

اثربخشی آموزش رویکرد تلفیقی شناختی- روان‌نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متأهل

ملیحه شهرستانی^{۱*}، احمد اعتمادی^۲، محسن سلیمی^۳

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش رویکرد تلفیقی شناختی- روان‌نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متأهل صورت گرفت. جامعه آماری این پژوهش کلیه زنان متأهل ساکن خوابگاه‌های دانشگاه علامه طباطبایی در سال ۱۳۹۰ بودند. سی نفر که بالاترین نمره را در سیاهه باورهای ارتباطی به‌دست آورده بودند به صورت تصادفی انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. ابزار استفاده‌شده در این پژوهش سیاهه باورهای ارتباطی زناشویی (RBI) است. روش تحقیق شبه‌آزمایشی بود و از طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. گروه آزمایش در نه جلسه، هر هفته یک جلسه، آموزش با رویکرد تلفیقی شناختی- روان‌نمایشگری شرکت کردند. پس از اتمام برنامه آموزشی، از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد. یافته‌های تحقیق با استفاده از روش تحلیل کواریانس تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که آموزش رویکرد تلفیقی شناختی- روان‌نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متأهل در گروه آزمایش مؤثر بوده است.

کلیدواژگان

باورهای ارتباطی ناکارآمد، شناخت‌درمانی، روان‌نمایشگری، رویکرد تلفیقی شناختی- روان‌نمایشگری

۱. کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی
shahrestany_1366@yahoo.com
 ۲. دانشیار، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبایی
Aetamadi@yahoo.com
 ۳. استادیار، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی
Salimih10@yahoo.com
- تاریخ دریافت: ۱۳۹۱/۱/۱، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۸/۱۰

مقدمه

خانواده از ارکان اصلی جامعه به شمار می‌رود. دستیابی به جامعه سالم، آشکارا در گرو سلامت خانواده و تحقق خانواده‌های سالم مشروط به برخورداری افراد آن از سلامت روانی و داشتن رابطه‌های مطلوب با یکدیگر است. در واقع، برای ازدواج رضایت‌بخش برقراری و تداوم ارتباط^۱ اثربخش ضروری است. برقراری ارتباط یکی از مهارت‌های اصلی زندگی محسوب می‌شود [۱]؛ [۲۱؛ ۲۷؛ ۳۴؛ ۳۵]. تحقیقات نشان داده است عواملی که می‌توانند اثربخشی یک ارتباط را تضعیف کنند و موجب عدم درک درست پیام فرستاده‌شده یا به عبارتی رمزگشایی صحیح آن شود عبارت‌اند از: باورهای^۲ غلط، پیش‌داوری‌ها و نگرش‌های منفی [۱۲؛ ۲۴؛ ۲۵؛ ۳۶؛ ۳۷؛ ۳۸]. همچنین، هرچه حوزه شناختی دو عنصر ارتباط، یعنی گیرنده و فرستنده پیام، از یکدیگر دورتر باشد، اثربخشی ارتباط کمتر خواهد بود [۱۲؛ ۱۸؛ ۴۰].

در این پژوهش، منظور از باورهای ارتباطی^۳ عقیده یا ذهنیتی است که زن و شوهر به ارتباط زناشویی خود دارند و آن را به منزله واقعیت پذیرفته‌اند [۲۲؛ ۲۳]. آیدلسون و اپشتاین [۲۲] با گسترش ارزیابی باورهای ناکارآمد، پنج باور ارتباطی غیرمنطقی^۴ را که در روابط زناشویی سهیم‌اند مشخص کرده‌اند که این باورها عبارت‌ند از: الف) باور به اینکه مخالفت تخریب‌کننده^۵ است: زمانی که زوجین فکر می‌کنند قدرت کافی برای تحمل مشکل ندارند، سعی می‌کنند از بروز مشکل و اختلاف در روابط زناشویی جلوگیری کنند؛ ب) باور توقع ذهن‌خوانی^۶: که زن و شوهر به علت وابستگی عمیقشان به یکدیگر فکر می‌کنند باید قادر باشند نیازهای طرف مقابل را درک و در واقع ذهن‌خوانی کنند؛ بدون اینکه نیازی به مطرح کردن مستقیم آن‌ها باشد؛ پ) باور عدم تغییرپذیری همسر^۷: زمانی است که یکی از زوجین رفتار ایده‌آل و قابل قبولی نداشته باشد و زوج دیگر بپندارد که چنین رفتار و وضعیتی وحشتناک است و در واقع هرگز تغییرات مثبت در رابطه زناشویی رخ نمی‌دهد؛ ت) باور کمال‌گرایی جنسی^۸: چنانچه همسری در رابطه جنسی‌اش عالی نباشد، ناکام مانده و حس یک فرد شکست‌خورده را دارد. ریشه این باور را در باور حکم‌کنندگی، نیازمندی، و کمال‌گرایی می‌توان یافت؛ ث) باور به تفاوت‌های جنسیتی^۹: باورهای قالبی هستند که اساس علمی ندارند و مردم پیشاپیش ویژگی‌های خاصی را به دو جنس نسبت می‌دهند. براساس این باور، زن و مرد ذاتاً با یکدیگر متفاوت‌اند.

1. communication
2. belief
3. relationship belief
4. irrational relationship belief
5. disagreement is destructive
6. mind reading is expected
7. partner can not change
8. sexual perfectionism
9. the sexual are different

نظریه شناخت‌درمانی^۱ و نظریه روان‌نمایشگری^۲ دو نظریه مشاوره و روان‌درمانگری‌اند که هریک به گونه‌ای متفاوت به تبیین و توصیف مسائل و مشکلات روان‌شناختی افراد در زمینه‌های عقلانی، هیجانی، رفتاری، و ارتباطی می‌پردازند و راهبردهای منحصربه‌فردی را به منظور رفع آن‌ها ارائه می‌دهند. بک [۱۴]، یکی از بنیانگذاران مکتب شناخت‌درمانی، درباره باورهای ناکارآمد می‌گوید: اغلب زن و شوهرها درباره کارکرد زن و شوهری در خانواده باورهای متفاوتی دارند. این باورها همچون قواعدی بر زندگی حکمرانی می‌کنند. یکی از مسائلی که این قواعد ذهنی به وجود می‌آورند، این است که زن و شوهر از یکدیگر انتظاراتی دارند و بر این عقیده‌اند که همسرشان باید به گونه خاصی رفتار کند. از طرف دیگر، این انتظارات را واضح‌تر از آن می‌دانند که به همسرشان اعلام کنند. غافل از اینکه شاید همسرشان باورهای مغایری داشته باشد و اینجاست که سوء تفاهم‌ها از رفتار و گفتار یکدیگر در ارتباط بروز می‌کند.

