



فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی

## مقایسه اثربخشی تلفیق روش سیستمی ساختاری با روش راه حل محور بر تعارضات زناشویی، مرزها و مثلث سازی زوجین

دانشجوی دکتری مشاوره، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران  
دانشیار گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران  
استادیار گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

عباس باباصفری <sup>id</sup>

سیدحمید آتش‌پور\* <sup>id</sup>

زهرا یوسفی <sup>id</sup>

hamidatashpour@gmail.com

ایمیل نویسنده مسئول:

پذیرش: ۱۴۰۰/۰۶/۱۴

دریافت: ۱۴۰۰/۰۳/۰۷

فصلنامه علمی پژوهشی  
خانواده درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۴۳۰-۲۷۱۷

<http://Aftj.ir>

دوره ۲ | شماره ۳ پیاپی ۷ | ۲۱۷-۱۹۶

پاییز ۱۴۰۰

نوع مقاله: پژوهشی

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:

درون متن:

(باباصفری، آتش‌پور و یوسفی، ۱۴۰۰)

در فهرست منابع:

باباصفری، عباس، آتش‌پور، سیدحمید، و یوسفی، زهرا. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی تلفیق روش سیستمی ساختاری با روش راه حل محور بر تعارضات زناشویی، مرزها و مثلث سازی زوجین. فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی، ۲(۳ پیاپی ۷): ۲۱۷-۱۹۶.

### چکیده

**هدف:** این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی تلفیق روش سیستمی ساختاری در مقایسه با روش راه‌حل محور با روش سیستمی بر تعارضات زناشویی، مرزها و مثلث‌سازی زوجین شهر اصفهان انجام شد. **روش پژوهش:** پژوهش از نوع شبه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه آزمایش و گواه بود. جامعه آماری کلیه زوجین متأهل و دارای تعارض شهر اصفهان در سال ۹۸-۹۹ بود که از بین آنان ۳۰ زوج به شکل در دسترس انتخاب شدند و به طور تصادفی در سه گروه آزمایش و یک گروه گواه (هر گروه ۱۰ زوج) قرار گرفتند. ابزارهای پژوهش مقیاس تعارضات زناشویی ثنایی و همکاران (۱۳۷۵) و مرزها و مثلث‌سازی دهقانی و یوسفی (۱۳۹۸) بود. گروه آزمایش روش تلفیق روش سیستمی ساختاری برگرفته از شیرزادی و همکاران (۱۳۹۸) و گروه آزمایشی روش راه‌حل محور برگرفته از بسته آموزشی یوسفی (۱۳۹۹) به مدت هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای را دریافت کردند. داده‌ها با استفاده از واریانس اندازه‌های مکرر تحلیل شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد روش تلفیق روش سیستمی ساختاری و روش راه‌حل محور بر بهبود تعارضات زناشویی ( $F=178/29$  و  $P<0/01$ )، مثلث‌سازی ( $F=5/612$  و  $P<0/01$ ) و مرزهای خشک ( $F=178/29$  و  $P<0/01$ ) مرزهای منعطف ( $F=905/67$  و  $P<0/01$ ) و مرزهای بی‌بندوبار ( $F=202/15$  و  $P<0/01$ ) مؤثر هستند. نتایج آزمون توکی نشان داد که روش تلفیقی از روش سیستمی بر متغیرهای وابسته اثربخش‌تر است و این تأثیر در مرحله پیگیری پایدار گزارش شد. **نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج حاضر می‌توان گفت برای بهبود تعارضات زناشویی، مثلث‌سازی و ابعاد مرزها از روش تلفیقی بهره‌گرفت؛ هر چند هر دو روش تأثیرپذیری خود را نشان دادند.

**کلیدواژه‌ها:** سیستمی-ساختاری، راه‌حل محور، تعارضات زناشویی، مرزها، مثلث‌سازی

## مقدمه

دستیابی به جامعه سالم در گرو خانواده سالم و دستیابی به خانواده سالم در گرو افرادی است که از سلامت روانی مطلوبی برخوردار باشند. ورود به نظام خانواده برعکس سایر نظام‌های اجتماعی از طریق تولد، به فرزندگی گرفتن و ازدواج ممکن است و تنها مرگ، عضویت در نظام خانواده را از بین می‌برد (کراس، اورت و رابینز، ۲۰۲۰). هر یک از اعضای خانواده وظایفی دارند و شکست در انجام وظایف منجر به ایجاد نارضایتی شده و تعارضات زناشویی را در پی دارد (ویشمن، ۲۰۱۹). اختلافات یا تعارضات زناشویی<sup>۱</sup> عبارت است از هر نوع تنازع بر سر تصاحب پایگاه‌ها و منابع قدرت که در جهت حذف امتیازات دیگری و افزایش امتیازات خود بروز می‌کند، بدیهی است که طرفین نزاع بر آن هستند که به حریف خود آسیب برسانند، تاکتیک‌های او را خنثی سازند و بالاخره او را از صحنه بیرون کنند (فینچمن، ۲۰۰۳). از سوی دیگر تعارض زمانی به وجود می‌آید که زوجین به دلیل همکاری و تصمیمات مشترکی که می‌گیرند درجات مختلفی از استقلال و همبستگی را نشان دهند که این تفاوت‌ها را می‌توان روی یک پیوستار از تعارض خفیف تا کامل طبقه‌بندی کرد (یوسفی و کریم‌نژاد، ۱۳۹۷). به نظر می‌رسد دو عامل سیستمی همه در خانواده یعنی مرزها و مثلث‌سازی نیز در این میان نقش چشم‌گیری در شکل‌دهی به تعارضات دارند.

یکی از موضوعات مهم در خانواده متغیرهای سیستمی خانواده یعنی مثلث‌سازی<sup>۲</sup> و مرزها در محیط خانواده است. منظور از مثلث‌سازی آن است که در زمان تنش بین دو نفر شخص ثالثی (داوطلبانه یا در پی دعوت او) وارد ماجرا شود تا تعاملی سه نفری تشکیل گردد. مثلث‌سازی در مواردی انجام می‌شود که روابط فرد با دیگران توأم با تنش باشد. بعضی مثلث‌ها سالم‌اند و بعضی ناسالم. مثلث ناسالم شیوه مکرر برخورد با اضطراب است که در صورت تنش بین دو شخص به شخص یا شیئی دیگر فرافکنی می‌شود مرزبندی سیستم به این معنی است که چه کسی می‌تواند در تعاملات شرکت کند و چگونه که البته این خود قواعدی دارد. این قواعد تعاملی یا مرزها از لحاظ انعطاف‌پذیری متفاوت‌اند. خانواده از لحاظ میزان انعطاف‌پذیری و نفوذ مرزها سه گونه‌اند: ۱. خانواده‌های با مرزهای بسته و نفوذ ناپذیر ۲. خانواده‌های با مرزهای مبهم و گنگ و ۳. خانواده‌های به اندازه کافی انعطاف‌پذیری با مرزهای روشن و کارکرد مناسب (مینوچین، لی و سیمون، ۲۰۰۶). از درمان‌های رایج و شناخته شده در خانواده‌درمانی برای بهبود سازه‌های خانوادگی درمان سیستمی ساختاری است که بر پایه تجربیات و پژوهش‌های سالوادور مینوچین و همکاران شکل گرفته است. ایده اصلی خانواده درمانی ساختاری این است که نشانه مرضی فرد هنگامی که در بافت الگوهای تعاملی خانواده ارزیابی شود، بهتر قابل درک و شناخت است. یکی از فنون ویژه و منحصر به فرد خانواده درمانی ساختاری به اجرا در آوردن الگوهای تعامل خانواده در جلسه درمان است. همچنین هدف اصلی آن تسهیل حل مشکلات موجود و رشد سالم خانواده با تمرکز بر ارتباط بین فردی و اعضای مهم خانواده و شبکه اجتماعی می‌باشد. علاوه بر آن مفروضه اصلی خانواده درمانی ساختاری این است که

1. Marital conflicts
2. Triangulation

هر خانواده دارای یک ساخت است و این ساخت تنها زمانی که خانواده در حال عمل است، آشکار می‌شود. به عبارت دیگر ساختار مجموعه‌ای نامرئی و پنهان از نقش‌هاست که اعضای خانواده از آن طریق با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند. ویژگی عمده درمان در این مدل تأکید بر اینجا و اکنون است. درمانگران خانواده درمانی ساختاری از درون سیستم خانواده در پی ایجاد تغییر و رشد و بهبود روابط خانواده هستند (ریتر، ۲۰۱۷). به هر حال این روش از نقاط ضعفی نیز برخوردار است برای مثال حاکمیت درمانگر بر جلسه که ممکن است مقاومت خانواده را در مقابل درمان افزایش دهد و بی‌توجهی به قدرت تشخیص مراجع که می‌تواند بسیاری از پتانسیل‌های مراجع را هدر دهد (کار، ۲۰۱۶). از دیگر مداخلات درمانی مؤثر جهت بهبود کیفیت روابط زناشویی و ارتقاء رضایت زناشویی، درمان راه حل محور است. درمان کوتاه مدت راه حل محور یک رویکرد غیر آسیب‌شناختی به درمان است که به جای تمرکز بر مشکلات و بیماری‌ها بر جنبه‌های مثبت و سالم زندگی تأکید می‌کند. بدین ترتیب درمانگران راه حل محور به جای توجه به کمبودها و ناتوانی‌ها، پایه‌ی اولیه‌ی کارشان را بر روی نیروها، منابع و توانایی‌های مراجع قرار می‌دهند (کیم، ۲۰۰۶).

متفاوت از بسیاری از رویکردهای بالینی بینش‌محور، در رویکرد راه حل محور مراجعان بر اهداف برجسته، قابل دسترسی، ملموس و قابل اندازه‌گیری تمرکز دارند. در این رویکرد کنکاش درباره‌ی گذشته و گله و شکایت به عنوان موانعی برای فرایند درمانی شناخته شده است (برگ و کلی، ۱۹۹۷). اساساً درمان کوتاه مدت راه حل محور بر این فرض استوار است که درک مراجعان از مشکلاتشان و راه حل‌های ممکن را تغییر دهند. رویکرد کوتاه مدت راه حل محور این تغییر را از طریق صحبت با مراجعان و اینکه چگونه مسائشان را حل کنند، به وجود می‌آورد. یکی از اصول مهم این درمان این است که مراجع نسبت به راه حل‌های موجود فعلی، شناخت پیدا کند. شناختی که قابلیت تبدیل به واقعیت اجتماعی و راه حل‌های جدیدتر را دارا می‌باشد. سه تفکر اساسی، درمان راه حل محور را هدایت می‌کند ۱) اگر چیزی نشکسته است، آن را ترمیم نکنید؛ ۲) به محض اینکه دانستید چه کاری مؤثر است، آن را بیشتر انجام دهید؛ ۳) اگر کاری مؤثر نیست، آن را دوباره انجام ندهید و کار متفاوتی انجام دهید (فرانکلین، بولتون و گاز، ۲۰۰۹).

