

## اثر بخشی بازآموزی اسنادی در کاهش فرسودگی زناشویی و احتمال وقوع طلاق در زوجین متقاضی طلاق

مرضیه شریفی<sup>۱</sup>

سلیمان کارسولی

دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان

کیومرث بشلیده

استادیار گروه روانشناسی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز

پذیرش مقاله: ۹۰/۶/۱۶

دریافت مقاله: ۹۰/۴/۲۰

### چکیده

**مقدمه:** با توجه به نقش عوامل شناختی و الگوهای اسنادی در درک پویایی‌های تعاملات و روابط زناشویی، پژوهش حاضر به بررسی اثر بخشی مداخلات بازآموزی اسنادی به شیوه‌ی گروهی در کاهش فرسودگی زناشویی و کاهش احتمال وقوع طلاق در زوجین متقاضی طلاق می‌پردازد.

**روش:** این پژوهش به روش نیمه تجربی و با استفاده از گروه کنترل، اجرای پیش‌آزمون و پس‌آزمون می‌باشد. برای نمونه‌گیری ابتدا از بین زوجین متقاضی طلاق در شهرستان فلاورجان، تعداد ۲۰ زوج به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب گردیده، سپس به شیوه گمارش تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش قرار گرفتند. مقیاس‌های فرسودگی زوجین و بی‌ثباتی ازدواج توسط همه شرکت‌کنندگان تکمیل شد. سپس گروه آزمایش در ۸ جلسه بازآموزی اسنادی گروهی شرکت کرد. در پایان، پس‌آزمون‌ها در هر دو گروه تکمیل و تفاضل پیش‌آزمون‌ها و پس‌آزمون‌ها بین دو گروه، توسط آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری و تک‌متغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**یافته‌ها:** نتایج به دست آمده نشان داد که میانگین نمرات فرسودگی زوجین و بی‌ثباتی ازدواج در پس‌آزمون گروه آزمایش به طور معناداری از میانگین نمرات پس‌آزمون‌ها در گروه کنترل پایین‌تر است.

**نتیجه‌گیری:** یافته‌های این پژوهش، اثربخشی بازآموزی اسنادی زوجین در کاهش فرسودگی زناشویی و کاهش احتمال وقوع طلاق را مورد تأیید قرار می‌دهد و می‌تواند در تعیین راهبردهای زوج درمانی نقش مؤثری داشته باشد.

**کلیدواژه‌ها:** اسنادهای زناشویی، بازآموزی اسنادی، فرسودگی زناشویی، طلاق

۱. آدرس نویسنده مسؤول، گروه مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، تلفکس ۶۶۸۳۱۰۷ (۰۳۱۱).

## مقدمه

میزان بالای طلاق در جوامع تأیید کننده این حقیقت است که بسیاری از زوجین تمایلی نسبت به ماندن در ازدواج‌های ناکام ندارند؛ تحقیقات در ایالات متحده آمریکا نشان می‌دهد که ۶۰ درصد زوجین در اولین سال ازدواج، سرخوردگی را تجربه می‌نمایند (کایزر<sup>۱</sup>، ۱۹۹۳) و بیش از ۶۰ درصد از اولین ازدواج‌ها در ایالات متحده آمریکا به طلاق ختم می‌شود (چرلین<sup>۲</sup>، ۱۹۹۲). در ایران نیز مطابق با آمارهای ارائه شده، میزان طلاق سالانه در حال افزایش است چنانچه براساس آمار رسمی سازمان ثبت احوال کشور در ۹ ماهه اول سال ۱۳۸۹، نرخ طلاق نسبت به مدت مشابه در سال قبل ۷/۵ درصد افزایش داشته است (به نقل از پایگاه اطلاع رسانی سلامت ایران، ۱۳۸۹).

والر<sup>۳</sup> (۱۹۳۸) اولین محققی بود که پیشنهاد داد طلاق ممکن است ریشه در سرخوردگی زوجین داشته باشد. سرخوردگی<sup>۴</sup> و فرسودگی<sup>۵</sup> زناشویی، کاهش تدریجی دلبستگی عاطفی به همسر است که با احساس بیگانگی، بی‌علاقگی و بی‌تفاوتی زوجین به یکدیگر و جایگزینی عواطف منفی به جای عواطف مثبت همراه است. در یک ازدواج سرخورده یکی یا هر دو زوج ضمن تجربه احساس گسستگی از همسر و کاهش علائق و ارتباطات متقابل، نگرانی‌های قابل توجهی درخصوص تخریب فزاینده رابطه و پیشروی به سمت جدایی و طلاق دارند (کایزر، ۱۹۹۶).

کایزر (۱۹۹۳) معتقد است با وجود اینکه تمامی ازدواج‌ها به نوعی سرخوردگی را تجربه می‌کنند اما بسیاری از این ازدواج‌ها با کیفیت پایین ادامه یافته و زندگی متأهلی بی‌ثباتی را تشکیل می‌دهند که متمایل به فروپاشی است و اگرچه ممکن است لزوماً به طلاق منجر نشود ولی مسلماً با فراوانی افکار و تصورات درباره جدایی همراه خواهد بود.

از طرفی در سال‌های اخیر نقش عوامل شناختی در درک پویایی‌های تعاملات و روابط زناشویی، بیشتر مورد توجه قرار گرفته (برادبری و فینچام<sup>۶</sup>، ۱۹۹۰)، در این بین مخصوصاً می‌توان به نظریه‌های اسنادی اشاره نمود که رفتار همسران و فرایندهای ازدواج و طلاق را به عنوان توابعی از الگوهای اسنادی آنها در نظر می‌گیرند (برنشتاین، ۱۳۸۲).

