

اثربخشی آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر طلاق عاطفی و بهبود کیفیت روابط زناشویی زوجین شهر اصفهان

لیلا قنواتی

کارشناسی ارشد روانشناسی مثبت گرا، دانشکده روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران.

نام نویسنده مسئول:

لیلا قنواتی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۱/۱۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۳/۱۳

چکیده

هدف از پژوهش بررسی اثربخشی آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر طلاق عاطفی و بهبود کیفیت روابط زناشویی زوجین شهر اصفهان بود. روش پژوهش آزمایشی با استفاده از طرح پیش آزمون - پس آزمون همراه با گروه آزمایش و کنترل بود به منظور دسترسی به هدف فوق از بین کلیه زوجین که به کلینک های مشاوره در شهر اصفهان، طی دوماه (فروردین و اردیبهشت) مراجعه کرده بودند، ۴۰ نفر به صورت نمونه گیری در دسترس برای پاسخگویی به پرسشنامه های تحقیق انتخاب شدند که به صورت تصادفی ۲۰ نفر در گروه آزمایش و ۲۰ نفر در گروه کنترل قرار گرفتند. بدین منظور از دو پرسشنامه، طلاق عاطفی جان گاتمن (۲۰۰۸) و کیفیت روابط زناشویی باسبی و همکاران (۱۹۹۵) استفاده گردید. داده های حاصل از پرسشنامه ها با استفاده از گروه های آزمایش و کنترل از روش آماری آزمون تحلیل کواریانس مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر کیفیت روابط زناشویی زوجین شهر اصفهان تأثیر معناداری دارد. آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر ابعاد کیفیت روابط زناشویی (توافق، رضایت و انسجام) زوجین شهر اصفهان تأثیر معناداری دارد. آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر طلاق عاطفی زوجین شهر اصفهان تأثیر معناداری دارد.

واژگان کلیدی: آموزش گروهی به روش روایت درمانی، طلاق عاطفی، بهبود کیفیت روابط زناشویی.

مقدمه

افراد ازدواج را به عنوان صمیمانه ترین رابطه بزرگسالی محسوب می کنند، رابطه ای که برای آنها منبع اصلی عاطفه و حمایت است (مونتسی، کانر، گاردون، فابر، کیم و همکاران^۱، ۲۰۱۳). نتایج پژوهش ها نشان می دهد که زن و مرد با تمام تلاشی که در جهت انجام دقیق وظایف خود دارند، به مرور زمان عشق و علاقه بین آنها کمرنگ و کمرنگ تر شده و گاهی به طور کامل محو می شود (کراور و هلیول^۲، ۲۰۱۹) و زوجین بدون هیچگونه احساس و عاطفه ای نسبت به هم، به طور کامل جدای از هم به زندگی خود ادامه می دهند (آتان و بولوس^۳، ۲۰۱۹).

طلاق عاطفی^۴ پدیده ای فراگیر در کشور است، مساله ای که به دلیل محدودیت های اجتماعی و فرهنگی، مشکلات مالی، اجبار خانواده ها و عوامل دیگری که اجازه جدایی زن و شوهر را نمی دهد، خانواده های زیادی را وادار می کند در شرایطی که زن و مرد از نظر روانی علاقه ای به ادامه زندگی مشترک ندارند، پس از یک دوره طولانی دعوا و کشمکش، از مرحله دشمنی و تنفر عبور کرده و به وضعیت "بی تفاوتی" به یکدیگر برسند. به همین دلیل این تحقیق از اهمیت بسیاری برخوردار است (گروس^۵، ۲۰۱۴).

به عبارتی روابط عاطفی در آغاز زندگی اغلب با شور و حرارت خاصی وجود دارد، اما پس از مدتی به علت ناآگاهی و غفلت یکی از طرفین یا هر دو، عواطف فروکش می کنند و به تدریج که این وضعیت تشدید می شود، زندگی رو به سردی می گیرد و گاهی این حالت تا جایی ادامه می یابد که زوجین زیر یک سقف فقط در کنار هم هستند، اما با هم زندگی نمی کنند، این وضعیت را طلاق عاطفی می نامند در طلاق عاطفی زندگی زناشویی توخالی شده و فاقد عشق، مصاحبت و دوستی است (عظیمی رستا و عابدزاده نوبریان، ۱۳۹۲).

طلاق عاطفی فاصله عاطفی مشخص و آشکار میان همسرانی است که هر دو ناپخته هستند هر چند یکی از آن ها ممکن است این ناپختگی را تایید کند و دیگری با ابراز اعمال مسولانه مفرط چنین چیزی را انکار کند (گروس، ۲۰۱۴). پل یوهانان^۶ در سال ۱۹۷۰ طلاق عاطفی را اولین مرحله در فرایند طلاق و بیانگر رابطه زناشویی رو به زوالی دانسته که احساس بیگانگی جایگزین آن می گردد (اولس و دفراين^۷، ۲۰۱۲). طلاق عاطفی تضمین کننده فقدان اعتماد، احترام و محبت به یکدیگر می باشد، همسران به جای حمایت از یکدیگر در جهت آزار و ناکامی و تنزل عزت نفس فرد مقابل عمل کرده و هر یک به دنبال یافتن دلیلی برای اثبات عیب و کوتاهی و طرد فرد دیگر هستند (لاور^۸، ۲۰۱۵). همچنین کیفیت روابط زناشویی بین افراد از اهمیت خاصی برخوردار است. چنین روابطی بر بهزیستی فیزیکی، روان شناختی و توانایی افراد در جهت عملکرد موثر در زمینه های مختلف فردی، خانوادگی و شغلی موثر است. ایجاد و دوام رابطه ی زناشویی توسط پیوندهای هیجانی خاصی تقویت می شود. هم چنان که روابط سالم در زندگی منافع و پیامدهای مثبتی را در بر دارد، روابط غیررضایت بخش سلامت جسمانی و روان شناختی افراد را به خطر می اندازد. روابط زناشویی یک فرآیند تعاملی است و شامل ابعادی مرتبط به هم است. محور این فرآیند شناخت، درک، پذیرش، همدلی با احساسات فرد دیگر، قدردانی و پذیرش دیدگاه اوست. روابط زناشویی، تنها یک تمایل یا آرزو نیست؛ بلکه یک نیاز اساسی و واقعی بوده و مفهوم وسیعی دارد که شامل خود افشایی، رابطه ی جنسی، نزدیکی هیجانی، بدنی و عقلی است. با از دست رفتن صمیمیت یکی از حلقه های پیوند زناشویی از بین می رود (باگاروزی^۹، ۲۰۱۳). روابط زناشویی هم به لحاظ عاطفی و هم به لحاظ جسمی