تفکر و شناخت فقط یکی از مؤلفه‌های تعیین‌کننده سلامت یا بیماری روانی تلقی می‌شود که در رویکرد شناختی و در کار با طرحواره‌ها و باورهای غیرمنطقی به آن توجه ویژه شده است. از طرفی فریمن [۲۶] در تشریح طرحواره‌ها، صرفاً به بعد شناختی این طرحواره‌ها اشاره نمی‌کند، بلکه توجه به دو مؤلفه مهم دیگر در طرحواره‌های شناختی را نیز، که عبارت‌اند از مؤلفه‌های عاطفی و رفتاری، لازم و ضروری می‌داند. در واقع، به منظور اصلاح عمیق‌تر باورها و طرحواره‌های معیوب باید از نوعی روش درمانی یا آموزشی استفاده کرد که در آن به هر سه مؤلفه شناخت، عاطفه، و رفتار توجه ویژه شده باشد. بلاتنر [۱۷] اعتقاد دارد که روش روان‌نمایشگری در هر حیطة‌ای که نیاز به آشکارسازی ابعاد روان‌شناختی مسئله‌ای مطرح باشد، به کار می‌رود. به عبارت دیگر، روان‌نمایشگری می‌تواند بر هریک یا همه قلمروهای رفتاری، هیجانی، افکار، و روابط بین‌فردی با توجه به آنچه درمانجویان نیاز به تجربه کردن دارند، متمرکز شود. تحقیقات مختلف نشان داده است تلفیق دو رویکرد شناختی و روان‌نمایشگری به منظور مداخله در باورهای غیرمنطقی افراد و هیجان و رفتار وابسته به آن با هدف دسترسی به سلامت رفتاری بیشتر افراد، می‌تواند اثر بخشی درمان را افزایش دهد [۳۰؛ ۳۲].

رویکرد روان‌نمایشگری به علت تمرکز آن بر ارتباطات بین فردی، رویکردی بسیار اجتماعی است. این رویکرد روش‌های مؤثر پیاده‌کردن شیوه زندگی به شکلی آگاهانه و رشدیافته را به افراد نشان می‌دهد. این رویکرد افراد را عمیقاً درگیر مسئله می‌کند و راه‌حل‌های چندجانبه‌ای برای آن پیشنهاد می‌دهد. مراحل این فرایند شامل کشف و تشخیص باورهای کلیدی، روشن‌سازی و گفت‌وگو در زمینه باورهایی که نگرش بر پایه آن‌ها استوار است، بازسازی تصمیم‌ها، و تمرین نگرش‌های جدید تمایز یافته‌تر و مستقیم‌تر است [۳]. از طرفی، موضوع اصلی در روان‌نمایشگری، نقش بازی کردن است [۴؛ ۳۷]. مطمئناً انسان‌ها در طول زندگی خود در مقابل افراد مختلف،

نقش‌های متفاوتی را بازی می‌کنند. افراد با آگاه‌شدن از نحوه واکنش خود به دیگران در قالب ایفای نقش‌ها و در تعامل با اعضای گروه، امکان تغییر دادن رفتارشان را بهتر پیدا می‌کنند. در نمایش روانی، وقتی شخص می‌تواند نقش‌های مختلفی را بازی کند (مثلاً در معکوس‌سازی که فرد می‌تواند نقش همسرش را بازی کند)، جرئت آزمایش پیدا می‌کند و همان‌طور که گفته شد از این طریق با جنبه‌های جدیدی از خود و طرف مقابل آشنا می‌شود. همچنین، هنگام نقش بازی کردن، انسان احساس کنترل بیشتری بر افکار و رفتار خود در موقعیت‌های پیچیده پیدا می‌کند. وقتی مشکلات انتزاعی نظیر ناکامی در برخورد با همسر بازی می‌شوند، ملموس‌تر خواهند شد، زیرا فرد باید با همسرش صحبت کند، در موقع مقتضی ژست بگیرد، لحن و شدت صدایش را تغییر دهد، و بدنش را هنگام برقراری رابطه با اعضای گروه (که نقش جفت و من‌های یاور را ایفا می‌کنند) طوری حرکت دهد که انگار در واقعیت و در برخورد با همسرش از این حرکات استفاده می‌کند. کوری [۸] نیز اعتقاد دارد که تلفیق رویکرد شناختی با دیدگاه روان‌نمایشگری، با افزودن تصور، عمل، و رویارویی بین فردی، فرایند تجربی‌تری را ارائه می‌کند.

