از این رو است که میزان تهدیدکنندگی موقعیت‌ها را بیش برآورد می‌کنند و نمی‌توانند با آن سازگار شوند.

حل تعارض که یک مهارت بین فردی است و نیز روشی عقلانی است که فرد را در تجزیه و تحلیل و درک رفتار خویش و همین‌طور در کسب آگاهی و قبول مسئولیت، باتوجه به آنچه که در زمان حال اتفاق می‌افتد یاری می‌دهد و دیگر این که از اهداف مهم این نظریه واداشتن درمانجو به برقراری ارتباط بالغ-بالغ در اسرع وقت می‌باشد. از آنجا که تعارض‌های حل نشده منجر به ایجاد هیجان‌های منفی می‌شوند و نمی‌توانیم هیجان‌ها را از خودمان دور کنیم، بلکه باید آن‌ها را به درستی کنترل کنیم. بهبود در مهارت‌های هیجانی شامل توانایی تشخیص دادن و بیان کردن هیجان‌ات، از طریق تأثیر بر صمیمیت در پیشگیری از بیماری‌ها موثر می‌باشد و سلامت افراد را بهبود می‌بخشد.

منابع

۱. برومند، مجتبی. کوثرنشان، محمدرضا. غلامی، بهمن. (۱۳۸۹). رابطه ی بین عدالت سازمانی و سبک مدیریت تعارض. دوماهنامه توسعه‌ی انسانی پلیس، سال هفتم، شماره ۳۲.
۲. بهاری، فرشاد. فاتحی زاده، مریم السادات. احمدی، سیداحمد. مولوی، حسین. بهرامی، فاطمه (۱۳۹۰). تأثیر آموزش مهارت های ارتباط همسران بر کاهش تعارض های زناشویی زوجهای متعارض متقاضی طلاق. پژوهش های روان شناسی بالینی و مشاوره (مطالعات تربیتی و روان شناسی). دوره ۱. شماره ۱. صص ۷۰-۵۹.
۳. ضابطی، عطیه (۱۳۹۶). پیش‌بینی دلزدگی زناشویی زوجین براساس تعارض زناشویی و سبک‌های دلبستگی. چهارمین کنفرانس بین المللی نوآوری های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری.
۴. قنبری، بهرام؛ مداح، شورچه؛ وفایی، زهرا و بلقان آبادی، مصطفی. (۱۳۸۹). اثربخشی گروه درمانی شناختی و تحلیلی تبدالی بر بهبود مهارت حل تعارض، مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان، دوره ۱۴، شماره ۱، صص ۴۸-۴۳.
۵. هاشمی، نظام، غیورباغبانی، سیدمرتضی،، غلامرضا، خدیوی، هاشمیان نژاد، فریده و عاشوری، جمال (۱۳۹۵). اثربخشی درمان شناختی - رفتاری و طرح‌واره درمانی بر شادکامی و سلامت روان دانشجویان پرستاری. مجله بالینی پرستاری و مامایی، ۵ (۱)، ۱۲-۲۲.
6. Chinaveh, M. (2013). The effectiveness of problem-solving on coping Skills and Psychological Adjustment. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 84, 4 – 9 .
7. Hong Lim, B, K. (2000). Conflict resolution Styles, Somatization, and Marital Satisfaction in Chinese: The Moderating Effect of Forgiveness and Willingness to Seek Professional Help. Doctoral Dissertation, Texas Tech University.
8. Lobbetael. J., Arntz. A. & Sieswerda. S. (2005). Schema modes and childhood abuse in borderline and antisocial personality disorders. *J Behav Ther Exp Psychiatry*, 36 (3), 240-53.
9. Young, Jeffrey E. Cecero, John J. (2001). Case of Silvia: A Schema-Focused Approach. *Psychotherapy Integration*, 11,217-229.
10. Weeks.,G.R. and Treat,S.R. (2001). *Couples in Treatment: techniques and approaches for effective practice*. (2nd Ed.). Brunner-Routledge. Taylor & Francis Group.USA.