

Social Problem Solving on the Adaptability and Marital Satisfaction in Couples Incompatible**

Mohammad Bakhshi Mashhadloo¹, *Tavakol Mousazadeh², Mohammad Narimani³

Author Address

1. PhD candidate in general psychology, Department of Psychology, Ardabil Branch, Islamic Azad University, Ardabil, Iran;

2. PhD in Psychology, Department of Psychology, Ardabil Branch, Islamic Azad University, Ardabil, Iran;

3. PhD in Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

*Corresponding Author Address: Department of Psychology, Islamic Azad University, Ardabil, Iran.

Email: tavakol.mousazadeh@gmail.com

Received: 2018 August 27; Accepted: 2018 November 10

Abstract

Background & Objective: Family is the basis of the great human community and has a fundamental role in the strength of social relations and growth of every member of the community. Levi considers the family as a social unit on which marriage is formed. One of the most critical factors that affects the survival and growth of the family is healthy relationships based on couples' consistency and understanding. Marital adjustment is one of the most critical factors affecting the family and family life is formed by the interactions of everyday life of a husband and wife. Of course, what is essential in marriage is marital satisfaction; therefore, the study of factors affecting marital satisfaction is significant. The purpose of this research is a comparison of the effectiveness of social problem-solving skills training method for increasing the level of adaptability and marital satisfaction in incompatible couples.

Methods: This research was a semi-experimental study using a pretest-posttest design with a control group. The statistical population of the study consisted of 12 couples referring to counseling centers in Ardabil under the supervision of the psychological system during the years 2017-2018 for solving marital conflicts and problems. Qualified couples randomly assigned to two social test problem-solving groups (6 couples) and a control group (6 couples). The first group received social problem solving, and the second group did not receive any training. Two questionnaires were used to collect data. Compliance and Family Connectivity Scales that the of the present scales were reported 0.74 reliability for the dimension of integration by Cronbach's Alpha and 0.75 reliability for the compliance dimension by Mazaheri and other colleagues. And Enrique's Marriage Consultation Standard Questionnaire that the internal correlation of this test has been reported 0.93 for the long form, and 0.95 for the short way by Soleimani and also Ellson et al. have reported that Cronbach's alpha coefficient for this questionnaire was 0.92 and its reliability based on the internal consistency method, Cronbach's alpha is 0.85. The statistical method used in this study was the descriptive and inferential and multivariate analysis of variance (MANOVA) used to analyze the hypotheses, and also data were analyzed using SPSS software.

Results: According to the results of the Kolmogorov-Smirnov test (K-S), the significance level for research variables is larger than the error value of 0.05. (Adaptability (0.086) and marital satisfaction (0.201)). So these variables have a normal distribution. The results of multivariate analysis of variance analysis in maladaptive couples showed that the amount of Lambda-Wikis is 0.043, which is significant ($p < 0.001$) - according to the results of multivariate analysis of variance, adaptability and about the value of $F = 7.3$, also considering that the significance level of the test error for the confidence level 0.99 is less than 0.001. Therefore, it can be said that the teaching of the social problem-solving method increases the adaptability of incompatible couples. According to the results of multivariate analysis of variance analysis, marital satisfaction, and about $F = 26.67$ and also considering that the significance level of the test error for the confidence level 0.99 is less than 0.001. So, it can be said that teaching social problem-solving method increases marital satisfaction in maladaptive couples. Finally, the results showed that there is a significant difference between the two groups of social problem-solving intervention and the control group in the difference between the pre-test and post-test scores of adaptability and marital satisfaction ($p < 0.001$). So the results indicated that social problem solving as a cognitive strategy could be effective in the emergence of couples' emotional responses thus, teaching social problem-solving skills could have a positive effect on the degree of adaptation and marital satisfaction of maladaptive couples.

Conclusion: The results clearly showed that social problem-solving skills training caused couples to become more intimate, and this educational intervention program has been effective in improving marital intimacy. In the final explanation of the results, it can be concluded that the social problem-solving skill method has a significant effect on increasing the level of adaptability and marital satisfaction in maladaptive couples.

Keywords: Socialproblemsolving, Adaptability, Maritalsatisfaction, Couples Incompatible.

** This article is based on the doctoral thesis of General Psychology of Department of Psychology, Ardabil Branch, Islamic Azad University.

بررسی اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی بر افزایش میزان انطباق پذیری و رضایت زناشویی در زوجین ناسازگار**

محمد بخشی مشهدلو^۱، *توکل موسی زاده^۲، محمد نریمانی^۳

توضیحات نویسندگان

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران؛

۲. دکترای تخصصی روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران؛

۳. دکترای تخصصی روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

*آدرس نویسنده مسئول: اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، گروه روانشناسی.

*رایانامه: tavakol.mousazadeh@gmail.com

تاریخ دریافت: ۵ شهریور ۱۳۹۷؛ تاریخ پذیرش: ۱۹ آبان ۱۳۹۷

چکیده

هدف: خانواده اساسی ترین و در عین حال بادوام ترین واحد عاطفی-اجتماعی است که در تمامی مراحل رشد فرد نقش مهمی ایفا می کند. در این بین مفهوم سازگاری زناشویی جایگاه برجسته ای را در مطالعه ارتباطات خانوادگی و زناشویی به خود اختصاص داده است. هدف از اجرای این پژوهش، بررسی اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی بر افزایش انطباق پذیری و رضایت زناشویی در زوجین ناسازگار بود.

