



مقاله اصلی

## اثربخشی زوج درمانی بومی سازی شده مبتنی بر واقعیت درمانی بر تعارضات زناشویی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۶/۰۷ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۹/۱۳

### خلاصه

**مقدمه:** تحقیقات نشان داده است که واقعیت درمانی می تواند بر بسیاری از مسائل روان شناختی اثرگذار باشد. بنابراین؛ هدف از این مطالعه بررسی تعیین اثربخشی زوج درمانی بومی سازی شده مبتنی بر واقعیت درمانی بر تعارضات زناشویی بود.

**روش کار:** روش تحقیق نیمه تجربی با طرح پیش آزمون پس آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه زوجین مراجعه کننده به مرکز مشاوره پیوند شهر کرمانشاه بود. نمونه آماری شامل ۲۰ زوج متعارض پیوند که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. ابزار تحقیق پرسشنامه تعارضات زناشویی تجدید نظر شده - ۵۴ سوالی باقری و همکاران شده بود. از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر با نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ جهت تجزیه و تحلیل داده ها استفاده گردید.

**نتایج:** نتایج داد ها نشان داد که بین مراحل پیش آزمون-پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد که بیانگر اثربخشی آموزش مبتنی بر واقعیت درمانی در بهبود تعارضات زناشویی زوجین است.

**نتیجه گیری:** به نظر می رسد که زوج درمانی بومی سازی شده مبتنی بر واقعیت درمانی بر تعارضات زناشویی اثرگذار می باشد. توصیه می گردد جهت بالا بردن اعتبار بیرونی تحقیق تحقیقات مشابهی با تعداد نمونه بیشتر صورت گیرد.

**کلمات کلیدی:** زوج درمانی، واقعیت درمانی، تعارضات زناشویی

فاطمه خزایی<sup>۱</sup>

رحیم حمیدی پور<sup>۲\*</sup>

داوود تقوایی<sup>۳</sup>

ذبیح پیرانی<sup>۴</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران

<sup>۲</sup> گروه روانشناسی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران. استادیار، گروه مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۳</sup> دانشیار، گروه روانشناسی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران

<sup>۴</sup> استادیار، گروه روانشناسی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران

Email: r.hamidipour@cfu.ac.ir



## مقدمه

خانواده اولین پایه گذار شخصیت، ارزش‌ها و نگرش‌های انسانی است و پیدایش آن به سبک کنونی از ویژگی‌های با ارزش نسل انسان در مقایسه با سایر موجودات می‌باشد. از این رو، خانواده به عنوان بزرگ‌ترین ثروت و نیروی جامعه شناخته می‌شود و تعارضات زناشویی یک مشکل جدی اجتماعی به حساب می‌آید، که تأثیرات منفی بر سلامت جسمانی و روانی زوجین و فرزندان‌شان دارد. روابط زوجین سیستم پیچیده‌ای است که تعامل عوامل مختلف، تفاهم و تضاد آنها را پیش‌گویی می‌کند (۱).

رایس (۱۹۹۶) تعارض را نوعی ارتباط زناشویی تعریف می‌کند که در آن رفتارهای خشونت‌آمیز مانند توهین، سرزنش، انتقاد و حمله فیزیکی وجود دارد و زوجها در آن نسبت به یکدیگر احساس خصومت، کینه، خشم و نفرت داشته‌وهر یک عقیده دارد که همسرش آدم نامطلوب و ناسازگاری است که موجب رنجش و عذاب او می‌شود. تعارض از دید سیستمی، تنازع بر سر تصاحب پایگاه و منابع قدرت است که در جهت حذف امتیاز دیگری و افزایش امتیازات خود بروز می‌کند و فرآیندی است که طی آن یکی از طرفین پی می‌برد که طرف مقابلش مسائل مورد علاقه وی را سرکوب می‌کند (۲).

زن و شوهر در شرایط درگیری و تعارض به مدت طولانی احساس خستگی جسمانی، عاطفی و روانی می‌کنند که این حالت همراه با مطالبات عاطفی است. پس از آن احساسات منفی غالب می‌شود و بتدریج احساسات عاشقانه اولیه و دلبستگی عاطفی کاهش پیدا می‌کند و در نهایت به فرسودگی منجر می‌شود. وقتی انتظارات غیر واقعی زوجین از همدیگر با استرس‌ها و چالش‌های زندگی به مدت طولانی روی هم انباشته می‌شود، بتدریج فرسودگی زناشویی آشکار می‌گردد (۳).