1 . Montesi, Conner, Gordon, E. A., Fauber, & Kim

2. Crover & Helliwell

3. Atan & Bulus

4. Emotional Divorce

5. Gross

6. Bohannan . Paul

7 Olson, Defraen

8 Laur

9 Bagarozzi

عاملی قوی و تعیین کننده در زندگی زناشویی است (لومان، کاگنون، مسشل و میشلز^{۱۰}، ۲۰۱۴) و صمیمیت در روابط زناشویی یکی از شاخص‌های نزدیکی در روابط و شاخص قدرت‌مند عشق است (سیوثرن^{۱۱}، ۲۰۱۱).

انسان به روابط زناشویی به عنوان وسیله ارتباط و راهی برای ابراز انواع متفاوتی از هیجانات مانند صمیمیت، عشق، خشم و پرخاشگری توجه می‌کند (باراش و لیپتون^{۱۲}، ۲۰۱۷). بهبود کیفیت روابط زناشویی بین زوجین به دلیل ارتباط تنگاتنگی که با تامین نیازهای عاطفی، رضایت زناشویی و در نتیجه بهبود کیفیت زندگی دارد، حائز اهمیت فراوان است. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که کیفیت پایین و نامطلوب روابط زناشویی در زندگی زناشویی با کاهش رضایت زناشویی در ارتباط مستقیم است (ادوارد و بوت^{۱۳}، ۲۰۱۵). از این رو طبیعتاً بررسی و شناخت عوامل و موارد مرتبط و تاثیرگذار دیگر که بر سطح کیفیت این رابطه بین زوجین اثر می‌گذارد، نیز امری لازم در جهت ارتقای کیفیت روابط زناشویی می‌باشد.

روایت‌درمانی رویکردی است که شکل‌گیری مشکلات را ناشی از روایت‌های مشکل‌دار افراد می‌داند. رویکرد براساس استفاده از روایت و داستان است. زوج درمانی روایتی معتقد است که مردم از طریق روایات، زندگی و تجارب خود را معنا می‌کنند. وجود روایت‌های سرشار از مشکل منجر به بروز مشکلات می‌شود و تغییرات روان‌شناختی و حل‌مشکل نیز از طریق تغییر روایت مشکل‌دار، ممکن می‌شود. زوج درمانی روایتی به دنبال یافتن روایاتی است که ارتباط میان زوجین را شکل می‌دهد. هم‌چنین به دنبال تسهیل فرایند بازنویسی مشارکتی روایت مشکل‌دار آنان است (تبریزی، صیادی و امان‌الهی، ۱۳۹۶). روایت‌درمانی تلاش می‌کند تا چارچوب‌های ذهنی را که شخص در مسیر تفکر خویش دائماً به آن‌ها رجوع می‌کند را تغییر دهد و این کار را از طریق تفکر انتقادی بر فرض‌های ذهنی فرد انجام می‌دهد. در روایت‌درمانی تأکید بر داستانی است که شخص می‌گوید و سعی در فهم این داستان از طریق اشتراک فکری فرد با مراجع است. مراجع درمی‌یابد که داستان مسلط زندگی او داستانی ناشایسته و لازم به تغییر است و در لابلای داستان او نتیجه‌های منحصر به فردی وجود دارد، که او تا به حال به آن‌ها توجه نکرده است. چرا که او داستان خویش را غرق در مشکل می‌بیند و در تعریف داستان زندگی خویش نیز تنها به مشکلات فراوان آن‌ها اشاره دارد. این غرق در مشکل بودن داستان فرد اجازه فرارفتن تفکر فرد به سمت نتیجه‌ها، اتفاقات و لحظات ناب و قابل توجه و شایسته که ارزشمندی او را خاطر نشان می‌کند را نمی‌دهد. برای مراجع داستان مسلط زندگی خویش داستانی است که تمام قصه‌های دیگر زندگی در برابر آن حاشیه‌ای به نظر می‌رسند، داستانی که هسته شکل‌دهنده زندگی فرد است (عابدی، ۱۳۹۷).