روش بررسی: جامعه آماری پژوهش شامل ۱۲ زوجی بود که جهت حل مشکلات و تعارضات زناشویی به مراکز مشاوره شهر اردبیل تحت نظارت نظام روانشناسی در سال ۹۶-۹۷ مراجعه کرده بودند. زوجین واجد شرایط به روش تصادفی در دو گروه آزمایش مهارت حل مسئله اجتماعی (۶ زوج) و گروه گواه (۶ زوج) جای دهی شدند. در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره (مانوا) و نرم افزار SPSS-22 استفاده شد.

یافته ها: نتایج نشان داد که بین دو گروه مداخله حل مسئله اجتماعی و گروه گواه در تفاضل نمره های پیش آزمون- پس آزمون، انطباق پذیری و رضایت زناشویی تفاوت معناداری وجود دارد ($p < 0.001$). همچنین آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی در افزایش میزان انطباق پذیری و رضایت زناشویی زوجین ناسازگار مؤثر بود.

نتیجه گیری: نتایج این مطالعه روشن نمود که روش مهارت حل مسئله اجتماعی بر روی افزایش میزان انطباق پذیری و رضایت زناشویی در زوجین ناسازگار تأثیر مثبتی دارد و این برنامه مداخله آموزشی در بهبود و افزایش صمیمیت زناشویی مؤثر است.

کلیدواژه ها: مهارت حل مسئله اجتماعی، انطباق پذیری، رضایت زناشویی، زوجین ناسازگار.

**این مقاله، برگرفته از رساله دکتری تخصصی روانشناسی عمومی محمد بخشی مشهدلو از گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی می باشد.

خانواده سنگ بنای جامعه بزرگ بشری به شمار می‌رود که در پایداری روابط اجتماعی و رشد هریک از اعضای آن، دارای نقشی اساسی است. از نظر «لوی» خانواده واحدی اجتماعی است که اساس شکل‌گیری آن ازدواج می‌باشد (به نقل از ۱). آنچه در ازدواج مهم است، رضایت زناشویی و وضعیتی است که در آن، زن و شوهر در بیشتر مواقع احساسی ناشی از خوشبختی و رضایت از همدیگر در تعاملات میان‌فردی دارند (۲). در تعریفی که از رضایت زناشویی شده پنج عنصر و ویژگی مهم برای آن بر شمرده گردیده که عبارتند از: الف) توافق زوجین در مسائلی که احتمال دارد باعث شکل‌گیری مشکلات حادی گردد؛ ب) علایق و فعالیت‌های مشترک؛ ج) بیان مداوم احساس عشق و علاقه و وجود اعتماد دوجانبه بین زوجین؛ د) وجود میزان کمتری از گلايه‌مندی و شاکی‌بودن در بین زن و شوهر و ه) شکایت و ناراحتی اندک راجع به احساس بدبخت‌بودن، تنها و منزوی‌بودن، رنجیده‌خاطر بودن (۳). از این‌رو یکی از مؤلفه‌های مهمی که بر میزان پایداری، بقا و رشد خانواده تأثیرگذار است، وجود روابط دوجانبه سالم بین زوجین و مبتنی بر سازگاری، انطباق‌پذیری و تفاهم است. سازگاری زناشویی از عوامل بسیار مؤثر و اثربخش بر خانواده است و زندگی خانوادگی در جریان تعاملات دوجانبه و روزمره زوجین شکل می‌پذیرد و همین تعاملات به‌عنوان عامل اصلی معنادارنده به زندگی خانوادگی محسوب می‌شود و حدود انتظارات اعضای خانواده را از همدیگر معین می‌کند (۴). سازگاری زناشویی بر بسیاری از ابعاد زندگی فردی و اجتماعی زوجین از جمله سلامت روانی تأثیر به‌سزایی دارد (۵). شتاب سرسام‌آور تحولات و پیشرفت‌های اخیر شبکه گسترده و پیچیده ارتباطات انسانی و تغییرات سریع اجتماعی و فرهنگی مشکلات عدیده‌ای را بر سر سازش و سازگاری زوجین و دیگر افراد خانواده ایجاد کرده است. آمار بالای اختلافات خانوادگی و طلاق در دهه اخیر بیانگر وجود عدم انطباق‌پذیری و نارضایتی زناشویی در میان زوجین است (۶). همچنین ارزیابی و مقایسه کارکرد خانواده میان زوج‌های راضی از زندگی زناشویی و زوج‌های ناراضی از زندگی و در حال طلاق نشان می‌دهد که آشنایی نداشتن هر یک از زوجین با مهارت‌های روان‌شناختی و پذیرش نقش‌های خانوادگی در سوق‌دادن زوج‌ها به ناسازگاری و طلاق نقش چشمگیری دارند (۷).