بر طبق نظریه‌های شناختی هر فردی طرحواره‌های جهان‌بینی<sup>۷</sup> ویژه‌ای دارد که تفسیر او درباره منشأ مشکلات و همچنین

1. Kayzer

2. Cherlin

3. Waller

4. disaffection

5. burnout

6. Bradbury & Fincham

7. world view schemas

اثر بخشی بازآموزی اسنادی به شیوه گروهی در کاهش فرسودگی زناشویی ... / شریفی، مرزیه و همکاران

مسئولیت وی برای حل و فصل آنها را تحت تأثیر قرار می دهد (بک<sup>۱</sup>، ۱۹۹۵). این قبیل توجیه و تبیین ها سبک اسنادی نامیده می شوند و علاوه بر اینکه به افراد توانایی تجزیه و تحلیل رفتارهای خودشان و دیگران را می دهند بر احساسات و رفتارهای متعاقب آنها نیز تأثیر می گذارند (هیل<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴).

سبک های اسنادی بطور کلی شامل دو نوع اصلی اسنادهای علی<sup>۳</sup> و اسنادهای ارزش<sup>۴</sup> بوده، هر کدام به ابعاد کوچکتري تقسیم می شوند: اسنادهای علی، شامل ابعاد درونی - بیرونی، پایدار - ناپایدار و عمومی - اختصاصی هستند و در استنباط وقایع و جهت دادن به رفتار اهمیت دارند. بُعد درونی - بیرونی با عوامل درونی از قبیل تلاش، توانایی، خلق و خو، خودپنداره و یا عوامل بیرونی از قبیل دشواری تکلیف، شانس و موقعیت های پرفشار مرتبط است و بُعد پایدار - ناپایدار با استنباط فرد از میزان ثبات هر کدام از عوامل مذکور ارتباط دارد. بُعد عمومی - اختصاصی نیز به میزان تعمیم دهی رفتار به موقعیت های فراتر از یک موقعیت خاص اشاره دارد (والاک و سیلا<sup>۵</sup>، ۲۰۰۸).

اسنادهای ارزش میزان انطباق رفتار پیش آمده با هنجارها و معیارهای اجتماعی و نیز انتظاراتی که از فرد می رود را تعیین می کنند و دارای سه بُعد عمدی - غیر عمدی، خودخواهانه - نوع دوستانه<sup>۶</sup> و سزاوار سرزنش - تحسین برانگیز<sup>۷</sup> می باشند. بُعد عمدی - غیر عمدی به میزانی که قصد و اراده فرد در رفتار او دخیل دانسته می شود ارتباط دارد. بُعد خودخواهانه - نوع دوستانه به انگیزه ها و بُعد سزاوار سرزنش - تحسین برانگیز به میزان تقصیر و مسئولیتی که به رفتار دیگری نسبت داده می شوند، اشاره دارند (والاک و سیلا<sup>۵</sup>، ۲۰۰۸). پاینز<sup>۸</sup> (۱۹۹۶) همچنین به طور کلی دو دسته اسناد موقعیتی (متمرکز بر عوامل محیطی) و غیر موقعیتی (متمرکز بر شخص) را به طور خاص در سبب شناسی فرسودگی زناشویی مورد بحث قرار می دهند.

تحقیقات پیرامون اسنادهای زناشویی<sup>۹</sup>، الگوهای اسنادی را که هر زوج برای رفتار همسرش می سازد بررسی می نمایند؛ براساس این الگوها، استنباط افراد از رفتار همسرانشان به طور جدی بر رضایت آنان تأثیر دارد. شواهد معتبری در مورد نقش اسناد زناشویی در سازگاری زوجین با وقایع فشارزای زندگی وجود دارد (گراهام و کانلی<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۶)؛ زوجینی که اسنادهای زناشویی منفی دارند، نشان داده اند توانایی کمتری در حفظ کیفیت و رضایت کلی زناشویی در مواجهه با جنبه های منفی روابط دارند (مک نولتی و کارنی<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۱؛ کارنی و برادبوری، ۲۰۰۰).

1. Beck
2. Hilt
3. causal attribution
4. value attribution
5. Wallach & Sela
6. Selfish-Unselfish
7. blameworthy- praiseworthy
8. Pines
9. marital attributions
10. Graham & Conoley
11. McNulty & Karney

در این زمینه، کایزر (۱۹۹۰) در ضمن پژوهشی چند مرحله‌ای برای تعیین مراحل و فرایندهای شناختی، عاطفی و رفتاری سرخوردگی زوجین نشان داد، اگرچه تغییرات زیادی در احساسات، افکار و رفتار طی فرآیند سرخوردگی اتفاق می‌افتد ولی بعضی از افکار غالباً در همه مراحل تکرار می‌شوند که از جمله این افکار تکرارشونده، تمرکز بر ویژگی‌های منفی همسر است. بنابراین کایزر معتقد است علاوه بر کاهش صمیمیت عاطفی و شیوه‌های حل تعارض ناکافی، اسنادهای مکرر مشکلات به همسر یکی از عوامل مهم بروز سرخوردگی در زوجین می‌باشد. همچنان که پاینز (۱۹۹۶) نیز فرسودگی زناشویی را در سه بعد روانی، جسمانی و عاطفی مشخص نموده و یکی از نشانه‌های روانشناختی فرسودگی را احساس ناامیدی، ناکامی و داشتن نظر منفی و بدبینانه نسبت به همسر می‌داند.

