




## The Effectiveness of Couple Therapy Based on McMaster's Functional Model on Family Resilience and Psychological Toughness of Couples on The Verge of Divorce

Roodabeh Hoshmandi <sup>1\*</sup> 

1. Department of Psychology, Ilam Branch, Islamic Azad University, Ilam, Iran (Corresponding Author).

❖ Corresponding Author Email: roodabeh.hshmd64@gmail.com

### Journal Info:

Volume 1, Issue 1 Sprint 2022  
Pages: 51-60

### Article Dates:

Receive: 2022/01/10  
Accept: 2022/03/16  
Published: 2022/06/21

### Keywords:

Couple Therapy Based on the McMaster Model, Psychological Toughness, Family Resilience, Couples on the Verge of Divorce.

Family is the most important institution of human society, which is the most fundamental and the first institution of society, and the first step to establish this social institution is marriage. In other words, the family is known as the most important unit of societies, and marriage is the most basic human relationship; Because it forms the primary structure of family relationship and the growth of the next generations. Therefore, the purpose of this research was to investigate the effectiveness of couple therapy based on McMaster's model on the psychological toughness and family resilience of couples on the verge of divorce. The current research was applied in terms of its purpose, and in terms of method, based on the research design and method, it was a semi-experimental study with a pre-test and post-test design (with an experimental group and a control group and a three-month follow-up period). The statistical population used in the present study included all couples who referred to family counseling and couple therapy centers in the 9th district of Tehran in 1401, and 40 people (20 couples) were selected randomly from among these people using the purposeful sampling method. An experimental group (20 people or 10 couples) and a control group (20 people or 10 couples) were assigned. Then, a couple therapy package based on the McMaster model was implemented on the test group based on Ryan's (2005) protocol. The research tools include the family resilience questionnaire of Gross & John (2003) and the psychological toughness questionnaire of Tangney et al. (2004) was. In order to statistically analyze the data, analysis of variance with repeated measurements and Bonferroni's post hoc test and SPSS software version 26 were used. According to the F value and the significance level of the value obtained in the variable of family resilience ( $F = 6.52$  and  $P = 0.003$ ) and psychological toughness ( $F = 6.30$  and  $P = 0.003$ ), it can be concluded that the variable Independent (couple therapy based on the McMaster model) has significantly changed the dependent variables (family resilience and psychological toughness). Therefore, it can be concluded that the changes made in the dependent variables were caused by the implementation of couple therapy based on the McMaster model on the experimental group. The results of Bonferroni's post hoc test showed that the effects of couple therapy based on the McMaster model on the research variables were stable. Based on the available findings, it can be concluded that couple therapy based on McMaster's model was effective on family resilience and psychological toughness of couples on the verge of divorce. Therefore, it is suggested that experts benefit from the techniques of this approach in their work.

### Article Cite:

Hoshmandi, R. (2022). The Effectiveness of Couple Therapy Based on McMaster's Functional Model on Family Resilience and Psychological Toughness of Couples on The Verge of Divorce, *Psychological Dynamics in Mood Disorders*; 1(1): 51-60





## اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی کارکردی مک‌مستر بر تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی زوجین در آستانه طلاق

رودابه هوشمندی <sup>ID</sup>\*

۱. گروه روانشناسی، واحد ایلام، دانشگاه آزاد اسلامی، ایلام، ایران (نویسنده مسئول).

✦ ایمیل نویسنده مسئول: roodabeh.hshmd64@gmail.com

### اطلاعات نشریه:

دوره ۱، شماره ۱، بهار ۱۴۰۱  
صفحات: ۶۰-۵۱

### تاریخ‌های مقاله:

دریافت: ۱۴۰۰/۱۰/۲۰  
پذیرش: ۱۴۰۰/۱۲/۲۵  
انتشار: ۱۴۰۱/۰۳/۳۱

### واژگان کلیدی:

زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر، سرسختی روانشناختی، تاب‌آوری خانواده، زوجین در آستانه طلاق