یافته‌های یک پژوهش انجام‌شده حاکی از آن است که عوامل متعددی بر انطباق‌پذیری و رضایت زناشویی تأثیر می‌گذارد، از جمله عوامل تأثیرگذار مهارت حل مسئله است. حل مسئله اجتماعی^۱، به‌عنوان فرایند شناختی-رفتاری معطوف به خود تلقی می‌گردد که شخص در آن تلاش می‌کند برای موقعیت‌های مشکل‌آفرین خاصی که در جریان زندگی روزانه با آن‌ها روبه‌رو می‌گردد راه‌حل‌های بهتر و سازگارانه را بررسی و کشف نماید. طبق تعریف بیان‌شده، فرایند حل مسئله فعالیت هدف‌دار، مجدانه و هوشیارانه محسوب گردیده که راه‌حل‌های

اثربخش و بالقوه را برای حل مسئله در اختیار افراد قرار می‌دهد و باعث افزایش امکان انتخاب راه‌حل‌های مؤثر از بین راه‌حل‌های مختلف می‌شود (۸).

گروهی از محققان با تلفیق نتایج حاصل از مرور نظریه‌ها و یافته‌های پژوهشی گذشته در خصوص حل مسئله اجتماعی و پژوهش‌هایی که انجام داده بودند، الگوی حل مسئله اجتماعی را گسترش دادند (۹). این الگو بر پنج بُعد متمرکز می‌شود که دو بُعد آن مربوط به جهت‌یابی، یعنی جهت‌یابی مثبت مسئله^۲ و جهت‌یابی منفی مسئله^۳ هستند؛ سه بُعد دیگر آن سبک‌ها یا الگوهای حل مسئله هستند و شامل سبک حل مسئله منطقی^۴، سبک تکانشی-بی‌دقتی^۵ و سبک اجتنابی^۶ می‌شوند. جهت‌یابی مثبت مسئله و سبک حل مسئله منطقی ابعاد حل مسئله سازنده بوده و جهت‌یابی منفی مسئله، سبک تکانشی-بی‌دقتی و سبک اجتنابی ابعاد حل مسئله با کارکرد نامناسب هستند (۱۰).

جهت‌گیری حل مسئله اساساً مؤلفه‌ای انگیزشی است و دربرگیرنده عمل به مجموعه‌ای از طرحواره‌های هیجانی-شناختی نسبتاً پایدار است که افکار و احساسات تعمیم‌یافته یک فرد و همچنین توانایی حل مسئله او را در زندگی منعکس می‌کند. جهت‌یابی مثبت مسئله بازتابی از باور فرد به قابل حل بودن مسائل، خودکارآمدی، کوشش و مداومت و تعهد شخصی به حل مسائل است؛ اما جهت‌یابی منفی منعکس‌کننده باور فرد درباره تهدیدآمیز بودن مسائل و مشکلات، خودکارآمدی ضعیف، ناکام شدن هنگام حل مسائل و تحمل کم برای ناکامی است (۹).

حل مسئله منطقی یکی از ابعاد سازنده حل مسئله است که به منطق آگاهانه و نظام‌یافته و کاربرد مناسب مهارت‌های حل مسئله سازگارانه و کارآمد اشاره می‌کند. مهارت حل مسئله منطقی شامل خرده مهارت‌های تعریف مشکل، تولید و ارائه راه‌حل‌های متفاوت، تصمیم‌گیر، اجرای راه‌حل و نظارت و بازبینی دقیق پیامدهای آن و ارزیابی راه‌حل می‌شود (۱۱). سبک تکانشی-بی‌دقتی بُعد منفی و ناکارآمد حل مسئله است که با تلاش‌های فعالانه برای به‌کاربردن راهبردها و فنون متفاوت همراه است، اما این تلاش‌ها به تکانشی‌بودن، بی‌احتیاطی، شتاب، انجام ناقص کار و بازبینی نظارت نامناسب بر پیامدهای راه‌حل منجر می‌شود. افرادی که این سبک را دارند، راه‌حل‌های معدودی را در نظر می‌گیرند و به‌شیوه تکانشی از اولین ایده رسیده به ذهن خود استفاده می‌کنند (۱۰).

بالاخره، سبک اجتنابی بُعد دیگری از سبک‌های حل مسئله است که دارای کارکرد نامناسب است و با طفره‌رفتن و مسامحه، منفعل بودن یا عدم فعالیت و وابستگی مشخص می‌شود. افرادی که در این بُعد نمره بیشتری می‌گیرند، ترجیح می‌دهند به‌جای مواجه شدن با مسئله از آن اجتناب کنند و پیدا کردن راه حل را به تعویق اندازند. آنان منتظر می‌شوند تا مسئله توسط دیگران حل شود و تلاش می‌کنند مسئولیت حل مسائل خود را به دوش دیگران بیندازند (۱۲)؛ بنابراین همان‌طور