یکی از نظریه‌هایی که به مطالعه روابط زناشویی و ثبات و پایداری ازدواج‌ها می‌پردازد، نظریه واقعیت درمانی گلاسر است (۴). این نظریه در سیر تحول خود ابتدا واقعیت درمانی، سپس نظریه کنترل و آنگاه نظریه انتخاب نامیده شد. از نظر

گلاسر مشکلات و آسیب‌های زندگی زناشویی ناشی از تلاش هر یک از زوجین برای به کنترل درآوردن دیگری به منظور ارضاء نیازها و خواسته‌های خود است. واقعیت درمانی یکی از زیر شاخه‌های روانشناسی شناختی و روانشناسی مثبت‌نگر است. خلاصه این تئوری را می‌توان به این صورت بیان کرد که انسان مسئول انتخاب‌ها، تصمیم‌ها، اهداف خودش و در یک کلام مسئول میزان خوشبختی خود است. کنترل درونی-روانشناختی توضیح دهنده چگونگی و چرایی انتخاب‌هایی است که ما در طول زندگی انجام می‌دهیم. گلاسر معتقد است که برای تقویت پایه‌های زناشویی بهتر آن است که دوز زوج خواسته‌ها و تصاویر دنیای کیفی خود را با هم در میان گذارند و آنچه را می‌خواهند بدون ترس و واژه با هم دیگر مطرح سازند. عدم طرح خواسته‌ها و تصاویر دنیای کیفی موجب دلخوری و دلخوری موجب انتقاد و سرزنش و نهایتاً موجب کاهش اعتماد بین دو طرف می‌گردد و در نتیجه وفاداری و تعهد به یکدیگر برای آنها یک امر غیرمعمول و غیرعادی می‌شود و به همین دلیل بسیاری از زوجین از هم طلاق می‌گیرند (۵).

هدف واقعیت درمانی، کاهش کنترل بیرونی و رشد کنترل درونی در زوجین است، هدف آن است که زوجین نیاز به کنترل همسر را در خود کاهش دهند و بیشتر به کنترل خود بپردازند، یعنی به جای سعی در به کنترل درآوردن همسر، سعی در به کنترل درآوردن رفتار خود داشته باشند. به علاوه هر یک از آنها رفتارهای خود را مورد ارزیابی قرار دهند که تا چه اندازه می‌تواند زندگی زناشویی آنها را تقویت و مستحکم سازد. از دیدگاه گلاسر بهترین راه درمان مشکلات زناشویی، تغییر رفتار از طریق انتخاب اعمال مفید و سازنده است. تغییر رفتار نه بر اساس اصول رفتارگرایی بلکه از طریق انتخاب رفتارهایی است که موجب بهبود رابطه زن و شوهر می‌گردد. در این رابطه، تغییر رفتار از طریق انتخاب خود فرد آسان‌تر از تغییر احساس یا شناخت است (۴).

بر اساس واقعیت درمانی انسان‌ها موجوداتی هستند که رفتارهای خود را برای ارضای نیازهایشان (نیاز به بقا، آزادی، قدرت، تعلق خاطر و تفریح) انتخاب می‌کنند. در واقع در این شیوه‌ی درمان، مواجه شدن با واقعیت، قبول مسئولیت، شناخت نیازهای اساسی، ارزش گذاری در باره‌ی درست یا نادرست بودن رفتار، تمرکز بر اینجا و اکنون، کنترل درونی و نیل به هویت موفق مورد تأکید است. از نظر گلاسر تعارضات زمانی پیش می‌آید که دو تصویر مغایر در جهان کیفی افراد وجود دارد و هیچ راهی برای هماهنگ کردن آنها وجود ندارد و چنانچه افراد نتوانند این دو تصویر را با هم هماهنگ کنند، تعارض همچنان باقی خواهد ماند (۶).

