

بررسی اثر بخشی آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر تمایز خویشتن و عملکرد خانواده در زوج‌های شهر اصفهان

بهناز عطائی^۱، حسن حیدری^{۲*}

۱- دانش آموخته کارشناسی ارشد راهنمایی و مشاوره واحد خمین، دانشگاه آزاد اسلامی، خمین، ایران

۲- دانشیار گروه مشاوره واحد خمین، دانشگاه آزاد اسلامی، خمین، ایران

چکیده

این پژوهش با هدف، بررسی اثربخشی تحلیل رفتار متقابل بر تمایز خویشتن و عملکرد خانواده در زوج‌های شهر انجام پذیرفت. روش پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی و پیش‌آزمون و پس‌از آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل همه زوجین مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره آرامش اصفهان بوده که از بین آنها به روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۳۰ زوج انتخاب شدند و در دو گروه آزمایش و کنترل هر کدام ۱۵ زوج قرار گرفته گروه آزمایش تحت ۸ جلسه آموزشی به روش تحلیل رفتار متقابل قرار گرفتند در حالی که گروه کنترل تحت آموزش قرار نگرفتند. به هر دو گروه در شروع مطالعه و پایان مطالعه پرسشنامه‌های بخش تمایز خویشتن و سنجش عملکرد خانواده (FAD) داده شد و توسط آنها تکمیل گردید. در پایان مطالعه ۱۱ زوج در گروه آزمایش و ۱۱ زوج در گروه کنترل مطالعه را به پایان بردند. نتایج این مطالعه همچنین نشان داد که آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث بهبود عملکرد خانواده می‌گردد. نتایج این مطالعه نشان داد که آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث

بهبود معنادار مقیاس‌های حل مسأله، ارتباط، نقش، کنترل رفتار و عملکرد کلی می‌گردد در حالی که بر پاسخگویی عاطفی و دخالت عاطفی اثر معناداری نداشت. با توجه به نتایج بدست آمده آموزش تحلیل تراکنش می‌تواند به عنوان یک روش مناسب در بهبود تمایزخویشتن و عملکرد خانواده به کار گرفته شود.

واژه‌های کلیدی: تحلیل رفتار متقابل (تحلیل تراکنشی)، تمایزخویشتن، عملکرد خانواده.

مقدمه و بیان مسأله

خانواده یکی از نظام‌های اولیه جوامع بشری است که با وجود تحولات اساسی، در اهداف و کارکردهای خود ثابت مانده و هنوز در همه جوامع، اهمیت اساسی دارد. با این حال، در عصر حاضر، نظام خانواده دچار مشکلات و چالش‌های اساسی شده و حتی اساس و تمامیت آن زیر سؤال رفته است. اختلافات خانوادگی، طلاق، فرزندان بی‌سرپرست و نظایر این‌ها نشان‌دهنده مشکلات اساسی در خانواده‌ها است. همه این مشکلات، نشان می‌دهد که خانواده‌ها نیازمند توصیه‌های تربیتی و روانشناختی بسیاری برای مقابله با پیچیدگی‌های زندگی کنونی هستند. اکنون بهبود روابط خانوادگی و زناشویی به سادگی سی سال پیش نیست؛ عوامل مؤثر بر خانواده، به قدری بسیارند که برای مقابله با عوامل آسیب‌زا، نیازمند آموزش و تربیت خانواده‌ها در سطح ملی است (سالاری‌فر، ۱۳۹۱). چرا که خانواده محل رشد و شکل‌گیری شخصیت انسان است، اختلال در روابط و عملکرد خانواده می‌تواند عامل مشکلات روانی-اجتماعی بسیاری برای افراد باشد.

همچنین خانواده از ارکان عمده و نهادهای اصلی هر جامعه است که می‌تواند نیازهای مادی، عاطفی، تکاملی و همچنین نیازهای معنوی انسان‌ها را برطرف کند. این واحد اجتماعی مبدأ بروز عواطف انسانی و کانون صمیمانه‌ترین روابط و تعاملات بین فردی است. اهمیت خانواده به اندازه‌ای است که سلامت و بالندگی هر جامعه را وابسته به سلامت و رشد خانواده‌های آن می‌دانند و هیچ یک از آسیب‌های اجتماعی، فارغ از تأثیر خانواده پدید نیامده است (ساروخانی، ۱۳۷۵).

خانواده‌های برخوردار از کارکرد سالم، سوای بقای خود در قالب یک نظام، موجب شکوفایی توان بالقوه‌ی یکایک اعضای خود می‌گردند، یعنی به آنها اجازه می‌دهند با اعتماد و اطمینان خاطر در پی کاوشگری و خودیابی برآیند (گلدنبرگ و گلدنبرگ ترجمه حسین شاهی برواتی، نقشبندی و ارجمند، ۱۳۸۲). شواهد نشان می‌دهد، خانواده‌هایی که عملکردی کارآمد دارند نسبت به خانواده‌هایی که عملکرد آنها ضعیف و ناکارآمد است، بسیار قوی‌تر عمل می‌نمایند (موسوی، ۱۳۷۹).

تمایز یافتگی میزان توانایی فرد در تفکیک فرآیندهای عقلی و احساسی خویش از دیگران را نشان می‌دهد. افراد تمایز یافته تعریف مشخصی از خود و عقایدشان دارند، می‌توانند جهت خویش را در زندگی انتخاب نمایند و در موقعیت‌های شدیداً عاطفی که در بسیاری از افراد منجر به بروز رفتارهای غیرارادی و گرفتن تصمیمات نافرجام می‌شود، کنترل خود را از دست ندهند و با در نظر گرفتن عقل و منطق تصمیم‌گیری کنند. در مقابل، افراد تمایز نیافته که هویت فردی مستقل ندارند، در تنش‌ها و مسایل بین اشخاصی موجود، همراه با جو عاطفی حاکم بر محیط اطرافشان حرکت می‌کنند و در نتیجه اضطراب مزمن بالایی را تجربه می‌کنند و مستعد مشکلات روانشناختی و بروز نشانه‌های بیماری هستند (بوئن، ۱۹۷۸). در پایه نگره نظام‌های خانواده بوئن، میزان تمایز یافتگی می‌تواند تعیین‌کننده کیفیت روابط زناشویی باشد. مطالعات نشان داده‌اند که تمایز یافتگی نقش مهمی در سلامت خانواده و ارتباط زوجین دارد (نجفلویی، ۱۳۸۵).

تحلیل رفتار متقابل یا TA^۱ یک تئوری روان‌شناسی است که توسط دکتر اریک برن در سال ۱۹۵۰ میلادی ارائه گردید و به لحاظ کاربرد آن در حل مشکلات احساسی و رفتاری، مورد قبول جامعه روان‌شناسی قرار گرفته و تدریجاً در زمینه‌های مشاوره، روان‌کاوی، گروه درمانی، مدیریت، جامعه‌شناسی، توسعه سازمانی و آموزش، نظریه‌های جدیدی ارائه نموده و گسترش پیدا کرده است. ابهام و پیچیدگی در مفاهیم، تخصصی بودن و زمان طولانی درمان در دیگر روش‌های روان‌درمانی باعث شد تا تحلیل رفتار متقابل با مفاهیم اساسی و واژه‌های ساده سریعاً جایگزین روش‌های روان‌درمانی قدیمی گردد. به همین جهت تحلیل رفتار متقابل

عمومیت یافته و هر جا که انسان‌ها حضور داشته و با یکدیگر ایجاد رابطه می‌نمودند کاربرد عملی پیدا کرد و ابزاری برای تغییر و حل مشکلات قرار گرفت. تحلیل رفتار یک مکتب علمی کاربردی می‌باشد که در آن از به کار بردن مفاهیم پیچیده اجتناب شده است و نظریات آن به صورتی مطرح شده‌اند که به راحتی می‌توان آنها را مشاهده و تجربه نمود.