خانواده نهاد مهم جامعه بشری است که زیربنایی‌ترین و اولین نهاد اجتماع به شمار می‌رود و اولین گام برای برپایی این نهاد اجتماعی، ازدواج است. به عبارتی دیگر، خانواده به عنوان مهم‌ترین واحد جوامع، و ازدواج اساسی‌ترین رابطه انسانی شناخته شده است؛ چراکه ساختار اولیه ایجاد رابطه خانوادگی و رشد نسل‌های بعدی را شکل می‌دهد. لذا، هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر سرسختی روانشناختی و تاب‌آوری خانواده زوجین در آستانه طلاق بود. پژوهش حاضر از نظر هدف از نوع کاربردی و از لحاظ روش بر اساس طرح پژوهش و شیوه انجام، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون (با یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل و دوره پیگیری سه ماهه) بود. جامعه آماری به کار رفته در پژوهش حاضر شامل کلیه زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره خانواده و زوج‌درمانی منطقه ۹ تهران در سال ۱۴۰۱ بود و از بین این افراد با استفاده از شیوه نمونه‌گیری هدفمند تعداد ۴۰ نفر (۲۰ زوج) انتخاب شده و به صورت تصادفی در یک گروه آزمایش (۲۰ نفر یا ۱۰ زوج) و یک گروه کنترل (۲۰ نفر یا ۱۰ زوج) گمارده شدند. سپس، روی گروه آزمایش بسته زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر اساس پروتکل Ryan (2005) اجرا شد. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه تاب‌آوری خانواده Gross & John (2003) و پرسشنامه سرسختی روانشناختی Tangney et al. (2004) بود. به منظور تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر و آزمون تعقیبی بونفرونی و نسخه ۲۶ نرم افزار SPSS استفاده شد. با توجه به مقدار  $F$  و سطح معناداری مقدار به دست آمده در متغیر تاب‌آوری خانواده ( $F = 6/52$  و  $P = 0/003$ ) و سرسختی روانشناختی ( $F = 6/30$  و  $P = 0/003$ ) می‌توان نتیجه گرفت که متغیر مستقل (زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر) به شکل معناداری باعث تغییر در متغیرهای وابسته (تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی) شده است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که تغییرات ایجاد شده در متغیرهای وابسته ناشی از اجرای زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر گروه آزمایش بود. نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی نشان داد تأثیرات ناشی از زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر متغیرهای پژوهش پایدار بود. بر اساس یافته‌های موجود می‌توان نتیجه‌گیری نمود که زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی زوجین در آستانه طلاق مؤثر بود. از این رو، پیشنهاد می‌شود متخصصین از فنون این رویکرد در کار خود بهره‌مند شوند.

### استناد به مقاله:

هوشمندی، ر. (۱۴۰۱). اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی کارکردی مک‌مستر بر تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی زوجین در آستانه طلاق، پویایی روانشناختی در اختلالات خلقی؛ (۱): ۶۰-۵۱



## مقدمه

خانواده نهاد مهم جامعه بشری است که زیربنایی ترین و اولین نهاد اجتماع به شمار می‌رود و اولین گام برای برپایی این نهاد اجتماعی، ازدواج است. به عبارتی دیگر، خانواده به عنوان مهم‌ترین واحد جوامع، و ازدواج اساسی‌ترین رابطه انسانی شناخته شده است؛ چراکه ساختار اولیه ایجاد رابطه خانوادگی و رشد نسل‌های بعدی را شکل می‌دهد. از سوی دیگر، فروپاشی این نهاد یعنی طلاق یک معضل سلامت عمومی در نهاد اجتماعی خانواده محسوب می‌شود؛ پدیده‌ای تنیدگی‌زا است و آسیب‌پذیری افراد را به مشکلات جسمانی و روان‌شناختی دو برابر می‌کند و ابتلا به اختلالات روانی آنان امری اجتناب‌ناپذیر است (Navabinejad et al., 2023; Darbani & Parsakia, 2022).