^۴ Rational problem solving

^۵ Impulsivity-carelessness style

^۶ Avoidance- Style

^۱ Social Problem Solving

^۲ Positive problem Orientation

^۳ Negative problem Orientation

که در مطالب فوق عنوان شد تفاهم زوجین و سازگاری زناشویی در دوام و بقای خانواده نقش به‌سزایی را ایفا می‌کند و همین تعاملات هستند که به زندگی خانوادگی معنا بخشیده و بر ابعاد مختلف زندگی مشترک از جمله سلامت روانی تأثیر می‌گذارد. از سویی دیگر نتایج تحقیقات و پژوهش‌های بررسی شده در حوزه مسائل زندگی مشترک زناشویی گویای این مهم بودند که آمار بالای اختلافات خانوادگی و طلاق در دهه اخیر نشانگر وجود عدم انطباق‌پذیری و نارضایتی زناشویی در میان زوجین است. همچنین آشنایی نداشتن هر یک از زوجین با مهارت‌های روان‌شناختی و پذیرش نقش‌های خانوادگی در سوق دادن زوج‌ها به ناسازگاری و طلاق نقش چشمگیری دارد و زندگی زوج‌هایی که امیدوار هستند که ازدواج موفق و ایده‌آلی داشته باشند به دلیل ناآگاهی از مهارت‌های زندگی به رابطه‌ای سرد و بدون صمیمیت منتهی می‌شود. لذا با توجه به مطالب عنوان‌شده هدف از اجرای این پژوهش، بررسی اثربخشی آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی بر افزایش میزان انطباق‌پذیری و رضایت زناشویی در زوجین ناسازگار بود.

۲ روش بررسی

پژوهش حاضر از نوع طرح نیمه‌آزمایشی (پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه آزمایش و گواه) بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی زوجینی بود که جهت حل مشکلات و تعارضات زناشویی به مراکز مشاوره شهر اردبیل تحت نظارت نظام روان‌شناسی در سال ۹۷-۹۶ مراجعه کردند. در این طرح پس از اعلام فراخوان از بین داوطلبانی که خواهان حضور در طرح و واجد شرایط ورود در جلسات بودند، ۱۲ زوج که کمترین نمرات را در پرسشنامه رضایت زناشویی و انطباق‌پذیری خانوادگی کسب کردند و وضعیت زناشویی ناسازگارتری داشتند، انتخاب شدند. از آنجایی که در گروه‌های مشاوره و روان‌درمانی بهتر است اندازه‌گروه بیش از ۱۰ تا ۱۲ نفر نباشد (۱۳). تعداد اعضای گروه‌ها را در پژوهش حاضر می‌توان مناسب دانست. از بین زوجینی که دارای حداقل ۵ سال سابقه زندگی مشترک بودند و همین‌طور در محدوده سنی ۲۶ تا ۵۵ سال قرار داشتند با روش گمارش تصادفی ۶ نفر به‌عنوان گروه آزمایش و ۶ نفر به‌عنوان گروه گواه اختصاص یافتند. از دیگر شرایط ورود به مطالعه، متقاضی طلاق‌بودن، حضور در تمامی جلسات تا پایان درمان و عدم دریافت خدمات مشاوره فردی در طول شرکت در جلسات درمانی بود. مصرف داروهای روان‌پزشکی و روان‌گردان نیز شرط خروج افراد از مطالعه در نظر گرفته شد. روش آماری استفاده‌شده در این پژوهش در دو سطح آمار توصیفی و آمار استنباطی بود. به‌طوری که از جداول توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار برای توصیف داده‌ها و همچنین برای تجزیه و تحلیل فرضیات از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره (مانوا) استفاده شد. همچنین جهت بررسی نرمال‌بودن توزیع داده‌ها از آزمون کلموگروف اسمیرنوف و برای بررسی پیش‌فرض همگنی ماتریس واریانس- کوواریانس متغیرهای پژوهش در گروه‌های مطالعه‌شده از آزمون باکس استفاده شد.

لازم به ذکر است که تمامی موارد اخلاقی لازم، اعم از بیان اهداف پژوهش، رازداری، اطمینان‌دادن به زوجین در زمینه محرمانه ماندن اطلاعات آن‌ها، آزاد گذاشتن زوجین برای انصراف در صورت عدم تمایل به ادامه کار و سایر موارد به شرکت‌کنندگان ارائه شد. همچنین جلسات آموزشی برای شرکت‌کنندگان برنامه‌ریزی گردید که شرح جلسات آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی در جدول ۱ آورده شده است.

در پژوهش حاضر جهت ارزیابی کنش‌وری خانواده از مقیاس انطباق‌پذیری و پیوستگی خانوادگی^۱ (FACES-3) استفاده شد. این مقیاس به‌منظور ارزیابی کنش‌وری خانواده طراحی و تهیه شده است و از مقیاس‌های پرکاربرد برای اندازه‌گیری ساختار خانواده است. این مقیاس که سومین تجدیدنظر انطباق‌پذیری و پیوستگی خانوادگی است به‌منظور اندازه‌گیری دو بُعد اصلی الگوی «سرکامپلکس» یعنی «پیوستگی» و «انطباق‌پذیری» خانواده توسط السون^۲ و همکاران (۱۴) طراحی شده است که براساس مقیاس لیکرت پنج‌تایی از ۱ تا ۵ کدگذاری شده‌اند. این ابزار پرسشنامه‌ای خودگزارشی، شامل ۲۰ سؤال است که ۱۰ سؤال آن، پیوستگی و ۱۰ سؤال نیز انطباق‌پذیری در خانواده را می‌سنجد و درخصوص ویژگی‌های روان‌سنجی این آزمون، اعتماد برای بُعد پیوستگی ۰/۷۷ و برای بُعد انطباق‌پذیری ۰/۶۲ گزارش شده است (۱۴). همچنین در پژوهش مظاهری و همکاران، اعتماد مقیاس حاضر توسط آلفای کرونباخ برای بُعد پیوستگی ۰/۷۴ و برای بُعد انطباق‌پذیری ۰/۷۵ به دست آمد (۱۵).