درمان کوتاه مدت راه حل محور هر مراجع را به عنوان یک فرد خود رهبر و آماده می‌داند. فردی که امتیازات درونی و ویژگی‌های منحصر به فردی را دارا می‌باشد. این تفاوت‌ها باعث می‌شود هر مراجع بتواند برای یافتن راه حل‌های ویژه‌ی خود اقدام کند. ملاک حل مشکل در درمان راه حل محور زمانی است که یا مشکل کاملاً برطرف شده است و یا پیشرفت‌های قابل ملاحظه‌ای بر اساس اهداف تعیین شده، حاصل شده باشد. فرایند درمان راه حل محور معمولاً شامل پنج مرحله است: ۱) مشخص کردن مشکل و هدف؛ ۲) شناسایی و افزایش استثناات؛ ۳) مداخلات یا وظایف طراحی شده برای شناسایی و افزایش استثناات؛ ۴) ارزیابی تأثیرات مداخلات و ۵) ارزیابی دوباره‌ی مشکل و هدف (بوچمین، ۲۰۱۸). به هر حل منتقدان هشدار می‌دهند که رویکرد راه حل محور بیش از حد ساده، بیش از حد کوتاه مدت و بیش از حد متکی بر تلقین‌پذیری است و بنابراین احتمال دارد به فواید بلند مدتی که ادعا می‌کند نرسد. همچنین این رویکرد

خیلی فرمولی است و ممکن است مراجعان یاد بگیرند با درمانگر کنار بیایند و شکایتشان را پیش خود نگه دارند (کورکوران و پیلا، ۲۰۰۹).

علیرغم کاستی‌های دو روش تاکنون پژوهش‌های گوناگونی در خصوص اثربخشی هریک از این روش‌ها به طور مجزا انجام شده است از جمله شیرزادی، شفیع‌آبادی و دوکانه‌ای فرد (۱۳۹۷) اثربخشی روش ساختاری بر کاهش طلاق عاطفی؛ نامنی، کشاورز افشار، فرازی و گلشن (۱۳۹۷) اثربخشی این روش بر بهبود سازگاری زوجین، موسوی، مرادی و مهدوی هرسینی (۱۳۸۴) بر بهبود عملکرد خانواده؛ را نشان داده‌اند و از سوی دیگر برخی پژوهش‌گران اثربخشی روش راه‌حل‌مدار را بر سازه‌های خانوادگی نشان داده‌اند برای مثال یافته‌های گیتی‌پسند، آری‌فر و حسینیان (۱۳۹۸) اثربخشی این روش را بر سرزندگی و عواطف زوجی و نامنی و شیرآشتیانی (۱۳۹۵) اثربخشی این روش را بر سرزندگی و کنترل عواطف نشان داده‌اند ولی پژوهش چاپ شده‌ای به تلفیق دو روش ساختاری-سیستمی و راه‌حل‌مدار و اثربخشی آن بر رضایت زناشویی و روابط خانوادگی نپرداخته است. در پژوهش حاضر از تلفیق درمان کوتاه مدت راه حل مدار و خانواده درمانی سیستمی ساختاری که توسط خانواده درمانگر هدایت می‌شود، جهت تغییر استفاده شد. به نظر می‌رسد این دو روش از سازوکارهایی برخوردارند که می‌توانند نقاط ضعف هم را پوشش داده و بر سازه‌های خانوادگی اثر معنادار داشته باشند. این درمان تلفیقی طبق روش یوسفی (۱۳۹۹) برای تلفیق دو روش آماده شده است و نتیجه شامل محورهای زیر بود: تعیین اهداف توسط زوجین (طبق روش راه-حل‌مدار) و بر اساس رویکرد خانواده سالم (طبق نظریه ساختاری)؛ توجه به شکل دادن به مرزها (روش ساختاری) ممانعت از شکل‌گیری مثلث‌سازی، بهبود مهارت‌های ارتباطی، سازمان‌دهی ساختار خانواده با اصلاح سلسله مراتب قدرت در خانواده، مثلث‌زدایی، آموزش مهارت‌های ارتباطی، تنظیم قدرت در خانواده، الحاق به خانواده و مدیریت جلسه توسط درمانگر (روش ساختاری) و آغاز با تغییرات حداقلی، تنظیم قدرت در خانواده، توجه به نقاط مثبت به جای نقاط منفی، استثنا‌یابی، سؤالات معجزه، در میان گذاشتن فرضیه‌های درمانگر با خانواده، مکتوب کردن و بیرونی کردن مسائل (روش راه‌حل‌مدار). با توجه به مطالب بیان شده به نظر می‌رسد تلفیق چنین درمانی در غنای متون پژوهش و خانواده‌درمانی مؤثر باشد از این‌رو پژوهش حاضر به دنبال پاسخ‌گویی به این سؤال بود:

۱. آیا تلفیق روش سیستمی ساختاری با روش راه حل محور بر رضایت زناشویی و روابط خانوادگی خانواده زوجین در مرحله پس‌آزمون اثر معنادار دارد؟
۲. آیا تلفیق روش سیستمی ساختاری با روش راه حل محور بر رضایت زناشویی و روابط خانوادگی خانواده زوجین در مرحله پیگیری پایدار است؟

### روش پژوهش

با توجه به هدف و ماهیت پژوهش (اثربخشی بسته آموزشی درمانی روش سیستمی ساختاری - راه حل محور بر رضایت زناشویی و روابط خانوادگی زوجین دارای تعارض) از روش آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه گواه استفاده شد. بدین منظور از بین زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره

شهر اصفهان، مرکز مشاوره راه عشق انتخاب و ۳۰ زوج از بین زوجین مراجعه‌کننده در فصل پاییز سال ۱۳۹۹ به این مرکز بود که علت مراجعه آنان تعارضات زناشویی با رعایت ملاک‌های ورود و خروج در فراخوان دوره ثبت‌نام کردند و در نهایت به شکل در دسترس پس از اطلاع‌رسانی نمونه‌های پژوهش انتخاب شدند و به شکل تصادفی در گروه‌های آزمایش و گروه گواه (هر گروه ۱۰ زوج) قرار گرفتند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: گذشتن حداقل ۳ سال از زندگی مشترک، عدم تشخیص اختلال‌های شخصیتی و یا اختلال بالینی شدید در زوجین که به نحوی که در روند آموزش اختلال ایجاد نماید (بر اساس مصاحبه DSM)، عدم ابتلاء به سوءمصرف مواد و الکل و عدم دریافت داروهای روان‌پزشکی که به وسیله‌ی مصاحبه تشخیصی و سؤال مستقیم از افراد بررسی می‌شود؛ علاقه‌مندی و تمایل به شرکت داوطلبانه در پژوهش و بیان تجارب؛ عدم شرکت در دوره‌های مشاوره یا درمان هم‌زمان و ملاک‌های خروج از پژوهش عبارت بودند از عدم تمایل به شرکت در پژوهش و یا کناره‌گیری از پژوهش و غیبت ۲ جلسه و بیشتر در آموزش.

### ابزارهای پژوهش

۱. پرسشنامه تعارضات زناشویی<sup>۱</sup>. پرسشنامه تعارضات زناشویی ثنائی، براتی و بوستانی یک ابزار ۵۴ سؤالی است که برای سنجیدن تعارضات زن و شوهری و بر مبنای تجربیات بالینی ثنائی ذاکر ساخته 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 فرزند، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر و کاهش ارتباط مؤثر است. این پرسشنامه روی یک گروه ۱۲۰ نفری متشکل از ۴۸ مرد و ۷۲ زن که برای رفع تعارضات زناشویی خود به مراکز مشاوره تهران مراجعه کرده بودند و نیز یک گروه گواه ۱۵۰ نفری زوج‌های عادی هنجار شده است. هر مقیاس روی یک مقیاس پنج درجه‌ای از (همیشه) تا (هرگز) نمره‌گذاری می‌شود که به تناسب به یک تا پنج نمره به آن‌ها اختصاص داده می‌شود. حداکثر نمره کل پرسشنامه ۲۷۰ و حداقل آن ۵۴ است. همسانی درونی کل از طریق آلفای کرونباخ (۰/۸۸۴ =) به دست آمده است.

۲. پرسشنامه مثلث سازی<sup>۲</sup>. این پرسشنامه دارای ۱۸ سؤال می‌باشد که بر روی یک طیف ۵ درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شود؛ و میل به مقابله کردن با مشکلات ارتباطی از طریق دخیل کردن شخص ثالث را ارزیابی می‌کند. این مقیاس شامل ۳ خرده مقیاس (مثلث سازی منفی، پشتیبان و مثلث سازی با فرزند) است که حاصل تحلیل عوامل اکتشافی می‌باشد. دهقانی ششدهد و یوسفی (۱۳۹۶) برای روایی سازه‌ای آن تحلیل عامل تأییدی، تحلیل عامل اکتشافی، تحلیل و همبستگی هر سؤال با نمره کل را گزارش کردند. همچنین روایی همگرایی آن را تأیید کرده‌اند.

1. Marital Conflict Questionnaire

2. Triangulation questionnaire

۳. پرسشنامه مرزبندی<sup>۱</sup>. پرسشنامه دارای ۲۸ سؤال می‌باشد که بر روی یک طیف ۵ درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شود؛ و دارای سه خرده مقیاس مرزهای خشک، مرزهای بسته و مرزهای منعطف می‌باشد. دهقانی ششدهد و یوسفی (۱۳۹۶) برای روایی سازه‌ای آن تحلیل عامل تأییدی، تحلیل عامل اکتشافی، تحلیل و همبستگی هر سؤال با نمره کل را گزارش کردند. همچنین روایی همگرایی آن را تأیید کرده‌اند.