علوم روان‌شناختی به‌عنوان یکی از شاخه‌های اصلی علوم انسانی، در صورتی خواهد توانست کارایی خود را نشان دهد، که بتواند با نظریه‌های فرهنگی و بومی به سؤالات اساسی در رابطه با مسائل روانی مردم کشورمان پاسخ گوید. مسائل روان‌شناختی مردم جدا از مسائل فرهنگی، وضعیت اقتصادی، سیاسی و باورهای مذهبی آنان نمی‌تواند، مطالعه شود. متأسفانه با وجود اینکه از تأسیس رشته‌های روان‌شناسی و علوم وابسته در دانشگاه‌های ایران سالیان زیادی می‌گذرد این رشته هنوز نتوانسته است کارایی خود را در حل مشکلات و معضلات فردی و اجتماعی در کشورمان به نحو شایسته نشان دهد. این امر ناشی از پیروی کورکورانه از به کارگیری تئوری‌ها، الگوها و مدل‌های غربی در کشورمان بوده است. با وجود پیشینه غنی کشورمان در عرفان و آموزه‌های وحیانی، استخراج اصول نظری و کاربردهای عملی نظریه‌های روان‌شناختی از فرهنگ اصیل اسلامی ضروری به نظر می‌رسد. این امر فقط در صورتی امکان پذیر است که چالش‌های مناسب نظری و متدولوژیکی یک اندیشمند اصلی و یک روان‌شناس بومی در نظر گرفته شود.

یکی از مباحث بسیار مهم و اساسی در امر مشاوره و روان‌درمانی توجه به شرایط فکری و فرهنگی هر جامعه است. حرکت فزاینده‌ای در راستای ابداع نظریه چند فرهنگی مشاوره و روان‌درمانی وجود دارد (۷). بررسی پیشینه پژوهش در داخل و خارج

از کشور نشان می‌دهد اگرچه پژوهش‌هایی مرتبط با اثر بخشی زوج درمانی به شیوه ویلیام گلاسر انجام شده است (۸-۱۱) ولیکن مولفه‌های مرتبط با موضوع پژوهش و به خصوص در حیطه بومی‌سازی آن، تاکنون مورد توجه، پژوهشگران کشور نبوده است. لذا می‌تواند جنبه نوآوری داشته باشد. نتایج حاصل از این پژوهش، چشم اندازی روشن و عملی برای مشاوران و روان‌درمانگران، خصوصاً خانواده درمانگران در راستای حل یا کاهش تعارضات زناشویی ایجاد خواهد نمود. به علاوه، نتایج این پژوهش می‌تواند مبنای نظری و عملی مناسبی برای کاهش تعارضات زناشویی بهبود الگوهای ارتباطی، آموزش‌های قبل و بعد از ازدواج به منظور پیشگیری از مشکلات زناشویی در مؤسسات مختلف آموزشی و درمانی از قبیل مراکز مشاوره در دانشگاه‌ها، بهزیستی، کلینیک‌ها و شوراهای حل اختلاف خانواده و غیره قرار گیرد. براین اساس محقق درصدد است که به بررسی اثربخشی زوج درمانی بومی‌سازی شده مبتنی بر واقعیت درمانی بر تعارضات زناشویی بپردازد.

### روش کار

پژوهش حاضر با توجه به روش تحقیق جزء تحقیقات نیمه آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه و پیگیری ۴۵ روزه بود. به دلایلی همچون امکان ریزش آزمودنی‌ها با طولانی‌تر شدن دوره پیگیری و با افزایش مدت زمان پیگیری و همچنین افزایش اثرهای انتقالی با افزایش مدت زمان پیگیری ۴۵ روزه انتخاب شد.

جامعه آماری شامل کلیه زوجین مراجعه کننده به مرکز مشاوره پیوند شهر کرمانشاه بود. نمونه آماری شامل ۲۰ زوج بود که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند.

### ابزار پژوهش

پرسشنامه تعارضات زناشویی تجدید نظر شده - ۵۴ سوالی: این پرسشنامه یک ابزار ۵۴ سوالی است که برای سنجیدن تعارضات زن و شوهری توسط باقر ثنایی و همکاران ساخته

روش تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش در دو سطح توصیفی و استنباطی صورت گرفت که شامل شاخص مرکزی مانند میانگین جهت تعیین مقادیر متوسط نمرات آزمون‌ها، شاخص‌های پراکندگی مانند واریانس و انحراف معیار به منظور تعیین تغییرات یا پراکندگی توزیع نمره نسبت به میانگین و تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر بود. تمام تجزیه و تحلیل‌ها با نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ در سطح ۰/۰۵ انجام گرفت.