پرسشنامه استاندارد رضایت‌مندی زناشویی «انریچ»^۳ فرم کوتاه: برای بررسی رضایت زناشویی^۴، از پرسشنامه انریچ استفاده گردید. فرم کوتاه این مقیاس توسط سلیمانیان (۱۶) تهیه شده است که دارای ۴۷ سؤال است. این پرسشنامه به‌منظور ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا یا شناسایی زمینه‌های قوت و پرباری رابطه زناشویی به کار می‌رود. سلیمانیان با دسته‌بندی پرسش‌های مرتبط، ۴۷ پرسش فوق را به ۹ مؤلفه شامل: موضوعات شخصیتی، ارتباط دوتایی، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندپروری، ارتباط با اقوام و دوستان و جهت‌گیری مذهبی تفکیک کرده‌اند که هر یک از این مؤلفه‌ها بُعد خاصی از رضایت زناشویی را اندازه می‌گیرند. در ایران اولین بار سلیمانیان همبستگی درونی این آزمون را برای فرم بلند ۰/۹۳ و برای فرم کوتاه ۰/۹۵ محاسبه و گزارش کرده است (۱۶). برای محاسبه روایی پرسشنامه انریچ، شریف‌نیا روایی پرسشنامه رضایت زناشویی را با پرسشنامه سازگاری زوجی ابزاریسنج خانواده ۹۲ درصد به دست آورد (۱۷). همچنین در پژوهشی دیگر که توسط مهدویان انجام یافت این مقیاس با مقیاس‌های رضایت خانوادگی و مقیاس رضایت از زندگی همبسته شد. نتایج نشان داد که ضریب همبستگی این پرسشنامه با رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶۰ و با مقیاس‌های رضایت از زندگی از ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشانه روایی سازه آن است (۱۸). روایی هم زمان این پرسشنامه با فرم اصلی توسط سلیمانیان ۰/۹۵ محاسبه شد (۱۶). روایی سازه پرسشنامه نیز بررسی

^۳- Enrich

^۴- Marital Satisfaction

^۱- Family Adaptionability And Cohesion Evaluation Scale

^۲- David h olson

شد و همبستگی زیرمقیاس‌های پرسشنامه با نمره کل بین ۰/۶۴ تا ۰/۸۵ به دست آمد. السون و همکاران (۱۴) ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه را ۰/۹۲ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش نیز پایداری آن به روش همسانی درونی، آلفای کرونباخ ۰/۸۵ محاسبه شد. در زیر ۱۵۰ است دارای میزانی از ناسازگاری زناشویی هستند.

جدول ۱. شرح جلسات آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی

اهداف	جلسات
- معارفه و آشنایی اعضا با یکدیگر. - بیان انکارناپذیر بودن مسئله در زندگی. - پرسش از اعضا درباره شیوه‌هایی که قبلاً برای حل مسائل خود استفاده می‌کردند. - معرفی کلی رویکرد حل مسئله و مراحل آن و بیان ضرورت آشنایی با آن. - تعیین رئوس و ساختار کلی جلسات و اهداف آموزشی. - توافق بر انتظارات بین اعضای گروه و درمان‌گر - ارائه تکلیف برای جلسه بعد.	جلسه اول
- مرور تکلیف جلسه گذشته. - معرفی مرحله اول (تشخیص و توصیف مسئله، فهرست‌بندی و انتخاب مهمترین مسئله). - انجام تکالیف گروهی و اصلاح و بیان اشکالات تکلیف خانگی جلسه پیش. - ارائه جزوه درباره حل مسئله جهت آشنایی بیشتر و ارائه تکلیف برای جلسه بعد. - دریافت بازخورد.	جلسه دوم
- مرور تکلیف و سؤال از اعضا درباره مشکلات احتمالی هنگام انجام تکالیف. - انجام تکلیف در گروه و ارائه تکلیف برای جلسه آینده و دریافت بازخورد.	جلسه سوم
- مرور تکالیف جلسات قبل و انجام تکالیف در گروه. - ارائه تکلیف برای جلسه بعد و دریافت بازخورد.	جلسه چهارم
- مرور تکلیف و آموزش تکنیک دوستون با معایب و مزایای راه‌حل‌ها. - ارائه تکلیف برای جلسه بعد و دریافت بازخورد.	جلسه پنجم
- مرور تکالیف و ادامه تکنیک دوستون و انتخاب مناسب‌ترین راه‌حل. - ارائه تکلیف و دریافت بازخورد.	جلسه ششم
- دریافت بازخورد درباره مشکلات مربوط به جلسه گذشته. - بررسی نتیجه و به‌کارگیری راه‌حل انتخاب‌شده، ارائه تکلیف، دریافت بازخورد.	جلسه هفتم
- مرور جلسات و دریافت بازخورد کلی درباره راه‌حل انتخاب‌شده. - بررسی میزان موفقیت یا شکست راه‌حل انتخاب‌شده و دلایل شکست احتمالی راه‌حل. - انتخاب راه‌حل دیگر در صورت کارساز نبودن راه حل به‌کارگرفته‌شده. - دریافت بازخورد کلی به کل جلسات.	جلسه هشتم