ایدوارد و بوث^{۱۴} (۲۰۱۵) به این نتیجه رسیدند که آموزش گروهی براساس زوج درمانی روایتی بر طلاق عاطفی و سازگاری زناشویی تاثیر معنی‌دار داشته است. هم‌چنین در ابعاد رضایت، همبستگی نیز و ابراز محبت تاثیر معنی‌دار داشته است. لذا با توجه به بالا رفتن نرخ طلاق و کاهش سازگاری و رضایت زناشویی در دو دهه گذشته، زوج درمانی روایتی با کمک به زوجین برای توسعه راه حل‌های مؤثر و پیدا کردن موارد استثنا در زندگی می‌تواند طلاق عاطفی را کاهش و از طلاق جلوگیری کرد. شارون^{۱۵} (۲۰۱۸) تاثیر روایت درمانی بر سطح تمایز یافتگی از خانواده اصل و روابط زناشویی زوج‌های جوان بررسی شد. یافته‌ها نشان می‌دهد که روایت درمانی بر افزایش سطح تمایز یافتگی و استدلال از خانواده اصلی به رضایت زناشویی بالاتر و افزایش کیفیت روابط زناشویی موثر است و دیگر آن که وابستگی شوهر به والدین بیشتر از وابستگی زن به والدینش موجب طلاق عاطفی و کاهش سازگاری و دلزدگی زناشویی می‌شود. برینان، گورچ، تال، سارا^{۱۶} (۲۰۱۹) نشان دادند که زوج درمانی روایتی در افزایش سازگاری زناشویی و رضایت، و در کاهش طلاق عاطفی و ناراحتی فردی و روانشناختی در زوجین موثر است هم‌چنین میورات^{۱۷} (۲۰۱۹) در تحقیقی که انجام داد به این نتیجه رسید که روایت درمانی بر جو عاطفی خانواده تاثیر مثبت داشته است. هم‌چنین روایت درمانی و بهبود وضعیت زناشویی موثر است و می‌تواند منجر به افزایش کیفیت روابط زناشویی زوجین شود. عمادی، یزدخواستی، مهرابی (۱۳۹۵)

¹⁰- Laumann, Gagnon, Michael & Michaels

¹¹- Southern

¹²- Barash & Lipton

¹³- Edward & Booth

¹⁴ Edward & Booth

¹⁵ Sharon

¹⁶ Brennan, Georg, Tal, Sarah

¹⁷ Murat

نشان داد روایت درمانی بر سازگاری با طلاق والدین، تاب آوری و مشکلات رفتاری - هیجانی کودکان به صورت معناداری اثرگذار بود. سلیمی قلعه تکی، قاسمی پیربلوطی و شریفی (۱۳۹۵) به این نتیجه رسیدند که اثربخشی آموزش روایت درمانی در کاهش طلاق عاطفی زوجین بود. همچنین تفاوت معناداری را بین میانگین نمرات پس آزمون طلاق عاطفی گروه آزمایش و کنترل نشان می دهد بنابراین می توان نتیجه گرفت روایت درمانی بر کاهش طلاق عاطفی افراد گروه آزمایش تاثیر داشته است اندازه اثر در متغیر طلاق عاطفی در پس آزمون می باشد. شاکرمی، داورنیا، زهراکار و طلائیان (۱۳۹۷) به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی کوتاه مدت راه حل محور باعث بهبود کیفیت روابط زناشویی زنان گروه آزمایش شده و نتایج در دوره پیگیری نیز از ثبات لازم برخوردار بوده است. همچنین نتایج بیانگر این است که می توان از مداخله ی درمانی راه حل محور در جهت بهبود و ارتقاء کیفیت روابط زناشویی استفاده کرد. با توجه به مطالب فوق، پژوهش حاضر می تواند در جهت شناخت راه کارهای استحکام بخشی روابط خانوادگی در این قشر مهم از جامعه با ارزش باشد. انجام پژوهش هایی از این دست ضروری به نظر می رسد، تا با استفاده از نتایج این پژوهش خانواده های مشکل دار جهت جلوگیری از ادامه مشکلات و ناراحتی های زندگی زناشویی به این شیوه درمانی روی آورند تا کیفیت روابط زناشویی افزایش یابد و بالطبع کاهش طلاق عاطفی تأمین گردد. علاوه بر این نتایج این پژوهش به مشاوران و روانشناسان کمک می کند تا جهت ارتقای سطح زندگی زوجینی که دارای اختلافات زناشویی هستند رویکرد روایت درمانی را مورد توجه قرار دهند. با توجه به این امر هدف از پژوهش حاضر تأثیر آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر بهبود کیفیت روابط زناشویی و کاهش طلاق عاطفی زوجین شهر اصفهان می باشد.

روش تحقیق

روش پژوهش حاضر آزمایشی با استفاده از طرح پیش آزمون - پس آزمون همراه با گروه آزمایش و کنترل بوده است. جامعه آماری تحقیق حاضر شامل کلیه زوجینی که به کلینک های مشاوره خانواده در شهر اصفهان در سال ۱۳۹۹ می باشد. با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس، ۶۰ نفر از زوجین که به کلینک های مشاوره خانواده طی دوماه (فروردین و اردیبهشت) مراجعه کرده بودند، به صورت تصادفی انتخاب شد و پرسشنامه طلاق عاطفی و بهبود کیفیت روابط زناشویی روی زوجین در شهر اصفهان که برای شرکت در جلسات آموزش گروهی به روش روایت درمانی اعلام آمادگی کرده اند، اجرا شد که ۴۰ نفر از زوجین که در پرسشنامه طلاق عاطفی و بهبود کیفیت روابط زناشویی نمره کمتری داشتند به عنوان حجم نمونه انتخاب و بطور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (۲۰ نفر در گروه آزمایش و ۲۰ نفر در گروه کنترل) گمارده شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۱/۵ ساعته آموزش گروهی به روش روایت درمانی دریافت کردند و در گروه گواه مداخله ای صورت نگرفت پس از پایان دوره ی آموزش، هر دو گروه در پس آزمون شرکت کردند، مجدداً پرسشنامه ی طلاق عاطفی و بهبود کیفیت روابط زناشویی را تکمیل کردند. سپس داده ها با آزمون های آماری کوواریانس و SPSS23 تجزیه و تحلیل شد.