### نتایج

در جدول ۱ مشخصات و ویژگی‌های توصیفی گروه‌های آزمایش و گواره نشان داده شده است.

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد، کمینه و بیشینه سن آزمودنی‌ها

منابع تغییر	نوع گروه	تعداد	انحراف استاندارد	میانگین سطح معناداری
سن	آزمای ش	۲۰	۸/۲۲۳	۰/۹۵۳
	گواه	۲۰	۷/۶۱۹	۰/۰۶۰
				۳۳/۰۵
				۳۲/۲۰

همانطور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، بین افراد در دو گروه آموزش و کنترل با دامنه‌ی سنی ۲۲ الی ۵۰ سال، از نظر میانگین سن تفاوت معناداری وجود ندارد و گروه‌ها دارای میانگین سنی یکسان می‌باشند.

شده است. این پرسشنامه هشت بعد از تعارضات زناشویی را می‌سنجد که عبارتند از کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر، و کاهش ارتباط موثر. مشاوران و سایر متخصصان بالینی می‌توانند از این پرسشنامه برای سنجیدن تعارض‌های زن و شوهری و ابعاد آن استفاده کنند.

برای هر سوال پنج گزینه در نظر گرفته شده که به تناسب ۱ تا ۵ نمره به آنها اختصاص داده شده است.

روایی و پایایی پرسشنامه: از نظر روایی و پایایی آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه روی یک گروه ۲۷۰ نفری برابر با ۰/۹۶ به دست آمد و برای ۸ خرده مقیاس آن از این قرار است: کاهش همکاری، ۰/۸۱؛ کاهش رابطه جنسی، ۰/۶۱؛ افزایش واکنش‌های هیجانی، ۰/۷۰؛ افزایش جلب حمایت فرزند، ۰/۳۳؛ افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، ۰/۸۶؛ کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، ۰/۸۹؛ جدا کردن امور مالی از یکدیگر، ۰/۷۱؛ و کاهش ارتباط موثر، ۰/۶۹.

پرسشنامه تعارضات زناشویی از روایی محتوایی خوبی برخوردار است. در مرحله تحلیل محتوای آزمون، پس از اجرای مقدماتی و محاسبه همبستگی هر سوال با کل پرسشنامه و مقیاس‌های آن، به دلیل همبستگی مناسب تمام سوالات، هیچ سوالی حذف نشده است.

جدول ۲. بررسی توزیع نرمال داده‌های مربوط به تعارضات زناشویی در مرحله پیش آزمون

منابع تغییر	نوع گروه	چولگی	کشدگی	آماره Z	سطح معناداری
تعارضات زناشویی	آزمایش	۰/۲۲۹	-۰/۶۷۰	۰/۱۲۹	۰/۲
	گواه	-۰/۰۶۱	-۱/۲۲	۰/۱۳۴	۰/۲

تعارضات زناشویی در هر دو گروه آموزش و کنترل از توزیع نرمال برخوردار است ( $P > 0/05$ ).

آماره Z. آماره مربوط به آزمون کالموگروف اسمیرنوف. با توجه به جدول ۲، در مرحله پیش آزمون داده‌های مربوط به

### جدول ۳. بررسی توزیع نرمال داده‌های مربوط به تعارضات زناشویی در مرحله پس‌آزمون

منابع تغییر	نوع گروه	چولگی	کشیدگی	آماره Z	سطح معناداری
تعارضات زناشویی	آزمایش	-۰/۰۱۷	-۰/۶۳۰	۰/۱۲۷	۰/۲
	گواه	۱/۵۷	۲/۴۱	۰/۲۲۴	۰/۰۱۰

از رعایت این مفروضه بود ( $P > ۰/۰۵$ ). در گام بعدی با توجه به ( $F(۸, ۳۱) = ۱۳۳/۱۳, P < ۰/۰۰۰۱$ )، اثر پیلای،  $F(۸, ۳۱) = ۰/۹۷۲$  = مجذور ای‌تا) مشخص شد که اثر زمان اندازه‌گیری (پیش‌آزمون - پس‌آزمون - پیگیری) در تعامل با دو گروه بر ترکیب خطی متغیرهای وابسته معنادار است.