۴. بسته آموزشی تلفیقی روش سیستمی - ساختاری و روش راه حل محور. این بسته آموزشی طی انجام یک پژوهش کیفی تهیه شد و مراحل آن بر گرفته از روش یوسفی (۱۳۹۹) بود که شامل این مراحل است: (۱) بررسی مزایای هر یک از روش‌ها و (۲) نقد دو روش و استخراج کاستی‌های آن‌ها؛ (۳) در این مرحله مزایا و معایب مستخرج توسط هفت متخصص خانواده درمانگر به کمک یک فرم ارزیابی بررسی و تأیید شد؛ (۴) تلفیق دو نظریه بر مبنای تکمیل معایب روش با مزایای روش مقابل؛ (۵) مرحله ششم تأیید نهایی محورهای روش تلفیقی مستخرج توسط خانواده درمانگران به کمک فرم ارزیابی؛ (۶) در این مرحله بسته‌ی درمانی تلفیقی بر اساس خط مشی‌های APA آمده شد و ۷ اعتباریابی بسته تلفیقی نهایی که در این مرحله ضریب کاپای کوهن به عنوان ضریب توافق هفت داور، در مورد محتوا، زمان، ساختار و کیفیت بسته آموزشی برای آموزش تلفیقی برابر ۰/۹۵ محاسبه شد. در ادامه این طرح درمان آمده است. همان‌گونه که در جدول زیر آمده است اهداف و محورهای درمانی بر اساس نظریه ساختاری تدوین شد و سپس فنون دستیابی به اهداف بر اساس روش راه حل مدار تنظیم شد. در ادامه خلاصه جلسات تلفیق درمان ساختاری با درمان راه حل مدار آمده است:

جلسه اول. آشنایی اولیه، اجرای پیش‌آزمون، آموزش شاخص‌های و معیارهای خانواده سالم، آشنایی با مفهوم مرزها در خانواده، ویژگی‌های هر نوع از مرزها و نتایج هر یک از این نوع مرزها بر انطباق و انسجام خانوادگی، تکمیل کاربرد تعیین اهداف برای دستیابی به مرزهای منعطف با آغاز تغییرات کوچک و مشخص‌سازی این تغییرات.

جلسه دوم. آموزش نقش مرزهای منعطف در شکل‌گیری انطباق متعادل و انسجام متوازن در روبه‌رویی با مشکلات و تغییرات خانوادگی، درک اهمیت مرز منعطف در ارتباط با خانواده‌های گسترده و کاهش تعارضات، آموزش نحوه تنظیم قوانین خانوادگی شفاف جهت دستیابی به مرزهای منعطف، آموزش اهمیت توجه به پذیرش نقش‌ها و مسئولیت‌پذیری در بهبود وظایف مرتبط با خانواده در حفظ حریم رمز منعطف. تکمیل کاربردهای عوامل مزاحم در شکل‌گیری مرزهای منعطف، وظایف من برای حفظ مرزهای منعطف، قوانین خانه‌ی ما: صحیح یا غلط. تکمیل کاربرد تنظیم اهداف دستیابی به مرزهای منعطف توسط زوجین و یافتن روزهای استثنایی که در آن مرزهای منعطف وجود داشته و یافتن مزایای آن.

جلسه سوم. آموزش اهمیت سلسله مراتب قدرت در حفظ مرزها منعطف، نقش منفی خودخواهی و تک-روی در آشفتگی مرزها، آشنایی با تعارضات ناشی از نبود سلسله مراتب قدرت و عواقب منفی آن، آشنایی با روش‌های تنظیم سازگار و ناسازگار تنظیم قدرت در خانواده. تکمیل کاربردهای تعیین اهداف توسط

زوجین برای تنظیم سلسه مراتب قدرت به کمک تغییرات کوچک، تکمیل کاربردگ و وقوع معجزه در تنظیم قدرت و آثار آن بر زندگی زوجین.

**جلسه چهارم.** آموزش مفهوم مثلث‌سازی، انواع آن، علل مثلث‌سازی و آثار و عواقب آن در آشفتگی مرزها و پیچیده شدن مشکلات خانوادگی و به تعویق افتادن حل مشکلات خانوادگی، آشنایی با شیوه‌ی حل مسئله به جای استفاده از مثلث‌سازی. تکمیل کاربردگ‌های: من با چه کسانی مثلث‌سازی می‌کنم؟ اثر مثلث‌سازی من بر روی همسرم، تعیین اهداف و یافتن راه‌های تنظیم قدرت توسط زوجین که به مثلث‌زدایی کمک می‌کند و تکمیل کاربردگ روز معجزه روز بدون مثلث‌سازی و آثار احتمالی آن.

**جلسه پنجم.** آموزش عوامل مؤثر بر شکل‌گیری مرزهای منعطف و مثلث‌زدایی در خانواده و توجه به ارتباطات در آسیب‌شناسی خانواده، آشنایی زوجین با این نکته که علیت مشکلات خانوادگی حلقوی است و نه خطی، بحث و گفتگو در خصوص مهارت‌های ارتباطی و پیام‌هایی که در خانواده تحت عنوان قوانین آشکار و پنهان ارائه می‌شود، آشنایی با مهارت‌های گوش کردن، انعکاس محتوای و انعکاس احساس و خلاصه‌سازی و اهمیت این مهارت‌ها در درک متقابل و کاهش تعارضات و افزایش رضایت زناشویی. تکمیل کاربردگ: میزان موفقیت من در مهارت‌های پایه ارتباطی در خانواده.

**جلسه ششم.** توجه به مهارت حل تعارض و مسائل ارتباطی در پیشگیری از مثلث‌سازی، روش مناسب تنظیم ساختار قدرت در خانواده و افزایش رضایت از زندگی، آشنایی با روش‌های سالم (گوش دادن، اجازه دادن برای صحبت کردن دیگری، انتقادپذیری، ارائه راه حل، پرداختن به یک مشکل و نه بیشتر) و روش‌های ناسالم حل تعارض (قهر کردن، اجتناب کردن، مثلث‌سازی، قطع ارتباط، سپردن مشکل به زمان، کوتاه آمدن). تکمیل کاربردگ هدف‌گذاری زوجی برای اولویت‌بندی مشکلات، کاربردگ حل تعارضات به شیوه حل مسئله در هفته پیش‌رو.

**جلسه هفتم.** توجه به مهارت‌های مذاکره در ساخت دادن به مرزهای خانوادگی و پیشگیری از ایجاد قوانین پنهان در ساختار خانواده؛ آشنایی با سه روش مذاکره برد-برد، برد-باخت و باخت و آثار هر یک از موارد مورد اشاره بر بافت خانواده و ایجاد رضایت زندگی و یا افزایش تعارضات زناشویی؛ آشنایی با مراحل روش برد-برد در اختلافات خانوادگی. تکمیل کاربردگ تعیین اهداف برای تغییرات کوچک در نحوه حل اختلافات خانوادگی و تکمیل کاربردگ نظارت بر شیوه حل اختلافات در هفته پیش‌رو و تلاش برای وقوع روش برگزیده زوجین.

**جلسه هشتم.** آشنایی با مهارت‌های ارتباطی زوجی جهت مثلث‌زدایی، تنظیم سلسله مراتب قدرت و حفظ مرزها، آموزش تنظیم زمان گفتگو، تعیین محل و زمان مناسب برای گفتگو، گفتگو به شرط خوش‌رویی، گفتگو در حضور احترام، رعایت انصاف، عدم بازگویی اسرار مگو که می‌تواند زوجین را به هم ریختگی کند، خودداری از مچ‌گیری، به دنبال حل مسئله بودن به جای کسب امتیاز بودن، گفتگو با لحن صمیمانه، قبول سهم خود در ایجاد مسئله. تکمیل کاربردگ تعیین هدف توسط زوجین برای تغییرات آرام در ایجاد مهارت‌های ارتباطی، تکمیل کاربردگ روزهای استثنایی من برای کشف توانمندی‌ها در زمینه مهارت‌های گفتگو.

جلسه نهم، خلاصه و جمع‌بندی، پاسخ به سؤالات و اجرای پس‌آزمون.

**۵. محتوای آموزش سیستمی ساختاری.** این بسته آموزشی برگرفته از پژوهش شیرزادی و همکاران (۱۳۹۷) بود؛ این بخش از آموزش‌ها نیز در راستای برابری جلسات شامل نه جلسه بود که پیش از آن در تلاش‌های پژوهشی بررسی و تأیید شده بود:

**جلسه اول.** آشنایی با اعضا و بیان منطبق و اهداف جلسات آموزشی، در ابتدا زوجین خود را معرفی کردند و اهداف تشکیل جلسات بیان شد. کلیاتی درباره مفاهیم بنیادی نظریه ساختاری مینوچین ارائه شد. به زوجین تکلیف داده شد در فرم مخصوص، تعارضات عمده در زندگی زناشویی خود را نوشته و انتظارات خود از این جلسات را به صورت خلاصه بنویسند و با خود به جلسه بیاورند.

**جلسه دوم.** آموزش شیوه‌های ارتباط، به نمایش گذاشتن وضعیت غالب خانواده‌ها، معرفی زیرمنظومه‌ها در خانواده. تکلیف جلسه قبل مرور شد، تعریف ارتباط و زیر منظومه‌های خانواده معرفی گردید و وضعیت غالب خانواده‌ها مورد نمایش و بحث قرار گرفت. به زوجین تکلیف داده شد که با توجه به تکالیف و مسئولیت‌های هر زیرمنظومه، میزان رضایت خود را از هر زیرمنظومه در ارتباط با همسر در خانواده خود و همچنین وضعیت ارتباطی خود با همسر خود ارائه کنند.

**جلسه سوم.** آموزش فنون خانواده و اجرا هر چه بیشتر و بهتر الگوهای مراوده‌ای، تکالیف جلسه قبل مورد بررسی قرار گرفت. فنون خانواده‌درمانی از جمله مثلث‌سازی و نحوه شکل‌گیری مثلث و مرزسازی مورد آموزش قرار گرفت. یادداشت‌برداری از اثرات فنون آموزش داده شده و مرور این فنون در تعاملات و زندگی روزمره خود با اعضای خانواده

**جلسه چهارم.** بیان الگوهای مراوده‌ای رایج و مثلث‌های موجود حول مشکلات خانواده، تکالیف جلسه قبل مورد بررسی قرار گرفت. در مورد الگوهای مراوده‌ای و نیز مثلث‌های موجود حول مشکلات خانواده شناسایی و نقش آن‌ها در مشکلات زناشویی مطرح شده بررسی شد. انتظارات هر یک از زوجین از همسر خویش را بنویسند و در جلسه مطرح کنند و مواردی را که از نظر زوجین باعث همکاری بیشتر هر یک از زوجین می‌شود را به عنوان راهکار به دیگران بیان کنند.

**جلسه پنجم.** اصلاح و تغییر الگوهای مراوده‌ای خانواده، اصلاح و تغییر الگوهای مراوده‌ای خانواده از طریق آموزش ارتباط مؤثر و استفاده از مشاوره گروهی برای ایجاد تمایز یافتگی با خانواده اصلی و رسیدن به توافق و تبادل نظر بر سر برقراری ارتباط جدید با والدین، همشیرها و فامیل همدیگر و تغییر وفاداری‌های گذشته، از زوجین خواسته شد که شیوه‌های ارتباطی خود نحوه مدیریت و کنترل رابطه، نحوه حل کردن مشکلات مطرح شده در رابطه و نحوه برقراری رابطه با سایر اعضای خانواده را مورد توجه قرار دهند.