۳ یافته‌ها

باتوجه به نتایج جدول ۳، مشاهده می‌شود که بین نمرات پیش‌آزمون انطباق‌پذیری و رضایت زناشویی گروه آزمایش و گواه تفاوت چشمگیری وجود ندارد. همچنین افزایش در نمرات پس‌آزمون گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه بیشتر است. علاوه بر این، نتایج پژوهش نشان داد که تفاوت بین میانگین نمرات انطباق‌پذیری و نمرات رضایت زناشویی در مرحله پس‌آزمون بعد از کنترل نمرات پیش‌آزمون در دو گروه آزمایش و گواه، معنادار شد ($p \leq 0/001$). بدین معنا که آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی در افزایش میزان انطباق‌پذیری و رضایت زناشویی زوجین ناسازگار مؤثر بود.

براساس نتایج آزمون توصیفی که در جدول ۲ آورده شده، در ویژگی‌های توصیفی (جمعیت شناختی) شرکت‌کنندگان از قبیل گروه سنی، تحصیلات، سابقه ازدواج و وضعیت مالی، تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و گواه وجود ندارد. نتایج آزمون کلموگراف-اسمیرنف برای نرمال بودن متغیرهای پژوهشی نشان داد که داده‌های به‌دست‌آمده توزیع نرمال داشت و توزیع نمرات متغیر انطباق‌پذیری و رضایت زناشویی در پیش‌آزمون-زمون نرمال بود. همچنین نتایج آزمون باکس درباره متغیرهای پژوهشی (۰/۳۶۵) نشان داد که پیش‌فرض همگنی ماتریس واریانس-کواریانس به خوبی رعایت شده و برقرار است.

جدول ۲. داده‌های جمعیت‌شناختی گروه آزمایش و گواه

متغیرهای جمعیت‌شناختی		گروه آزمایش	گروه آزمایش	گروه گواه	گروه گواه
		تعداد	درصد	تعداد	درصد
گروه سنی	۲۶-۳۵ سال	۵	۴۱/۶۶	۴	۳۳/۳۴
	۳۶-۴۵ سال	۵	۴۱/۶۶	۶	۵۰
	۴۶-۵۵ سال	۲	۱۶/۶۶	۲	۱۶/۶۶
تحصیلات	سیکل	۲	۱۶/۶۶	۲	۱۶/۶۶
	دیپلم	۴	۳۳/۳۴	۳	۲۵
	دانشگاهی	۶	۵۰	۷	۵۸/۳۴
سابقه ازدواج	۵-۹ سال	۶	۵۰	۵	۴۱/۶۶
	۱۰-۱۴ سال	۵	۴۱/۶۶	۵	۴۱/۶۶
	۱۵ سال به بالا	۱	۸/۳۳	۲	۱۶/۶۶
وضعیت مالی	بد	۳	۲۵	۴	۳۳/۳۴
	متوسط	۵	۴۱/۶۶	۶	۵۰
	خوب	۴	۳۳/۳۴	۲	۱۶/۶۶

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون انطباق‌پذیری و رضایت زناشویی در گروه آزمایش و گواه

متغیر	گواه پیش‌آزمون		گواه پس‌آزمون		آزمایش پیش‌آزمون		آزمایش پس‌آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
انطباق‌پذیری	۱۷/۱۰	۵/۳۳	۱۷/۳۵	۵/۲۳	۱۷/۱۵	۴/۸۷	۲۳/۶۳	۵/۱۴
رضایت زناشویی	۱۶/۱۳	۵/۴۱	۱۶/۱۵	۴/۸۷	۱۷/۳۵	۴/۸۳	۲۲/۴۶	۵/۶۳

۴ بحث

استفاده از روش آموزش حل مسئله، در بین درمان‌های مشکلات زناشویی جایگاه ویژه‌ای پیدا کرده است. پژوهش حاضر اثربخشی این روش را بر افزایش میزان انطباق‌پذیری و رضایت زناشویی زوجین ناسازگار آزمون کرده است. براساس یافته‌های پژوهش فعلی، نشان داده شد که روش آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی بر افزایش میزان انطباق‌پذیری در زوجین ناسازگار مؤثر است که با یافته‌های مطالعه سهراب‌پور و همکاران همسوست. سهراب‌پور و همکاران (۱۹) در پژوهشی نشان دادند که آموزش مهارت حل مسئله باعث افزایش انطباق‌پذیری و همبستگی مردان متأهل می‌شود. در تبیین نتایج می‌توان گفت که آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی ابزار مفیدی است که طی آن فرد تلاش می‌کند تا پاسخ‌های مقابله‌ای مؤثر یا سازگارانه را برای موقعیت‌های مشکل ویژه که در زندگی روزمره با آن‌ها روبه‌رو است کشف یا ابداع کند. به عقیده السون خانواده‌ها و زوجینی که عملکرد مناسبی دارند در سطح متعادلی از انطباق‌پذیری قرار می‌گیرند و می‌توانند بین جدایی و باهم‌بودن تعدیل ایجاد کنند؛ در کنار اینکه فردی مستقل هستند با خانواده یا همسر خود رابطه عاطفی خوبی داشته باشند. انطباق‌پذیری خانواده در واقع میزان تغییر در رهبری، نقش ارتباطات و قواعد و قوانین در روابط بین زوجین را هدف قرار می‌دهد؛ این امر شامل رهبری (کنترل و نظم) سبک‌های مذاکره، روابط نقش و قواعد و مقررات بین فردی است. تمرکز اصلی در