جکوبسن، فولیت و مک دونالد<sup>۱</sup> (۱۹۸۲) با بررسی تعاملات زوجین آشفته و زوجین آرام، نشان دادند که حساسیت بیش از اندازه‌ای نسبت به رفتارهای منفی همسران در بین زوجین آشفته رایج است. به نظر می‌رسد که این حساسیت زیاد به رفتار منفی همسر و نادیده گرفتن جنبه‌های مثبت به طور معناداری در احساس خشم، آسیب و بیگانگی از همسر سهیم باشند (کایزر، ۱۹۹۰). از طرفی در مراحل پایانی فرایند سرخوردگی، این اسنادهای منفی نقش مهمی در تصمیم‌گیری فرد برای جدایی دارند چرا که زوج سرخورده با تمرکز بر ویژگی‌های منفی همسر که به شکل باثبات در نظر گرفته می‌شوند خود را برای انحلال ازدواج متقاعد می‌سازد (وایقان<sup>۲</sup>، ۱۹۸۶).

پژوهش‌های متعددی درباره تأثیر این اسنادها بر رضایتمندی، کیفیت و عملکرد زناشویی صورت گرفته که به طور کلی نتایج نشان می‌دهد پیش‌بینی سطوح مختلف رضایت، ثبات و کیفیت زناشویی به وسیله سبک‌های مختلف اسنادهای زناشویی امکان پذیر می‌باشد (جکوبسن، فولیت و مک دونالد، ۱۹۸۲؛ فینچام و برادبوری، ۱۹۸۷؛ فینچام و بیچ<sup>۳</sup>، ۱۹۸۸؛ فینچام، بیچ و برادبوری، ۱۹۸۹؛ کارنی، برادبوری، فینچام و سولیوان<sup>۴</sup>، ۱۹۹۴؛ فینچام، برادبوری، آریاس، بایرن<sup>۵</sup> و کارنی، ۱۹۹۷؛ مک نولتی و کارنی، ۱۹۹۸؛ کارنی و برادبوری، ۲۰۰۰؛ استاندر، سیونگ و مک درمید<sup>۶</sup>، ۲۰۰۹؛ خجسته مهر، غفاری و کرای، ۱۳۸۹).

برای مثال تحقیقات نشان می‌دهد زوجین ناراضی فرضیه‌هایی سخت و غیرقابل انعطاف درباره رفتار همسرشان ایجاد می‌نمایند که بر اساس این فرضیه‌ها رفتارهای نامطلوب همسر را به ویژگی‌های منفی کلی و ثابت او و رفتارهای مثبت او را به عوامل

1. Jacobson, Follette & McDonald

2. Vaughan

3. Beach

4. Sullivan

5. Arias & Byrne

6. Stander, Hsiung & McDermid

اثر بخشی بازآموزی اسنادی به شیوه گروهی در کاهش فرسودگی زناشویی ... / شریفی، مرضیه و همکاران

موقعیتی و گذرا نسبت می دهند (فینچام، برادبوری و اسکات، ۱۹۹۰)؛ نتایج پژوهش هولتزورث - مونرو<sup>۱</sup> و جکوبسن (۱۹۸۵) نیز نشان می دهد که زوجین آشفته بیشتر از زوجین آرام درگیر فعالیت های اسنادی پیرامون تأثیرات منفی وقایع هستند و اینکه زوجین آرام غالباً از اسنادهای منجر به غنی سازی رابطه<sup>۲</sup> و زوجین آشفته از اسنادهای نگهدارنده آشفستگی<sup>۳</sup> استفاده می نمایند. اسنادهای نگهدارنده آشفستگی بر خلاف اسنادهای غنی سازی رابطه موجب بزرگ نمایی و اغراق در تأثیر رفتارهای منفی همسر و نادیده و ناچیز انگاشتن تأثیر رفتارهای مثبت او می شوند.

همچنین، گراهام (۲۰۰۶) در پژوهشی به منظور بررسی نقش اسنادهای زناشویی در رابطه بین وقایع استرسزای زندگی و کیفیت زناشویی که بر روی ۶۰ زوج انجام گرفت، نشان داد که کیفیت زناشویی زوجینی که اسنادهای غنی ساز رابطه درباره رفتار منفی همسرشان دارند، نسبت به زوجین دارای اسنادهای نگهدارنده آشفستگی، کمتر به طور منفی به وسیله عوامل فشارزای زندگی تحت تأثیر قرار می گیرد و پیشنهاد می کند که چنانچه زوجین از اسنادهای زناشویی سازگارانهای استفاده نمایند تجارب فشارزای زندگی نه تنها بر کیفیت زناشویی اثر منفی ندارند بلکه ممکن است فرصتی برای قدرت بخشیدن به رابطه زناشویی ایشان نیز فراهم آورد. تحقیقات طولی نیز نشان می دهند که ماهیت اسنادهای همسران برای وقایع خاص، ثبات و یا تغییر در رضایت زناشویی کلی آنها را در طول زمان تعیین می کند (کارنی و برادبوری، ۲۰۰۰).

از طرف دیگر با وجودی که ماهیت این اسنادها به گونه ای است که پس از ایجاد، احتمال تغییر اندکی دارند و افراد به طور خودکار گرایش به نادیده گرفتن اطلاعات نقض کننده این اسنادها و توجه انتخابی بیشتر به رفتارهای تأیید کننده اسنادها پیدا می کنند (گاتمن<sup>۴</sup>، ۱۹۹۳)؛ ولی مطالعات نشان می دهد که می توان با استفاده از برنامه های بازآموزی اسنادی روش های اصلاح اصلاح اسنادهای نامطلوب و جایگزینی اسنادهای مطلوب تر را آموزش داد. بازآموزی اسنادی در واقع روشی برای تغییر ادراک زوجین درمانده درباره ی علل رویدادهای زناشویی (رضاخو، ۱۳۸۲) و تغییر الگوهای اسنادی ناسازگارانه به الگوهای سازگارانه تراست (هیلت، ۲۰۰۴).