نتایج پژوهش مظاهری و حیدری [۱۰] نیز که با هدف تأکید بر تأثیر آموزش مهارت‌های شناختی زندگی زناشویی در تغییر باورهای ارتباطی دانشجویان طراحی و اجرا کردند، نشان داد که باورهای غیرمنطقی ارتباطی به طور معناداری با آموزش کاهش پیدا می‌کند. همچنین، در پژوهش کرمی [۷] که با هدف اصلاح تحریفات شناختی زوجین بر افزایش رضایتمندی از زندگی زناشویی انجام گرفت، نتایج تحقیق نشان داد که استفاده از رویکرد شناختی بک بر اصلاح تحریفات شناختی زوجین مؤثر است. نتایج تحقیقات بلاتنر [۱۷]، چیسین، رت و بوگراد [۱۹]، گلدنر [۲۹]، لوتن [۳۳]، پرت [۴۰]، ویلیامز [۴۳]، سیمون و وینر [۴۱]، اثربخشی کاربرد و استفاده از تکنیک‌های رویکرد روان‌نمایشگری را در کار با سیستم خانواده و به عبارت دیگر خانواده‌درمانی تأیید کرده است. کیپر [۳۲] نیز در پژوهشی نشان داد که تلفیق دو رویکرد شناختی و روان‌نمایشگری در کاهش باورهای غیرمنطقی افراد گروه مؤثر بوده است. پژوهشگر در این تحقیق به معرفی نقش و عملکرد بدل‌شناختی^۱ در گروه پرداخته و بر کارکرد آن در بازسازی شناختی افکار غیرمنطقی پروتاگونیست تأکید کرده است. بدل‌شناختی در طی پنج مرحله به پروتاگونیست کمک می‌کند تا به کاهش یا اصلاح باورهای غیرمنطقی بین فردی خود بپردازد: ۱. مرحله خودآگاهی؛ ۲. مرحله تأیید و معتبرسازی؛ ۳. شناسایی باورهای غلط در بافت و موقعیت؛ ۴. رویارویی با افکار خودکار از طریق تکنیک‌های عملی روان‌نمایشگری؛ و ۵. خلق باورهای منطقی جایگزین باورهای غیرمنطقی. آوراهامی [۱۳] در تحقیق خود بر روی شناسایی و اصلاح باورهای غیرمنطقی و تحریفات شناختی افراد معتاد و الکلی نشان داد که تلفیق رویکردهای شناختی و روان‌نمایشگری در اصلاح و تعدیل باورهای غیرمنطقی این افراد مؤثر بوده است. هامامسی [۳۰] در مطالعه‌ای تأثیر تلفیقی رویکرد روان‌نمایشگری و درمان شناختی-

رفتاری را بر کاهش تحریفات شناختی مرتبط با روابط بین فردی بررسی کرد. شرکت‌کنندگان (N=۲۴) به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. نتایج نشان داد جلسات درمانی تحریفات شناختی گروه آزمایشی را کاهش داده است؛ یعنی در متغیرهای اجتناب از صمیمیت، انتظارات غیرمنطقی در روابط، و ذهن‌خوانی، کاهش دیده شد. هامامسی [۳۱] در تحقیقی دیگر بر روی باورهای غیرمنطقی افراد افسرده نشان داد که تلفیق رویکرد شناختی-رفتاری و روان‌نمایشگری در تعدیل باورهای غیرمنطقی این افراد مؤثر بوده است. به عقیده بلاتنر [۱۷] ارزش رویکرد روان‌نمایشگری در این واقعیت نهفته است که روش‌شناسی آن به جای رقابت ظاهری با سایر رویکردهای درمانی، می‌تواند با آن‌ها تلفیق شود [۸].

با توجه به اهمیت و نقش کلیدی ارتباط در شکل‌دادن و تعیین کیفیت روابط زوجین از یک سو و این واقعیت که الگوهای ارتباط و باورهای ارتباطی آموختنی بوده و بنابراین می‌توان آن‌ها را تغییر داد، محقق سعی دارد باورهای ارتباطی رایج و مؤثر بر روابط زناشویی را شناسایی کند و با تأکید هرچه بیشتر بر ایجاد رابطه، نحوه ارتباط و کیفیت ارتباط در تداوم زندگی زناشویی، به اصلاح این باورهای ناکارآمد بپردازد. به علاوه، محقق به دنبال آن است تا از طریق پژوهش حاضر به معرفی هرچه بیشتر رویکرد روان‌نمایشگری به‌عنوان نظریه‌ای بپردازد که در تلفیق با سایر رویکردها، خصوصاً رویکردهای خانواده‌درمانی، اثربخشی و کیفیت درمان را ارتقا می‌دهد. اصلاح باورهای ارتباطی زناشویی از طریق برگزاری دوره آموزشی با تلفیق دو رویکرد شناختی-روان‌نمایشگری و بررسی اثربخشی آن، عمده‌ترین هدف محقق از اجرای این پژوهش است. در این رابطه، فرضیه‌هایی که آزمون شده‌اند در ادامه آمده است:

۱. آموزش مبتنی بر رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایشگری بر اصلاح نمره کل باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متأهل مؤثر است؛
۲. آموزش مبتنی بر رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایشگری بر اصلاح نمره خرده‌مقیاس‌های باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متأهل مؤثر است.

جامعه، نمونه، و روش نمونه‌گیری

روش پژوهش در این تحقیق از لحاظ هدف، پژوهش کاربردی است و از نظر روش‌شناسی، از نوع طرح‌های نیمه‌آزمایشی پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. در این پژوهش، کلیه زنان دانشجوی متأهل دانشگاه علامه طباطبایی که در سال تحصیلی ۱۳۹۰-۱۳۹۱ در خوابگاه‌ها زندگی می‌کنند جامعه آماری را تشکیل دادند. روش نمونه‌گیری پژوهش از نوع نمونه‌گیری داوطلبانه است. به این صورت که از بین خوابگاه‌های دانشگاه علامه طباطبایی یک خوابگاه به صورت تصادفی انتخاب شد. در آغاز پژوهش، به مدت دو هفته در این خوابگاه اطلاعیه‌ای نصب شد که در معرض دید دانشجویان مقیم خوابگاه قرار گرفت و در آن از خانم‌های متأهل علاقه‌مند به شرکت در دوره‌های آموزشی شناخت‌درمانی-روان‌نمایشگری با هدف تصحیح باورهای ارتباطی

غیرمنطقی دعوت به عمل آمد تا ضمن ثبت نام، در دوره آموزشی مذکور شرکت کنند. پس از مصاحبه اولیه جهت تشخیص علاقه به شرکت در جلسات آموزشی و تعهد به شرکت در همه جلسات، ۳۰ نفر از میان ۴۴ خانم متأهل، که بالاترین نمره را در پیش آزمون با استفاده از پرسشنامه RBI کسب کرده بودند، انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش ($N=15$) و کنترل ($N=15$) جایگزین شدند. گروه آزمایش در معرض ۹ جلسه آموزش دوساعته با رویکرد تلفیقی شناختی- روان‌نمایشگری قرار گرفت و گروه کنترل آموزشی را دریافت نکرد. در پایان جلسات، از هر دو گروه آزمایش و کنترل با استفاده از سیاهه باورهای ارتباطی پس‌آزمون به عمل آمد و از داده‌های به‌دست‌آمده برای تجزیه و تحلیل نتایج استفاده شد.