شرح جلسات آموزش

جدول ۱: شرح جلسات آموزش روایت درمانی (عابدی، ۱۳۹۷)

تعداد جلسات	شرح جلسات
جلسه اول	۱. تعریف مشکل ۲. دعوت از مراجع که مشکل را در یک کلمه بگوید و آن کلمه را به یک جمله تبدیل کند. ۳. تبدیل مشکل به اهداف قابل دسترس ۴. بحث و مناظره درباره ی مشکل
جلسه دوم	۱. بررسی تکالیف هفته ی قبل ۲. تعیین هدف ۳. بررسی راه حل های بر طرف کننده ی شکایات

۴. فرمول‌بندی حلقه‌های راه حل-مشکلات	
۱. خلاصه‌ای از جلسه‌ی قبل و بررسی مشکل ۲. حرف زدن در باره‌ی آینده ۳. استفاده از فن استثناءها و سئوالات معجزه‌ای ۴. پیدا کردن یک داستان مثبت	جلسه سوم
۱. بررسی تکالیف و خلاصه‌ای از جلسه‌ی قبل ۲. آموزشی، توصیف داستان زندگی برحسب تاریخچه به قصد تشخیص قصه مسلط و حاشیه‌ای زوجین در داستان زندگی مشترکشان ۳. فهم داستان مشکل	جلسه چهارم
۱. بررسی تکالیف و خلاصه‌ای از جلسه‌ی قبل ۲. توضیح فن شاه‌کلید و استفاده از آن ۳. استفاده از فن سئوالات مقیاسی	جلسه پنجم
۱. بررسی تکالیف هفته‌ی قبل ۲. ادامه‌ی فن شاه‌کلید هفته‌ی قبل ۳. استفاده از فن تکالیف و انمودی ۴. استفاده از برهان خلف و شرط‌بندی متناقض	جلسه ششم
۱- بررسی تکالیف و خلاصه‌ای از جلسه‌ی قبل ۲- محور و داستان‌های حامی آن،	جلسه هفتم
۱. خلاصه‌ای از جلسات قبل و بررسی تکالیف انجام شده ۲. استفاده از سئوالات درجه‌دار ۳. تعیین این که آیا مراجعان به اهداف درمان دست یافته‌اند؟	جلسه هشتم

ابزار پژوهش

الف) پرسشنامه طلاق عاطفی: پرسشنامه طلاق عاطفی از کتاب موفقیت یا شکست در ازدواج نوشته جان گاتمن (۲۰۰۸) گرفته شده است. این پرسشنامه در سال ۲۰۰۸ نوشته شده و شامل جملاتی درباره جنبه‌های مختلف زندگی است که ممکن است فرد با آن موافق یا مخالف است. این مقیاس ۲۴ سوال دارد و به شیوه بله یا خیر باید به آن جواب داد. نمره گذاری پرسشنامه به صورت بله، خیر است. پاسخ بله امتیاز یک و پاسخ خیر ۰ می‌گیرد. هر چقدر میزان جواب‌های بله بیشتر باشد احتمال طلاق عاطفی بیشتر است. در این پژوهش آلفای کرونباخ برای پایایی پرسشنامه ۰/۸۳ شده است.

ب) پرسشنامه کیفیت روابط زناشویی: مقیاس کیفیت زناشویی باسبی و همکاران (RDAS) - فرم تجدیدنظر شده توسط باسبی، کران، لارسن و کریستنسن در سال ۱۹۹۵ ساخته شده است که به منظور سنجش میزان کیفیت روابط زناشویی بکار می‌رود. این پرسشنامه از ۱۴ گویه و ۳ خرده مقیاس توافق (۶ سوال)، رضایت (۵ سوال) و انسجام (۳ سوال) تشکیل شده است که در مجموع نمره کیفیت زناشویی را نشان می‌دهند و نمرات بالا نشان‌دهنده کیفیت زناشویی بالاتر است. فرم اصلی این مقیاس ۳۲ سوال دارد که توسط اسپینر و براساس نظریه لیوایز و اسپینر در مورد کیفیت زناشویی ساخته شده است (به نقل از هولیست، کودی و میلر، ۲۰۰۵). نمره گذاری پرسشنامه بصورت طیف لیکرت ۶ نقطه‌ای (همیشه اختلاف داریم = ۰ و توافق دائم داریم = ۵) می‌باشد. در این پژوهش آلفای کرونباخ برای پایایی پرسشنامه ۰/۸۹ شده است.

جدول ۱: مولفه های پرسشنامه کیفیت روابط زناشویی

ردیف	خرده مقیاس	سوالات	تعداد سوال
۱	توافق	۱ تا ۶	۶
۲	رضایت	۷ تا ۱۱	۵
۳	انسجام	۱۲ تا ۱۴	۳

یافته ها

جدول (۳): میانگین، انحراف معیار نمره گروه کنترل و آزمایش در پیش آزمون و پس آزمون

متغیر گروه	گروه کنترل		گروه آزمایش		میانگین	انحراف معیار
	فراوانی	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	انحراف معیار
طلاق عاطفی	پیش آزمون	۲۰	۱۲/۰۱	۴/۲۹	۱۲/۵۹	۴/۴۹
	پس آزمون	۲۰	۱۲/۱۵	۴/۳۱	۸/۲۲	۲/۴۴
توافق	پیش آزمون	۲۰	۵/۸۵	۱/۵۸	۵/۷۳	۱/۵۲
	پس آزمون	۲۰	۵/۱۰	۱/۲۹	۶/۱۳	۱/۸۲
رضایت	پیش آزمون	۲۰	۵/۵۵	۱/۳۱	۵/۴۸	۱/۴۳
	پس آزمون	۲۰	۵/۶۰	۱/۳۷	۶/۱۰	۱/۸۲
انسجام	پیش آزمون	۲۰	۴/۱۱	۱/۱۲	۴/۱۵	۱/۱۶
	پس آزمون	۲۰	۴/۱۵	۱/۱۶	۵/۱۸	۱/۳۱
کیفیت روابط زناشویی	پیش آزمون	۲۰	۱۵/۰۱	۴/۷۱	۱۵/۶۶	۴/۸۳
	پس آزمون	۲۰	۱۵/۱۵	۴/۷۷	۱۹/۴۵	۵/۳۶