باکوم و اپستین<sup>۵</sup> (۱۹۹۰) با استفاده از راهبردهای شناختی، مداخله ای را طراحی نموده اند که به زوجین یاری می دهد تا ضمن بررسی اعتبار و فواید اسنادهای فعلی خود، عوامل متعددی را که می توان به مشکلات نسبت داد، بشناسند و با کاهش تحریفات شناختی و اسنادهای منفی، مسؤولیت مشکلات را به خارج از رابطه زوجی انتقال دهند. این مداخلات بطور کلی شامل آموزش های روانشناختی اسناددهی است که بر توجه فرد به وقایع و علل آنها متمرکز گشته، به افراد آموزش می دهد تا

---

1. Holtzworth-Munroe  
2. relationship-enhancing  
3. distress-maintaining  
4. Gottman  
5. Baucom & Epstein

توجهشان را به علل احتمالی خوش بینانه‌تری معطوف نموده، اسنادهای سازگارانه‌تری را در نظر بگیرند (هیلت، ۲۰۰۴). نرخ روزافزون طلاق و افزایش مراجعات زوجین ناسازگار به مراکز مشاوره خانواده، ضرورت تنظیم مداخلات زوج‌درمانی مؤثر برای این گروه را خاطر نشان می‌سازد؛ بنابراین در پژوهش حاضر با در نظر گرفتن قدرت اسنادهای ارتباطی درپیش‌بینی قوی موقعیت زناشویی زنان کشورمان (خجسته مهر و همکاران؛ ۱۳۸۹) و نیز محدودیت پژوهش‌های داخلی انجام گرفته در زمینه اثربخشی مداخلات بازآموزی اسنادی در زوجین متقاضی طلاق، به بررسی میزان اثربخشی این قبیل مداخلات در کاهش فرسودگی زوجین و میل به طلاق در ایشان می‌پردازد.

بر این اساس فرضیه‌های پژوهش حاضر عبارتند از:

۱ - مداخلات بازآموزی اسنادی بر کاهش فرسودگی زناشویی مؤثر است.

۲ - مداخلات بازآموزی اسنادی در کاهش احتمال وقوع طلاق مؤثر است.

## روش

در پژوهش حاضر که به شیوه نیمه تجربی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون و گروه گواه انجام پذیرفته است، تأثیر بازآموزی اسنادی به عنوان متغیر مستقل بر میزان میل به طلاق و فرسودگی زناشویی زوجین به عنوان متغیرهای وابسته مورد بررسی قرار گرفته است. جامعه آماری شامل کلیه زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره مداخله در بحران بهزیستی، شورای حل اختلاف و مراکز مشاوره خانواده در شهرستان فلاورجان در ۶ ماه دوم سال ۱۳۸۹ می‌باشد. ابتدا به روش نمونه‌گیری هدفمند تعداد ۲۰ زوج که علت اصلی مراجعه خود را عدم تفاهم، ناسازگاری، تعارضات بین فردی و عدم تمایل به ادامه زندگی مشترک اعلام نموده بودند، مشخص شدند، سپس به شیوه گمارش تصادفی (از طریق قرعه‌کشی) در ۲ گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند.

## ابزارهای اندازه‌گیری

**شاخص بی‌ثباتی ازدواج<sup>۱</sup> (MI):** این پرسشنامه که به‌طور کلی برای اندازه‌گیری عدم ثبات زناشویی و خصوصاً مستعد طلاق بودن تدوین شده، در سال ۱۹۸۰ توسط ادواردز، جانسون و بوث<sup>۲</sup> ساخته شد (ثنایی ذاکر، ۱۳۷۹). این شاخص دارای

1. Marital instability index

2. Edwards, Johnson & Booth

اثر بخشی بازآموزی اسنادی به شیوه گروهی در کاهش فرسودگی زناشویی ... /شریفی، مرضیه و همکاران

دو بخش می باشد و از مجموع نمرات دو بخش یک نمره کل به دست می آید که نشان دهنده احتمال وقوع طلاق است؛ نمره کل دو به پایین به معنای این است که احتمال وقوع طلاق در زوج ها ۲۲ درصد است و نمره کل ۱۰ به بالا به معنای احتمال وقوع طلاق ۴۳ درصد است. بنابراین نمره بالا در این مقیاس نشان می دهد که احتمال وقوع طلاق در زوج ها بالاست و نمره پایین نشان می دهد که احتمال وقوع طلاق در زوج ها پایین است (جعفری، ثنایی ذاکر، پاشاشریفی و کرمی، ۱۳۸۹). شاخص بی ثباتی ازدواج با ضریب آلفای ۰/۹۳ از یک همسانی درونی عالی برخوردار است و همچنین با مقیاس های مربوط به مشکلات و اختلافات زناشویی همبستگی مثبت و با مقیاس های مربوط به تعامل و خرسندی زناشویی همبستگی منفی دارد (علیمردانی، فاتحی زاده، جلالی و باغبان، ۱۳۸۹).

**پرسشنامه فرسودگی زناشویی (CBM).** توسط پاینز (۱۹۹۶) ساخته شده، شامل ۲۱ واژه ی بیانگر نشانگان فرسودگی و دارای سه مؤلفه ی جسمی، روانی و عاطفی می باشد. ضریب اطمینان آزمون- بازآزمون ۰/۸۹ برای یک دوره یک ماهه، ۰/۷۶ برای دوره دو ماهه و ۰/۶۶ برای دوره چهار ماهه بوده است. تداوم درونی برای اغلب آزمودنی ها با ضریب ثابت آلفا بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ به دست آمده است (پاینز، ۱۹۹۸؛ به نقل از ادیب راد وادیب راد، ۱۳۸۴). در ایران نیز نویدی (۱۳۸۴) آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در مورد ۲۴۰ نمونه، ۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم، ۰/۸۶ به دست آورده است.