ابزار پژوهش

سیاهه باورهای ارتباطی: این سیاهه یک پرسشنامه چهار سؤالی است که برای اندازه‌گیری باورهای غیرمنطقی درباره روابط زناشویی از سوی آیدلسون و اپشتاین [۲۲] ساخته شده و پنج خرده‌مقیاس دارد که عبارت‌اند از: باور مخالفت مخرب است، باور به عدم تغییرپذیری همسر، توقع ذهن‌خوانی، کمال‌گرایی جنسی، و باور به تفاوت‌های جنسیتی. پاسخنامه سیاهه باورهای ارتباطی با طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای شامل کاملاً غلط (۰) تا کاملاً درست (۵) است. با جمع‌زدن امتیازات مربوط به عبارت هر خرده‌مقیاس، نمره خرده‌مقیاس مربوط محاسبه و با جمع‌کردن نمره هر خرده‌مقیاس، نمره کل باورهای ارتباطی محاسبه می‌شود. در این سیاهه، نمره بالا نشان‌دهنده داشتن باورهای غیرمنطقی در روابط زناشویی است. نمره‌های هر خرده‌مقیاس توسط جدولی محاسبه می‌شود [۹].

اپشتاین و آیدلسون [۲۳] در تحقیق خود نشان دادند که پایایی سیاهه باورهای ارتباطی با ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها از ۷۲ درصد تا ۸۱ درصد برآورد شده است و همچنین در تحقیقات کامپ، ساندرمن، کرول، و رافان (۱۹۸۷) سیاهه باورهای ارتباطی دارای پایایی درونی مناسب در دامنه (۷۴ تا ۸۳) و پایایی بازآزمایی $R=0.76$ بود [۶]. نسخه فارسی این ابزار توسط مظاهری و پوراعتماد [۹] تهیه شده است که در آن آلفای کرونباخ محاسبه شده ۰/۷۵ است. حیدری، مظاهری، و پوراعتماد [۵] در پژوهش خود آلفای کرونباخ یا همسانی درونی این سیاهه برای خرده‌مقیاس‌ها را ۰/۷۰ به‌دست آوردند. اسلامی [۱] روایی این مقیاس را از طریق روایی همگرا مطلوب گزارش کرده است.

یافته‌های پژوهش

میانگین و انحراف استاندارد سن گروه آزمایش ۲۷/۵۳ و ۱/۸۴ و همچنین میانگین و انحراف استاندارد سن گروه کنترل ۲۷/۳۳ و ۲/۰۹ بوده است. میانگین و انحراف استاندارد طول مدت ازدواج گروه آزمایش ۴/۴۶ و ۱/۵۹ و میانگین و انحراف استاندارد طول مدت ازدواج گروه کنترل

۴/۴۰ و ۱/۶۵ بوده است. همچنان که داده‌های جدول ۱ نشان می‌دهد، میانگین نمره‌های خرده‌مقیاس‌های باورهای ارتباطی گروه آزمایش در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون کاهش یافته است، اما نمره‌های گروه کنترل در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون تغییر محسوسی نداشته است. همچنین، میانگین نمره کل باورهای ارتباطی گروه آزمایش در پس‌آزمون کاهش یافته است، اما در نمره‌های پس‌آزمون گروه کنترل تغییر محسوسی مشاهده نمی‌شود که نشان‌دهنده تأثیر آموزش رویکرد تلفیقی شناختی- روان‌نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی خانم‌های متأهل است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمره خرده‌مقیاس‌های باورهای ارتباطی و باور ارتباطی کلی گروه‌های آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون

| خرده‌مقیاس‌ها | مرحله | گروه | میانگین | انحراف معیار |
|------------------------|-----------|--------|---------|--------------|
| تخریب‌کنندگی مخالفت | پیش‌آزمون | آزمایش | ۲۲،۶۰ | ۱،۸۰ |
| | | کنترل | ۲۳،۰۰ | ۲،۲۳ |
| | پس‌آزمون | آزمایش | ۱۹،۴۶ | ۱،۶۸ |
| | | کنترل | ۲۲،۹۳ | ۲،۲۵ |
| توقع ذهن‌خوانی | پیش‌آزمون | آزمایش | ۲۵،۸۰ | ۲،۴۸ |
| | | کنترل | ۲۵،۰۰ | ۳،۲۹ |
| | پس‌آزمون | آزمایش | ۲۰،۰۰ | ۲،۶۱ |
| | | کنترل | ۲۳،۴۰ | ۲،۲۵ |
| تغییرناپذیری همسر | پیش‌آزمون | آزمایش | ۲۵،۴۶ | ۲،۵۸ |
| | | کنترل | ۲۴،۹۳ | ۲،۷۶ |
| | پس‌آزمون | آزمایش | ۱۹،۹۳ | ۲،۰۱ |
| | | کنترل | ۲۲،۸۶ | ۲،۶۱ |
| کمال‌گرایی جنسی | پیش‌آزمون | آزمایش | ۲۱،۶۶ | ۱،۸۷ |
| | | کنترل | ۲۲،۲۶ | ۱،۹۴ |
| | پس‌آزمون | آزمایش | ۱۹،۳۵ | ۱،۵۵ |
| | | کنترل | ۲۲،۱۳ | ۱،۹۲ |
| تفاوت جنسیتی | پیش‌آزمون | آزمایش | ۲۴،۸۰ | ۲،۰۴ |
| | | کنترل | ۲۴،۸۶ | ۲،۱۹ |
| | پس‌آزمون | آزمایش | ۲۰،۴۰ | ۱،۱۲ |
| | | کنترل | ۲۲،۳۳ | ۱،۵۸ |
| باورهای ارتباطی کل | پیش‌آزمون | آزمایش | ۱۲۰،۴۶ | ۴،۵۳ |
| | | کنترل | ۱۲۰،۰۶ | ۵،۵۷ |
| | پس‌آزمون | آزمایش | ۹۹،۳۳ | ۳،۴۹ |
| | | کنترل | ۱۱۴،۰۰ | ۴،۳۰ |

جهت بررسی اثربخشی آموزش با رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی دو گروه آزمایش و کنترل با حذف اثر پیش‌آزمون، از تحلیل کواریانس استفاده شد. پیش از بررسی نتایج حاصل از اجرای آزمون تحلیل کواریانس، به گزارش نتایج حاصل از آزمون همگنی واریانس‌ها و همگنی رگرسیون به‌منزله پیش‌فرض‌های اصلی تحلیل کواریانس پرداخته شد که نتایج آن در جدول ۲ گزارش شده است. چنان‌که مندرجات جدول ۲ نشان می‌دهد، آزمون لوین برای خرده‌مقیاس‌های باورهای ارتباطی و همچنین باورهای ارتباطی کل، در سطح ($P < 0.05$) معنادار نبود، در نتیجه پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها تأیید شد. آزمون همگنی شیب‌ها نیز نشان داد که F مشاهده‌شده در سطح ($P < 0.05$) معنادار نیست. بنابراین، پیش‌فرض همگنی شیب‌ها نیز تأیید شد.