در جدول ۳: میانگین، انحراف معیار نمره گروه کنترل و آزمایش در پیش آزمون و پس آزمون طلاق عاطفی، کیفیت روابط زناشویی و مولفه های آن مشاهده می گردد. در گروه آزمایش نمرات در طلاق عاطفی در پس آزمون کمتر از پیش آزمون می باشد اما نمرات در کیفیت روابط زناشویی و مولفه های آن در پس آزمون بیشتر از پیش آزمون می باشد که در میانگین گروه آزمایش، بالاترین نمره از ابعاد کیفیت روابط زناشویی، توافق در پس آزمون (۶/۱۳) می باشد. پیش از اجرای تحلیل باید شرط عدم تعامل میان متغیر مستقل (گروه) و کواریته (پیش آزمون) با متغیر وابسته (پس آزمون) بررسی شود. نتایج بدست آمده در جدول ۴ قابل مشاهده است.

جدول ۴: آزمون تعامل میان گروه و پیش آزمون با پس آزمون متغیرهای تحقیق

متغیرها	منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	آماره آزمون	p
مولفه های توافق	اثر تعامل پیش آزمون و گروه	۱۲/۵۲	۱	۱۲/۵۲	۵۴/۳۸	۰/۰۵۸
کیفیت روابط رضایت	اثر تعامل پیش آزمون و گروه	۰/۴۸	۱	۰/۴۸	۰/۹۳	۰/۳۴
زناشویی انسجام	اثر تعامل پیش آزمون و گروه	۵/۴۲	۱	۵/۴۲	۱۷/۸۷	۰/۰۶۲

کیفیت روابط زناشویی	اثر تعامل پیش آزمون و گروه	۵۰/۲۷	۱	۵۰/۲۷	۴۳/۴۴	۰/۰۷
طلاق عاطفی	اثر تعامل پیش آزمون و گروه	۹/۰۷	۱	۹/۰۷	۱/۵۰	۰/۲۳

همانطور که در جدول ۴ مشاهده می شود برای تمام متغیرها مقدار آماره آزمون تعامل میان گروه و پیش آزمون با پس آزمون از لحاظ آماری معنی دار نیست ($p > 0.05$) و شرط توازی شیب های رگرسیون برای تحلیل کواریانس برقرار است. بنابراین برای بررسی اثر بخشی آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر بهبود کیفیت روابط زناشویی و کاهش طلاق عاطفی زوجین از آزمون تحلیل کواریانس استفاده می کنیم.

یکی دیگر از پیش فرض های تحلیل کواریانس، همگنی واریانس های خطای متغیر وابسته در بین عامل (گروه) می باشد. برای آزمون همگنی واریانس های خطا از آزمون لیونز استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ آمده است.

جدول ۵ آزمون همگنی واریانس های خطا در مدل های منطبق با طلاق عاطفی، کیفیت روابط زناشویی و ابعاد آن

متغیرها	آماره لیونز F	درجه آزادی	p
توافق	۱/۰۴	۳۸ و ۱	۰/۳۱
رضایت	۳۰/۶۱	۳۸ و ۱	۰/۰۵۲
انسجام	۰/۹۹	۳۸ و ۱	۰/۳۲
کیفیت روابط زناشویی	۲/۳۸	۳۸ و ۱	۰/۱۳
طلاق عاطفی	۱۵/۰۴	۳۸ و ۱	۰/۰۶۱

همانطور که در جدول ۵ مشاهده می شود براساس مقادیر آماره لیونز ($p > 0.05$) آزمون فرضیه همگنی واریانس های خطا طلاق عاطفی، کیفیت روابط زناشویی و مولفه های آن در زوجین مورد تایید قرار می گیرد. بنابراین واریانس های خطای متغیرهای وابسته طلاق عاطفی، کیفیت روابط زناشویی و مولفه های آن در زوجین در بین عامل (گروه) مساوی هستند. بنا به نتایج برای بررسی اثربخشی آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر بهبود کیفیت روابط زناشویی و مولفه های آن در زوجین از آزمون تحلیل کواریانس استفاده می کنیم. نتایج بدست آمده در جدول ۶ قابل مشاهده است.

جدول ۶ تحلیل کواریانس اثربخشی آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر بهبود کیفیت روابط زناشویی و مولفه های آن در زوجین

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره آزمون	p	مجذورات
اثر پیش آزمون	۱۳/۳۴	۱	۱۳/۳۴	۵۷/۹۵	۰/۰۰۰۱	۰/۶۲
اثر متغیر مستقل	۲۱/۱۰	۱	۲۱/۱۰	۹۱/۶۵	۰/۰۰۰۱	۰/۷۲
خطا	۸/۲۹	۳۶	۰/۲۳			
کل تصحیح شده	۵۲۱	۴۰				
اثر پیش آزمون	۲۶/۶۰	۱	۲۶/۶۰	۵۱/۹۲	۰/۰۰۰۱	۰/۵۹
اثر متغیر مستقل	۴/۰۳	۱	۴/۰۳	۷/۸۷	۰/۰۰۰۸	۰/۱۸
خطا	۱۸/۴۴	۳۶	۰/۵۱			
کل تصحیح شده	۱۶۱	۴۰				
اثر پیش آزمون	۴۲/۲۷	۱	۴۲/۲۷	۱۳۹/۴۳۰	۰/۰۰۰۱	۰/۷۹