با رشد فزاینده آگاهی در حوزه روان‌شناسی و پیدایش گستره‌های نو، مفهوم سرسختی نیز به عنوان یکی از ویژگی‌های شخصیتی مورد توجه نظریه پردازان روان‌شناسی به ویژه روان‌شناسان مثبت‌گرا قرار گرفته است (Shirinzadeh Dastgiri et al., 2020). سرسختی مجموعه‌ای از ویژگی‌های شخصیتی است که در رویارویی با حوادث فشارزای زندگی، به عنوان منبعی از مقاومت و به عنوان سپر محافظ عمل می‌کند. سرسختی روانشناختی یک جهت‌گیری کلی نسبت به خود و دنیای پیرامون است و شامل سه مؤلفه تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی است (Omrani et al., 2022). سرسختی به‌طور کلی، یک ساختار متشکل از سه جزء است: تعهد شخصی، مهار احساس شخصی به هنگام وقوع رویدادها و پیامدها و یک اعتقاد درونی که تغییر، چالش و فرصتی برای تحول است و نه یک تهدید. افراد سرسخت نسبت به آنچه انجام می‌دهند متعهدترند، خود را وقف هدف می‌کنند، احساس می‌کنند بر اوضاع مسلط هستند و خودشان تعیین‌کننده‌اند و تغییرات زندگی را چالش‌ها و فرصت‌هایی برای تحول و پیشرفت می‌دانند نه محدودیت و تهدید (Shahidi et al., 2023). یافته‌های پژوهش‌ها نیز نشان داده‌اند که سرسختی به‌مثابه سپری در مقابل تنیدگی در موقعیت‌های گوناگون زندگی عمل می‌کند، بیانگر استقلال است و همچنین خودپیروی در فرد را افزایش می‌دهد و باعث ارتقاء و بهبود عملکرد در فرد می‌شود (Shahidi et al., 2022).

در دهه اخیر تاب‌آوری جایگاه ویژه‌ای خصوصاً در حوزه‌های روانشناسی تحولی، روانشناسی خانواده و بهداشت روانی را به خود اختصاص داده است. به‌طوری‌که هر روز بر شمار پژوهش‌های مرتبط با این سازه افزوده می‌گردد. تعاریف این مفهوم معمولاً محدود به فرآیندهای روان‌شناختی مرتبط با سازگاری صحیح است (LoVette et al., 2019). تاب‌آوری، توانایی سازگاری سطح کنترل بر حسب شرایط محیطی است. پژوهشگران بر این باورند که تاب‌آوری نوعی ترمیم خود با پیامدهای مثبت عاطفی و شناختی است که این خود نقش مهمی در سازگاری و رضایت هرچه بیشتر از زندگی دارد. بر خورداری از این منبع درونی فردی، فرد را قادر می‌سازد، علی‌رغم شرایط ناگوار و پیشامدهای منفی، رشد سازگاران خود را ادامه دهد و سلامت روان خود را حفظ نماید (Sasani, 2019). افراد تاب‌آور، افرادی توانا در سازماندهی مسئولیت‌های روزانه‌شان می‌باشند، این افراد نسبت به افراد آسیب‌پذیر در انطباق یافتن با تغییرات زندگی تواناترند و توانایی ایجاد و گسترش مجموعه‌ای از مهارت‌های مقابله‌ای مانند مهارت‌های حل مسئله را دارند که در موقعیت‌های چالش‌زا از آن‌ها حمایت می‌کند (Shalbfan & Javaheri, 2021). در توسعه سازه تاب‌آوری، مفهوم تاب‌آوری خانواده مطرح شده است. تاب‌آوری خانواده مفهومی است که ریشه‌های گسترده و عمیقی دارد، از توسعه مفهوم تاب‌آوری فردی تا فرضیه‌های نظریه سیستم‌های کلی، از جمله نظریه سیستم‌های خانواده و مدل‌های درمانی مرتبط و همچنین مطالعاتی در مورد استرس خانواده و مقابله (Maurović et al., 2020). به طور مثال، تاب‌آوری خانواده در نگاه سیستمی تحت عنوان عوامل کلیدی محافظ تاب‌آوری خانواده به عوامل متعدد فردی، خانوادگی و اجتماعی توجه دارد (Ehsani et al., 2023). آوری در سطح خانواده نیز می‌تواند دارای پیامدهای مثبت برای کانون خانواده باشد (Faccio et al., 2019) به طوری که، تاب‌آوری خانواده را به عنوان توانایی خانوادگی برای پاسخ مثبت به یک وضعیت نامطلوب (لی، ژیانو، لوان، لی و وانگ، ۲۰۱۹) و بیرون آمدن از آن وضعیت با احساس قدرت، مدیریت و اعتماد به نفس بیشتر نسبت به مرحله قبل تعریف کرده‌اند (Bahraei et al., 2021).