### شیوه اجرا

پس از گمارش تصادفی زوجین در دو گروه کنترل و آزمایش، پرسشنامه های فرسودگی زناشویی و بی ثباتی ازدواج در هر دو گروه اجرا گردید و سپس ۸ جلسه گروه درمانی بر مبنای بازآموزی اسنادی در گروه آزمایش اجرا و سپس مجدداً پرسشنامه های مذکور در هر دو گروه به منظور به دست آوردن نمرات پس آزمون اجرا گردید. لازم به ذکر است که پس از پایان پژوهش، جلسات بازآموزی اسنادی برای زوجین گروه گواه نیز تشکیل گردید.

محتوای جلسات که با تلفیق روش های شناختی- رفتاری و بازآموزی اسنادی تنظیم گردیده، بطور خلاصه شامل موارد زیر است:

- آموزش روانشناختی نظریه شناختی (تحریفات شناختی، افکار خودآیند منفی، چرخه فکر- رفتار- احساس)،
- آموزش روانشناختی ابعاد الگوهای اسنادی،
- تهیه فهرستی از بهترین و بدترین وقایع روزانه در طی چهار هفته گذشته توسط زوجین،
- مشخص کردن علت اولیه ای که به هر واقعه نسبت داده اند،
- درجه بندی نمودن هر علت بر روی ابعاد اسنادی (علت، ثبات، عمومیت، عمدی بودن، استحقاق سرزنش).

- گرفتن بازخورد از سایر اعضای گروه و بارش مغزی برای انتخاب علت‌های احتمالی جایگزین و درجه‌بندی مجدد این علت‌های اصلاح شده بر روی ابعاد اسنادی،
- مشخص کردن ۲ یا ۳ مشکل مهم زناشویی اخیر و درجه بندی میزانی که همسرشان را برای این مشکلات مستحق سرزنش می‌دانند،
- بحث و گفتگوی گروهی، جمع آوری شواهدی از منابع مختلف و انجام آزمایش‌های رفتاری به منظور بررسی اعتبار اسنادهای فعلی و یافتن اسنادهای احتمالی جایگزین برای موقعیت‌های مذکور،
- بررسی تأثیرات مثبت اسنادهای جدید در تعاملات زناشویی با انجام آزمایش‌های رفتاری.

#### یافته‌ها

در جدول ۱ یافته‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد مراحل پیش آزمون و پس آزمون برای متغیر بی‌ثباتی ازدواج و فرسودگی زناشویی در هر دو گروه آورده شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمره‌های بی‌ثباتی ازدواج و فرسودگی زناشویی در گروه‌های آزمایشی و کنترل، در مراحل پیش آزمون و پس آزمون

مرحله	گروه	شاخص آماری	بی‌ثباتی ازدواج	فرسودگی زناشویی
پیش آزمون	آزمایش	میانگین	۱۳/۷۰	۱۳۵/۱۰
		انحراف معیار	۱/۷۰	۶/۰۲۶
	کنترل	میانگین	۱۲/۰۰	۱۳۸/۷۰
		انحراف معیار	۲/۴۴	۴/۷۳
پس آزمون	آزمایش	میانگین	۸/۷۰	۱۱۷/۴۰
		انحراف معیار	۱/۷۶	۱۳/۴۰
	کنترل	میانگین	۱۲/۵۰	۱۳۹/۴۰
		انحراف معیار	۲/۵۰	۵/۰۸

نتایج توصیفی (میانگین‌ها) در جدول ۱ نشان می‌دهد که در هر دو متغیر، میانگین نمره‌های پس آزمون نسبت به پیش آزمون در گروه آزمایش کاهش یافته است اما در گروه کنترل تغییر محسوسی نکرده است.



اثر بخشی بازآموزی اسنادی به شیوه گروهی در کاهش فرسودگی زناشویی ... /شریفی، مرضیه و همکاران

جدول ۲. نتایج کلی تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) در دو گروه آزمایش و گواه از لحاظ نمرات تفاضل پیش آزمون - پس آزمون متغیرهای تحقیق

نوع آزمون	ارزش	f	df فرضیه	df خطا	سطح معنی داری
اثر پیلایی <sup>۱</sup>	۰/۹۱۳	۸۸/۹۲	۲	۱۷	<۰/۰۰۱
لامبدای ویلکز <sup>۲</sup>	۰/۰۸۷	۸۸/۹۲	۲	۱۷	<۰/۰۰۱
اثر هتلینگ <sup>۳</sup>	۲/۰۹۱	۸۸/۹۲	۲	۱۷	<۰/۰۰۱
بزرگترین ریشه روی <sup>۴</sup>	۲/۰۹۱	۸۸/۹۲	۲	۱۷	<۰/۰۰۱

همان طور که در جدول ۲ نشان داده شده است، آزمون‌های چهارگانه تحلیل واریانس چندمتغیری مربوط به تفاضل دو متغیر تحقیق از لحاظ آماری معنی دار می‌باشند و بیانگر آن هستند که دو گروه آزمایش و گواه حداقل در یکی از دو متغیر مورد مقایسه دارای تفاوت معنی دار می‌باشند.