مولفه های کیفیت روابط زناشویی

توافق

رضایت

انسجام

اثرمتغیرمستقل	۳۹/۶۵	۱	۳۹/۶۵	۱۳۰/۸۱	۰/۰۰۰۱	۰/۷۸
خطا	۱۰/۹۱	۳۶	۰/۳۰			
کل تصحیح شده	۴۲۹	۴۰				
اثرپیش آزمون	۲۲۷/۹۱	۱	۲۲۷/۹۱	۱۹۶/۹۸	۰/۰۰۰۱	۰/۸۴
اثرمتغیرمستقل	۲۳۰/۰۷	۱	۲۳۰/۰۷	۱۹۸/۸۵	۰/۰۰۰۱	۰/۸۵
خطا	۴۱/۶۵	۳۶	۱/۱۵			
کل تصحیح شده	۷۹۳۰	۴۰				

همان گونه که در جدول فوق مشاهده می گردد آماره آزمون اثرمتغیرمستقل کیفیت روابط زناشویی در مرحله پس آزمون ($p < ۰/۰۱$ و $F = ۱۹۸/۸۵$) معنادار شده است. بنابراین بین متوسط کیفیت روابط زناشویی در دو گروه کنترل و آزمایش در مرحله پس آزمون پس از حذف تاثیر پیش آزمون تفاوت معنادار وجود دارد و آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر کیفیت روابط زناشویی زوجین تاثیر مثبت معنادار داشته و موجب افزایش آن شده است. میزان این تاثیر بنا به ستون مجذور ضریب اتا برابر با ۸۵ درصد می باشد. همچنین آماره آزمون اثرمتغیرمستقل مولفه های کیفیت روابط زناشویی در مرحله پس آزمون معنادار شده است. بنابراین بین متوسط مولفه های کیفیت روابط زناشویی در دو گروه کنترل و آزمایش در مرحله پس آزمون پس از حذف تاثیر پیش آزمون تفاوت معنادار وجود دارد و آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر مولفه های کیفیت روابط زناشویی زوجین تاثیر مثبت معنادار داشته و موجب افزایش آن شده است. میزان این تاثیر بنا به ستون مجذور ضریب اتا به ترتیب برابر با ۰/۷۲، ۰/۱۸، ۰/۷۸ می باشد.

بنا به نتایج برای بررسی آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر طلاق عاطفی زوجین از آزمون تحلیل کواریانس استفاده می کنیم. نتایج بدست آمده در جدول ۷ قابل مشاهده است.

جدول ۷ تحلیل کواریانس آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر طلاق عاطفی زوجین

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره آزمون	p	مجذور اتا
اثرپیش آزمون	۵۴۱/۹۴	۱	۵۴۱/۹۴	۸۹/۶۷	۰/۰۰۰۱	۰/۷۱
اثرمتغیرمستقل	۶۱/۰۲	۱	۶۱/۰۲	۱۰/۰۹	۰/۰۰۳	۰/۲۲
خطا	۲۱۷/۵۶	۳۶	۶/۰۴			
کل تصحیح شده	۶۰۶۱	۴۰				

همان گونه که در جدول فوق مشاهده می گردد آماره آزمون اثرمتغیرمستقل طلاق عاطفی در مرحله پس آزمون ($p < ۰/۰۱$ و $F = ۱۰/۰۹$) معنادار شده است. بنابراین بین متوسط طلاق عاطفی در دو گروه کنترل و آزمایش در مرحله پس آزمون پس از حذف تاثیر پیش آزمون تفاوت معنادار وجود دارد و آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر طلاق عاطفی زوجین تاثیر معنادار داشته و موجب کاهش آن شده است. میزان این تاثیر بنا به ستون مجذور ضریب اتا برابر با ۲۲ درصد می باشد.

بحث و نتیجه گیری

همانطور که در جدول های ۶ نشان داده شده است، آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر کیفیت روابط زناشویی و مولفه های آن در زوجین شهر اصفهان تأثیر معناداری دارد. نتایج حاضر با نتایج پژوهش شارون (۲۰۱۵) یافته ها نشان می دهد که روایت درمانی بر افزایش سطح تمایز یافتگی و استدلال از خانواده اصلی به رضایت زناشویی بالاتر و افزایش کیفیت روابط زناشویی موثر است و دیگر آن که وابستگی شوهر به والدین بیشتر از وابستگی زن به والدینش موجب طلاق عاطفی و کاهش سازگاری و دلزدگی

زناشویی می‌شود. میورات (۲۰۱۳) به این نتیجه رسید که روایت درمانی بر جو عاطفی خانواده تاثیر مثبت داشته است. همچنین روایت درمانی و بهبود وضعیت زناشویی موثر است و می‌تواند منجر به افزایش کیفیت روابط زناشویی زوجین شود، همسو می‌باشد.

برون سازی مشکل به عنوان یک فرآیند اولیه در روایت درمانی، به تسهیل جدایی بین فرد و مشکل می‌پردازد و با تکیه بر توانایی‌ها و باورها و شایستگی‌های افراد می‌تواند نفوذ مشکلات را کم کرده و مسائل را منعطف و قابل حل تعریف کند (رایان، ادوایر و لیهی^{۱۸}، ۲۰۱۵).