جدول ۲. برابری واریانس‌ها و همگنی رگرسیون خرده‌مقیاس‌های باورهای ارتباطی و باورهای ارتباطی کل

| همگنی رگرسیون | | همگنی واریانس | | متغیرها |
|---------------|-------|---------------|--------|---------------------|
| Sig | F | Sig | F لوین | |
| ۰.۹۵۹ | ۰.۰۰۳ | ۰.۰۰۷ | ۳.۵۶۳ | تخریب‌کنندگی مخالفت |
| ۰.۶۷۴ | ۰.۱۸۱ | ۰.۳۳۴ | ۰.۹۶۵ | توقع ذهن خوانی |
| ۰.۸۰۵ | ۰.۰۶۲ | ۰.۲۱۵ | ۱.۶۱۲ | تغییر ناپذیری همسر |
| ۰.۸۴۷ | ۰.۰۲۸ | ۰.۴۲۹ | ۰.۶۴۳ | کمال‌گرایی جنسی |
| ۰.۷۳۱ | ۰.۱۲۱ | ۰.۰۷۹ | ۳.۳۲۶ | تفاوت جنسیتی |
| ۰.۸۲۴ | ۰.۰۵۰ | ۰.۵۱۰ | ۰.۴۴۵ | باور ارتباطی کل |

در مرحله بعد فرضیه اول پژوهش تجزیه و تحلیل شد:

فرضیه اول: آموزش مبتنی بر رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متأهل مؤثر است.

جدول ۳ نتایج تحلیل کواریانس نمره باورهای ارتباطی کلی زنان متأهل را در مرحله پس‌آزمون نشان می‌دهد. همچنان‌که مشخص است تأثیر عضویت گروهی معنادار بود ($P < 0.001$). در نتیجه سؤال پژوهش تأیید می‌شود و می‌توان گفت آموزش با رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی کلی زنان متأهل تأثیر معنادار دارد. میزان تأثیر آموزش رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی کلی ۷۲ درصد بوده است. یعنی ۷۲ درصد واریانس پس‌آزمون (اصلاح باورهای ارتباطی کلی) مربوط به مداخلات آموزش رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایشگری بوده است. توان آماری ۱ در پس‌آزمون نشان‌دهنده این است که حجم نمونه برای این نتیجه‌گیری قابل اعتماد است.

جدول ۳. نتایج تحلیل کواریانس نمره باورهای ارتباطی کلی در مرحله پس‌آزمون

| منبع تغییرات | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | sig | مجذور اتا | توان آماری |
|--------------|---------------|------------|-----------------|---------|-------|-----------|------------|
| پیش‌آزمون | ۷۱,۷۲۳ | ۱ | ۷۱,۷۲۳ | ۵,۳۸۵ | ۰,۰۲۸ | ۰,۱۶۶ | ۰,۶۰۹ |
| گروه | ۱۶۳۸,۴۵۵ | ۱ | ۱۶۳۸,۴۵۵ | ۱۲۳,۰۱۷ | ۰,۰۰۱ | ۰,۷۲۱ | ۱ |
| خطا | ۳۵۹,۶۱۰ | ۲۷ | ۱۳,۳۱۹ | - | - | - | - |

فرضیه دوم: آموزش رویکرد تلفیقی شناختی- روان‌نمایشگری بر اصلاح خرده‌مقیاس‌های باورهای ارتباطی ناکارآمد زنان متأهل مؤثر است.

جدول ۴ نتایج تأثیر آموزش با رویکرد تلفیقی شناختی- روان‌نمایشگری را بر اصلاح خرده‌مقیاس‌های باورهای ارتباطی زنان متأهل در مرحله پس‌آزمون نشان می‌دهد. همچنان‌که مشخص است تأثیر عضویت گروهی بر همه خرده‌مقیاس‌های باورهای ارتباطی معنادار است ($P < ۰,۰۰۱$) و بین گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنادار وجود دارد. مجذور اتا برای خرده‌مقیاس‌های توقع ذهن‌خوانی ۵۱ درصد، تغییرناپذیری همسر ۳۹ درصد، تخریب‌کنندگی مخالفت ۴۱ درصد، تفاوت جنسیتی ۳۹ درصد، و کمال‌گرایی جنسی ۳۸ درصد که نشان‌دهنده مطلوبیت میزان تأثیر آموزش رویکرد تلفیقی شناختی- روان‌نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی است.