با توجه به نقش و اهمیت خود تمایز یافتگی و نقش آن در سلامت فرد و خانواده و همچنین ابعاد گوناگون سلامت عملکرد خانواده و اهمیتی که این دو در بهبود روابط بین فردی و در نتیجه سلامت انسان‌ها و خانواده و جامعه ایفا می‌کنند هر روش یا وسیله‌ای که بتواند به بهبود این دو بعد پردازد نقش مهمی در بهبود روابط زوجین و سلامت خانواده کمک شایان توجهی می‌کند. علیرغم اهمیت این موضوع هنوز مطالعات در این زمینه اندک است و روش‌های بکار گرفته شده گاه سخت و غیر قابل اجرا هستند لذا پیدا کردن روشی که بتواند با کاربردی ساده به بهبود و غیرعمل رویکرد تحلیل رفتار متقابل به عنوان یک روش آسان و جذاب می‌تواند نقش مهمی در این زمینه ایفا کند. از آنجا که پژوهش‌هایی که بررسی نقش مشاوره و آموزش با رویکرد تحلیل متقابل پردازد بسیار اندک هستند. لذا پژوهش حاضر با هدف تعیین اثر بخشی آموزش رویکرد تحلیل تراکنشی بر تمایز خویشتن و عملکرد خانواده در زوجین به مرکز مشاوره آرامش در اصفهان در سال‌های ۹۵ می‌پردازد. این پژوهش به این سوال پاسخ خواهد داد که آیا آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل می‌تواند باعث بهبود خود تمایز یافتگی و در نتیجه بهبود روابط بین فردی و عملکرد خانواده شود؟ و یا خود به تنهایی نیز می‌تواند بطور مستقیم عملکرد خانواده را بهبود دهد؟

اهداف پژوهش

- هدف اصلی

تعیین اثربخشی آموزش با رویکرد تحلیل تراکنشی (تحلیل رفتار متقابل (TA)) بر تمایز خویشتن و عملکرد خانواده در زوج‌های مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره آرامش.

- اهداف فرعی

۱- تعیین اثربخشی آموزشی با رویکرد تحلیل تراکنشی (تحلیل رفتار متقابل) بر تمایز خویشتن

در زوج‌های مراجعه‌کننده به مرکز مشاور آرامش.

۲- تعیین اثربخشی آموزشی با رویکرد تحلیل تراکنشی (تحلیل رفتار متقابل) بر عملکرد خانواده در زوج‌های مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره آرامش.

پیشینه پژوهش

در مطالعه‌ای که توسط کرامتی و همکاران در سال ۱۳۹۰ با هدف تعیین اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش تمایزیافتگی مشاوران مدارس صورت پذیرفت. نتایج مطالعه نشان داد که تحلیل رفتار متقابل تأثیر معناداری بر تمایزیافتگی آزمودنی‌ها داشته است. فتحی‌پور و همکاران (۱۳۸۸) نشان داد که تحلیل رفتار متقابل بر بهبود رفتار محاوره‌ای در محیط خانوادگی و کاری مؤثر است. بر این اساس به نظر می‌رسد که آموزش تحلیل رفتار متقابل بر اساس الگوی برن می‌تواند یک روش کاربردی برای برقراری ارتباط بالغانه و بهبود بخشیدن ارتباطات ضعیف باشد. در مطالعه‌ای که توسط عسگری و همکاران در سال ۱۳۹۴ به منظور تعیین رابطه الگوی ارتباطی خانواده و تمایزیافتگی خود با کیفیت زندگی زنان متقاضی طلاق به صورت ۳۰ نفر از مراجعین به مرکز مشاوره دادگستری کرمانشاه انجام پذیرفت، نشان داده شد که تعیین الگوی ارتباطی گفت و شنود و تمایزیافتگی با کیفیت زندگی رابطه مستقیم وجود دارد و هر دو متغیر الگوهای ارتباطی خانواده و تمایزیافتگی خود توان پیش‌بینی کیفیت زندگی را دارند. در مطالعه‌ای که توسط سودانی و همکاران در سال ۱۳۹۱ به عنوان تعیین اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش عملکرد زوج‌های ناسازگار انجام پذیرفت. نتایج مطالعه نشان داد که در آزمودنی‌ها عملکرد خانواده به طور معناداری بهبود پیدا کرده بود علاوه بر آن حیطه‌های حل مشکل، ارتباط، نقش‌ها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی، کنترل رفتار و کارایی نیز به طور معناداری بهبود یافته بود. همچنین اصلانی (۱۳۸۲) و صفرزاده (۱۳۸۳) بیان می‌کنند که آموزش ارتباط و مهارت‌های ارتباط باعث افزایش عملکرد خانواده می‌شوند.

در بخش پژوهش‌های خارجی نیز پژوهش مارکمن (۲۰۰۳) نشان داد که همسران با سطوح بالاتری از ارتباط و توانایی بیشتری برای کنترل رفتار دارند و کریستنس و شنگ (۱۹۹۱)

پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که مشکل در برقراری ارتباط سازنده متقابل از دلایل عمده عملکرد پایین زوج‌ها و اختلاف زناشویی است. بلیر و همکاران (۲۰۰۱) در مطالعات خود نشان دادند که آموزش تحلیل رفتار متقابل بر کاهش (بهبود) کناره‌گیری مؤثر است. آنان به این نتیجه رسیدند که کسب نمرات پائین در فریبکاری با نمرات بالاتر تمایزیافتگی همراه است. کناره‌گیری عاطفی در واقع فرار از تعارضات حل نشده خانواده و فریب خود و دیگران است.

ادبیات و مفاهیم نظری پژوهش

- رویکرد جامعه‌شناختی به خانواده

با فرض این نکته که خانواده عبارتست از تعدادی از افراد با امور و مسائل مشترک و هدفی معین و نوعی ارتباط که آن‌ها را به هم پیوند می‌دهد، می‌توان چنین قضاوت کرد که خانواده به مثابه یکی از بنیادی‌ترین و مؤثرترین نهادهای هر اجتماع به شمار می‌رود و از ویژگی‌های خاص خود برخوردار می‌باشد. از جمله آنها کارکرد اجتماعی خاص که مستقل از اراده اعضا می‌باشد، هنجارهای تقریباً اجباری حاکم بر آن، مستمر و همیشگی بودن و تغییر تدریجی آن و داشتن ساخت‌های متفاوت را می‌توان ذکر کرد (گیدنز، ۱۹۸۹، ترجمه ثنایی، ۱۳۷۳). جامعه‌شناسان اعتقاد دارند که خانواده به سه طریق ممکن است ویژگی‌های افراد را تحت تأثیر قرار دهد. ۱) از طریق میزان سازگاری و کیفیت روابط عاطفی زن و شوهر و دیگر افرادی که هسته‌ی اصلی خانواده را تشکیل می‌دهند و نیز نقش آموزشی خانواده (۲) از طریق روابط عاطفی فرزند با خانواده (۳) از طریق مسائل روانی و جسمانی ناشی از حیات خانوادگی (گیدنز، ۱۹۸۹، ترجمه ثنایی، ۱۳۷۳). بنابراین وظیفه جامعه‌شناسی قوام بخشیدن به خانواده است و هر گونه اصلاح جامعه باید از خانواده آغاز شود زیرا در مسیر تلاش برای سالم‌سازی فضای جامعه در وهله اول باید به تعاملات و چگونگی ارتباطات درون خانواده نظر داشت و آن‌ها را اصلاح و تنظیم نمود تا جامعه سالم شده و متقابلاً بستر مناسب‌تری برای خانواده ایده‌آل فراهم گردد. اگر خانواده‌ها را کنار هم قرار دهیم جامعه پدید می‌آید، پس هر گونه کفایتی که در اعضای خانواده ریشه دوانده باشد، در نوع جامعه‌ای که از این خانواده‌ها تشکیل می‌شود مؤثر خواهد بود (ستیر، ۱۹۷۶، ترجمه بیرشک، ۱۳۷۶).