برای تبیین این فرضیه می‌توان گفت از آنجایی که آموزش گروهی به روش روایت درمانی به زوجین در جهت تغییرات فکری و گزینش رفتارهای سالم و مفید کمک می‌کند، می‌تواند گام موثری در آرامش فکری و روحی روانی زوجین باشد، که می‌تواند آنها را قادر سازد تا نیازها، خواسته‌ها و علائق خود را با همسر خود در میان بگذارند. عشق، دوستی و محبتشان را نسبت به یکدیگر ابراز کنند و به خوبی از عهده‌ی حل مشکلات و مسائل اجتناب‌ناپذیر در خانواده برآیند. آموزش گروهی به روش روایت درمانی باعث می‌شود تا زوجین از هشیاری و آگاهی بیشتر و با نگرش مثبت تر نسبت به زندگی و کیفیت روابط زناشویی داشته باشند که می‌تواند منجر به کشف ارزش‌ها در رابطه‌ی زن و شوهری خود و تعهد به آن‌ها می‌شود، همچنین آموزش گروهی به روش روایت درمانی می‌تواند باعث کاهش تعارضات زناشویی یا کاهش ناهمخوانی بین امیال شخصی زوجین شود. همچنین برای تبیین این فرضیه می‌توان گفت زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، انعطاف پذیری بیشتر دارند. در واقع این زوجین بهتر می‌تواند با رنج‌ها و تنش‌های زندگی کنار بیایند که می‌تواند منجر به افزایش کیفیت روابط زناشویی در زوجین شود. در واقع زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، می‌تواند منجر به رضایت از زندگی و افزایش بخشش در زندگی شود.

به عبارتی آموزش گروهی به روش روایت درمانی به زوجین این امکان را می‌دهد تا از هیجان‌های تنش‌زا که رابطه را مختل می‌کنند رها شوند و رشد با زمینه‌های شناختی مثبت از همسر را تشویق نماید. آموزش گروهی به روش روایت درمانی به زوجین این امکان را می‌دهد تا رابطه ادامه یابد و شکوفا شود و صمیمیت ایجاد گردد و همچنین، ابزاری مهم برای حفظ روابط پایدار و دراز مدت است که می‌تواند منجر به کاهش خستگی جسمی و روانی و افزایش کیفیت روابط زناشویی در زوجین شود. همچنین برای تبیین این فرضیه می‌توان گفت زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، می‌تواند منجر به پذیرفتن احساسات طرف مقابل شود و در نهایت توافق، رضایت و انسجام در روابط زناشویی افزایش دهد. به عبارتی زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، زوجین نسبت به ارزشهای خود در زندگی متعهد می‌شوند و تمرکز بیشتری بر روی افزایش کیفیت زندگی خود دارند که می‌تواند منجر به کاهش تعارضات زناشویی و در نهایت افزایش توافق، رضایت و انسجام در روابط زناشویی شود. در واقع زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، می‌تواند تعارضات زناشویی را به حداقل برساند و راهی برای حل کردن مشکلات و کشمکش‌های زوج‌هایی که خود به تنهایی قادر به حل مشکلاتشان نیستند، پیدا می‌کند و در نهایت افزایش توافق، رضایت و انسجام در روابط زناشویی شود. همچنین زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، می‌تواند منجر به عملی که منجر به غنی سازی زندگی می‌شود، تعهد بیشتری دارند که می‌تواند منجر به کاهش تعارضات زناشویی یا کاهش توقعات غیرواقع‌گرایانه و تفکرات غیرمنطقی و فراز و نشیب‌های زندگی شود و در نهایت توافق، رضایت و انسجام در روابط زناشویی افزایش دهد. علاوه بر این می‌توان گفت زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، می‌تواند منجر به متعهد شدن زوجین نسبت به روشننگری ارزش‌های خود در زندگی شود و آنها را از رنج‌ها و ناملات‌های دور کند. در واقع زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، می‌تواند با کنترل موثر دردها، رنج‌ها و تنش‌هایی که زندگی لاجرم برای او ایجاد کرده، یک زندگی پربار و معنادار برای خود ایجاد می‌کند که در نهایت می‌تواند منجر به افزایش توافق، رضایت و انسجام در روابط زناشویی در زوجین شود. به عبارتی زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی

باشند، می تواند منجر به نوعی انعطاف پذیری روانی در زوجین شود که باعث افزایش توافق، رضایت و انسجام در روابط زناشویی می شود.

همانطور که در جدول ۷ نشان داده شده است، آموزش گروهی به روش روایت درمانی بر طلاق عاطفی زوجین شهر اصفهان تأثیر معناداری دارد. نتایج حاضر با نتایج پژوهش عمادی، یزدخواستی، مهرابی (۱۳۹۴) به این نتیجه رسیدند که روایت درمانی بر سازگاری با طلاق والدین، تاب آوری و مشکلات رفتاری هیجانی کودکان به صورت معناداری اثرگذار بود. روایت درمانی گروهی رویکرد مؤثری است که می تواند احساسات و باورهای منفی کودکان نسبت به طلاق والدین شان و مشکلات رفتاری هیجانی آنها را کاهش دهد و همچنین می تواند احساسات و نگرش های مثبت نسبت به والدین و تاب آوری را در آنها افزایش دهد و در نهایت منجر به افزایش سازگاری آنها با طلاق والدین شود. نتایج حاضر با نتایج پژوهش ایدوارد و بوث (۲۰۱۵) به این نتیجه رسیدند که آموزش گروهی براساس زوج درمانی روایتی بر طلاق عاطفی و سازگاری زناشویی تأثیر معنی دار داشته است. همچنین در ابعاد رضایت، همبستگی نیز و ابراز محبت تأثیر معنی دار داشته است. برینان، گورچ، تال، سارا (۲۰۰۹) به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی روایتی در افزایش سازگاری زناشویی و رضایت، و در کاهش طلاق عاطفی و ناراحتی فردی و روانشناختی در زوجین موثر است، همسو می باشد. برای تبیین این فرضیه می توان گفت زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، به پیوند عاطفی عمیقی بین زوجین ایجاد می شود که می تواند منجر به احساس لذت از تعامل با یکدیگر و نوعی دلبستگی های هیجانی نیرومند، دیرپا و متقابل با یکدیگر شود و در نهایت باعث کاهش طلاق عاطفی شود. به عبارتی می توان گفت زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، دارای نوعی الزام و تعهد درونی در برابر یکدیگر هستند که می تواند منجر به تعهد به زندگی شود و اگر این زوجین در زندگی زناشویی دچار اشتباهی شوند، به جای تکیه بر اسنادهای بیرونی، در صدد اصلاح آن بر می آیند که می تواند باعث به کاهش طلاق عاطفی می شود. علاوه بر این، زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، می تواند منجر به پذیرفتن هیجانات و افکار یکدیگر شود. به عبارتی زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، زوجین نسبت به ارزش های خود در زندگی متعهد و تمرکز بیشتری بر روی افزایش کیفیت زندگی خود داشته باشند که می تواند منجر به کاهش طلاق عاطفی شود. به عبارتی دیگر زمانی که زوجین دارای آموزش گروهی به روش روایت درمانی باشند، به زوجین این امکان را می دهد تا رابطه ادامه یابد و شکوفا شود و صمیمیت ایجاد گردد و همچنین، ابزاری مهم برای حفظ روابط پایدار و دراز مدت است که می تواند منجر به کاهش طلاق عاطفی در زوجین شود.