**جلسه ششم.** مشخص نمودن زیرمنظومه‌های خانواده، آموزش روش‌های مقابله‌ای مؤثر برای حل تعارضات-های موجود بین زوجین، نقش‌های اعضا در زیرمنظومه‌ها و انتظارات اعضا از هم در این جلسه مورد بررسی قرار گرفت. وظایف هر یک از زیرمنظومه‌ها توسط زوجین یادداشت و به بحث گذاشته شود.

**جلسه هفتم.** ایجاد مرز، ضمن بررسی تکالیف جلسه قبل، بحث اصلی این جلسه در مورد حفظ زیرمنظومه زن و شوهری با مرزهای زیرمنظومه‌های فرزندان بود. به افراد تکلیف داده شد تا دوم ورد از مواردی را که



منجر به جلب حمایت فرزند یا فرزندان می‌گردد و همچنین زمان‌هایی که توانسته‌اند مرزهای هر یک از زیرمنظومه‌ها در خانواده را مدیریت کنند با ذکر مثال بنویسند و به همراه خود بیاورند.

**جلسه هشتم.** بازسازی و تغییر خانواده، بازسازی و تغییر خانواده از جمله به فعل در آوردن الگوها، ترسیم مرزها و تشدید استرس، به افراد مکلف به نوشتن و ارائه دو مورد از مواردی که باعث واکنش هر یک از همسران و اعضای خانواده در ارتباط با اجرای شیوه جدید ارتباط می‌شود، یادداشت کنند تعیین تکلیف در خصوص ایجاد و تمرین الگوهای مرادده‌ای (شیوه‌های تبادلی و ارتباطی زوجین).

**جلسه نهم.** بیان میزان ارتباط هر کدام از زوجین با خویشاوندان خود، تکالیف جلسه قبل مورد بررسی قرار گرفت. نحوه ارتباط هر کدام از زوجین و میزان ارتباط هر کدام از آن‌ها با همسرانشان در مقابل رابطه با اعضای خانواده مورد بررسی و آموزش قرار گرفت. هر کدام از زوجین مکلف شدند تا چند مورد از تجارت خویش را که باعث نزدیک‌تر شدن آنان با خانواده اصلی‌شان شده و نزدیک روان‌شناختی با همسر و فرزندان‌شان شده را نوشته و همراه خود بیاورند. جمع‌بندی جلسات و نتیجه‌گیری، اجرای پس‌آزمون.

**شیوه اجرا.** پس از کسب مجوز از مراکز مشاوره، دوره آموزشی در سالن کنفرانس مرکز مشاوره راه عشق برگزار شد که واجد شرایط آموزش و مداخله گروهی بود. سپس درباره طرح پژوهش، محل برگزاری آن، اهداف پژوهش، تعداد جلسه‌ها، طول مدت هر جلسه و مسائل مطروحه در جلسه‌ها، رعایت اصول اخلاقی نظیر رازداری و محرمانه ماندن اطلاعات به زوج‌های شرکت‌کننده در هر دو گروه آزمایشی توضیح داده شد و پس از جلب رضایت آزمودنی‌ها و ابراز تمایل آن‌ها برای شرکت در پژوهش رضایت‌نامه کتبی از آزمودنی‌های هر سه گروه اخذ شد. جلسه‌های درمان به صورت گروهی و هفتگی برای گروه‌های آزمایشی برگزار شد. گروه‌های آزمایش به همراه گروه گواه در مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و در مرحله پیگیری به پرسشنامه‌های پژوهش پاسخ دادند. برای رعایت موازین اخلاقی پس از پایان پژوهش، گروه گواه نیز مداخله‌های درمانی را دریافت کردند. داده‌ها با استفاده از نسخه بیست و چهارم نرم‌افزار اس.پی.اس.اس و به روش تحلیل واریانس آمیخته با اندازه‌گیری مکرر تحلیل شد.

### یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد سن زوج‌های شرکت‌کننده در گروه درمانی تلفیق روش سیستمی ساختاری-راه‌حل محور برابر با ۳۲/۷۲ (۶/۴۶)، زوج‌های شرکت‌کننده در گروه روش سیستمی ساختاری برابر با ۳۱/۲۷ (۶/۳۲) و زوج‌های گروه گواه برابر با ۳۱/۶۳ (۵/۶۸) بود. میانگین و انحراف استاندارد طول مدت ازدواج گروه آزمایش تلفیق روش سیستمی ساختاری-راه‌حل محور برابر با ۱۴/۷۲ (۴/۴۶)، زوج‌های شرکت‌کننده در گروه روش سیستمی ساختاری برابر با ۱۳/۹۷ (۵/۹۸) و زوج‌های گروه گواه برابر با ۱۵/۶۳ (۶/۴۳) بود.

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد تعارض زناشویی، مثلث‌سازی و ابعاد مرزها زوجین بر اساس گروه

متغیر	مراحل	گروه گواه	گروه تلفیق روش سیستمی ساختاری-راه‌حل‌محور		گروه روش سیستمی ساختاری	
			ه	ا	ه	ب
تعارض	پیش‌آزمون	۱۲/۵۱	۱۵۵/۰۰	۱۳/۶	۱۵۶/۸۷	۱۴/۷۱
زناشویی	پس‌آزمون	۱۴/۰۰	۹۵/۲	۱۲/۶۱	۱۱۹/۲۳	۱۷/۹۱
	پیگیری	۱۷/۳۲	۹۳/۲	۱۵/۵۷	۱۱۹/۵	۲۱/۴۹
مثلث‌سازی	پیش‌آزمون	۱۴/۱۴	۶۱/۲	۱۲/۲۴	۶۱/۴	۱۶/۸۷
	پس‌آزمون	۱۳/۶۳	۴۴/۵۳	۱۲/۰۹	۴۶/۶	۱۰/۳۷
	پیگیری	۱۰/۸۹	۳۷/۴	۶/۳۲	۴۱/۸۳	۶/۹۷
مرزهای خشک	پیش‌آزمون	۶/۰۹	۴۱/۶۷	۷/۸۵	۳۸/۹۰	۶/۳۸
	پس‌آزمون	۶/۰۹	۳۳/۶۷	۷/۸۵	۳۴/۹	۶/۳۸
	پیگیری	۶/۲۶	۲۷/۱۰	۶/۰۸	۱۸/۹۷	۱۰/۳۳
مرزهای منعطف	پیش‌آزمون	۱/۸۰	۱۰/۲۰	۱/۹۲	۹/۵۰	۱/۹۳
	پس‌آزمون	۱/۸۸	۲۴/۹۰	۱/۹۴	۲۱/۳۰	۱/۹۷
	پیگیری	۲/۳۱	۲۵/۰۳	۲/۳۶	۲۰/۸۳	۱/۹۰
مرزهای بی‌بندوبار	پیش‌آزمون	۱/۹۰	۲۵/۰۳	۲/۳۶	۲۰/۸۳	۱/۹۰
	پس‌آزمون	۱/۹۲	۸/۸۳	۱/۹۰	۱۰/۰۳	۲/۳۶
	پیگیری	۳/۹۱	۹/۶۳	۱/۷۷	۹/۴۳	۱/۹۴

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که نمرات متغیرهای وابسته زوجین پس‌آزمون و پیگیری گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل تغییر کرده است. به منظور بررسی معناداری این تفاوت و با توجه به اینکه سه بار هر آزمودنی در معرض ارزیابی قرار گرفته است، از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری استفاده شد. جهت بررسی نرمال بودن نمرات داده‌ها از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف استفاده شد و نتایج نشان داد-ها نرمال هستند، به منظور بررسی پیش‌فرض برابری واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد که نتایج نشان داد بین گروه‌ها در واریانس متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود ندارد و به منظور برابری واریانس نمرات متغیر وابسته در گروه‌ها در سه مرحله اندازه‌گیری در کل از آزمون ماچلی استفاده شد. نتایج در جدول ۳ آمده است.

جدول ۲. نتایج آزمون توزیع طبیعی نمرات و آزمون همگنی واریانس‌ها و کروییت

متغیر	مرحله مداخله	کلموگروف-اسمیرنوف			آزمون ماچلی	
		ه	ا	ب	آزمون لوین	آزمون ماچلی
تعارضات	پیش‌آزمون	۰/۰۸۰	۰/۲۰۰	۱/۴۵۲	۰/۲۴۰	۰/۸۰۰
زناشویی	پس‌آزمون	۰/۰۷۴	۰/۲۰۰	۲/۵۴۴	۰/۰۸۴	۰/۰۶۹

		۰/۰۸۰	۲/۶۰۶	۰/۲۰۰	۰/۰۹۰	پیگیری	
۰/۰۵۸	۰/۵۰۶	۰/۰۸۶	۲/۵۲۴	۰/۰۵۴	۰/۰۸۵	پیش‌آزمون	مثلث‌سازی
		۰/۱۶۸	۱/۸۱۸	۰/۰۸۱	۰/۰۸۸	پس‌آزمون	
		۰/۰۵۷	۲/۹۳۷	۰/۲۰۰	۰/۰۷۷	پیگیری	
۰/۱۲۴	۰/۶۱۳	۰/۴۸۱	۰/۷۳۹	۰/۰۸۲	۰/۰۸۷	پیش‌آزمون	مرزهای خشک
		۰/۹۷۹	۰/۰۲۱	۰/۲۰۰	۰/۷۳۰	پس‌آزمون	
		۰/۹۰۸	۰/۰۹۷	۰/۰۷۸	۰/۰۹۱	پیگیری	
۰/۱۹۸	۰/۵۳۱	۰/۴۹۹	۰/۷۰۱	۰/۰۶۳	۰/۰۹۲	پیش‌آزمون	مرزهای منعطف
		۰/۸۶۷	۰/۱۴۳	۰/۰۸۴	۰/۰۸۸	پس‌آزمون	
		۰/۳۵۴	۱/۰۵۰	۰/۲۰۰	۰/۰۷۲	پیگیری	
۰/۱۴۴	۰/۹۳۱	۰/۳۹۴	۰/۹۴۳	۰/۰۸۰	۰/۰۸۷	پیش‌آزمون	مرزهای بی‌بندوبار
		۰/۴۵۰	۰/۸۰۵	۰/۲۰۰	۰/۰۷۴	پس‌آزمون	
		۰/۱۲۵	۱/۴۶۶	۰/۰۸۳	۰/۰۸۶	پیگیری	

نتایج آزمون‌ها در جدول ۲ نشان می‌دهد که داده‌ها از توزیع نرمال پیروی می‌کند، واریانس متغیرهای وابسته تفاوت معنادار ندارد و واریانس متغیرهای وابسته در سه مرحله در کل با هم تفاوت معناداری ندارد و پیش‌فرض‌های استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری رعایت شده است.

### جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌های تکراری رضایت زناشویی، روابط خانوادگی، تعارض

#### زناشویی و ویژگی‌های سیستمی خانواده زوجین بر حسب گروه

متغیر	اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	ضریب F	معناداری	مجدور اتا	توان آزمون
تعارض	مراحل مداخله	۶۹۶۶۹/۸۰۷	۲	۳۴۸۳۴/۹۰۴	۷۵۴/۹۰۰	۰/۰۰۰	۰/۸۹۷	۱/۰۰۰
	مداخله*گروه	۳۲۹۰۹/۶۱۵	۴	۸۲۲۷/۴۰۴	۱۷۸/۲۹۴	۰/۰۰۰	۰/۸۰۴	۱/۰۰۰
مثلث‌سازی	گروه	۶۸۸۷۱/۳۱۹	۲	۳۴۴۳۵/۶۵۹	۵۲/۶۸۵	۰/۰۰۰	۰/۵۴۸	۱/۰۰۰
	مراحل مداخله	۱۷۱۴۸/۸۰۷	۲	۸۵۷۴/۴۰۴	۱۴۶/۸۷۴	۰/۰۰۰	۰/۶۲۸	۱/۰۰۰
مرزهای خشک	مراحل مداخله*گروه	۱۳۱۰/۵۲۶	۴	۶۳۱،۳۲۷	۵/۶۱۲	۰/۰۰۲	۰/۱۱۴	۰/۹۷۷
	گروه	۵۱۱۴/۴۹۶	۲	۲۵۵۷/۲۴۸	۸/۲۴۰	۰/۰۰۱	۰/۱۵۹	۰/۹۵۶
مرزهای منعطف	مراحل مداخله	۶۸۴۵/۰۰۰	۲	۳۴۲۲/۵۰۰	۱۷۰/۶۹۲	۰/۰۰۰	۰/۶۶۲	۱/۰۰۰
	مراحل مداخله*گروه	۳۰۸۰/۱۷۸	۴	۷۷۰/۰۴۴	۳۸/۴۰۵	۰/۰۰۰	۰/۴۶۹	۱/۰۰۰
مرزهای منعطف	گروه	۲۳۹۳/۸۸۹	۲	۱۱۹۶/۹۴۴	۱۰/۵۲۱	۰/۰۰۰	۰/۱۹۵	۰/۹۸۶
	مراحل مداخله	۵۰۶۰/۲۸۹	۲	۱۴۴،۲۵۳	۴۵۶۰/۵۵۰	۰/۰۰۰	۰/۹۸۱	۱/۰۰۰
	مراحل	۲۰۰۹/۸۴۴	۴	۵۰۲/۴۶۱	۹۰۵/۶۷۹	۰/۰۰۰	۰/۹۵۴	۱/۰۰۰

مداخله*گروه							
۱/۰۰۰	۰/۸۳۶	۰/۰۰۰	۲۲۲/۵۵۴	۲۴۴۲/۶۳۳	۲	۴۸۸۵/۲۶۷	گروه
۱/۰۰۰	۰/۹۰۱	۰/۰۰۰	۷۸۹/۹۹۲	۲۴۷۲/۱۸۱	۲	۹۴۴۴/۶۳۶	مرزهای
۱/۰۰۰	۰/۸۲۳	۰/۰۰۰	۲۰۲/۱۵۴	۶۳۲/۶۱۵	۴	۲۵۳۰/۴۵۹	بی‌بندوبار
مداخله*گروه							
۱/۰۰۰	۰/۸۰۹	۰/۰۰۰	۱۸۴/۰۸۲	۱۷۷۸/۷۲۶	۲	۳۵۵۷/۴۵۲	گروه

با توجه به مندرجات جدول ۴، بر حسب نمرات حاصل از ((گروه‌ها)) اثر اصلی عامل زمان برای متغیرهای تعارض زناشویی، مثلث‌سازی، مرزهای خشک، مرزهای منعطف و مرزهای بی‌بندوبار معنادار می‌باشد؛ یعنی میانگین‌های برآورده شده‌ی نمرات تعارض زناشویی، مثلث‌سازی، مرزهای خشک، مرزهای منعطف و مرزهای بی‌بندوبار از مرحله پیش‌آزمون به مرحله‌ی پس‌آزمون و پیگیری در کل، تفاوت معناداری را نشان می‌دهد ( $p < 0/05$ ). اثر اصلی عامل عضویت گروهی (گروه‌ها) برای متغیرهای تعارض زناشویی، مثلث‌سازی، مرزهای خشک، مرزهای منعطف و مرزهای بی‌بندوبار معنادار به دست آمد؛ یعنی گروه‌های پژوهشی در مجموع، از نظر تعارض زناشویی، مثلث‌سازی، مرزهای خشک، مرزهای منعطف و مرزهای بی‌بندوبار تفاوت معناداری را نشان می‌دهد ( $p < 0/05$ ). تعامل عامل زمان و عضویت گروهی (شرایط پژوهشی) برای متغیرهای تعارض زناشویی، مثلث‌سازی، مرزهای خشک، مرزهای منعطف و مرزهای بی‌بندوبار از نظر آماری معنادار به دست آمد؛ یعنی روند تغییرات نمرات متغیرهای تعارض زناشویی، مثلث‌سازی، مرزهای خشک، مرزهای منعطف و مرزهای بی‌بندوبار از پیش‌آزمون به پس‌آزمون در بین گروه‌ها تفاوت معناداری داشته است ( $p < 0/05$ ). این یافته به معنای این است که بین گروه آزمایش و کنترل تغییر معناداری در میانگین نمره‌ی تعارض زناشویی، مثلث‌سازی، مرزهای خشک، مرزهای منعطف و مرزهای بی‌بندوبار از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیگیری به وجود آمده است. توان آماری تعارض زناشویی ۱/۰۰، توان آماری مثلث‌سازی ۰/۹۷۷، توان آماری مرزهای خشک ۱/۰۰، توان آماری مرزهای منعطف ۱/۰۰، توان آماری مرزهای بی‌بندوبار ۱/۰۰ نشان‌دهنده حجم نمونه مناسب برای یک چنین نتیجه‌گیری است. همچنین ضریب اتا نشان می‌دهد که ۸۰/۴٪ از تغییرات تعارض زناشویی، ۱۱/۴٪ از تغییرات مثلث‌سازی، ۴۶/۹٪ از تغییرات مرزهای خشک، ۹۵/۴٪ از تغییرات مرزهای منعطف، ۸۲/۳٪ از تغییرات مرزهای بی‌بندوبار مربوط به آموزش‌هاست. به منظور مقایسه اثربخشی روش‌ها از آزمون توکی استفاده شد. نتایج در جدول ۵ آمده است.

جدول ۴. مقایسه تفاوت میانگین گروه‌ها تعارض زناشویی، مثلث‌سازی و مرزهای خانوادگی زوجین

متغیرها	گروه	تفاوت میانگین	انحراف استاندارد	معناداری	کران پایین	کران بالا
تعارض زناشویی	گروه سیستمی ساختاری- گروه درمانی تلفیق	۱۷/۴۰۰*	۳/۸۱۱	۰/۰۰۰	۹/۸۲۵	۲۴/۹۷۵
	گروه سیستمی ساختاری- گروه	-۲۱/۶۴۴*	۳/۸۱۱	۰/۰۰۰	-۲۹/۲۲۰	-۱۴/۰۶۹

گواه		گروه درمانی تلفیق - گروه گواه		گروه سیستمی ساختاری - گروه		مثلت‌سازی
-۳۱/۴۶۹	-۴۶/۶۲۰	۰/۰۰۰	۳/۸۱۱	-۳۹/۰۴۴*	۲/۲۳۳	گروه سیستمی ساختاری - گروه
۷/۴۵۳	-۲/۹۸۶	۰/۳۹۷	۲/۶۲۶	۲/۲۳۳	۲/۲۳۳	گروه سیستمی ساختاری - گروه
گواه		گروه درمانی تلفیق - گروه گواه		گروه سیستمی ساختاری - گروه		مرزهای خشک
-۲/۶۹۱	-۱۳/۱۳۱	۰/۰۰۳	۲/۶۲۶	-۷/۹۱۱*	-۷/۹۱۱*	گروه سیستمی ساختاری - گروه
-۴/۹۲۵	-۱۵/۳۶۴	۰/۰۰۰	۲/۶۲۶	-۱۰/۱۴۴*	-۱۰/۱۴۴*	گروه سیستمی ساختاری - گروه
-۰/۰۶۲	-۶/۳۸۳	۰/۰۴۶	۱/۵۹۰	-۳/۲۲۲*	-۳/۲۲۲*	گروه سیستمی ساختاری - گروه
گواه		گروه درمانی تلفیق - گروه گواه		گروه سیستمی ساختاری - گروه		مرزهای منعطف
-۴/۱۱۷	-۱۰/۴۳۸	۰/۰۰۰	۱/۵۹۰	-۷/۲۷۸*	-۷/۲۷۸*	گروه سیستمی ساختاری - گروه
-۰/۸۹۵	-۷/۲۱۶	۰/۰۱۳	۱/۵۹۰	-۴/۰۵۶*	-۴/۰۵۶*	گروه سیستمی ساختاری - گروه
-۱/۸۵۲	-۳/۸۱۵	۰/۰۰۰	۰/۴۹۴	-۲/۸۳۳*	-۲/۸۳۳*	گروه سیستمی ساختاری - گروه
۸/۲۴۸	۶/۲۸۵	۰/۰۰۰	۰/۴۹۴	۷/۲۶۷*	۷/۲۶۷*	گروه سیستمی ساختاری - گروه
گواه		گروه درمانی تلفیق - گروه گواه		گروه سیستمی ساختاری - گروه		بی‌بندوبار
۱۱/۰۸۲	۹/۱۱۸	۰/۰۰۰	۰/۴۹۴	۱۰/۱۰۰*	۱۰/۱۰۰*	گروه سیستمی ساختاری - گروه
-۱/۴۶	-۱/۹۸۸	۰/۰۲۴	۰/۴۶۳	-۱/۰۶۷*	-۱/۰۶۷*	گروه سیستمی ساختاری - گروه
-۷/۲۵۷	-۹/۰۹۹	۰/۰۰۰	۰/۴۶۳	-۸/۱۷۸*	-۸/۱۷۸*	گروه سیستمی ساختاری - گروه
گواه		گروه درمانی تلفیق - گروه گواه		گروه سیستمی ساختاری - گروه		بی‌بندوبار
-۶/۱۹۰	-۸/۰۳۲	۰/۰۰۰	۰/۴۶۳	-۷/۱۱۱*	-۷/۱۱۱*	گروه سیستمی ساختاری - گروه

نتایج مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهد که روش تلفیقی ساختاری راه حل محور نسبت به روش ساختاری بر متغیرهای وابسته اثر بیشتری دارد. به منظور مقایسه نتایج در مراحل پژوهش از مقایسه زوجی استفاده شد که نتایج آن در جدول ۶ آمده است.