به منظور مقایسه‌ی گروه‌ها از لحاظ تک‌تک نمره‌های تفاضل از تحلیل واریانس تک متغیری استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج تفکیکی تحلیل واریانس مربوط به نمره‌ی تفاضل متغیرهای تحقیق در دو گروه آزمایش و گواه

شاخص‌های آماری منبع	متغیرهای تحقیق	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
بی ثباتی ازدواج	۱۵۱/۲۱	۱	۱۵۱/۲۱	۱۸۷/۷۵	<۰/۰۰۱	
فرسودگی زناشویی	۱۶۹۲/۸۰	۱	۱۶۹۲/۸۰	۳۱/۰۸	<۰/۰۰۱	

یافته‌های جدول ۳ نشان می‌دهند که دو گروه آزمایش و گواه از لحاظ نمره‌های تفاضل بی‌ثباتی ازدواج و فرسودگی زناشویی دارای تفاوت معنی دار می‌باشند. به عبارت دیگر مداخله‌ی آزمایشی موجب کاهش بی‌ثباتی ازدواج و فرسودگی زناشویی در گروه آزمایش شده است.

1. Pillai's Trace
2. Wilks' Lambda
3. Hotelling's Trace
4. Roy's Largest Root

## بحث و نتیجه گیری

براساس نتایج حاضر، هردو فرضیه پژوهش مبنی بر اثربخشی مداخلات بازآموزی اسنادی در کاهش احتمال وقوع طلاق و فرسودگی زناشویی در زوجین متعارض، تأیید می‌گردد. این نتایج با مطالعات باکوم و اپستین (۱۹۹۰) و هیل (۲۰۰۴)، همچنین پژوهش رضاخو (۱۳۸۲) و علیبازی (۱۳۸۵) در مورد تأثیر بازآموزی اسنادی بر سبکهای اسنادی و افزایش رضایت زناشویی، همسو می‌باشد. پاینز (۱۹۹۶) نیز معتقد است که آموزش زوجین برای انتقال تمرکز از اسنادهای غیرموقعیتی به اسنادهای موقعیتی می‌تواند در درمان فرسودگی زناشویی مؤثر باشد.

مطالعات کایزر (۱۹۹۶) نشان می‌دهد که زوجین سرخورده بر خلاف اوایل رابطه که مشکلات را به خود یا عوامل محیطی نسبت می‌دادند، تمایل به سرزنش همسر برای اکثر مشکلات داشته و استفاده از یک رویکرد درمانی شناختی برای روشن‌تر نمودن فرایندهای اسنادی زوجین می‌تواند در برگرداندن تمرکز آنها از سرزنش همسر به سمت عوامل احتمالی دیگر مانند شرایط محیطی و موقعیتی و مدنظر قراردادن عوامل چندگانه‌ای که به یک مشکل قابل استناد هستند، نقش بسزایی داشته باشد. پژوهش تریملی، رایت، مامودهاسن، مک دوف و کوت<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) نشان می‌دهد زوجینی که همسرانشان را سرزنش می‌کنند و مسئولیت مشکلات را مستقیماً بر عهده نمی‌گیرند احتمال کمی دارد که قادر به ترمیم رابطه و بازگرداندن علاقه‌شان به یکدیگر باشند چرا که در چنین حالتی علاوه بر فقدان تمرکز بر راه‌حل‌های موجود، احتمال سرزنش‌گری متقابل همسر و تشدید تعارضات نیز وجود دارد. لذا بر ضرورت اصلاح اسنادهایی که به رویدادهای زناشویی نسبت داده می‌شود و خصوصاً بر خروج از حالت سرزنشگری میان زوجین در فرایند زوج درمانی تأکید می‌شود.

مطالعات در زمینه زوج درمانی نیز حاکی از آن است، مادامی که تمرکز زوج بر ویژه‌گی‌های منفی همسر ادامه دارد تغییر احساسات نسبت به همسر بسیار مشکل خواهد بود و حتی اگر افراد متعهد به تغییر رفتار شوند و در واقعیت نیز تغییراتی قابل مشاهده باشد این تغییرات ممکن است برای غلبه بر تأثیرات مخرب "اسناد منفی" به همسر کافی نباشد. چرا که در چنین حالتی فرد ویژه‌گی‌های منفی را بخشی از شخصیت همسر و احتمالاً تغییرناپذیر می‌داند و تغییرات مثبت پیش آمده را به عوامل زودگذر و بیرونی نسبت خواهد داد. بنابراین مداخلات بازآموزی اسنادی در کمک به زوجین برای اصلاح خطاهای ادراکی و تغییر اسنادهایشان و در نهایت انتقال مسئولیت مشکلات به خارج از رابطه زوجی مؤثر می‌باشند (هیل، ۲۰۰۴).

1. Tremblay, Wright, Mamodhousen, McDuff & Cote

اثر بخشی بازآموزی اسنادی به شیوه گروهی در کاهش فرسودگی زناشویی ... / شریفی، مرضیه و همکاران

مؤثر بودن بازآموزی اسنادی در روابط زوجین را می‌توان از چشم انداز ارزیابی های کلی و خاص زوجین از یکدیگر نیز تبیین نمود؛ چنانچه تحقیقات نشان می‌دهد، حتی زوجین شاد هم در زندگی وقایع منفی زیاد و یا جنبه هایی از روابط زوجی که کمتر مثبت باشد را تجربه می‌کنند ولی پیامدهای وقایع تا حدود زیادی به اینکه چگونه زوج این تجارب خاص را با ارزیابی های کلی شان از رابطه ادغام می‌کنند بستگی دارد؛ به میزانی که آنها می‌توانند ارزیابی های مثبت کلی خود را از استنباط های منفی مربوط به تجارب خاص جدا نگه دارند. این ارزیابی های کلی در طول زمان ماندگارتر می‌شوند؛ در مقابل هر اندازه که ارزیابی های کلی به این قبیل تجارب خاص متصل بشوند آسیب پذیر شده و رو به زوال می‌گذارند.