– عملکرد خانواده

عملکرد خانواده یعنی توانایی خانواده در هماهنگی با تغییرات ایجاد شده در طول حیات، حل تضادها و تعارض‌ها، هماهنگی بین اعضاء و موفقیت در الگوهای انضباطی، رعایت حد و مرز بین افراد، اجرای مقررات و اصول حاکم بر این نهاد با هدف حفاظت کل از سیستم خانواده (پورتز هال و دیگران؛ نقل از شریفی، ۱۳۸۲) عملکرد خانواده تلاش مشترکی است برای برقراری و حفظ تعادل در خانواده، خانواده دارای عملکرد یک منظومه باز است که اعضای خانواده به طور عاطفی به هم پیوسته‌اند ولی با این وجود، برای گسترش هویت به خودی خود تشویق شده‌اند. فضای چنین خانواده‌ای مملو از عشق و پذیرش بدون قید و شرط هر عضو خانواده است. در نتیجه این عشق و پذیرش، خانواده می‌تواند تعارض را تحمل کند و با میل و رغبت، درخواست کمک اعضا را وقتی نیازمند کمک‌اند اجابت کند (بیکرستان، ۱۳۸۰).

عملکرد خانواده یعنی توانایی خانواده در هماهنگی یا تطابق با تغییرات ایجاد شده در طول حیات، حل تضادها و تعارض‌ها، همبستگی بین اعضاء و موفقیت در الگوهای انضباطی، رعایت حد و مرز بین افراد و اجرای مقررات و اصول حاکم بر این نهاد با هدف حفاظت از کل سیستم (پورتس، هاول و اتال، ۱۹۹۲؛ به نقل از اسلامی، ۱۳۸۰). اصطلاح عملکرد خانواده دارای تعاریف متنوع و گسترده‌ای است اگر چه پژوهشگران مختلف زمانی که در مورد آن صحبت می‌کردند از اصطلاحات مختلفی استفاده می‌کردند. عملکرد خانواده جنبه‌ی مهم محیط خانواده است که سلامت جسمانی، اجتماعی و هیجانی کودکان و دیگری اعضای خانواده را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در واقع آنچه در درون خانواده اتفاق می‌افتد و چگونگی عملکرد آن می‌تواند یک عامل کلیدی در ایجاد انعطاف‌پذیری و کاهش خطرات فعلی و آینده مرتبط با رویدادهای ناگوار و شرایط نامناسب باشد (سیلیورن، زوربریک، مالو، شپرد و گریفین، ۲۰۰۶، به نقل از صادقی، ۱۳۹۲). عملکرد خانواده شامل ارتباطات، باورهای دینی، همبستگی بین اعضای خانواده، توانایی سازگاری، کیفیت روابط، سبک‌های والدینی، وظایف انجام شده، شایستگی، ساختار خانواده، تعارضات و نحوه‌ی حل کردن مشکلات (هیدمن، ۲۰۰۳). براساس گفته کاواتاق (۱۹۹۲) عملکرد خانواده به عنوان وجود یک رابطه خوب و مورد انتظار و

تعاملاتی که در بین اعضای خانواده اتفاق می‌افتد تعریف شده است (پیلوسا، ۲۰۰۶، به نقل از بدیعی، ۱۳۹۳). توسط پژوهشگران مختلف نشان داده شده که عملکرد روش مناسبی است که در آن اعضای خانواده به یکدیگر وابسته‌اند، تعامل دارند و تجربیات زندگی خود را به یک روش هماهنگ می‌کنند. همچنین عملکرد خانواده یک فرآیندی است که به عنوان یک کل عمل می‌کند و شامل ارتباطات داخل اعضای خانواده و اداره کردن محیط خانواده برای حل مشکلات و همچنین نیازهای اعضای خود را در هر دوره رشدی مورد توجه قرار می‌دهد. ارزیابی‌های مختلفی در مورد سنجیدن عملکرد خانواده انجام شده است. به عنوان مثال بیورز، همپسون و هوگلوس (۱۹۹۰) عملکرد خانواده را توسط سنجش ابعاد شایستگی‌ها و سبک‌های خانوادگی مورد ارزیابی قرار می‌دهند (دیویس، ۱۹۹۶). اولسون و پورتر و لاوی (۱۹۸۵) عملکرد خانواده را توسط ابعاد پیوستگی و توانایی سازگاری مورد ارزیابی قرار می‌دهند.

با وجود تعاریف و ارزیابی‌های مختلف، عملکرد خانواده بر متغیرهای متنوعی اثر می‌گذارد. در پژوهشی که در مورد کودکان و نوجوانان انجام شده، رابطه بین عملکرد خانواده و آسیب‌شناسی در مصرف مواد، سیگار و مشکلات رفتاری، سازگاری روان‌شناختی، افسردگی و خودکشی کشف شد (هیدمن، ۲۰۰۳).

از نظر عملکرد می‌توان خانواده‌ها را در دو دسته عملکردی و غیرعملکردی تقسیم کرد. خانواده‌های عملکردی، مشکلات خود را به درجات و در زمان‌بندی‌های متفاوت طی می‌کنند. در واقع، خانواده منظمه‌های باز است که اعضاء به طور عاطفی به هم پیوسته‌اند، البته برای گسترش هویت فردی خود نیز تشویق می‌شوند فضای چنین خانواده‌هایی مملو از عشق و پذیرش بدون قید و شرط است. در نتیجه تعارض را تحمل می‌کنند و با میل و رغبت، درخواست کمک یکدیگر را اجابت می‌کنند (استریت، ۱۹۸۵؛ به نقل از یوسلیمانی حبیبی و سلیمان، ۱۳۹۱).

خانواده‌های غیرعملکردی حالت بسته دارد و اعضاء از لحاظ عاطفی به حال خود رها شده و جدا از هم هستند. مرزهای بین اعضاء بسته و حتی مبهم است. عشق مشروط بوده و اعضاء خانواده برای گسترش هویت فردی تشویق نمی‌شوند، خانواده از قبول مشکل و یا درخواست کمک خودداری نموده و به نظر می‌رسد، مشکلات ادامه می‌یابند و یا به شکل‌های دیگر بروز

می‌کنند (پیکرستان، ۱۳۸۰). در مدل رفتاری عملکرد خانواده دو بعد برای آن مشخص کرده‌اند: ۱- (توانش) قابلیت‌های خانواده و ۲- سبک خانواده.