جدول ۴. نتایج تحلیل کواریانس نمره خرده‌مقیاس‌های باورهای ارتباطی کلی در مرحله پس‌آزمون

| خرده‌مقیاس‌ها | متغیرها | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | sig | مجذور اتا | توان آماری |
|---------------------|-----------|---------------|------------|-----------------|--------|-------|-----------|------------|
| توقع ذهن‌خوانی | پیش‌آزمون | ۳۸,۶۰۱ | ۱ | ۳۸,۶۰۱ | ۱۴,۴۶۲ | ۰,۰۰۲ | ۰,۳۴۹ | ۰,۹۵۶ |
| | گروه | ۷۷,۷۰۸ | ۱ | ۷۷,۷۰۸ | ۲۹,۱۱۴ | ۰,۰۰۱ | ۰,۵۱۹ | ۰,۹۹۹ |
| تغییرناپذیری همسر | پیش‌آزمون | ۲۴,۲۲۸ | ۱ | ۲۴,۲۲۸ | ۴,۳۷۹ | ۰,۰۴۶ | ۰,۱۴۰ | ۰,۵۲۳ |
| | گروه | ۹۸,۲۱۷ | ۱ | ۹۸,۲۱۷ | ۱۷,۷۵۳ | ۰,۰۰۱ | ۰,۳۹۷ | ۰,۹۸۲ |
| تخریب‌کنندگی مخالفت | پیش‌آزمون | ۴۴,۳۴۶ | ۱ | ۴۴,۳۴۶ | ۱۱,۰۵ | ۰,۰۰۴ | ۰,۲۹۰ | ۰,۸۹۳ |
| | گروه | ۷۵,۲۳۷ | ۱ | ۷۵,۲۳۷ | ۱۸,۷۵۳ | ۰,۰۰۱ | ۰,۴۱۰ | ۰,۹۸۷ |
| تفاوت جنسیتی | پیش‌آزمون | ۲۶,۵۷۶ | ۱ | ۲۶,۵۷۶ | ۱۲,۱۸۵ | ۰,۰۰۲ | ۰,۳۱۱ | ۰,۹۲۰ |
| | گروه | ۳۸,۴۵۸ | ۱ | ۳۸,۴۵۸ | ۱۷,۶۳۲ | ۰,۰۰۱ | ۰,۳۹۵ | ۰,۹۸۱ |
| کمال‌گرایی جنسی | پیش‌آزمون | ۹,۰۹۳ | ۱ | ۹,۰۹۳ | ۵,۶۰۰ | ۰,۰۲۵ | ۰,۱۷۲ | ۰,۶۲۶ |
| | گروه | ۲۷,۵۰۹ | ۱ | ۲۷,۵۰۹ | ۱۶,۹۴۲ | ۰,۰۰۱ | ۰,۳۸۶ | ۰,۹۷۸ |

نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر با نتایج تحقیقات مظاهری و حیدری [۱۰]، داتلیو و اپشتاین [۲۰]، و همچنین با نتایج تحقیق کرمی [۷] در ارتباط با اثربخشی رویکردشناختی (بدون تلفیق با رویکرد روان‌نمایشگری) بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زناشویی، همسو و هماهنگ است. مظاهری و حیدری [۱۰] در پژوهشی که با هدف تأکید بر تأثیر آموزش مهارت‌های شناختی زندگی زناشویی در تغییر باورهای ارتباطی دانشجویان طراحی و اجرا کردند، نتایج نشان داد که باورهای غیرمنطقی ارتباطی به‌طور معناداری با آموزش کاهش پیدا می‌کند. داتلیو و اپشتاین [۲۰] از رویکرد شناختی- رفتاری برای بازسازی طرحواره‌های بین نسلی خانوادگی استفاده کرده‌اند. همچنین، در پژوهش کرمی [۷] که با هدف اصلاح تحریفات شناختی زوجین بر افزایش رضایتمندی از زندگی زناشویی انجام گرفت، نتایج تحقیق نشان داد که استفاده از رویکرد شناختی بک بر اصلاح تحریفات شناختی زوجین مؤثر است.

در ارتباط با اثربخشی آموزش با تلفیق دو رویکرد شناختی و روان‌نمایشگری نیز نتایج پژوهش حاضر با نتایج تحقیقات متعدد در خارج از کشور که به بررسی اثربخشی تلفیق این دو رویکرد بر اصلاح و تعدیل باورهای غیرمنطقی افراد پرداخته‌اند، همسو و هماهنگ است. در کشور ما تحقیقی با تلفیق دو رویکرد بر اصلاح باورهای ارتباطی انجام نشده است. هامامسی [۳۰] در مطالعه‌ای تأثیر تلفیق رویکردهای روان‌نمایشگری و درمان شناختی- رفتاری را بر کاهش تحریفات شناختی مرتبط با روابط بین فردی بررسی کرد. شرکت‌کنندگان (N=۲۴) به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. نتایج نشان داد جلسات درمانی با تلفیق این دو رویکرد، تحریفات شناختی گروه آزمایشی را کاهش داده است؛ یعنی در متغیرهای اجتناب از صمیمیت، انتظارات غیرمنطقی در روابط و ذهن خوانی کاهش دیده شد. همچنین، هامامسی [۳۱] در تحقیقی دیگر بر روی باورهای غیرمنطقی افراد افسرده نشان داد که تلفیق رویکرد شناختی- رفتاری و روان‌نمایشگری در تعدیل باورهای غیرمنطقی این افراد مؤثر بوده است.

زمان کودکی درباره خود، دیگران، و دنیای‌شان باورهای خاصی ایجاد می‌کنند [۲]. مهم‌ترین این باورها، یا باورهای اصلی، ادراک‌ها یا دریافت‌هایی آن‌چنان بنیادین و عمیق‌اند که حتی برای خود افراد نیز واضح و روشن نیستند [۱۵؛ ۱۶]. باورهای منشأگرفته از خانواده پدری، چه خودآگاه و چه ناخودآگاه، از جانب هر دو زوج به هم می‌پیوندند و باعث بروز و شکل‌گیری طرحواره‌های خانواده فعلی می‌شوند. آنچه برای یک خانواده درمانگر شناختی اهمیت ویژه‌ای دارد این است که باورهای ناکارآمد خانواده می‌توانند یادگیری‌زدایی شوند و باورهای جدیدی که مبنای واقعی و کارایی بیشتری دارند می‌توانند از طریق درمان ایجاد شده و یاد گرفته شوند. دلایل متعددی وجود دارد که تلفیق رویکردشناختی با رویکرد روان‌نمایشگری نه تنها می‌تواند در اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد زناشویی مؤثر باشد، بلکه تلفیق رویکرد

روان‌نمایشگری با بسیاری از رویکردهای درمانی از جمله رویکردهای خانواده‌درمانی، می‌تواند کیفیت درمان را به میزان زیادی ارتقا بخشد که بدین شرح تبیین می‌شود.