انطباق‌پذیری در این است که چه‌طور سیستم‌ها بین تغییرکردن در مقابل ثابت‌بودن تعادلی برقرار می‌سازد. به عبارت دیگر تمرکز بُعد انطباق‌پذیری بر این است که چگونه سیستم بین شاخص جدایی در مقابل باهم‌بودن تعادل برقرار می‌سازد و بدین ترتیب آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی می‌تواند بر میزان انطباق‌پذیری زوجین ناسازگار تأثیر مثبتی داشته باشد.

همچنین براساس یافته‌های پژوهش، مشاهده شد که روش آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی بر افزایش میزان رضایت زناشویی در زوجین ناسازگار مؤثر است که نتایج به‌دست‌آمده با تحقیقات جانسون و همکاران (۲۰) همسوست. جانسون و همکاران در تحقیقی به این نتیجه رسیدند که مهارت حل مسئله و آموزش ابراز وجود، رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد. همچنین مهارت حل مسئله و ابراز وجود، قادر به پیش‌بینی تغییرات در رضایت زناشویی زوجین است. پاکروان و همکاران در پژوهشی که تحت عنوان اثربخشی روش آموزش حل مسئله بر رضایت زناشویی و نیمرخ روانی زوجین انجام دادند دریافتند که آموزش حل مسئله، راهبرد مناسبی در افزایش رضایت زناشویی و کاهش علائم روان‌شناختی زوجین است (۲۱).

در تبیین تأثیر آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی بر میزان رضایت زناشویی در زوجین ناسازگار این‌گونه می‌توان گفت که اغلب مشکلات زناشویی از نداشتن یا به کار نبستن مهارت‌های ارتباطی ناشی می‌شود

وجود دارد. نظر به اینکه مهارت حل مسئله اجتماعی اثربخشی بیشتری دارد، پیشنهاد می‌شود که در حوزه این روش برای دستیابی به وحدت کل از جهت تهیه بسته درمانی، فعالیت‌های پژوهشی بیشتری صورت گیرد و اینکه کاربرد رویکرد مهارت حل مسئله اجتماعی همراه با سایر درمان‌های روان شناختی بر روی انواع تعارضات و مشکلات زناشویی به صورت تحقیقات پژوهشی انجام شود.

۵ نتیجه‌گیری

نتایج این مطالعه به‌خوبی روشن نمود که آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی باعث صمیمیت بیشتر زوجین شده است و این برنامه مداخله آموزشی در بهبود و افزایش صمیمیت زناشویی مؤثر است. می‌توان گفت که روش مهارت حل مسئله اجتماعی بر روی افزایش میزان انطباق‌پذیری و رضایت زناشویی در زوجین ناسازگار تأثیر مثبتی دارد.

۶ تشکر و قدردانی

از زوجین شرکت‌کننده در پژوهش و تمامی عزیزانی که به هر نحو ما را در اجرای این طرح یاری نمودند، تشکر و قدردانی می‌نمایم.

(۲۲). حل مسئله اجتماعی از جمله مهارت‌های سازنده‌ای است که می‌تواند مشکلات رابطه‌ای زوجین را کاهش دهد. همچنین آگاهی زوجین از طبیعی بودن اختلاف‌ها و تفاوت‌های زن و شوهر و نگرستن به تعارض به‌عنوان مسئله و چالشی برای حل کردن و نه یک عامل تهدیدکننده مخرب، می‌تواند در حل اختلافات آن‌ها کمک به‌سزایی کند. صاحب‌نظران یکی از مشخصه‌های بسیار مهم موقعیت‌های مسئله‌آفرین از جمله تعارض زوجین را واکنش هیجانی افراد می‌دانند و عقیده دارند اولین قدم در تمامی مسائل زندگی زناشویی، ساده‌ترین آن‌ها «مکث کردن و فکر کردن» است؛ به عبارتی اگر زوجین در هنگام مواجهه با مشکل فوراً پاسخ دهند ممکن است وقت کافی برای پاسخ‌های شناختی باقی نگذارند؛ پاسخ‌هایی که به زوجین در انتخاب سلسله اقدامات مؤثر کمک می‌کند (۲۲). لذا شیوه حل مسئله اجتماعی به‌عنوان راهبرد شناختی می‌تواند در بروز واکنش‌های هیجانی زوجین مؤثر باشد و بدین ترتیب آموزش مهارت حل مسئله اجتماعی می‌تواند بر میزان رضایت زناشویی زوجین ناسازگار تأثیر مثبتی بگذارد.