قابلیت‌های خانواده محور افقی در خانواده است و اشاره به ساختار انعطاف‌پذیری سازگاران و اطلاعات قابل دسترس در سیستم خانواده دارد. خانواده‌های با قابلیت و شایستگی بالا ساختاری انعطاف‌پذیر دارند که آن‌ها را قادر می‌سازد تا با یکدیگر مذاکره کنند. عملکرد بهتری داشته باشند و به گونه‌ای موفقیت‌آمیز با رویدادهای استرس‌زا مقابله کنند.

سبک خانواده: سبک خانواده محور عمودی در این مدل است و به رضایتمندی در روابط بین اعضای خانواده اشاره دارد (اماندا، ۲۰۰۵).

فیشر^۱ و اسپراتکل^۲ (۱۹۷۸؛ به نقل از پیکرستان، ۱۳۸۰) از عده‌ای درمانگر خواستند تا خانواده سالم را توصیف کنند. درمانگران، خانواده سالم را به عنوان خانواده حمایتی که اعضا در درون خانواده، احساس ایمنی و ارزشمندی می‌کنند، توصیف کردند. سپس آنها اضافه کردند که این خانواده‌ها یک روش ارتباطی بازی دارند که اعضای خانواده می‌توانند مباحث مهم خویش را با هم مطرح کنند. این خانواده‌ها این عقیده مهم را اظهار می‌دارند که تغییر امکان‌پذیر است.

خانواده‌ها در سطح بسیار مختلفی عمل می‌کنند و نیازهایی دارند که دامنه آنها از نیازهای اساسی تا پیچیده گسترده می‌باشد و طیفی را از نیازهای جسمانی گرفته نظیر غذا و سرپناه تا خود شکوفایی پوشش می‌دهد. سنجش شیوه‌ای را که خانواده نیازهای رایج معینی را با سؤال کردن درباره نقش‌ها، تکالیف و مسئولیت‌پذیری‌ها برآورده می‌کنند، بررسی می‌کنند. تعیین اینکه آیا وظایف اصلی نظیر حداقل ایمنی، ثبات و پرورش در خانواده روی می‌دهند اولین قدم است (تاملیسون، ۱۳۸۳).

- ابعاد عملکرد خانواده

1 Fisher

2 Sprenckle

- ۱- همبستگی (انسجام)^۱ این مفهوم عبارت است از نزدیکی عاطفی تجربه شده توسط اعضای خانواده و عدم وجود قیدوبندهای محدودکننده ارتباط در خانواده.
- ۲- ابراز و بیان خود (بیانگری)^۲ یعنی توانایی فرد در ابراز آزادانه و باز احساسات، افکار و علائق خود در چهارچوب خانواده.
- ۳- تضاد و تعارض^۳: تضاد رقابت‌آمیز یا اختلاف گونه بین افکار و منافع افراد ناموفق، و در واقع نوعی تعامل همراه با ضدیت بین اعضاء خانواده می‌باشد.
- گرایش‌های فکری- فرهنگی^۴: این بعد عبارت است از عادت‌های مطالعه عمومی در خانواده شرکت در فعالیت‌های فرهنگی، تعاملات عقلانی اعضاء با یکدیگر و توجه به برنامه‌های هنری و ادبی در خارج از خانواده.
- گرایش‌های تفریحی- فعال^۵: این بعد اشاره دارد به وسعت و اندازه توجه و علاقه اعضاء خانواده به فعالیت‌های تفریحی، مثل موسیقی و ورزش و تلاش برای موفقیت در آنها.
- تقید مذهبی^۶: یعنی میزان باور و اعتقاد به ارزش‌های مذهبی در خانواده و انتقال و ترویج آنها و علاقه به شرکت در مراسم عبادی و فعالیت‌های مذهبی.
- سازماندهی^۷: منظور از این بعد عبارت است از میزان تمایل اعضاء خانواده به حفظ، انضباط در امور شخصی و خانوادگی و نگهداری وسایل منزل.
- جامعه‌پذیری خانواده^۸: یعنی میزان تمایل خانواده به برقرار نمودن ارتباط با محیط بیرونی و گسترش تعامل‌های اجتماعی با دیگران و کسب رضایت از این ارتباط.
- منبع کنترل بیرونی^۹: این بعد اشاره به این مفهوم دارد که اعضاء خانواده معتقدند، هرچه برایشان اتفاق می‌افتد خارج از کنترل آنها و ناشی از عوامل بیرونی است.

1 Cohesion

2 Expressiveness

3 Conflict

4 Intellectual – cultural orientation

5 Active Recreational orientation

6 Religious emphasis

7 Organization

8 Family sociability

9 External Locus of control

آرمان خانواده^۱: منظور از این بعد عبارت است از میزان فخر و مباهات فرد به خانواده و تصور او از خانواده‌ای که در آن زندگی کند.

گسستگی^۲: فقدان پیوند و ارتباط نزدیک بین افراد وجود حدود و ثغور غیرقابل انعطاف می‌باشد.

سبک خانواده آزادمنش^۳: عبارت است از خانواده‌هایی که از آزادی معقول همراه با احترام متقابل و وجود ضوابط تضمین‌کننده بقاء خانواده برخوردار بوده و تمام اعضاء در تصمیم‌گیری‌ها شرکت فعال داشته باشند.

سبک خانواده بی‌قید و بند^۴: منظور از آن خانواده‌هایی می‌باشد که فاقد قوانین و مقررات معقول و با ثبات هستند.

سبک خانواده مستبد^۵: یعنی وجود استبداد و قدرت مطلق در خانواده که تغییر و نقص قواعد و تصمیم‌گیری‌ها صرفاً در دست والدین می‌باشد.

بهم تنیدگی^۶: منظور از این بعد به عنوان یکی از ابعاد عملکرد خانواده یعنی نزدیکی بیش از حد اعضاء و درگیری تنگاتنگ زیر منظومه‌ها در خانواده به گونه‌ای که حد و مرز مشخص نبوده و فرد از استقلال لازم برخوردار نیست (یورش و هال؛ نقل از شریفی، ۱۳۸۲).

- رویکرد تحلیل رفتار متقابل

تحلیل رفتار متقابل نظریه‌ای در مورد شخصیت و روش منظمی برای روان‌درمانی به منظور رشد و تغییرات شخصی است (استوارت جونز، ۱۳۸۶). از نظر برن رفتار متقابل عبارت از انگیزه‌ای از طرف یک شخصی و پاسخی برای آن انگیزه از طرف شخص دیگر به طوری که آن پاسخ به نوبه خود انگیزه‌ای برای شخصی اول شود تا به آن پاسخ دهد (فصیح، ۱۳۸۰). اساسی‌ترین نظریه تحلیل رفتار متقابل الگوی حالات نفسانی است. یک حالت نفسانی