یکی از مدل‌های مهم در زمینه کارکرد خانواده، مدل کارکرد خانواده مک‌مستر است. این مدل در اوایل دهه ۱۹۶۰ در دانشگاه مک‌مستر رشد یافت و به ارزشیابی ازدواج‌ها و خانواده‌ها می‌پردازد. این مدل که مبتنی بر رویکرد سیستمی می‌باشد که ساختار، سازمان و الگوی تبادلی واحد زناشویی را توصیف می‌کند و اجازه می‌دهد که روابط خانوادگی یا زناشویی در یک طیف سطحی، از وضعیت سلامت تا اختلال شدید روانی مورد آزمایش قرار گیرد (Naser et al., 2023; Darbani & Parsakia, 2022). همان‌طور که گفته شد، الگوی مک‌مستر، در مورد ارزیابی عملکرد خانواده بر رویکرد سیستمی استوار است که در آن ساختار، چگونگی سازماندهی و الگوهای تبادلی خانواده مورد بررسی قرار می‌گیرد. اصول بنیادی این الگو عبارت‌اند از: ارتباط بین بخش‌ها و اجزای خانواده با یکدیگر، قابل درک نبودن یک جزء جدای از سایر اجزای خانواده، نقش مهم ساختار و الگوهای تعاملی خانواده در تعیین و شکل‌دهی رفتار اعضای خانواده (Yousefi, 2015). در رویکرد مک‌مستر عناصر فعلی ارتباط ارتقا داده شده و در آن تغییر ایجاد می‌شود که هدف از این تغییر دهی و رشددهی تبدیل نارضایتی‌ها به رضایت مندی می‌باشد. یکی از مهمترین مفروضه‌های رویکرد مک

<sup>۱</sup>Resilience

<sup>۲</sup>Family Resilience

مستر، افزایش سرسختی روانشناختی این رویکرد می‌باشد. مطابق این مدل، اصول خانوادگی قابل آموزش بوده و بر همین اساس می‌توان برنامه‌های آموزش خانواده و مداخلات درمانی را براساس آن تدوین و اجرا کرد (Delfanzari et al., 2023). بنابراین با توجه به مطالب مطرح شده و همچنین کمبود پژوهش در زمینه اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر در عین کاربرد نظری و عملی فراوان الگوی کارکرد خانواده مک‌مستر، هدف از پژوهش حاضر بررسی تأثیر زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر سرسختی روانشناختی و تاب‌آوری خانواده زوجین در آستانه طلاق بوده و در پی رسیدن به پاسخ سؤال زیر انجام شد:

آیا زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی زوجین در آستانه طلاق مؤثر است؟

## روش شناسی

پژوهش حاضر از نظر هدف از نوع کاربردی و از لحاظ روش بر اساس طرح پژوهش و شیوه انجام، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون (با یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل و دوره پیگیری سه ماهه) بود. جامعه آماری به کار رفته در پژوهش حاضر شامل کلیه زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره خانواده و زوج‌درمانی منطقه ۹ تهران در سال ۱۴۰۱ بود و از بین این افراد با استفاده از شیوه نمونه‌گیری هدفمند تعداد ۴۰ نفر (۲۰ زوج) انتخاب شده و به صورت تصادفی در یک گروه آزمایش (۲۰ نفر یا ۱۰ زوج) و یک گروه کنترل (۲۰ نفر یا ۱۰ زوج) گمارده شدند. سپس، روی گروه آزمایش بسته زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر اساس پروتکل Ryan (2005) اجرا شد. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: اقدام به طلاق؛ مراجعه به مشاوره برای تصمیم در مورد طلاق؛ تصمیم جدی داشتن برای طلاق؛ نداشتن تشخیص بیماری روانی توسط روان‌پزشک یا روانشناس؛ عدم شرکت در جلسات دیگر روان‌درمانی و مشاوره. ملاک‌های خروج از پژوهش عبارت بود از: عدم تمایل به ادامه جلسات؛ غیبت در بیش از یک جلسه از جلسات درمانی؛ مراجعه به سایر مراکز مشاوره یا روان‌درمانی در طی جلسات پژوهش؛ تصمیم بر ادامه زندگی زناشویی و منصرف شدن از طلاق. به منظور گردآوری داده‌ها، ابزار پژوهش شامل پرسشنامه تاب‌آوری خانواده Gross & John (2003) و پرسشنامه سرسختی روانشناختی Tangney et al. (2004) بود که در ادامه شرح داده شده است.