- همان‌طور که ذکر آن رفت، باورهای ارتباطی ناکارآمد، باورهای معیوبی‌اند که در تعاملات و روابط بین فردی زن و شوهر بروز پیدا می‌کنند. مورنو، بنیانگذار رویکرد روان‌نمایشگری، نیز علاقه خاصی به تعامل و نوع رابطه افراد با یکدیگر، مثلاً رابطه زن و شوهر، والدین و فرزندان، معلم و کودک داشت. اهمیت ارتباطات بین فردی در نظریه «نقش» مورنو آشکار است. او در درمان خود به مراجع کمک می‌کرد نقش‌هایش را از زوایای مختلف و در ارتباط با افراد مختلف بررسی کند. مراجعان با اجرای نقش به جای صحبت کردن صرف درباره آن‌ها به احساسات و نگرش‌هایی پی می‌بردند که قبلاً متوجه آن نبودند و به این ترتیب می‌توانستند سریع‌تر در افکار و رفتار خود تغییر ایجاد کنند. مورنو همچنین به مفهوم دیگری در درمان به نام «فاصله‌گیری از نقش»^۱ نیز علاقه‌مند بود. فاصله‌گیری از نقش با «عینی‌نگری» درباره رویدادها و بررسی نقش و سهم خویش در رخداد آن‌ها افزایش می‌یابد [۲۸]. اهمیت عینی‌نگری در مفهوم فاصله‌گیری از نقش مورنو در واقع به مفاهیم زیربنایی و تکنیک‌های متعدد در رویکرد شناختی نظیر تکنیک «بررسی شواهد»، «جدال با باورهای معیوب»، و بسیاری از تکنیک‌های نظریه‌شناختی نزدیک می‌شود. در کاربرد این تکنیک‌ها نیز، مراجع تشویق می‌شود تا به جای تکیه بر باورها و الزامات ساخته و پرداخته ذهن خودش، هرچه بیشتر به واقعیت‌ها درباره خود و در تعامل با دیگران تکیه کند. از طرفی در رویکرد روان‌نمایشگری می‌توان از بدل و من‌های یاور کمک گرفت تا در برخورد با پروتاگونیست همانند یک شناخت‌درمانگر عمل کرده و با پروتاگونیست نوعی روش گفت‌وگوی سقراطی به راه انداخته و افکار غیرمنطقی او را با هدف دستیابی به واقعیت عینی و بررسی نقش و سهم این افکار در رخداد تعارضات، به چالش بکشانند. در واقع، بدل و من‌های یاور می‌توانند به جای شناخت درمانگر در اتاق درمان فردی، با باورهای غلط پروتاگونیست در صحنه نمایش و با کمک گروه، به جدال برخیزند (نقطه تلفیقی دو رویکرد شناختی و روان‌نمایشگری) و در قالب ایفای نقش، آگاهی از این باورهای ناکارآمد را برای مراجع ملموس‌تر و عینی‌تر کنند. به عبارت دیگر، من‌های یاور می‌توانند تکنیک‌های مختلف شناخت‌درمانی نظیر «بررسی شواهد» و «جدال با باورهای معیوب» را از طریق ایفای نقش و با هدف کمک به اصلاح تحریفات شناختی پروتاگونیست به اجرا درآورند. بدین ترتیب، در رویکرد روان‌نمایشگری وقتی افراد نقش‌های مختلف را بازی می‌کنند و دیدگاه جدیدی درباره روابطشان با دیگران اتخاذ می‌کنند، فاصله‌گیری فرد از نقش خود افزایش می‌یابد. بنابراین، می‌توان با تکیه بر تکنیک‌های مختلف موجود در رویکرد روان‌نمایشگری و در قالب ایفای نقش، به حذف سوگیری‌ها و تحریفات فکری افراد پرداخت.

تحقیق حاضر با محدودیت‌هایی نیز مواجه بود که عبارت‌اند از اینکه این پژوهش فقط روی خانم‌های متأهل اجرا شد؛ بنابراین، برای تعمیم یافته‌های تحقیق باید متغیر جنسیت منظور شود. همچنین تحقیق حاضر فقط روی زنان متأهل که دانشجوی بوده‌اند اجرا شد. بنابراین، به منظور تعمیم یافته‌های تحقیق باید متغیر سطح تحصیلات منظور شود. همچنین، با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، که نشان داد آموزش رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایشگری بر اصلاح باورهای ارتباطی ناکارآمد مؤثر است، پیشنهاد می‌شود که در مراکز مشاوره برای زوجینی که باورهای ارتباطی ناکارآمد دارند، دوره‌های آموزشی با رویکرد تلفیقی شناختی-روان‌نمایشگری برگزار شود.

منابع

- [۱] اسلامی، معصومه (۱۳۸۵). «بررسی رابطه بین باورهای غیرمنطقی و کارکرد خانواده در مراجعه‌کنندگان به دادگاه خانواده شهر تهران»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء.
- [۲] افقه، سوسن (۱۳۸۷). آرون تمکین بک، پیشگام شناخت‌درمانی، تهران: دانژه.
- [۳] بلاتر، آدام (۱۳۸۳). درون‌پردازی: روان‌درمانی با شیوه‌های نمایشی: تئاتر درمانی، ترجمه حسن حق‌شناس و حمید اشکانی، تهران: رشد.
- [۴] بلاتر، هوارد (۱۳۷۰). تئاتر درمانی (روان‌درمانی با شیوه‌های نمایش)، ترجمه حسن حق‌شناس و حمید اشکانی، تهران: رشد.
- [۵] حیدری، محمود؛ مظاهری، محمدعلی؛ پوراعتماد، حمیدرضا (۱۳۸۴). «رابطه باورهای ارتباطی با احساسات مثبت نسبت به همسر»، فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۲، ص ۱۲۱-۱۳۰.
- [۶] دهشیری، غلامرضا (۱۳۸۴). «مقایسه باورهای ارتباطی زنان مراجعه‌کننده به مراکز قضایی و زنان مایل به ادامه زندگی مشترک شهر تهران»، فصلنامه خانواده‌پژوهی، س ۱، ش ۲، ص ۱۳-۲۴.
- [۷] کرمی، جلال (۱۳۸۶). «اثر بخشی اصلاح تحریف‌های شناختی زوجین در افزایش رضایت زناشویی آنان بر اساس شناخت‌درمانی بک»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- [۸] کوری، جerald (۱۳۸۵). هنر مشاوره تلفیقی، ترجمه احمد اعتمادی و ژانت هاشمی‌آذر، تهران: فراروان.
- [۹] مظاهری، محمدعلی؛ پوراعتماد، حمیدرضا (۱۳۸۰). «مقیاس باورهای ارتباطی»، چاپ‌نشده، پژوهشکده خانواده دانشگاه شهید بهشتی.
- [۱۰] مظاهری، محمدعلی؛ حیدری، محمود (۱۳۸۱). «مطالعه مقدماتی نقش آموزش مهارت‌های شناختی زندگی زناشویی در تغییر باورهای ارتباطی دانشجویان»، مجله روان‌شناختی، ۶، ۴.
- [۱۱] هارجی، اوئن (۱۳۸۵). مهارت‌های اجتماعی در ارتباطات میان‌فردی، ترجمه مهرداد فیروزبخت و خشایار بیگی، تهران: رشد.
- [12] Addis, J., & Bernard, M. (2000). Marital adjustment and irrational belief. *Journal of Rational-Emotive and cognitive-behavior therapy*, 20, pp 3-13.
- [13] Avrahami, E. (2003). Cognitive-behavioral approach in psychodrama:

- Discussion and example from addiction treatment. *The Arts in Psychotherapy*, 30, pp 209-216.
- [14] Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorder*. New York: International university press.
- [15] Beck, A. T., Epstein, N., Harrison, R. (1983). Cognitions, attitudes and personality dimensions in depression. *British Journal of Cognitive Psychotherapy*, 1, pp 1-16.
- [16] Beck, A. T., Rush, A. J., Show, B. F. .&Emergy, G. (1997). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford press.
- [17] Blatner, A. (1999). *Psychodramatic methods in family therapy*. Northvale, NJ: Arosna.
- [18] Boucom, D. h., Epstein, N. (1996). Cognitions in marriage: The relationship between standards and attributions. *Journal of Family Psychology*, 1, pp 209-222.
- [19] Chasin, R., Roth, S., &Bograd, M. (1989). Action methods in systemic therapy: Dramatizing ideal futures and reformed pasts with couples. *Family Process*, 28, pp 121-136.
- [20] Dattilio, F. M., Epstein, N. (2005). The restructuring of family schemas: A cognitive-behavioral perspective. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31, pp 15-30.
- [21] Debord, J., Romans, J.S.C., &Krieshok, T. (1996). Predicting dyadic adjustment from general and relationship-specific beliefs. *Journal of Psychology*, 130, pp 263-280.
- [22] Eidelson, R. J. & Epstein, N. (1982). Cognition and relationshipmaladjustment: Development of a measure of dysfunctional belief. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, pp 715 -720.
- [23] Epstein, N. (1981). Cognitive Marital therapy: Multi level assessment and intervention. *Journal of Rational-Emotive Therapy*, 4, pp 68 – 81.
- [24] Fincham, F.D., & Bradbury, T.N. (1987). Cognitive processes and conflict in close relationships: An attribution-efficacy model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, pp 245-274
- [25] Fincham, F.D. & Bradbury, T.N. (1993). The impact of attributions in marriage: Empirical and conceptual foundations. *British journal of clinical psychology*, 27, pp 77-90.
- [26] Freeman, A. (1993). *Comprehansive casebook of cognitive therapy*. Newyork: Plenum.
- [27] Gottman, J.M., &Notarius, C.I. (2000). Decade review: Observing maritalInteraction. *Journal of Marriage and Family*, 62, pp 927-947.
- [28] Greenberg, L. A. (1974). *Psychodrama, theory and therapy*. Behavioralpublications: New York.
- [29] Guldner, C. A. (1982). Multiple family psychodramatictherapy. *Journal of Group Psychotherapy, psychodrama, and Sociometry*, 35, pp 47-56.
- [30] Hamamci, Z. (2002). The effect of integrating psychodrama and Cognitive-Behavioral therapy on reducing cognitive distortion in interpersonal relationship. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 51, pp 3 - 13.
- [31] Hamamci, Z. (2006). Integrating psychodrama and cognitive behavioraltherapy to treat moderate depression. *Arts in Psychotherapy*, 3, pp 27-35.

- [32] Kipper, D.A. (2002). The Cognitive Double: Integraing Cognitive and ActionTechniques. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 45, pp 95-115.
- [33] Leveton, E. (1991). The use of doubling to counter resistance in family and individual treatment. *The Art in Psychotherapy*, 18, pp 241-249.
- [34] Markman, H.J., &Halford, W.K. (2005). International perspectives on couple relationshipeducation. *Family Process*, 44, pp 139-146.
- [35] Metts, S., &Cupach, W.R. (1990). The influence of relationship beliefs and problem solving responses on satisfaction in romantic relationships. *Human Communication Research*, 17, pp 170-185.
- [36] Moller, A. T., & Merwe, V.J.D. (1997). Irrational belief, interpersonal perception and marital adjustment. *Journal of Rational Emotive and Cognitive Behavioral Therapy*, 15, pp 260-290.
- [37] Moller, A. T., &Vanzeyl, P.D. (1991). Relationship Beliefs, Interpersonal Perception & Marital Adjustment. *Journal of clinical psychology*, pp 47,6-28.
- [38] Moreno, J. L. (1987). *The Essential Moreno: Writing on Psychodrama, Group Method, and Spontaneity*. Springer. NewYork.
- [39] Nickl, T. K.(2006). The relationship between irrational belief and marital satisfaction. Submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of doctor of philosophy in educational psychology, northen: Arizona.
- [40] Perrott, L. (1986). Using psychodramatic technique in structural family therapy. *Contemporary. Family Therapy*, 8, pp 279-290.
- [41] Seeman, H, & Wiener, D. J. (1985). Comparing and using psychodrama with family therapy: Some cautions. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry*, 37, pp 143-157.
- [42] Sullivan, B., &Swebel, A. (1995). Relationship Beliefs & Expectations of satisfaction in marital relationship. *Family Journal*, 3, pp 8-28.
- [43] Williams, A. (1998). Psychodrama and family therapy: What`s in the name? *International Journal of Action Methods*, 50, pp 139-165.