منابع و مراجع

- [۱] تبریزی، خ. صیادی، ع. امان الهی، ع (۱۳۹۶). رابطه بین سبک‌های دلبستگی با کارکرد خانواده و سلامت عمومی، فصلنامه مشاوره و روان درمانی، سال دوم، شماره ۲.
- [۲] سلیمی قلعه تکی، ز. قاسمی پیربلوطی، م. شریفی، ط. (۱۳۹۵). اثر بخشی روایت درمانی در طلاق عاطفی زوجین متقاضی طلاق توافقی شهرستان لنجان، دومین کنفرانس ملی روانشناسی و علوم رفتاری
- [۳] شاکرمی، م. داورنیا، ر. زهراکار، ک. طلائیان، ر. (۱۳۹۷). اثربخشی زوج درمانی گروهی کوتاه مدت راه حل محور بر بهبود کیفیت روابط زناشویی زنان، مجله علوم پزشکی رازی، دوره ۲۲، شماره ۱۳۱: ۱۹-۳۲.
- [۴] عابدی، ع. (۱۳۹۷). قصه درمانی به شیوه روایتی، مجموعه مقالات اولین کنگره سراسری هنر درمانی ایران، ۹۴-۱۱۹.
- [۵] عظیمی رستا، م. عابدزاده نوبریان، مز. ۱۳۹۲. بررسی عوامل مؤثر بر بروز طلاق عاطفی میان زوجین در خانواده. مطالعات جامعه شناختی/ایران. ۳(۱۰): ۳۱-۴۶.
- [۶] عمادی، ز. یزدخواستی، ف. مهرابی، ح. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی روایت درمانی گروهی بر سازگاری با طلاق والدین، تاب آوری و مشکلات رفتاری- هیجانی دختران والدین مطلقه دوره ابتدایی شهر اصفهان، مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت، دوره ۲، شماره ۳: ۸۲-۹۹.
- [7] Atan, A., & Buluş, M. (2019). Aile İletişim Becerileri Psikoeğitim Programının Eşlerin Evlilik Doyumuna Etkisi1 the Effect of Family Communication Skills Psycho-Educational Program on Couples' Marital Satisfaction. Elementary Education Online, 18(1), 226-240.
- [8] Bagarozzi, D (2013). Enhancing intimacy in marriage. USA : Brunner- Routledge , 6-25.
- [9] Barash, D. P., & Lipton, J. E. (2017). Gender gap: The biology of male-female differences. London: Transaction Publishers
- [10] Brennan D. Peterson, Georg H. Eifert, Tal Feingold, Sarah Davidson (2019). Using narrative marital therapy on marital satisfaction and adjustment and emotional divorce: A Case Study With Two Couples. Cognitive and Behavioral Practice, Issue 4, November 2009, Pages 430-442
- [11] Edward, J. N., & Booth, A. (2015) Effect narrative marital therapy on emotional divorce and marital adjustment in women, Journal of marriage and family 63(2), 526-539.
- [12] Gross, J.J. (2014). Emotional divorce in adulthood: Timing is everything. Current Directions in Psychological Science. 10, 214-219.
- [13] Grover, S., & Helliwell, J. F. (2019). How's life at home? New evidence on marriage and the set point for happiness. Journal of Happiness Studies, 20(2), 373-390.
- [14] Laumann, E. O., Gagnon, G. H., Michael, R. T., & Michaels, S. (2014) The social organization of sexuality: Sexual practices in the United States. Chicago: University of Chicago Press
- [15] Laur, N. (2015). Cognitive and relationship of emotional divorce of a measure of dysfunctional relationship belief. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 50, 715-72.
- [16] Montesi, J. L., Conner, B. T., Gordon, E. A., Fauber, R. L., Kim, K. H., & Heimberg, R. G. (2013). On the relationship among social anxiety, intimacy, sexual communication, and sexual satisfaction in young couples. Archives of sexual behavior, 42(1), 81-91.
- [17] Murat Tekin (2019) study into The effectiveness of narrative therapy on the emotional atmosphere of family and marital relations, African Journal of Family, Vol.5(9), pp. 3614-3622

- [18] Olson GA, Defraen V. (2012). The effectiveness of Reality Therapy on the improvement of couples' emotional divorce. Arch Hyg Sci, 4, 120-127
- [19] Ryan, F. O'dwyer, M. & Leahy, M. M. (2015). Separating the problem and the person: Insights from narrative therapy with people who stutter. Topics in Language Disorders, 35(3), 267-274
- [20] Sharon S. Naquin (2018) Narrative therapy on the principle of differentiation families and Marital relations of young couples, Science and Practice, 15, 286-295
- [21] Southern, S. (2011) Facilitating sexual health: Intimacy enhancement techniques for sexual dysfunction. Journal of Mental Health Counseling, 21, 15-33.