#### جدول ۵. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

متغیرهای وابسته	زمان الف	زمان ب	میانگین	انحراف معیار	سطح معناداری
تعارض زناشویی	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۵۹/۸	۱/۳۴	۰/۰۰۱
مثلت‌سازی	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۱۶/۶۷	۱/۴۳	۰/۰۰۱
مرزهای خشک	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۸	۱/۸۷	۰/۰۰۱

مرزهای بی‌بندوبار	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۱۶/۲	۱/۷۶	۰/۰۰۱
مرزهای منعطف	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	-۱۴/۷	۱/۱۱	۰/۰۰۱

مطابق با یافته‌های گزارش شده در جدول ۵ مشخص است که بین میانگین پیش‌آزمون و پس‌آزمون و همچنین میانگین پیش‌آزمون و پیگیری از نظر آماری تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < 0/001$ ). به طوری که میانگین پس‌آزمون و پیگیری از میانگین پیش‌آزمون به لحاظ آماری تفاوت دارد همچنین بین میانگین نمرات پیگیری با پس‌آزمون تفاوت معنادار آماری در متغیرهای وابسته وجود دارد؛ که نشان از پایداری نتایج متأثر از مداخله دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی تلفیق روش سیستمی ساختاری در مقایسه با روش راه حل محور با روش سیستمی بر تعارضات زناشویی، مرزها و مثلث‌سازی زوجین شهر اصفهان انجام شد. نتایج نشان داد که تعارضات زناشویی، ابعاد مرزها و مثلث‌سازی در گروه بسته‌ی آموزشی درمانی تلفیق روش سیستمی ساختاری-راه‌حل‌محور به طور معناداری بالاتر از گروه کنترل بود. تاکنون پژوهش چاپ شده‌ای به تلفیق دو روش ساختاری-سیستمی و راه‌حل‌مدار و اثربخشی آن در مقایسه با ساختاری نپرداخته است که بتوان همسویی یا ناهمسویی آن را با سایر روش‌ها بررسی کرد اما به هر ترتیب این روش نیز مانند روش سیستمی به‌تنهایی و روش راه‌حل‌مدار به‌تنهایی توانسته است مؤثر باشد و نتایجش با یافته‌های حاصل از چنین پژوهش‌هایی همسو است از جمله با یافته‌های شیرزادی، شفیعی‌آبادی و دوکانه‌ای فرد (۱۳۹۷) در زمینه اثربخشی روش ساختاری بر کاهش طلاق عاطفی؛ نامنی، کشاورز افشار، فرازی و گلشن (۱۳۹۷) در زمینه اثربخشی این روش بر بهبود سازگاری زوجین، موسوی، مرادی و مهدوی هرسینی (۱۳۸۴) بر بهبود عملکرد خانواده؛ در زمینه اثربخشی روش ساختاری همسو است. همچنین نتایج با نتایج پژوهش‌هایی که اثربخشی روش راه‌حل‌مدار را بر متغیرهای خانوادگی نشان داده‌اند همسو است برای مثال با یافته‌های گیتی‌پسند، آری‌فر و حسینیان (۱۳۹۸) در زمینه اثربخشی این روش بر سرزندگی و عواطف و نامنی و شیرآشتیانی (۱۳۹۵) در زمینه اثربخشی این روش بر سرزندگی و کنترل عواطف همسو می‌باشد در تبیین اثربخشی این روش بر بهبود تعارضات زناشویی می‌توان گفت از آنجا که تعارضات زناشویی به معنای عدم توافق و مخالفت دو فرد با یکدیگر، ناسازگاری با نظرات، اهداف و رفتاری است که در جهت مخالفت با دیگری صورت می‌گیرد و همچنین ستیزه‌ای بین افراد در اثر منافع ناهمسو و اختلاف اهداف و ادراکات مختلف می‌باشد و هر جا عدم توافق، تفاوت یا ناسازگاری بین همسران وجود داشته باشد تعارض

به وجود می‌آید بنابراین به نظر می‌رسد در مجموع در این دوره فنونی را آموخته‌اند که به آن‌ها کمک کرده است تا بهبود یابند برای مثال فنون درک متقابل اثر هریک از اعضا بر شکل‌گیری مشکلات خانوادگی، فنون برقراری ارتباط، فنون حفظ مرزها، تعدیل قدرت در خانواده و بهبود شیوه‌های کنترل و توجه به رفع نیازهای خانوادگی همه از جمله مواردی بودند که توانسته بودند رابطه زوجین را بهبود بخشیده و تعارضات آنان را کاهش دهند برای مثال اصلاح مرزهای خانوادگی به کمک توجه به پتانسیل‌های مثبت در زندگی خانوادگی؛ سامان‌دهی به زیرسیستم‌های خانوادگی به کمک اصلاح مرزها و مثلث-زدایی، کاهش تعارضات زناشویی با سامان‌دهی به سلسله مراتب قدرت در خانواده و بهبود ارتباطات خانوادگی با اصلاح چرخه تبادلات خانوادگی، تعیین اهداف زوجین برای تعیین مهم‌ترین حیطه‌هایی که باید حل شود، توجه به نقاط مثبت زندگی به جای نقاط منفی جهت کاهش تعارضات، یافتن استثناهایی در زندگی خانوادگی که از زندگی که باعث کاهش تعارضات زناشویی شده‌اند و فهم این‌که چطور آن روزهای خوش را تجربه کرده‌اند و چه اقداماتی انجام داده‌اند که توانسته‌اند باعث کاهش تعارضات شوند و چرا حالا نمی‌توانند، همچنین در قالب سؤالات معجزه از زوجین خواسته شد که بیان کنند که اگر معجزه در زندگی آنان رخ دهد چطور تعارضات آنان کاهش خواهد یافت و چه چیزی از جانب شخص آنان می‌تواند باعث ایجاد تعارضات زناشویی شود، تغییر یا تغییرات حداقلی برای کاهش تعارضات، توجه به نقاط مثبت به جای نقاط منفی برای کاهش تعارضات جهت حفظ حریم و مرزها با همسر و خانواده همسر، در میان گذاشتن فرضیه‌های درمانگر با خانواده در زمینه اثر مرزها و مثلث‌زدایی بر جو خانواده از جمله فنونی بودند که در قالب آن‌ها مطالب فوق ارائه شد و توانسته به کاهش تعارضات منجر شود.

در تبیین اثربخشی این روش بر بهبود مرزهای خانوادگی می‌توان گفت از آنجا که مرزبندی سیستم، به این معنی است که چه کسی می‌تواند در تعاملات شرکت کند و چگونه که البته این خود قواعدی دارد. این قواعد تعاملی یا مرزها از لحاظ انعطاف‌پذیری متفاوت‌اند. برابر نظر برتالانفی به خانواده‌ای که از جریان اطلاعاتی خروجی و ورودی مستمر برخوردار است نظام باز گفته می‌شود و به نظامی که از مرزهای آن نمی‌توان گذشت، یعنی ورودی و خروجی ندارد نظام بسته گفته می‌شود (کار، ۲۰۱۶) همچنین نظام مرزها در برخی از خانواده‌ها آشفته است و از الگوی خاصی پیروی نمی‌کند به این ترتیب به نظر می‌رسد در این روش زوجین در زمینه مهارت‌های ارتباطی، اصلاح مرزهای خانوادگی، توجه به پتانسیل‌های مثبت در زندگی خانوادگی، سامان‌دهی به زیرسیستم‌های خانوادگی، کاهش تعارضات زناشویی با سامان‌دهی به سلسله مراتب قدرت در خانواده، بهبود ارتباطات خانواده و اصلاح چرخه تبادلات خانوادگی توانسته‌اند به آگاهی‌ها و مهارت‌هایی دست یابند که به آنان نشان داده است که چگونه می‌توان مرزهای منعطف را شکل داد و چگونه می‌توان به کمک مثلث‌زدایی وضعیت مرزهای آشفته را بهبود بخشیده است و مرزهای خشک را تعدیل نماید همچنین فنون تلفیق شده از روش راه‌حل مدار کمک کرده است تا زوجین احساس خودمختاری‌شان در تعیین اهداف بهبود یابد و به دنبال آن مقاومت و دفاعشان در مقابل درمانگر کاهش یابد و بنابراین آماده‌ی همکاری بیشتر با درمانگر گردند. همچنین این فنون به زوجین کمک کرده تا انگیزش بیشتری برای بهبود داشته باشند (فرانکلین و همکاران، ۲۰۱۹).

در زمینه اثربخش این روش بر مثلث‌سازی می‌توان گفت از آنجا که کلاً مثلث‌سازی سازه‌ای آسیب‌زا در بافت خانواده به حساب می‌آید و باعث می‌گردد تا توازن قدرت در خانواده از طریق اتحاد بر علیه همسر با شخص ثالث به هم خورده و خانواده برای سامان‌دهی به تعارضات بین زوجین متوسل به منابع قدرت بیرونی شده و نتیجه آن تعارضات بیشتر، کاهش اعتماد و صمیمیت در خانواده است (مینوچین و سیمون، ۲۰۰۶) بنابراین در این آموزش‌ها زوجین به مهارت‌ها و آگاهی‌هایی دست یافته‌اند که به آن‌ها کمک کرده تا مهارت‌های همسرمداری‌شان افزایش یافته و کمتر برای مراقبت از خود در بافت خانواده دست به مثلث‌سازی بزنند از جمله آن‌ها با آثار منفی مثلث‌سازی آشنا شده‌اند، مهارت‌های ارتباطی را آموخته‌اند، شیوه‌های سامان‌دهی به زیرسیستم‌های خانوادگی را فراگرفته‌اند و مجموعه این فنون کمک کرده تا زوجین مثلث‌سازی را بهبود بخشند و در نتیجه کمتر دست به مثلث‌سازی بزنند. از سوی دیگر تعیین اهداف زوجین برای تعیین مهم‌ترین حیطه‌های بهبود زندگی زناشویی که باید حل شود، توجه به نقاط مثبت زندگی به جای نقاط منفی، یافتن استثناهایی در زندگی خانوادگی از زندگی که باعث زناشویی بهتر شده‌اند و فهم این‌که چطور آن روزهای خوش را تجربه کرده‌اند و چه اقداماتی انجام داده‌اند که توانسته‌اند در کنار هم تجارب شیرینی‌تری داشته باشند، همچنین در قالب سؤالات معجزه از زوجین خواسته شد که بیان کنند که اگر معجزه در زندگی آنان رخ دهد چطور زندگی آنان بهبود خواهد یافت (فرانکلین و همکاران، ۲۰۱۹) بنابراین این مجموع از فنون در کنار سایر فنون مورد اشاره کمک کرده است تا مثلث‌سازی کاهش یابد.