۱. پرسشنامه تاب‌آوری خانواده MacQueen et al. (1986). پرسشنامه تاب‌آوری خانواده در سال ۱۹۸۶ توسط McQueen et al. (1986) به منظور ارزیابی میزان تاب‌آوری خانواده‌ها در مقابل استرس ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۲۰ عبارت است که در آن تاب‌آوری خانواده برای کم کردن اثرات فشارها و سختی‌ها در خانواده مفهوم پردازی شده است. نمره گذاری بر اساس طیف لیکرت ۴ درجه ای (غلط = ۰، تقریباً غلط = ۱، تقریباً درست = ۲، کاملاً درست = ۳) می‌باشد. برخی عبارات نیز نمره گذاری معکوس دارند. پرسشنامه تاب‌آوری خانواده از پایایی و روایی مطلوبی برخوردار است. همبستگی معنی دار شاخص تاب‌آوری خانواده با شاخص‌های انعطاف‌پذیری خانواده، زمان و عادات خانواده و مقیاس زندگی خانوادگی بیانگر روایی هم‌زمان این آزمون است. در پژوهش Khandandel & Kavianfar (2015) ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۸۲ گزارش شده است.

۲. پرسشنامه سرسختی روان‌شناختی (Lang et al., 2003): این پرسشنامه توسط Lang et al. (2003) در سال ۲۰۰۳ به منظور ارزیابی این متغیر در موقعیت‌ها و شرایط خاص و استرس‌زا ساخته شد. پرسشنامه سرسختی روانشناختی مشتمل بر ۴۵ گویه و بر پایه تعریف مفهومی از سازه سرسختی روان‌شناختی می‌باشد. این پرسشنامه شامل سه خرده‌مقیاس کنترل (۱۶ سؤال)، تعهد (۱۶ سؤال) و چالش‌جویی (۱۳ سؤال) می‌گردد و ۱۵ گویه آن به صورت منفی نمره‌گذاری می‌شوند که به صورت تصادفی در کل مقیاس توزیع شده‌اند. کل عبارات پرسشنامه بر اساس یک مقیاس لیکرت ۵ قسمتی از نمره ۱ به منزله کاملاً مخالف تا نمره ۵ به منزله کاملاً موافق نمره‌گذاری می‌شوند. سازندگان پرسشنامه نشان دادند که همبستگی بین نمرات کلی در پرسشنامه و همچنین نمره آزمودنی‌ها در خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه در حد متوسط تا بالایی بوده و همچنین ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه، همسانی درونی خوبی را برای آن گزارش کرد. در مورد پایایی مربوط به بازآزمایی نیز ضریب همبستگی بین اجرای اول و دوم پرسشنامه  $r = 0.73$  بود که از این نتیجه می‌توان ثبات نسبی مقیاس و حساسیت آن به تغییرات در طول زمان را استنباط کرد. در این پژوهش، ضریب پایایی آلفای کرونباخ ۰/۷۷ محاسبه شد.

۳. زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر. در پژوهش حاضر به منظور اجرای زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر از بسته آموزشی تهیه شده توسط Ryan (2005) استفاده گردید که خلاصه آن در جدول زیر شرح داده شده است.