البته این پژوهش با محدودیت‌هایی همراه بود، ازجمله اینکه با توجه به محدودیت زمانی، اجرای دوره پیگیری جهت ارزیابی تداوم اثربخشی روش‌های درمانی میسر نشد، همچنین به دلیل اینکه هر دو نوع درمان توسط خود محقق انجام شده است، احتمال اثر هاله‌ای

References

1. Saroukhani B. Introduction to Family Sociology. First edition. Tehran: Soroush Publishing; 1991, pp: 255. [Persian]
2. Fathiye Ashtiyani A, Ahmadi Kh. The Studying of successful and unsuccessful marriages among students. Journal of Daneshvar-e-Raftar. 2004; 11(7):9-10. [Persian]
3. Karney BR, Coombs RH. Memory bias in long-term close relationships: Consistency or improvement?. Pers Soc Psychol Bull. 2000; 26(8): 959-70. Doi:10.1177/01461672002610006
4. Mehrabizadeh Honarmand M, Hoseinpoor M, Mehdizadeh L. The Effectiveness of Life Skills Training on Marital Adjustment of Married Women 20-40 Years. Journal of Studies in Learning & Instruction. 2010; 2(1): 125-39. [Persian]
5. Khodabkhshi Kulaie A. Comparison of Work-Family Conflict and Marital Adaptation in Man-Workers Turn-Off and Non-Turnarounded Petrochemical Company of Southern Oil Fields. Journal of career & Organization counseling. 2016; 7(22): 55. [Persian]
6. Shahgholyan M, Jan Nesar Shargh R, Abdollahi MH. The Relationship between Emotional Intelligence and Coping Styles with Stress with Communication patterns between couples. 2007; 6(22):76. [Persian]
7. Bahari F. Evaluation and comparison of family performance of non-divorced couples and divorced couples referring to the legal medicine organization of the country [Thesis for the Master]. [Tehran, Iran]: Tarbiat Moalem University of Tehran; 2001, pp:77-79. [Persian]
8. D'Zurilla TJ, Nezu A, Maydeu-Olivares A. Social Problem-Solving Inventory-Revised (SPSI-R). North Tonawanda, NY: Multi-Health Systems, Inc; 2002.
9. D'Zurilla TJ, Nezu AM, Maydeu-Olivares A. Problem solving theory, research and social training. Washington DC: American Psychological. 2005; pp:15.
10. Abolmaali Kh. Criminology and delinquency theories (with an emphasis on social cognition). Second edition. Tehran: Arjmand Publications; 2010, pp: 60. [Persian]
11. Maydeu Olivares A, Dzurilla TJ. A Factor analytic study of social problem- solving inventory: An integration of theory and data. Cogn Ther Res. 1996; 20(2):115-33.

12. Bornstein Ph. Recognition and treatment of marital conflict (marital therapy). Sohrabi H. (Persian translator). First edition. Tehran: Institute for Cultural Services expressive; 2003, pp: 145-6. [Persian]
13. Sanai B. Group couceling and psychotherapy. Ninth edition. Tehran: Chehr publication; 2013, pp: 85. [Persian]
14. Olson DH. Circumplex Model of marital and family systems. *Journal of Family Therapy*. 2000; 22(2):144-67.
15. Mazaheri A. Sadeghi M. Heydari M. The Comparison of the perception and the ideals of the family structure of Derviddin and their young children. *Journal of family research*. 2008; 4(16): 329-351. [Persian]
16. Soleimanian AA. The Effect of Irrational Thoughts on Marital Satisfaction, [Masters Degree in Counseling and Guidance]. [Bojnord,Iran]: Islamic Azad University, Bojnourd Branch; 1994,pp:101-21. [Persian]
17. Sharifniya F. The Relationship Between Satisfaction with marriage and Depression mothers and Their Relationship with Individual-Social Adjustment and Academic Performance of Their Students in Ahvaz City [Master's Degree in Educational Psychology]. [Ahvaz, Iran]: Faculty of Education and Psychology, Chamran martyr of Ahwaz University;2000. [Persian]
18. Mahdavian F. Role of Communication Training on Marital Satisfaction and Mental Health [Masters Degree in Clinical Psychology]. [Tehran, Iran]: Medical Sciences and Health Services of Iran;1997.[Persian]
19. Sohrabpour Gh, Nouruzi Dashtaki M, Madani Y. Effectiveness of problem-solving skills on the level of family adaptability and solidarity. The first National Congress of Family Psychology in designing a Desirable family model. Ahwaz, Iranian Society of Family Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz; 2014. [Persian]
20. Johnson MD, Cohan LC, Davial J, Lawrence E, Rogge RD, Karney BR, et al. Problem-solving skills and affective expression as predictors of change in marital satisfaction. 2015; 73(1):15-27.
21. Pakravan E, Haghayegh S, Nshatdoust H, Molavi H. Efficacy of problem solving method on the marital satisfaction and psychological profile of the couples of Brojen city. *Cultre counsouling and Psychotherapy*. 2013; 4(16): 15-31. [Persian]
22. Marvin RG. Gerald CD. Clinical Behavior Therapy. Maher F. (Persian translator). First edition. Mashhad: Astan Quds Razavi Publishing House;1991,pp:357.