از سوی دیگر در زمینه اثربخشی روش ساختاری بر رضایت زناشویی، تعارضات زناشویی، روابط خانوادگی، مثلث‌سازی و مرزها می‌توان گفت در این روش مجموعه آموزش‌های ساختاری که عبارتند از مثلث‌زدایی، تنظیم زیرسیستم‌های خانوادگی، بهبود سلسله مراتب قدرت توانسته در کل جو خانوادگی را به سمت آرامش بیشتر پیش برد و از طریق منعطف سازی مرزها، افزایش قدرت زیرسیستم زوجی و بهبود قوانین خانوادگی از جمله فنون این روش است که باعث شده زوجین به یکدیگر نزدیک شده، ارتباطات بهتری داشته باشند، احساس رفاقت بیشتری کنند و در نتیجه تعارضات کمتر، رضایت بیشتر و طبیعتاً کمتر به مثلث‌سازی دست بزنند و روابط بهتری را تجربه کنند و مرزها از خشک و آشفته به سمت منعطف حرکت نمایند. در خصوص اثربخشی بیشتر روش ساختاری راه‌حل مدار می‌توان گفت به نظر می‌رسد فنون راه‌حل مدار همچون تعیین هدف به کمک زوجین، توجه به نقاط قوت به جای نقاط ضعف، تکنیک استثنایابی و روز معجزه همگی از جمله فنونی هستند که کمک کرده‌اند تا امید و انگیزش زوجین افزایش یابد و مقاومت زوجین را برای تغییر کاهش دهد و در نتیجه در کنار اصلاح مرزهای خانوادگی به کمک توجه به پتانسیل‌های مثبت در زندگی خانوادگی؛ سامان‌دهی به زیرسیستم‌های خانوادگی به کمک اصلاح مرزها و مثلث‌زدایی، کاهش تعارضات زناشویی با سامان‌دهی به سلسله مراتب قدرت در خانواده و بهبود ارتباطات خانوادگی با اصلاح چرخه تبادلات خانوادگی روش مؤثرتری نسبت به روش ساختاری به تنهایی باشد. لازم به ذکر است این پژوهش نیز همچون سایر پژوهش‌ها محدودیت‌هایی داشت از جمله یکسان بودن آموزشگر و محقق و گزینش و گمارش غیر تصادفی آزمودنی‌ها. همچنین محقق و آموزشگر یکسان بود.



پیشنهاد می‌شود بر اساس نتایج حاصل از این پژوهش خانواده‌درمانگران از طرح درمان حاصل از این پژوهش برای بهبود متغیرهای خانوادگی بهره ببرند. همچنین در سایر پژوهش‌ها از انتخاب تصادفی استفاده شود؛ ضمن آنکه پیشنهاد می‌شود محقق و آموزشگر برای افزایش اعتبار متفاوت باشند.

### مشارکت نویسندگان

این مقاله مستخرج از رساله دکتری مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان) است و کلیه نویسندگان در انجام و نگارش مقاله همکاری داشته‌اند.

### ملاحظات اخلاقی

در این پژوهش، موازینی اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری، رعایت شدند. با توجه نحوه جمع‌آوری داده‌ها، شرکت‌کنندگان درباره خروج از پژوهش مختار بودند؛ پس از اتمام پژوهش، گروه گواه نیز تحت مداخله قرار گرفتند.

### قدردانی

این پژوهش حاصل رساله دکتری مشاوره است؛ از این طریق از کلیه زوجینی که ما را یاری کردند سپاسگزاری می‌شود.

### تعارض منافع

این پژوهش هیچ‌گونه حمایت مالی نداشته است و نویسندگان تعارض مالی و منافع نداشتند.

### منابع

آرین فر، نیره، و حسینیان، سیمین. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی زوج درمانی راه حل مدار - روایتی و زوج درمانی کوتاه مدت خودتنظیمی بر سرزندگی و کنترل عواطف زوجین آشفته. *مطالعات زن و خانواده*، ۷(۳): ۸۵-۵۱.

احمدی‌مهر، زهرا، یوسفی، زهرا، و گل‌پرور، محسن. (۱۳۹۹). بررسی اثربخشی روش بین نسلی بوئن بر روابط خانوادگی، مرزها، مثلث سازی و شیوه‌های کنترل زنان متأهل در شهر اصفهان. *روان‌شناسی بالینی*، ۳(۱۲): ۲۵-۳۴.

ثناپی، باقر. (۱۳۸۸). *مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج*. تهران: انتشارات بعثت.

دهقانی ششدهد، زهرا، و یوسفی، زهرا. (۱۳۹۸). مدل‌سازی معادلات ساختاری میل به طلاق بر اساس متغیرهای سیستمی (مثلث‌سازی، رابطه با همسر) و متغیرهای روان‌شناختی (توافق‌پذیری و شیوه‌های

- کنترل) و متغیر اجتماعی (نحوه گذراندن اوقات فراغت) مادران شهر اصفهان. *خانواده پژوهی*، ۱۵(۱): ۱۵۵-۱۷۰.
- شیرزادی، شاداب، شفیع‌آبادی، عبدالله، و دوکانه‌ای فرد، فریده. (۱۳۹۷). مقایسه اثربخشی خانواده درمانی بوئن و مینوچین بر کاهش طلاق عاطفی و بهبود کیفیت زندگی زوجین مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت. *تحقیقات مدیریت آموزشی*، ۳۵: ۲۵-۴۰.
- گیتی پسند، زهرا، آربین، خدیجه، و کرمی، ابوالفضل. (۱۳۸۷). اثربخشی درمان راه حل مدار بر کاهش تعارضات والد - فرزندی در نوجوانان دختر. *پژوهش‌های مشاوره*، ۲۷: ۶۳-۸۰.
- موسوی، رقیه، مرادی، علیرضا، و مهدوی هرسینی، سیداسماعیل. (۱۳۸۶). بررسی اثربخشی خانواده درمانی ساختاری در بهبود اختلال اضطراب جدایی. *مطالعات روان‌شناختی*، ۳(۲): ۷-۲۸.
- نامنی، ابراهیم، و شیرآشتیانی، آزاده. (۱۳۹۵). اثربخشی ترکیب دو روش درمانی راه حل مدار و روایتی بر سرزندگی و کنترل عواطف در زنان متقاضی طلاق. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۲۷(۷): ۱۴۹-۱۶۹.
- نامنی، ابراهیم، کشاورز افشار، حسین، فرازی، زهرا، و گلشن، حمیدرضا. (۱۳۹۷). اثربخشی خانواده درمانی ساختاری بر تغییر سبک‌های مقابله با تعارض و افزایش سازگاری زوجین. *فصلنامه پرستار و پزشک در رزم-دوره بهداشت و درمان نازجا*، ۶: ۶-۱۷.
- یوسفی، زهرا، و کریم نژاد، ریحانه. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش همسرمداری مبتنی بر شفقت بر بهبود روابط خانوادگی، تعارضات زناشویی، بخشش و صمیمیت زوجین ناشنوا و کم‌شنوای شهر اصفهان. *مطالعات زن و خانواده*، ۶(۲): ۱۹۹-۲۲۳.
- Beauchemin, J. D. (2018). Solution-Focused wellness: A randomized controlled trial of college students. *Health & Social Work*, 43(2), 94-100.
- Berg, I. K. & Kelly, S. (2000). *Building solutions in child protective services*. WW Norton & Co.
- Carr, A. (2016). Review of An Introduction To Family Therapy: Systemic Theory And Practice (4th edn).
- Corcoran, J. & Pillai, V. (2009). A review of the research on solution-focused therapy. *British Journal of Social Work*, 39(2), 234-242.
- Fincham, F. D. (2003). Marital conflict: Correlates, structure, and context. *Current directions in psychological science*, 12(1), 23-27.
- Franklin, C. Bolton, K. W. & Guz, S. (2019). *Solution-focused brief family therapy*. In B. H. Fiese, M. Celano, K. Deater-Deckard, E. N. Jouriles, & M. A. Whisman (Eds.), *APA handbooks in psychology®. APA handbook of contemporary family psychology: Family therapy and training* (p. 139-153). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000101-009>
- Kim, H. (2006). *Client growth and alliance development in solution-focused brief family therapy*. State University of New York at Buffalo.
- Krauss, S. Orth, U. & Robins, R. W. (2020). Family environment and self-esteem development: A longitudinal study from age 10 to 16. *Journal of personality and social psychology*, 119(2), 457.
- Minuchin, S. Lee, W. Y. & Simon, G. M. (2006). *Mastering family therapy: Journeys of growth and transformation*. John Wiley & Sons.
- Reiter, M. D. (2017). Salvador Minuchin, MD: Innovator and Challenger. *Journal of Systemic Therapies*, 36(4), 16-22.

Whisman, M. A. (2019). Psychopathology and couple and family functioning. In *APA handbook of contemporary family psychology: Applications and broad impact of family psychology, Vol. 2* (pp. 3-20). American Psychological Association.