1 Family idealization

2 Disengagement

3 Demoeratic Family style

4 Laissez fail family style

5 Authoretarian family style

6 Enmeshment

مجموعه‌ای از رفتارها، افکار، احساس‌های مرتبط به هم است که به وسیله آن بخشی از شخصیت خود را در یک زمان به خصوص نمایان می‌سازد (استوارت جونز، ۱۳۸۶). نظریه-پردازان تحلیل رفتار متقابل هم از نظر ساختی و هم از نظر کاربردی به تقسیم‌بندی «حالت‌های من» می‌پردازد (ساعتچی، ۱۳۷۴). اساس نظریه تحلیل رفتار متقابل، بر پایه حالت‌های شخصیتی ارائه گردیده است و اریک برن این حالت‌های شخصیتی را در سه بخش «والد»، «بالغ» و «کودک» معرفی نمود. که شامل نوعی نظام به هم پیوسته فکر کردن، احساس کردن، رفتار کردن است. در مرحله دوم و در تکامل نظریه تحلیل رفتار متقابل یعنی رابطه بین افراد مورد توجه و بررسی قرار گرفت و براساس واکنش‌های همزمان روانی اجتماعی و تبادل رابطه‌های متقابل طبقه‌بندی و ارائه گردید. در مرحله دوم با مشاهده رابطه‌های پنهان و دوسطحی در ارتباط‌های متقابل، بازی‌های روانی که بین افراد در جریان است کشف گردید و پیش‌بینی نتیجه نهایی این گونه بازی‌های روانی مشخص و تعریف شد. همچنین در این نظریه مشکلات رفتاری شخصیت با اصطلاحات طرد و آلودگی بیان شده است. در تکمیل نظریه تحلیل رفتار متقابل، تحلیل زندگینامه یا نمایشنامه زندگی است که به بازی‌های روانی مشابهی که مردم بارها آن را تکرار می‌کنند می‌پردازد. این طرح کلی، شیوه زندگی افراد را تعیین می‌نماید و ساختار نمایشنامه زندگی هر کس را مشخص می‌کند. با این روش می‌توان روشن کرد که در لایه‌های زیرین ارتباطات جاری بین انسان‌ها چه چیزی در حال رخ دادن است. برن می‌گوید رفتار، افکار، احساسات و عواطف مختلف انسان از بخش‌های مختلف شخصیت وی سرچشمه می‌گیرد (یحیی آبادی، ۱۳۸۴).

فرضیه‌های پژوهش

- آموزش با رویکرد تحلیل رفتار متقابل (TA) بر تمایز خویشتن در زوجین مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره آرامش مؤثر است.
- آموزش با رویکرد تحلیل رفتار متقابل (TA) بر عملکرد خانواده در زوجین مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره آرامش مؤثر است.

روش پژوهش

روش این پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود که در جریان آن به بررسی تأثیر آموزش رویکرد تحلیل تراکشی بر تمایز خویشتن و عملکرد خانواده پرداخته شد. جامعه آماری پژوهش شامل همه زوجین است که جهت مشاوره به مرکز مشاوره آرامش و وابسته به فرماندهی انتظامی استان اصفهان مراجعه می‌نمایند از میان مراجعه‌کنندگان برحسب متغیرهای مورد نظر در پژوهش مانند سن، وضعیت اجتماعی، اقتصادی، تحصیلات انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری در دسترسی انجام شد. تعداد ۳۰ زوج نمونه آماری پژوهش را تشکیل دادند. این افراد به طور تصادفی به دو گروه ۳۰ نفره (۱۵ زوج آزمایش) و ۳۰ نفره (۱۵ زوج کنترل) تقسیم شدند. برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS-19 استفاده شد داده‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند که در آن سطح سنجش متغیرهای از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار و توزیع و درصد فراوانی) و استنباطی (آزمون مقایسه میانگین و نسبت) استفاده شد. دو مورد مقایسه نمرات پرسشنامه عملکرد خانواده (FAD) ابتدا نمره‌گذاری براساس دستورالعمل نمره‌گذاری پرسشنامه FAD برای پرسشنامه‌ها انجام گردید سپس براساس نظر متخصص کارشناس آمار و با توجه به نوع داده‌ها از آزمون ویکتاکسون جهت آزمون داده‌ها استنباط شد در مورد پرسشنامه تمایز خویشتن نیز داده‌ها با توجه به دستورالعمل نمره‌گذاری آزمون نمره‌گذاری شد و سپس با توجه به نظر متخصص کارشناس آمار با توجه به نوع داده‌ها از آزمون ویکلاکسون جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده گردید. آزمون‌ها در سطح P-Value کمتر از ۰.۰۵٪ معنی‌دار تلقی می‌شوند.

یافته‌های پژوهش

در این قسمت فرضیه‌های پژوهش مورد آزمون قرار گرفت و با توجه به نوع داده‌ها و تعداد افراد تحت مطالعه براساس نظر کارشناس ارشد آمار آزمون ویکلاکسون^۱ جهت ارزیابی فرضیه پژوهش در مرحله اول نمرات پیش‌آزمون پرسشنامه تمایز خویشتن در گروه آزمایش و کنترل قبل از انجام برنامه آموزشی مورد مقایسه قرار گرفت. میانگین نمرات پیش‌آزمون در گروه

آزمایش برابر با $14 \pm 165/27$ و در گروه کنترل برابر $21/54 \pm 164/09$ بود که این تفاوت از نظر آماری معنی دار نبود ($P\text{-Value} = 0/733$) این بدین معنی است از نظر تمایز یافتگی خویشتن تفاوت معنی داری نداشتند. در مرحله بعد نمرات پس آزمون پرسشنامه تمایز خویشتن در گروه آزمایش و کنترل مورد مقایسه قرار گرفت. میانگین نمرات پس آزمون پرسشنامه تمایز خویشتن در گروه آزمایش برابر $25/93 \pm 151/04$ و در گروه کنترل $20/54 \pm 162/05$ بود که این تفاوت از نظر آماری معنی دار بود ($P\text{-Value} = 0/04$) یعنی آموزش در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل مؤثرتر بوده است. در مرحله بعد مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون پرسشنامه تمایز خویشتن در گروه کنترل انجام پذیرفت که میانگین پیش آزمون در گروه کنترل $21/54 \pm 164/09$ و نمرات پس آزمون در گروه کنترل $20/54 \pm 162/05$ بود که این تفاوت از نظر آماری معنی دار نبود ($P\text{-Value} = 0/329$) این به این معنی است که گروه کنترل تغییری نکرده است. در مرحله بعد نمرات پیش آزمون و پس آزمون پرسشنامه تمایز خویشتن در گروه آزمایش مورد مقایسه قرار گرفت که به ترتیب میانگین نمرات، پیش آزمون پرسشنامه تمایز خویشتن در گروه آزمایش برابر $14 \pm 165/27$ و نمرات پس آزمون در گروه آزمایش $25/93 \pm 151/04$ بود. که این تفاوت از نظر آماری معنی دار بود ($P\text{-Value} = 0/039$) این به این معنی است که آموزش در گروه آزمایش مؤثر بوده است.