به طور کلی مدل های موجود پیشنهاد می‌کنند که اسنادها به طور مستقیم با قضاوت زوجین درباره کیفیت زناشویی شان ارتباط دارند. در واقع گرایش به ساختن اسنادهای سازگارانه یا اسنادهایی که باعث می‌شوند با توجه به ارزیابی کلی مثبت از همسر رفتارهای منفی او بخشیده شوند، می‌تواند کیفیت و رضایت کلی از رابطه ی زناشویی را در موقعیتهایی که جنبه های خاصی از رابطه دچار نوسان می‌گردد حفظ نماید. بنابراین، اسنادها می‌توانند به مثابه یک سپر شناختی باعث تعدیل نمودن تغییرات ادراک شده، بین دو نوع استنباط کلی و خاص از رفتار همسر، کیفیت رابطه را ثابت نگه دارند (مک نولتی و کارنی، ۲۰۰۱).

اثرگذاری مداخلات بازآموزی اسنادی بر کاهش فرسودگی و میل به طلاق در زوجین ناسازگار، فرصت های مناسبی در اختیار مشاوران خانواده و زوج درمانگران قرار می‌دهد تا زوجین را از این حقیقت آگاه نموده که چگونه باورها، انتظارات، برداشت ها و اسنادهای مخرب و غیرمنطقی، روابط زناشویی ایشان را (خصوصاً در اولین سال زندگی مشترک) تحت الشعاع قرار می‌دهند. همچنین بتوانند با آموزش روش های بازسازی و اصلاح اسنادهای زناشویی به زوجین سرخورده در جهت کاهش وقوع طلاق های زودهنگام در جامعه گام مؤثری بردارند.

با توجه به فرهنگ خاص کشور ما و گزارش های تجارب بالینی که نشان می‌دهند بیشترین موضوع مشاجرات زن و شوهران ایرانی را کم و کیف رابطه آنان با خویشاوندان یا خانواده اصلی آنها تشکیل می‌دهد (ثنایی، ۱۳۷۸)؛ یکی از محدودیت های پژوهش حاضر نیز تداخل آسیب های وارده بر روابط زوجین بر اثر اسنادهای ناسازگارانه اعضای خانواده اصلی می‌باشد که منجر به بروز مشاجرات، تعارضات مداوم و نهایتاً فرسودگی زودهنگام زوجین می‌گردد. لذا پیشنهاد می‌شود که اثربخشی بازآموزی اسنادی به صورت جلسات خانوادگی و همراه با خانواده اصلی زوجین نیز مورد بررسی قرار گیرد چرا که به نظر می‌رسد این قبیل مداخلات تا حد زیادی می‌تواند از بروز سوء برداشت ها و تعارضات احتمالی بین اعضای خانواده ها که به روابط زوجین نیز رسوخ می‌کند جلوگیری نماید.

همچنین با توجه به اهمیت و نقش الگوهای اسنادی در کیفیت زندگی زناشویی و ضرورت بازسازی الگوهای اسنادی زوجین، بازآموزی اسنادی علاوه بر کاربرد در مداخلات زوج درمانی در زوجین ناسازگار می‌تواند در مشاوره های پیش از ازدواج به

منظور آگاه نمودن افراد از الگوهای اسنادی خودشان و تأثیرات هر الگوی اسنادی بر کیفیت رابطه زناشویی نیز مورد استفاده قرار گیرد. افراد در این مرحله می‌توانند با اصلاح اسنادهای ناسازگارانه شان پیش از ورود به زندگی مشترک و تجربه سرخوردگی زودهنگام، خود را از آسیب‌های احتمالی در این حیطه مصون نگه دارند.

### منابع

ادیب‌راد، نسترن و ادیب‌راد، مجتبی. (۱۳۸۴). بررسی رابطه باورهای ارتباطی با دلزدگی زناشویی و مقایسه آن در زنان متقاضی طلاق و زنان خواهان ادامه زندگی مشترک. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۴ (۱۳)، ۹۹-۱۱۰.

برنشتاین، فیلیپ و برنشتاین، ماریسی. (۱۳۸۲). زناشویی درمانی: شناخت و درمان اختلاف‌های زناشویی (ترجمه حمیدرضا سهرابی). تهران: رسا.

پایگاه اطلاع‌رسانی سلامت ایران. (۱۳۸۹). نشانی دسترسی: [www.salamatiran.com/NSite/Information/Information](http://www.salamatiran.com/NSite/Information/Information)  
ثنایی‌ذاکر، باقر. (۱۳۷۹). مقیاس‌های خانواده و ازدواج. تهران: بعثت.

ثنایی‌ذاکر، باقر. (۱۳۷۸). نقش خانواده‌های اصلی در ازدواج فرزندان. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۲، ۴۶-۲۱.

جعفری، اصغر؛ ثنایی‌ذاکر، باقر؛ پاشاشریفی، حسن و کرمی، ابوالفضل. (۱۳۸۹). مقایسه اثربخشی رویکردهای ارتباطی ستیر و تجربی ویته‌کر در کاهش احتمال وقوع طلاق در زوج‌های متعارض در آستانه طلاق. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۹ (۳۴)، ۴۷-۲۵.  
خجسته مهر، رضا؛ غفاری، نسرين و کرایي. امین. (۱۳۸۹). اسنادهای ارتباطی به عنوان پیش‌بین قوی موقعیت زناشویی زنان. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۹ (۳۴)، ۱۰۷-۱۲۳.