\*\*\*

### پرسشنامه تعارضات زناشویی

سؤالات					
هرگز	بندرت	گاهی	اکثراً	همیشه	
۱	۲	۳	۴	۵	
					(۱) هنگام دعوا با همسر، رابطه من با خانواده پدر و مادری او قطع می‌شود.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲) من و همسر حساب‌های مالی جداگانه داریم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۳) حرف‌های من و همسر بدون کنایه و بی‌پرده گفته می‌شود.
۱	۲	۳	۴	۵	(۴) همسر هرکاری از من بخواهد فراموش می‌کند.
۱	۲	۳	۴	۵	(۵) هنگام دلخوری من و همسر، هیچ کدام برای رابطه جنسی پیش قدم نمی‌شویم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۶) من و همسر کتک کاری می‌کنیم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۷) همسر با اظهار نظرهای خود مرا تحقیر می‌کند.
۱	۲	۳	۴	۵	(۸) هنگام دلخوری، رابطه من با خانواده پدر و مادری خودم قطع می‌شود.
۱	۲	۳	۴	۵	(۹) برای جلب فرزند(یا فرزندانم) حاضرم انتظارات نامعقول او(یا آنان) را برآورده کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۰) بدون اطلاع همسر، برای خود پس‌انداز شخصی دارم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۱) هیچ وقت احساس بدی را که نسبت به او دارم به او نمی‌گویم، چون می‌ترسم عصبانی شود.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۲) وقتی همسر از من تقاضایی دارد، خودم را به کارهای دیگر مشغول می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۳) رابطه جنسی من با همسر ارضا کننده نیست.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۴) وقتی با همسر دعوا می‌کنم، اتاق یا خانه را برای مدتی ترک می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۵) به تنهایی با خانواده پدر و مادری خود و خواهر و برادرانم رابطه دارم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۶) هنگامی که مشکل داریم، غالباً همسر در جواب من سکوت اختیار می‌کند.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۷) درآمد همسر را به بهانه‌های مختلف صرف خواسته‌های شخصی خود می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۸) همسر را با ناقص انجام دادن کارهایی که از من می‌خواهد تنبیه می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۱۹) همسر رابطه جنسی را به من تحمیل می‌کند.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲۰) همسر را به رفتارهای غیر اخلاقی متهم می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲۱) از اعضای خانواده پدری و مادری ام، برای حل اختلافات خود با همسر، کمک می‌گیرم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲۲) فرزند(یا فرزندانم)، اسرار همسر را به من می‌گویند.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲۳) خانواده پدر و مادری همسر، به من بی‌احترامی می‌کنند.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲۴) خرج خانواده، در هر صورت (آشتی یا دعوا) در اختیار من است.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲۵) همسر را با بی‌نظمی و نامرتب بودن، آزار می‌دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲۶) من و همسر بدون واسطه و مستقیم با هم صحبت می‌کنیم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲۷) وقتی با همسر دعوا می‌کنم، فریاد می‌زنم و ناسزا می‌گویم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲۸) آرزو دارم همسر احساساتش را با من درمیان بگذارد.
۱	۲	۳	۴	۵	(۲۹) خانواده پدر و مادری من، همسر را با دیگران مقایسه و به حال من دلسوزی می‌کنند.
۱	۲	۳	۴	۵	(۳۰) از نحوه گفتگو با همسر بسیار راضی هستم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۳۱) فرزند یا فرزندانم یکی از عوامل مهم حفظ و تداوم رابطه زناشویی من هستند.
۱	۲	۳	۴	۵	(۳۲) دوست یا دوستانم در جریان اختلاف من و همسر هستند.
۱	۲	۳	۴	۵	(۳۳) من و همسر با مشارکت و توافق یکدیگر پول و درآمد خانواده را خرج می‌کنیم.
۱	۲	۳	۴	۵	(۳۴) حوصله ام از همسر و خواسته‌های سر می‌رود.
۱	۲	۳	۴	۵	(۳۵) هنگام دعوا، تنها رابطه من با همسر رابطه جنسی است.
۱	۲	۳	۴	۵	(۳۶) هنگام نزاع، از همسر درخواست طلاق می‌کنم.

۱	۲	۳	۴	۵	۳۷) خانواده پدری و مادری من، تمام گناه ها را به گردن همسر من می اندازند.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۸) هنگام دعوا بین من و همسر، فرزند یا فرزندانم از من حمایت می کنند.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۹) حاضر نیستم برای بدهی های همسر از دیگران پول قرض کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۰) هنگام دعوا، رابطه جنسی من و همسر قطع می شود.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۱) می ترسم خواسته های خود را با همسر مطرح کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۲) با وجود داشتن همسر، از تنهایی رنج می برم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۳) همسر را در حضور خانواده پدری و مادری خودم، تحقیر می کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۴) هنگام دعوی من و همسر، یکی از فرزندانم زیاد مریض می شود و نیاز به مراقبت دارد.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۵) همسر شتونده خوبی است.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۶) همسر و خانواده اش را در مقابل سایرین تحقیر می کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۷) در ابراز هرگونه احساس واقعی خود لرای همسر، راحتم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۸) بدون اطلاع همسر، به والدین خود پول می دهم و یا از آن ها پول می گیرم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۹) دعوا با همسر، مرا نسبت به فعالیت های خودم بی علاقه می کند.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۰) با آن دسته از برنامه های مهمانی که با حضور خانواده همسر باشد، مخالفت می کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۱) هنگام دعوا با همسر نسبت به غذا بی اشتها می شوم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۲) باور کردن تمام حرف های همسر، برایم دشوار است.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۳) در هنگام دعوا با همسر، رابطه من و او با دوستان مشترکمان قطع می شود.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۴) من و همسر با یکدیگر روراست و بی پرده هستیم.

\*\*\*

### پرسشنامه مثلث سازی

کاملاً مخالفم	مخالفم	نظری ندارم	موافقم	کاملاً موافقم	عبارت	رتبه
					۱ در زندگی من و همسر کسی هست که جانبدار من باشد.	۱
					۲ در زندگی من و همسر کسی هست که سعی میکند به من کمک کند.	۲
					۳ در زندگی من و همسر کسی هست که از او راهنمایی میگیریم.	۳
					۴ فکر میکنم در زندگی من و همسر اگر او نبود ما از هم تا حالا جدا شده بودیم.	۴
					۵ هر موقع با همسر اختلاف پیدا کنیم کسی یا کسانی هستند که میتوانیم با آنها درد و دل کنیم.	۵
					۶ هر موقع با همسر دعوایم میشود کسی هست که از من طرفداری کند.	۶
					۷ همسر میدانند که اگر بخواهد مرا اذیت کند کسی یا اشخاصی هستند که مانع این کار میشوند.	۷
					۸ در زندگی من و همسر کسی هست که اسرار من و همسر را میداند.	۸
					۹ در زندگی من و همسر کسی هست که اگر نباشد من واقعاً نمیدانم باید با همسر چه برخوردی داشته باشم.	۹
					۱۰ در زندگی من و همسر کسی هست که برخی از مشکلات زندگی متاهلی ما را به دوش میکشد.	۱۰
					۱۱ در زندگی من و همسر کسی هست که اگر نباشد من کم میآورم.	۱۱
					۱۲ در اختلافات بین من و همسر بجهام یا بچههایم یا یکی از آنها طرفدار من است.	۱۲
					۱۳ همسر میدانند اگر بخواهد در زندگی کار خودش را بکند من و بچههایم از او دور میشویم.	۱۳
					۱۴ بین من و بچههایم اسراری وجود دارد که همسر از آنها مطلع نیست.	۱۴

- ۱۵ در زندگی من و شوهرم کسی هست که مرا راهنمایی میکند و همسرم اطلاعی ندارد.
- ۱۶ هر وقت از زندگی متاهلی خسته میشوم و یا با همسرم دعوایم میشود به خانوادهم بر میگردم.

\*\*\*

## پرسشنامه مرزها

کاملاً مخالفم	مخالفم	نظری ندارم	موافقم	کاملاً موافقم	عبارت	ردیف
					در خانوادهی ما نظم دقیق و محکمی وجود دارد.	۱
					من گاهی از وسایل شخصی همسرم استفاده میکنم.	۲
					در خانوادهی ما کسی از کسی حساب نمیبرد.	۳
					در خانوادهی ما به هنگام صرف غذا همه باید حضور داشته باشند.	۴
					من و همسرم اسراری داریم که دیگری از آن آگاه نیست.	۵
					همسرم خیلی بدش میآید من از او درباره‌ی زندگی شخصیش سؤال بپرسم.	۶
					من بخشی از زمانم را صرف جمع‌آوری اطلاعات خصوصی همسرم میکنم.	۷
					در خانوادهی ما هیچ چیز پنهانی وجود ندارد.	۸
					در خانوادهی ما سر در آوردن از کار یکدیگر کار بسیار دشواری است.	۹
					در خانوادهی ما اگر کسی بیاجازه‌ی دیگری وارد حریم دیگران شود به شدت با او برخورد می‌شود.	۱۰
					در خانهدی ما هیچ چیز سر جای خودش نیست.	۱۱
					من و همسرم با هم اسراری داریم که هیچ کس از آنها مطلع نیست.	۱۲
					من و همسرم بدون اطلاع بچه‌ها اتاق آنها و وسایلشان را بررسی میکنیم.	۱۳
					من برای خودم حساب بانکی جدا دارم.	۱۴
					من برای خودم اموالی دارم که همسرم مطلع نیست.	۱۵
					از بعضی کارهای همسرم سر در نمیآورم.	۱۶
					اسرار زیادی دارم که همسرم نمیداند.	۱۷
					تخلف از قواعد خانوادگی در خانهدی ما جرم سنگینی است.	۱۸
					ما به هنگام نیاز میتوانیم از خطاهای هم بگذریم.	۱۹
					خانوادهی من به راحتی از اشتباهات عبور نمیکند.	۲۰
					ما با کسب اجازه میتوانیم از وسایل هم استفاده کنیم.	۲۱
					ما با کسب اجازه میتوانیم برخی قواعد خانوادگی را به هنگام نیاز کنار بگذاریم.	۲۲

## The assessment of the effectiveness of the mixture of the structural systematic method with the solution-oriented method in marital conflicts, boundaries, and triangulation of couples

Abbas. Babasafari<sup>1</sup>, Seyed Hamid. Atashpour<sup>\*2</sup> & Zahra. Yousefi<sup>3</sup>

### Abstract

**Aim:** This study aimed to determine the effectiveness of the mixture of the structural systematic method in comparison with the solution-oriented method on marital conflicts, boundaries, and triangulation of couples in Isfahan. **Methods:** The research was quasi-experimental with pre-test, post-test, and follow-up with study and control groups. The statistical population included all married couples and couples with conflicts in Isfahan in 2019-2020, from which 30 couples were selected by convenience sampling and randomly divided into three study groups and one control group (10 couples in each group). The research tool included the Marital Conflict Scale of Sanai et al. (1996) and the Borders and Triangulation Scale of Dehghani and Yousefi (2019). The study group received the mixed method of the structural system taken from Shirzadi et al. (2017), and the other study group received the solution-oriented method taken from the Yousefi training package (2016) for eight 90-minute sessions. The data were analyzed using repeated measures variance. **Results:** The results indicated that the mixed method of structural systematic method and solution-oriented method are effective on improving marital conflicts ( $F = 178.229$  and  $P < 0.01$ ), triangulation ( $F = 5.612$  and  $P < 0.01$ ) and inflexible boundaries ( $F = 178.29$  and  $P < 0.01$ ), flexible boundaries ( $F = 905.67$  and  $P < 0.01$ ) and promiscuous boundaries ( $F = 202.15$  and  $P < 0.01$ ). The results of the Tukey test indicated that the mixed method is more effective than the system method on dependent variables, and this effect was reported stable in the follow-up stage. **Conclusion:** It can be concluded from the present results that the mixed method can be used to improve marital conflicts, triangulation, and border dimensions. However, both methods showed their effectiveness.

**Keywords:** Systematic-Structural, Solution-Oriented, Marital Conflicts, Boundaries, Triangulation

---

1. PhD Student in Counseling, Isfahan Branch (Khorasgan), Islamic Azad University, Isfahan, Iran

2. \*Corresponding Author: Associate Professor, Department of Psychology, Isfahan Branch (Khorasgan), Islamic Azad University, Isfahan, Iran  
[hamidatashpour@gmail.com](mailto:hamidatashpour@gmail.com)

3. Assistant Professor, Department of Psychology, Isfahan Branch (Khorasgan), Islamic Azad University, Isfahan, Iran