در گام بعدی برای استفاده از نتایج مربوط به تحلیل واریانس تک متغیری ابتدا پیش فرض آن یعنی مفروضه‌ی کرویت بررسی شد. نتایج آزمون موچلی حاکی از عدم رعایت این مفروضه بود و از آزمون گرین‌هاوس - گیسر به منظور اصلاح درجات آزادی در تحلیل واریانس تک متغیری استفاده شد که نتایج آن بیانگر معنادار بودن اثر زمان اندازه‌گیری (پیش - آزمون - پس‌آزمون - پیگیری) در تعارضات زناشویی ( $P = ۰/۰۰۰۱$ )،  $F(۱/۲۳, ۴۶/۸۵) = ۶۵۰/۶۵$  در تعامل با نوع عضویت گروهی زوجین (آموزش - کنترل) بود. در ادامه نتایج تحلیل هر یک از متغیرهای وابسته به تنهایی با تصحیح بن‌فرونی به تفکیک هر یک از سوال‌های پژوهشی ارائه می‌شود.

به منظور سنجش تعارضات زناشویی زوجین از نمره کل پرسشنامه تعارضات زناشویی استفاده شد. تحلیل روند تغییرات در مولفه‌ی تعارضات زناشویی حاکی از آن است که بین مراحل پیش‌آزمون - پس‌آزمون ( $F = ۶۷۴/۱۶, P < ۰/۰۰۰۱$ )، پیش‌آزمون - پیگیری ( $F = ۷۳۶/۱۴, P < ۰/۰۰۰۱$ ) تفاوت معناداری وجود دارد که بیانگر اثربخشی آموزش مبتنی بر واقعیت درمانی در بهبود تعارضات زناشویی زوجین است (دامنه اندازه اثر بین ۰/۱۷۷ الی ۰/۹۵).

با توجه به جدول ۳، در مرحله پس‌آزمون داده‌های مربوط به تعارضات زناشویی در گروه آموزش از توزیع نرمال برخوردار است ( $P > ۰/۰۵$ )، تنها در گروه کنترل فعال داده‌ها از توزیع نرمال برخوردار نمی‌باشند ( $P < ۰/۰۵$ ).

### جدول ۴. بررسی توزیع نرمال داده‌های مربوط تعارضات زناشویی در مرحله پیگیری

منابع تغییر	نوع گروه	چولگی	کشیدگی	آماره Z	سطح معناداری
تعارضات زناشویی	آزمایش	-۰/۱۵۹	-۰/۴۲۲	۰/۱۱۲	۰/۲
	گواه	۱/۱۳	۰/۹۹۷	۰/۱۸۰	۰/۰۹۰

با توجه به جدول ۴-۹، در مرحله پیگیری داده‌های مربوط به تعارضات زناشویی در هر دو گروه آموزش و کنترل از توزیع نرمال برخوردار است ( $P > ۰/۰۵$ ).

در ادامه جهت آزمون سوال‌های پژوهش مربوط به تعیین تاثیر آموزش مبتنی بر واقعیت درمانی بر بهبود و تعارضات زناشویی زوجین، همچنین مقایسه میزان ماندگاری نتایج با گروه کنترل و با توجه به تعدد زمان سنجش (پیش‌آزمون - پس‌آزمون - پیگیری) از آزمون تحلیل واریانس چند متغیری مختلط، طرح اندازه‌های تکراری استفاده شد. نتایج آزمون بارلت ( $X^2 = ۶۴/۴۹, P < ۰/۰۰۰۱$ )،  $X^2 = ۳۸/۶۰۶$  درون گروهی) بیانگر رعایت پیش فرض این آزمون بود (همبستگی بین متغیرهای وابسته)، همچنین به منظور اطمینان از رعایت پیش فرض همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد و نتایج حاکی

### جدول ۵. میانگین و انحراف استاندارد نمرات دلزدگی و تعارضات زناشویی آزمودنی‌ها به تفکیک زمان سنجش

نوع گروه	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین
میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین

از	پا	آزمایش	۳۳/۰۱	۲/۶۹۵	۲۴/۸۰	۲/۱۱۷	۲۴/۰۵	۲/۰۱۲
افتادگی								
جسمی	گواه		۳۲/۹۵	۳/۲۳۵	۳۳/۷۵	۲/۷۳۱	۳۴/۴۵	۲/۷۸۱
از	پا	آزمایش	۳۰/۷۰	۴/۱۱۸	۲۴/۸۰	۱/۳۲۱	۲۳/۶۰	۱/۲۷۳
افتادگی								
عاطفی	گواه		۳۳/۲۵	۲/۲۶۸	۳۴/۷۰	۳/۰۴۵	۳۴/۵۵	۲/۶۸۴
از	پا	آزمایش	۳۴/۰۱	۴/۲۵۵	۲۷/۰۱	۲/۱۷۶	۲۶/۸۰	۲/۱۶۶
افتادگی								
روانی	گواه		۳۳/۱۵	۳/۴۸۳	۳۳/۲۵	۳/۳۳۸	۳۲/۷۰	۳/۳۲۶
تعارض	آزمایش		۱۷۳/۹۰	۶/۱۱۲	۱۱۴/۸۰	۹/۳۸۹	۱۱۶/۹۰	۸/۰۱۹
زناشویی	گواه		۱۷۲/۶۰	۳/۳۱۵	۱۷۱/۲۰	۳/۳۴۹	۱۷۰/۸۵	۲/۹۲۴

### بحث و نتیجه گیری

هدف از مطالعه حاضر بررسی تعیین اثربخشی زوج درمانی بومی سازی شده مبتنی بر واقعیت درمانی بر تعارضات زناشویی بود. بر اساس یافته‌های پژوهش مشخص شد که تعارضات زناشویی پس از مرحله مداخله آموزشی در گروه آموزش نسبت به گروه کنترل به طرز چشمگیری کاهش پیدا کرده است و پس از پیگیری زوجین، میزان نمره تعارضات زناشویی به سطح تقریباً ثابتی رسید. این موضوع نشان داد که پروتکل واقعیت درمانی بومی سازی شده به طور معناداری بر کاهش تعارضات زناشویی تأثیر داشته است. این موضوع با مطالعات مریدی و همکاران (۱۲)، علیرضایی و همکاران (۱۳)، زارعی و همکاران (۱۴)، میرزانیان، و همکاران (۱۵)، دیزجانی و خرامین (۱۶) همخوانی داشت. همچنین الساید و الیاس (۱۷)، دوبا و همکاران (۱۸) به نتایج مشابهی در این زمینه دست یافتند. تعارضات زناشویی پیش درآمد جدایی زوج‌هاست که از بگومگوهای ساده شروع شده و تا درگیری‌های شدید لفظی، نزاع و کتک کاری و جدایی گسترش می‌یابد. هر جا عدم توافق، تفاوت یا ناسازگاری بین همسران وجود داشته باشد تعارض پدید خواهد آمد. وقتی که تعارضات بین فردی رخ می‌دهد، افراد احساسات ناخوشایندی را تجربه می‌کنند. اکثر بیماران درمان را جستجو می‌کنند. به دلیل اینکه آنها نمیتوانند احساساتشان را به فعالیت مؤثری کانال بزنند، بلکه مضطرب شده و از دفاع‌ها استفاده می‌کنند.

تعارض زناشویی در هفت هسته بنیادی قرار گرفته است که عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، جداسازی امور مالی از یکدیگر، حمایت جویی از فرزندان، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود و کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان و دوستان همسر (۱۹). شیوه مقابله با تعارض اکتسابی است و میتوان آن را تغییر داد. بحران‌ها خانواده را تغییر می‌دهند. گاهی اوقات خانواده‌ها با محبت‌تر و دلسوزتر می‌شوند. آنها درباره هراس و امیدهایشان گفتگو میکنند و هنگامی که عزیزان دچار نوسانی می‌شوند، اظهارات توأم با مهربانی پدیدار می‌شوند ولی خانواده‌هایی هستند که نمیتوانند با فشار دست و پنجه نرم کنند، ناکام می‌شوند، خلق‌ها تنگ میشود و اگر ناکامی برطرف نشود روابط خدشه‌دار می‌گردد (۲۰).