در فرضیه دوم نیز با توجه به نوع داده‌ها و تعداد افراد تحت مطالعه براساس نظریه کارشناس ارشد آمار آزمون مک مستر و ویکلاکسون مورد استفاده قرار گرفت. جهت ارزیابی فرضیه پژوهش در مرحله اول نمرات پیش آزمون پرسشنامه عملکرد خانواده در گروه آزمایش و کنترل قبل از انجام برنامه آموزشی مورد مقایسه قرار گرفت. میانگین نمرات پیش آزمون در گروه آزمایش برابر $47/21 \pm 149/18$ و در گروه کنترل برابر $27/20 \pm 144/18$ بود که این تفاوت از نظر آماری معنی دار نبود ($P\text{-Value} = 0/438$) این به این معنی است که گروه آزمایش و کنترل از نظر عملکرد خانواده تفاوت معنی داری نداشته‌اند. در مرحله بعد نمرات پس آزمون پرسشنامه عملکرد خانواده در گروه آزمایش و گروه کنترل مورد مقایسه قرار گرفت. میانگین نمرات پس آزمون پرسشنامه عملکرد خانواده در گروه آزمایش برابر $76/24 \pm 131/13$ و در گروه کنترل $35/21 \pm 143/15$ بود. که این تفاوت از نظر آماری معنی دار بود

(P-Value = ۰/۰۰۳) آموزش در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل مؤثرتر بوده است. در مرحله بعد مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون پرسشنامه عملکرد خانواده در گروه کنترل انجام پذیرفت که میانگین نمرات پیش آزمون در گروه کنترل $20/27 \pm 144/18$ بود و نمرات پس آزمون در گروه کنترل برابر $21/35 \pm 143/15$ بود که این تفاوت از نظر آماری معنی‌دار نبود (P-Value = ۰/۲۴۸) این به این معنی است که گروه کنترل تغییری نکرده است. در مرحله بعد نمرات پیش آزمون و پس آزمون پرسشنامه عملکرد خانواده در گروه آزمایش مورد مقایسه قرار گرفت که به ترتیب میانگین نمرات و پیش آزمون پرسشنامه عملکرد خانواده در گروه آزمایش برابر $21/47 \pm 149/18$ و نمرات پس آزمون در گروه آزمایش $24/76 \pm 131/13$ بود (P-Value = ۰/۰۰۶) که این تفاوت از نظر آماری معنی‌دار بود و این به آن معنی است که آموزش در گروه آزمایش مؤثر بوده است.

بحث و نتیجه گیری

بررسی تأثیر آموزش با رویکرد تحلیل رفتار متقابل را بر تمایز خویشتن مطرح می‌کند. نتایج این مطالعه نشان داد که آموزش با رویکرد تحلیل رفتار متقابل (TA) بر تمایز خویشتن به طور معنی‌داری مؤثر است. به این صورت که پس از هشت جلسه آموزش با رویکرد تحلیل رفتار متقابل (TA) میزان تمایز یافتگی خویشتن افراد مورد آزمایش، در جهت بهبود، تغییر کرده است. پس از بررسی ابعاد تمایز یافتگی خویشتن که شامل ۴ بعد واکنش هیجانی، موقعیت من بریدگی عاطفی و آمیختگی بود نتایج حاصل از این مطالعه نشان داد که ابعاد واکنش هیجانی، موقعیت من، آمیختگی پس از ۸ جلسه آموزش به روش تحلیل رفتار متقابل (TA) تفاوت معنی‌داری نشان نداد. اگر چه کاهش نسبی در میانگین واکنش هیجانی و افزایش نسبی در موقعیت من و آمیختگی نشان دهنده روند رو به بهبودی در یافته‌ها است که شاید با افزایش حجم نمونه مورد مطالعه یا تعداد جلسات آموزش تحلیل رفتار متقابل TA، این ابعاد معنی‌دار گردند. نتایج مطالعه نشان داد که مقیاس بریدگی عاطفی به طور معنی‌داری در گروه مورد مطالعه پس از هشت جلسه آموزش به روش تحلیل رفتار متقابل بهبود یافته است. نتایج مطالعه حاضر در خصوص فرضیه اول نشان داد که تحلیل رفتار متقابل باعث بهبود تمایز یافتگی در

افراد می‌شود. تمایز یافتگی عبارت از این است که فرد بتواند بین افکار و احساسات خود تمایز قایل شود و رفتار خود را براساس آنها تحت کنترل درآورد. تحت تأثیر افکار و احساسات افراد خانواده و جامعه پیرامون خود نباشد. بنابراین یک فرد متمایز یافته چنین فردی است. براساس نظریه بوئن هرچه فرد تمایز یافته‌تر باشد آسیب‌های روانی او کمتر است به عبارت دیگر شناخت مرزهای خود و احساسات و آموزه‌های برگرفته شده از خانواده، جامعه و نسل-های پیشین در این مهم نقش دارند. در رویکرد تحلیل رفتار متقابل سعی بر این است که به افراد آموزش داده شود تا ریشه افکار، احساس و رفتارهای خود را در ۳ بخش «والد» (باید و نبایدها)، «بالغ» (منطق و تجزیه و تحلیل) و «کودک» (احساسات) جستجو کند. در این صورت می‌تواند رفتارهای بهتری در روابط با دیگران داشته باشد و روابط خود را بهبود بخشد. بنابراین با توجه به نظریه تحلیل رفتار متقابل TA و اهداف درمان آن منطقی به نظر می‌رسد که TA بتواند در افراد تمایز ایجاد کند. اسکورن و دندی ۲۰۰۴ بیان داشت که واکنش هیجانی حالتی است که در آن احساسات فرد بر عقل و منطقتش غلبه دارد و تصمیم‌گیری‌های وی فقط براساس واکنش‌های عاطفی صورت می‌گیرد. فرد کم‌تر تمایز یافته یا بیشتر عاطفی فردی واکنشی است و بیشتر انرژی‌اش را به سمت تجربه و شدت احساساتش متوجه می‌سازد برای چنین فردی، احتمالاً مشکل است که در پاسخ به عاطفه دیگران آرام باقی بماند او در یک دنیای عاطفی به دام افتاده است (پاپکو، ۲۰۰۲ به نقل از سلطانی‌علی‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۰). خودتمایزسازی، سرکوب احساسات نیست، بلکه بر این معنی است که فرد تحت تأثیر احساساتی باشد که درک درستی از آن داشته باشد. تحلیل رفتار متقابل به فرد این آگاهی و توانمندی را می‌دهد که در بالغ شخصیت خود بماند بنابراین بتواند بین رفتارهای ناشی از احساسات و واکنش احساسی تمایز قائل شود. بسیاری از زوجین که دچار تعارضات زناشویی می‌شوند یا براساس تکانه و احساسات کودک و یا باید و نبایدهای والد قدیمی خود عمل می‌کنند. از آنجا که عمل براساس بالغ و بالغ ماندن نیازمند گذر از مراحل است که مرحله اول شناخت آگاهانه «کودک»، «والد» و «بالغ» و مرحله بعد کنترل آگاهانه رفتار و واکنش‌ها است. مرحله پیش‌رفته‌تر ماندن و به صورت عادت درآوردن این کنترل یک تغییر رفتار است. بنابراین دور از انتظار نیست که زمان بیشتری به منحصه ظهور درآوردن نتیجه آموزش بر تحلیل

رفتار متقابل در واکنش هیجانی افراد نیاز باشد به عبارت دیگر اگر چه فرد پس از آموزش قادر است بین «کودک»، «والد» و «بالغ» خود افتراق قائل شود و ریشه واکنش‌های هیجانی خود را بشناسد و عمل آن در شرایط استرس‌زا نیازمند تمرینات طولانی‌تر یا تعداد جلسات بیشتر است و معنی‌دار نبودن این بعد مؤثر نبودن آموزش را رد نمی‌کند شاید انجام پرسشنامه تمایز خویشتن در مقاطع زمان‌های یک ماهه، ۳ ماهه، شش ماهه پس از آموزش و تمرین بیشتر این افراد از نظر آماری معنی‌دار گردد. مسئله دیگری که می‌تواند عدم معنی‌داری را توجیه کند حجم نمونه افراد مورد مطالعه است که در صورت افزایش حجم نمونه می‌توانیم تغییرات کمتر را نیز کشف نمود که با حجم نمونه کم این امکان کمتر وجود دارد. در مورد فرضیه اول ذکر این مطلب لازم است که نتایج مطالعه حاضر با مطالعه غفاری (۱۳۸۹)، کرامتی (۱۳۹۰)، مک‌کیم و فورت (۲۰۱۰)، فتحی‌پور و همکاران (۱۳۸۸)، بلیر و همکاران (۲۰۰۱)، عسگری و همکاران (۱۳۹۴)، سلطانی علی‌آباد و همکاران (۱۳۸۷)، اسکان (۱۳۸۴)، موراگ و گور (۲۰۰۴)، اسکورن (۲۰۰۰)، رزان، استیس، بارتل - هارتینگ (۲۰۰۱)، پاپکو (۲۰۰۲) همخوانی دارد.