جدول ۱. خلاصه جلسات درمانی مک‌مستر

جلسات	موضوع جلسه	توضیحات	زمان
اول	معارفه	ایجاد رابطه حسنه، بیان قواعد، اهداف و تعداد جلسه درمان، بستن قرارداد درمانی، ارزیابی وضعیت و شدت تعارضات زوجین، اجرای پیش‌آزمون، آشنایی با یکدیگر و ایجاد جو همراه با اعتماد و امنیت، بیان قواعد برگزاری جلسات و ایجاد تعهد، آشنایی با الگوی کارکرد خانواده مک‌مستر، اهمیت کانون خانواده	۶۰ دقیقه

دوم	تعیین مشکلات خانواده با توجه به مشکل کنونی	کارکرد عمومی خانواده، توصیف مشکل و روشن سازی مشکل، آشناسایی فرآیند حل مساله، عوامل بازدارنده حل مساله، نحوه به کار بردن مهارت حل مساله بر روی یکی از مشکلات کنونی زوجین	۶۰ دقیقه
سوم	توضیح و بیان نقش ارتباط مؤثر در روابط زوجین و انواع مشکلات ارتباطی	تأثیر شیوه‌های مختلف ارتباط کلامی، چشمی و لمسی، تمرین گفتگوی رودررو همراه با تماس چشمی و گوش دادن مؤثر، تفاوت‌های روان‌شناختی زنان در ارتباط	۶۰ دقیقه
چهارم	ارتباط ابزاری و عاطفی	تفکر سیستمی و سطوح کارکرد خانواده، انواع سبک‌های گفتگو سبک منفعلانه، تهاجمی، صریح، بیان مشکلات به دور از سرزنش، بررسی موانع گوش دادن به عنوان یکی از اجزای حل مساله در ایجاد تفاهم و صمیمیت	۶۰ دقیقه
پنجم	نقش‌ها، کارکردهای سازگاران و ناسازگاران خانواده	پاسخدهی عاطفی، بررسی نحوه مدیریت منزل و نقش‌هایی که زوجین بر سر آنها با هم به توافق نرسیده‌اند، زوجین دوست دارند چه چیزی به رابطه عاطفی خود اضافه کنند؟	۶۰ دقیقه
ششم	توضیح مشارکت عاطفی و کنترل رفتار	تشریح چگونگی اندیشیدن زنان درباره روابط زناشویی و انتظارات آنان از این رابطه، آشنایی با تفاوت‌های جنسی زن و مرد و توجه به نیازهای عاطفی همسر، تکنیک‌های ابراز محبت	۶۰ دقیقه
هفتم	درمان مشکلات خانواده	۱. اولویت‌های درمانی ۲. تعیین تکالیف اعضا ۳. ارزیابی تکالیف، تأثیر انتقاد مخرب و مثبت، آموزش چگونگی شناسایی و پیش بینی موقعیت‌های برانگیزاننده خشم، آشنایی با دلایل اصلی خشم در خانواده، ایفای نقش خانواده دارای کارکرد نامناسب	۶۰ دقیقه
هشتم	خلاصه سازی پیامدهای درمان	چگونگی مدیریت مشکلات جدید در خانواده، اجرای پس‌آزمون، خلاصه و مروری از جلسات گذشته، چگونگی مدیریت مشکلات جدید در خانواده و رفع اشکال	۶۰ دقیقه

#### شیوه اجرا

پس از اخذ رضایت‌نامه و ارائه توضیحات لازم در مورد موازین اخلاقی و روند پژوهش، آزمودنی‌های هر دو گروه قبل از شروع جلسات پرسشنامه‌ها را تکمیل کرده و سپس اعضای گروه آزمایش تحت زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر قرار گرفتند اما اعضای گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. پس از پایان مداخلات مجدداً هر دو گروه پرسشنامه‌ها را تکمیل نمودند و در نهایت پس از دوره پیگیری سه ماهه همه شرکت‌کنندگان (گروه آزمایش و کنترل) برای بار دیگر به ابزار اندازه‌گیری پژوهش پاسخ دادند. همچنین پس از پایان دوره پیگیری اعضای از گروه کنترل که مایل بودند به صورت رایگان تحت آموزش بر اساس زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر قرار گرفتند. تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل از پژوهش در دو بخش توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و استنباطی انجام شد. در بخش توصیفی از جدول‌های توزیع فراوانی استفاده شده و در بخش استنباطی تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری‌های مکرر و آزمون تعقیبی بونفرونی و نسخه ۲۶ نرم افزار SPSS استفاده شد.