براساس نتایج پژوهش حاضر پروتکل بومی سازی شده واقعیت درمانی به منظور مداخله آموزشی برای زوجین دارای تعارض زناشویی تدوین شد. این پروتکل شامل ۱۲ جلسه واقعیت درمانی مبتنی بر واقعیت‌گرایی ۹۰ دقیقه‌ای می‌باشد که آشنایی، برقراری ارتباط و اعتماد سازی، معرفی طرح درمان و آموزش مفاهیم و واقعیت درمانی (مفهوم رفتار کلی، مفهوم دنیای مطلوب و توضیح باورها و رفتارهای مربوط به کنترل‌گری)، آموزش پنج نیاز اساسی، تعیین مسیر برای رسیدن به خواسته‌ها، آموزش چرخ کنترل و چرخ تعادل، آموزش همسران به صورت جداگانه، ادامه

یک محدودیت در پژوهش حاضر در نظر گرفته شود. می‌توان پیشنهاد نمود که پژوهش حاضر را با استفاده از پروتکل بومی‌سازی شده در بین جامعه آماری بزرگتر انجام داد تا تعمیم‌پذیری استفاده از آن قابل اطمینان‌تر باشد.

### تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکتری دانش‌گاه آزاد اسلامی واحد اراک می‌باشد. نویسنده از اساتید راهنما و مشاور و تمامی کسانی که در این راستا با محقق همکاری نمودند کمال تشکر را دارد.

### تعارض منافع

این مطالعه فاقد تضاد منافع می‌باشد.

آموزش همسران به صورت جداگانه، آموزش چگونگی برقراری ارتباط موثر و مذاکره، تمرین حلقه حل مسئله (دایره مشکل‌گشا)، ارزیابی وضعیت زوجین، تعیین مسئولیت برای حفظ رابطه، اجرای فن برابری، تمرین وقت‌کیفی و فرصت‌های اختصاصی برای هرکدام، ایجاد رابطه دوستی بیشتر با هم، مرور مطالب جلسات پیشین طی این جلسات آموزش داده می‌شوند.

براساس پروتکل طراحی شده مشخص شد که این فرآیند درمانی بر حل تعارضات زناشویی و دلزدگی زناشویی زوجین اثر معنادار و چشمگیری داشته است و باعث کاهش آنها شد. لذا می‌توان اظهار نمود که پروتکل بومی‌سازی شده واقعیت‌درمانی به خوبی طراحی و قابل استفاده در جامعه‌ی زوجین ایرانی است. از جمله محدودیت‌های پژوهش خودگزارشی بودن ابزار است که باید مورد توجه قرار گیرد. متفاوت بودن سطح تحصیلات آزمودن‌های نیز می‌تواند در نتایج مؤثر باشد که باید به عنوان



*Original Article***Effectiveness of localized reality therapy based on reality therapy on marital conflicts**

Received: 29/08/2021 - Accepted: 04/12/2021

Fatemeh Khazaei<sup>1</sup>  
 Rahim Hamidi Poor<sup>1,2\*</sup>  
 Davood Taghvaei<sup>3</sup>  
 zabih pirani<sup>4</sup>

<sup>1</sup> PhD Student, Department of Counseling, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran.

<sup>2</sup> Department of Psychology, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran. Assistant Professor, Counseling Department, Farhangian University, Tehran, Iran (corresponding author)

<sup>3</sup> Associate Professor, Department of Psychology, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran.

<sup>4</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran

Email: r.hamidipour@cfu.ac.ir

**Abstract**

**Introduction:** Research has shown that reality therapy can affect many psychological issues. Therefore; The aim of this study was to determine the effectiveness of localized couple therapy based on reality therapy on marital conflicts.

**Methods:** The research method was quasi-experimental with pretest-posttest design and follow-up with the control group. The statistical population included all couples referred to Kermanshah Transplant Counseling Center. Statistical sample consisted of 20 conflicting graft pairs that were selected by available sampling method and randomly assigned to experimental and control groups. The research instrument was the revised Marital Conflict Questionnaire - 54 questions by Bagheri et al. Analysis of variance with repeated measures with SPSS software version 25 was used.

**Results:** The results showed that there is a significant difference between the pre-test-post-test, pre-test-follow-up stages, which indicates the effectiveness of reality-based education in improving marital conflict between couples.

**Conclusion:** It seems that localized couple therapy based on reality therapy has an effect on marital conflicts. It is recommended to do similar research with more samples to increase the external credibility of the research.