همچنین در فرضیه دوم نتایج نشان داد که آموزشی تحلیل رفتار متقابل باعث بهبود عملکرد خانواده در افراد می‌شود. عملکرد خانواده عبارتست از توانایی خانواده در هماهنگی با تغییرات ایجاد شده در طول حیات، حد و مرز بین افراد، اجرای مقررات و اصول حاکم بر این نهاد با هدف حفاظت کل از سیستم خانواده (پورترز و هال و همکاران به نقل از شریفی، ۱۳۸۲). جنبه‌های مختلف عملکرد خانواده نشان می‌دهد که برای داشتن عملکردی مناسب در خانواده افراد نیازمند شناخت درستی از خود و دیگر اعضای خانواده داشتن مهارت ارتباطی مناسب، عملکرد منطقی، کنترل احساسات منفی و تکانه‌ها ایجاد درک متقابل و فهم یکدیگر، یاری و همدلی هستند. رویکرد تحلیل رفتار متقابل یکی از رویکردهایی است که می‌تواند این ابعاد را بهبود بخشد در رویکرد تحلیل رفتار متقابل فرد نخست به تجزیه و تحلیل افکار، احساسات و رفتار خود می‌پردازد و منشأ هر کدام را تعیین می‌کند و قادر خواهد بود که ریشه افکار و احساسات خود را شناسایی کند. از آن گذشته در این رویکرد یاد می‌گیرد که ریشه‌های افکار و احساسات و رفتارهای طرف مقابل را هم شناسایی کند. برآیند این کار منجر به درک متقابل بهتر، احساس همدلی بیشتر، ارتباط مناسب‌تر خواهد بود بنابراین تحلیل رفتار متقابل می‌تواند

منجر به کاهش تنش‌ها پیشگیری از تضادهای منفی، درک متقابل یکدیگر، برقراری ارتباط مؤثر، ابراز عشق و علاقه اعضا، اعتماد بین اعضا و توانایی حل تضادها و تعارضات باشد. پس از بررسی ابعاد مختلف عملکرد خانواده که شامل حل مسأله، ارتباط، نقش‌ها، پاسخگویی عاطفی - دخالت عاطفی - کنترل رفتار و عملکرد کلی بود، نتایج حاصل از این مطالعه نشان داد که بعد حل مسأله، ارتباط، نقش‌ها، کنترل رفتار، عملکرد کلی معنی‌دار شده‌اند. عملکرد خانواده‌ها در حل مسأله و مشکلات می‌تواند از بسیار مؤثر تا بی‌تأثیر متفاوت باشد. خانواده‌هایی که عملکرد بسیار مؤثری برای حل مسأله دارند خانواده‌هایی هستند که ممکن است تعداد کمی از مسائل خود را نتوانند حل کنند. در مقابل خانواده‌هایی که توانایی حل مسأله آنها بسیار ضعیف است خانواده‌هایی هستند که ممکن است حتی نتوانند مشکل را مشخص کنند هرچه عملکرد خانواده ضعیف‌تر باشد، رفتار حل مسأله سازمان یافتگی کمتری خواهد داشت. نتیجه این خواهد بود که مراحل کمتری در جهت حل مسأله انجام می‌شود (ریان و همکاران، ۲۰۰۵). نتایج این مطالعه نشان داد که بعد ارتباط در گروه مورد مطالعه پس از برنامه آموزشی به طور معنی‌داری بهبود یافت. ارتباط، تبادل کلامی اطلاعات بین اعضا، خانواده است. هر ارتباطی شامل ۳ جزء اصلی که شامل فرستنده و پیام، محتوی ارتباط یا پیام و گیرنده پیام است. مک‌مستر به جای تمرکز بر سبک ارتباط فردی، بر الگوهای ارتباط خانوادگی تأکید دارد. این مدل ارتباط را به دو بخش ارتباط ابزاری و ارتباط عاطفی تقسیم می‌کند (ریان و همکاران، ۲۰۰۵).

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که مؤلفه دخالت عاطفی در آزمودنی‌ها بعد از هشت جلسه آموزش تحلیل رفتار متقابل تغییر معنی‌داری نداشت اگر چه نمره میانگین این افراد در جهت بهبود تغییر کرده بود، ولی این تغییر از نظر آماری معنی‌دار نشد. در خانواده‌ای که عملکرد مؤثر دارد و ممکن است دامنه‌ای از انواع سبک‌های دخالت عاطفی دیده می‌شود یعنی سبک‌ها مداوم نیست و معمولاً روی یک عضو متمرکز است نه روی کل خانواده و در خانواده‌ها که عملکرد مؤثر ندارند سبک دخالت هم‌زیستانه و فقدان دخالت بیشتر از سبک‌های دیگر به چشم می‌خورد (ریان و همکاران، ۲۰۰۵). همچنین در این مطالعه عملکرد کل خانواده در گروه آزمایش پس از هشت جلسه آموزش تحلیل رفتار متقابل به طور معنی‌داری بهبود یافت.

عملکرد کلی خانواده برآیند تمام عواملی است که دو شش بعد گذشته مورد بحث قرار می‌گرفت با توجه به رویکرد تحلیل رفتار متقابل و نقش آن در شناسایی افکار، احساسات، عقاید و جنبه‌های رفتاری افراد و همچنین دیگر اعضاء خانواده توسط فرد و بهبود نوع ارتباط‌های کاهش تعارضات، استفاده، از نوازش‌ها، رشد بالغ و عملکرد آن یعنی تفکر، مسئولیت‌پذیری‌ها و درک متقابل و مدیریت مناسب انتظار می‌رفت که با آموزش تحلیل رفتار متقابل عملکرد کلی خانواده بهبود یابد که نتایج این مطالعه نیز چنین چیزی را نشان داد. در مورد فرضیه دوم ذکر این مطلب لازم است بر نتایج مطالعه حاضر با نتایج مطالعه ابراهیمی ثانی و همکاران (۱۳۹۱)، سودانی و همکاران (۱۳۹۱)، اصلانی (۱۳۸۲)، صفرزاده (۱۳۸۲)، سلامت (۱۳۸۵)، فقیرپور (۱۳۸۱)، کریستین و شینگ (۱۹۹۱)، طهرانی (۱۳۸۴)، آذرین نایسترو هانس (۱۹۹۴)، ترکان (۱۳۸۵)، گودرزی (۱۳۸۶)، گارلز (۱۹۸۲)، پویان‌فر (۱۳۸۱)، عرفانی اکبری (۱۳۷۸) شیرانی‌نیا (۱۳۸۶)، مارکمن (۲۰۰۳) همسویی دارد.