رضاخو، علی اکبر. (۱۳۸۲). نقش بازآموزی اسنادی بر سبک اسنادی و افزایش رضایتمندی زناشویی در زوجین ناسازگار. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

علی‌بازی، هوشنگ. (۱۳۸۵). رابطه سبک‌های اسنادی با رضایت زناشویی در دبیران زن و مرد فرهنگی متأهل شهر یاسوج در سال ۱۳۸۵. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. دانشگاه شهید چمران اهواز.

علی‌مردانی، صدیقه؛ فاتحی‌زاده، مریم‌السادات؛ جلالی، محمود و باغبان، ایران. (۱۳۸۹). مقایسه فرایند داوری خانوادگی و مشاوره در کاهش میل به طلاق زوج‌های متقاضی طلاق شهر اصفهان. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۹ (۳۳)، ۸۷-۱۰۶.

نویدی، فاطمه. (۱۳۸۴). بررسی و مقایسه رابطه دلزدگی زناشویی با عوامل جو سازمانی در کارکنان ادارات آموزش و پرورش و پرستاران بیمارستانهای شهر تهران در سال ۱۳۸۴. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. دانشگاه شهید بهشتی تهران.

Baucum, D. H. & Epstein, N. (1990). *Cognitive- Behavioral marital therapy*. New York: Bruuner/Mazel.

Beck, J. (1995). *Cognitive Therapy: Basics and Beyond*. New York: Guilford Press.

Berger, C, R., & Roloff, M. E.(1982).Thinking about friends and lovers; social cognition and relational trajectories. In

- M. Roloff & C. Berger {Eds}, *Social cognition and communication*, 151-191. Beverly HILLS, CA: Sage.
- Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1990). Attributions in marriage: Review and Critique. *Psychological Bulletin*, 107, 3-33.
- Cherlin, A. J. (1992). *Marriage, divorce, remarriage*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Fincham, F. D., Bradbury, T. N. (1987). The impact of attributions in marriage: A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (3), 510-517.
- Fincham, F. D., Bradbury, T. N. & Scott, C. K. (1990). Cognition in marriage. (In F. D. Fincham and T.N. Bradbury (Eds.), *The psychology of marriage*, 118.149. New York: Guilford Press.
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (1988). Attribution processes in distressed and non distressed couples: Real versus hypothetical events. *Cognitive Therapy and Research*, 12, 505-514.
- Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1992). Assessing attributions in marriage: The relationship attribution measure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 457- 468.
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Bradbury, T. N. (1989). Marital distress, depression, and attributions: Is the marital distress-attribution association an artifact of depression? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 768-771.
- Fincham, F. D., Bradbury, T. N., Arias, I., Byrne, C. A., & Karney, B. R. (1997). Marital violence, marital distress, and attributions. *Journal of Family Psychology*, 11, 367-372.
- Fincham, F. D., Harold, G. T., & Gano- Phillips, S. (2000). The longitudinal association between attributions and marital satisfaction: Direction of effects and role of efficacy expectations. *Journal of Family Psychology*, 14, 267-285.
- Gottman, J. M. (1993). A Theory of Marital Dissolution and Stability. *Journal of Family Psychology*, 7 (1), 57-75.
- Graham, J. M., & Conoley, C. W. (2006). The role of marital attributions in the relationship between life stressors and marital quality. *Personal Relationship*, 13, 231-241.
- Hilt, L. M. (2004). Attribution retraining for therapeutic change: theory, practice, and future directions. *Imagination, Cognition and Personality*, 23, 289-307.
- Holtzworth-Munroe, A. & Jacobson, N. S. (1985). Causal attributions of married couples: When do they search for causes? What do they conclude when they do? *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1398-1412.
- Jacobson, N. S., Follette, W. C., & McDonald, D. W. (1982). Reactivity to positive and negative behavior in distressed and non distressed married couples. *Journal of consulting and clinical Psychology*, 50, 706-714.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2000). Attributions in marriage: State or trait? A growth curve analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 295-309.
- Karney, B. R., Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Sullivan, K. T. (1994). The role of negative affectivity in the association between attributions and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 413-424
- Kayser, K. (1993). *When love dies: the process of marital disaffection*. New York: The Guilford press.
- Kayser, K. (1996). The marital disaffection scale: An inventory for assessing motional estrangement in marriage. *The American Journal of Family Therapy*, 24 (1), 68-80.
- Kayzer, K. (1990). The Process of Marital Dissatisfaction: Interventions at Various Stages. *Journal of Family Relations*, 39, 257-265.
- McNulty, J. K., & Karney, B. R. (1998). Maintenance of marital satisfaction: Distinguishing between global and specific evaluations. *Paper presented at the Society for Southeastern Social Psychologists*, Athens, GA.
- McNulty, J. K., & Karney, B. R. (2001). Attributions in marriage: Integrating specific and global evaluations of a relationship. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 943-955.
- Pines, A. M. (1996). *Couple burnout: Causes and Cures*. London Routledge.
- Vaughan, D. (1986). *Uncoupling*. New York: Oxford University press.
- Waller, W. (1938). *The family: a dynamic interpretation*. New York: Cordon.
- Wallach, H & Sela, T. (2008). The importance of male batters attributions in understanding and preventing domestic violence. *Journal of Family Violence*, 23, 655-660.

- Stander, V. A., Hsiung, P., & McDermid, S. (2009). The relationship of attribution to marital distress: A comparison of mainland Chinese and U.S couples. *Journal of Family Psychology*, 15 (1), 124-134.
- Tremblay, N., Wright, J., Mamodhousen, S., McDuff, P., & Cote, G. (2008). Correlates of attributions of causality and responsibility for couples in consultation for marital therapy. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 40 (3), 162-170.