**Keywords:** Couple Therapy, Reality Therapy, Marital Conflicts

## References

1. Gottman JM. Gottman method couple therapy. *Clinical handbook of couple therapy*. 2008;4(8):138-64.
2. Rice WR, Holland B. The enemies within: intergenomic conflict, interlocus contest evolution (ICE), and the intraspecific Red Queen. *Behavioral Ecology and Sociobiology*. 1997;41(1):1-10.
3. Pines AM, Neal MB, Hammer LB, Icekson T. Job burnout and couple burnout in dual-earner couples in the sandwiched generation. *Social Psychology Quarterly*. 2011;74(4):361-86.
4. Glasser W. *Reality therapy in action*: HarperCollins Publishers; 2000.
5. Bradley EL. Choice theory and reality therapy: an overview. *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*. 2014;5(1):6-14.
6. Wubbolding RE. *Reality therapy for the 21st century*: Routledge; 2013.
7. Sue DW, Sue D, Neville HA, Smith L. *Counseling the culturally diverse: Theory and practice*: John Wiley & Sons; 2019.
8. Arabpour E, Hashemiyan K. The effectiveness of couple therapy via reality therapy method on the improvement of intimacy relations of couples. *Journal of educational psychology*. 2012;3(1):1-13.
9. Soleiman Borujerdi M, Dokanehei Fard F, Rezakhani S. Comparison of the effectiveness of Gottman's Couple Therapy and Reality Therapy on Emotional Divorce, Communication Patterns and Distress Tolerance in women referring to counseling centers in District 3 of Tehran. *medical journal of mashhad university of medical sciences*. 2019;61(supplment1):150-61.
10. Davaie Markazi M, Karimi J, Goodarzi K. Investigating the Effectiveness of Couple Therapy based on Reality Therapy and Emotionally Focused Therapy (EFT) on Couples' Happiness and Resilience. *Journal of Counseling Research*. 2021;20(77):89-121.
11. Afghari N, Yazdkhasti F, Mehrabi-Koushki H, Azimi A. Comparison of the Effect of Group Couple Therapy Based on Reality Therapy and Acceptance and Commitment Therapy on Perfectionism and Adjustment of Couples' Needs. *Journal of Health System Research*. 2021;16(4):243-50.
12. Moridi H, kajbaf MB, Mahmoodi A. The Effect of Islamic-Ianian Reality Therapy on Couples' Marital Satisfaction, Life Satisfaction, and Communication Skills Shiraz. *Knowledge and Research in Applied Psychology*. 2020;21(2):13-21.
13. alirezae m, Fathiaqdam G, Ghamari M, Bazzazian S. Comparing the effectiveness of reality therapy and schema therapy on stress symptoms in women with marital conflict. *Journal of Nursing Education*. 2020;8(2):1-13.
14. Zarei E, Borumand R, Sadegifard M, Najarpourian S, Askari M. Comparison the effectiveness of group counseling based on choice theory and Gottman theory on increasing marital intimacy and decreasing marital conflicts in married women. *Scientific Journal of Social Psychology*. 2018;6(48):33-44.
15. Mirzaei M, Zarei E, Sadeghifard M. The role of self Differentiation and economic factors by mediated family conflicts in preventing from mental and social harms. *Counseling Culture and Psychotherapy*. 2019;10(37):143-70.
16. Dizjani F, Kharamin S. Reality Therapy Effect on Marital Satisfaction and Women's Quality of Life. *Armaghane danesh*. 2016;21(2):187-99.
17. Elsayed FE, Elyas E. E. The Effectiveness of a Counseling Program Based on Reality Therapy to Improve Marital Adjustment among Emotionally Separated Saudi Wives. *Sylwan*. 2016;160(4):343-62.
18. Duba D, Jill D, Graham MA, Britzman M, Minatrea N. Introducing the "Basic Needs Genogram" in Reality Therapy-based marriage and family counseling. *International Journal of Reality Therapy*. 2009;28(2):15.
19. Fincham FD. Marital conflict: Correlates, structure, and context. *Current directions in psychological science*. 2016: (1)12; 7-23.
20. Noller P, Feeney JA, Sheehan G, Peterson C. Marital conflict patterns: Links with family conflict and family members' perceptions of one another. *Personal Relationships*. 2000;7(1):79-94.