منابع

- ۱- اسلامی، ع. (۱۳۸۰). بررسی رابطه ساختار تعاملات خانواده (عملکرد خانواده) با سبک‌های مقابله با فشارهای روانی و تفاوت‌های جنسیتی در دانش‌آموزان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه تربیت معلم تهران.
- ۲- اصلانی، خالد. (۱۳۸۲). بررسی نقش مهارت‌های ارتباطی بر کارآیی خانوادگی دانشجویان متأهل، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه علوم بهزیستی توانبخشی.
- ۳- بدیعی، د. (۱۳۹۳). بررسی تأثیر درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، تاب‌آوری و عملکرد خانواده‌های دارای کودکان کم‌توان ذهنی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه اصفهان.
- ۴- برن، اریک. (۱۹۷۵). بعد از سلام چه می‌گویید؟، مترجم مهدی قراچه‌داغی، تهران، نشر البرز.
- ۵- برن، اریک. (۱۳۸۴)، بازی‌ها، ترجمه: اسماعیل فصیح، تهران، نشر آسیم.

- ۶- بهاری، ف. (۱۳۷۹). مقایسه عملکرد خانواده زوج‌های در حال طلاق و غیرطلاق ارجاعی به سازمان پزشکی قانونی کشور، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت معلم تهران.
- ۷- بهاری، ف. (۱۳۷۹). ارزیابی و مقایسه کارایی خانواده بین زوج‌های غیرطلاق و زوج‌های در حال طلاق مرجوعی به بخش روانپزشکی سازمان پزشکی قانونی کشور، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه تربیت معلم دانشکده علوم و روان‌شناسی.
- ۸- پیکرستان، ع. (۱۳۸۰). مقایسه عملکرد خانواده دارای دختران نوجوان فراری و خانواده‌های دارای دختران عادی شهر تهران، پایان‌نامه کارشناسی مشهد مشاوره دانشگاه تربیت علم تهران، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- ۹- تامیلسون، ب. (۲۰۰۲). راهنمای سنجش خانواده. مترجم فرشاد بهاری و سید اسماعیل مهدوی هرسینی، ۱۳۸۳، تهران، انتشارات تزکیه.
- ۱۰- ثنایی، ب. (۱۳۷۵). ازدواج، انگیزه‌ها، پرتگاه‌ها و سلامت آن، نشریه‌ی پژوهش‌های تربیتی.
- ۱۱- جعفرزاده سروستانی، ز. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزشی تحلیل ارتباط متقابل بر میزان تمایز یافتگی دانش‌آموزان مقطع متوسطه، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده علوم تربیتی روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- ۱۲- دیویس، ک. (۱۹۹۶). خانواده، راهنمایی مفاهیم و فنون برای متخصصین یآوری، مترجم فرشاد بهاری و همکاران، انتشارات تزکیه.
- ۱۳- ساعتچی، م. (۱۳۷۴). مشاوره و روان‌درمانی نظریه‌ها و راهبردها، تهران، نشر ویرایش.
- ۱۴- سالاری‌فر، م. (۱۳۹۰). درآمدی بر نظام خانواده در اسلام، قم، مرکز نشر هاجر، چاپ ششم، ویراست دوم.
- ۱۵- شریفی، خ. (۱۳۸۲). بررسی رابطه بین عملکرد خانواده و سرسختی روان‌شناختی دانش‌آموزان شهر اصفهان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه اصفهان، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
- ۱۶- صفرزاده، م. (۱۳۸۳). بررسی اثر بخشی آموزش مهارت‌های زندگی و برقراری ارتباط زناشویی زنان ساکن اصفهان، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد رشته مشاوره، دانشگاه آزاد

اسلامی واحد رودهن.

۱۷- عسگری، س.، رشیدی، ع.، نقشینه، ط.، شریفی، س. (۱۳۹۴). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود با کیفیت زندگی زنان متقاضی طلاق، رویش روان‌شناسی، سال ۴، شماره ۱۱، ۸۷-۱۱۲.

۱۸- علوی، ا. (۱۳۷۴). بررسی رابطه ویژه خانوادگی با اختلالات رفتاری دانش‌آموزان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی.

۱۹- فتحی‌پور، م.، ابراهیمی‌نژاد، غ.، خسروی، ص.، رضائیان، م. و پورشانظری، ع.ا. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش تحلیل ارتباط محاوره‌ای بدن بر بهبود عملکرد والدین دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه شهر رفسنجان، مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۹ (۱): ۴۷-۵۸.

۲۰- فتوحی بناب، س.، حسینی نسب، س. د. و هاشمی، ت. (۱۳۹۰). اثربخشی زوج درمانگری شناختی- رفتاری، اسلامی و تحلیل رفتار متقابل بر خودشناسی زوج‌های ناسازگار. مطالعات روان‌شناختی، دوره ۷، شماره ۲، ۳۷-۵۸.

۲۱- گیدنز، ا. (۱۹۸۹). مبانی جامعه‌شناسی، مترجم صبوری، ا.، ۱۳۷۳، تهران، آگاه.

۲۲- موسوی، ا. (۱۳۷۹). عملکرد نظام خانواده و بهداشت روان اعضاء خانواده.

۲۳- نجفلویی، ف. (۱۳۸۴). نقش تمایز خود در روابط زناشویی اندیشه‌های نوین تربیتی، دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء.

۲۴- نجفلویی، ف. (۱۳۸۵). نقش تمایز خود در روابط زناشویی، اندیشه‌های نوین تربیتی، دوره ۲ شماره ۱ و ۲، پاییز و زمستان ۱۳۸۵.

۲۵- یحیی‌آبادی، ه. (۱۳۸۴). تو خوب هستی: دریچه‌ای رو به زندگی همراه با تحلیل رفتار متقابل، اصفهان، نشر نقش‌نگین.

26- Blaire. T. M., Nelson, E, S., & Coleman P.K (2001). Deception, Power, and self-differentiation in college students. Romantic relationship, Journal of sex & Marital Therapy, 27(1), 57-71.

27- Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. In P. Guerin, Jr. (Ed.), Family therapy: Theory and practice. New York: Gardner Press.

28- Bowen, M. (1978). Family therapy in clinical practice, Newyourk: Aronson.

29- Christensen, P., & Shank, I. (1991). Communication conflict and

- psychological distance. *Journal of Clinical Psychology*, 17(1): 342-354
- 30- Fleck, S. (1980). Family functioning and family pathology *psychiatric Annals*, 10 (2): 17-35.
- 31- Hadleg, y.A. (1991). The association between family dysfunction, family interactional style, and the self representiosn and object relations of adult effspring of dysfunctional family doctoral dissertation, university of oregan.
- 32- Markman, H. J. (2003). Preventing material distress through communication and conflict management training: A 4 and 5 year follow-up. *Journal of counseling and Clinical Psychology*, 61, 70-77.
- 33- Olson, D. H. (1986). Circumplex model VII: Validation studies and FACES III. *Family Process*, 26, 337-351.
- 34- Seligman, martin, E. (2006). *Positive psychotherapy*, American phycologist.
- 35- Tomlison, B. (2009). *Family Assessment Handbook: An Introduction and Practical Guide to Family Assessment* (3rd.ed). California: Brooks/cole.
- 36- Tuason, M, T. & Friedlander, M, I. (2000). Do parents differentiation levels predict those of thire adalt children? And other tests of Bowen theory in Philippin sample. *Journal of counseling psychology*, 47 (1), 27-35.