#### یافته‌ها

یافته‌های جمعیت‌شناختی به دست آمده نشان داد که میانگین (انحراف معیار) سن اعضای گروه آزمایش ۳۲/۸۸ (۷/۳۰) سال و اعضای گروه کنترل ۳۱/۵۲ (۶/۶۴) سال بود. در جدول زیر یافته‌های آمار توصیفی پژوهش گزارش شده است که شامل میانگین و انحراف معیار نمرات تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری به تفکیک عضویت در گروه آزمایش و کنترل می‌باشد.

جدول ۲. داده‌های توصیفی نمرات گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیر	گروه	مرحله	میانگین	انحراف معیار
تاب‌آوری خانواده	آزمایش	پیش‌آزمون	۲۰/۱۳	۳/۴۰
		پس‌آزمون	۲۳/۶۱	۳/۵۶
		پیگیری	۲۳/۷۲	۴/۱۵
کنترل	کنترل	پیش‌آزمون	۲۱/۷۱	۳/۱۱
		پس‌آزمون	۲۱/۶۲	۳/۸۸

۳/۷۰	۲۱/۶۶	پیگیری	
۵/۱۸	۶۴/۳۱	پیش‌آزمون	
۵/۹۱	۶۸/۵۵	پس‌آزمون	آزمایش
۴/۹۹	۶۸/۶۳	پیگیری	
۵/۸۰	۶۲/۴۰	پیش‌آزمون	سرسختی روانشناختی
۵/۷۱	۶۲/۷۴	پس‌آزمون	کنترل
۶/۰۱	۶۲/۶۳	پیگیری	

همان‌طور که نتایج نوشته شده در جدول فوق نشان می‌دهد، می‌توان دریافت که به‌طور شهودی، در میانگین نمرات گروه کنترل تغییرات بسیار کمی دیده می‌شود اما نمرات گروه آزمایش میانگین تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی به شکل محسوس‌تری افزایش یافته است. برای آزمایش معنادار بودن اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی گروه آزمایش از تحلیل واریانس چندمتغیری با اندازه‌گیری‌های مکرر در سه مرحله استفاده شده است. بدین منظور، ابتدا باید پیش‌فرض‌های مورد نیاز بررسی شود.

جدول ۳. نتایج توزیع طبیعی نمره‌ها و آزمون همگنی واریانس‌ها

متغیر	آزمون شاپیرو ویلک		آزمون لوین		آزمون ام‌باکس	
	آماره	معناداری	مقدار F	معناداری	مقدار F	معناداری
تاب‌آوری خانواده	۰/۹۰۱	۰/۵۲۳	۰/۲۸۳	۰/۶۷	۲/۷۰	۰/۰۲۳
سرسختی روانشناختی	۰/۹۹۸	۱/۰۰	۰/۲۸۲	۰/۶۸	۲/۹۳	۰/۰۲۵

مطابق نتایج به دست آمده در جدول فوق، نتایج آزمون آزمون شاپیرو ویلک طبیعی بودن بودن داده‌ها را تأیید می‌نماید. به علاوه، بر اساس نتایج آزمون لوین شرط همسانی واریانس برقرار بوده و نتایج آزمون ام‌باکس نیز همگنی ماتریکس کوواریانس را تأیید می‌کند. از این رو امکان استفاده از شیوه تحلیل واریانس چندمتغیری با اندازه‌گیری‌های مکرر سه مرحله‌ای وجود دارد.

جدول ۴. تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری‌های مکرر در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با متغیرهای تاب‌آوری خانواده و

سرسختی روانشناختی در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجموع مجذورات	نسبت F	سطح معناداری	اندازه اثر (اتا)
سرسختی روانشناختی	گروه	۲۷۱/۲۹	۱	۲۷۱/۲۹	۶/۵۲	۰/۰۰۳	۰/۳۶
	خطا	۸۳۳/۹۲	۴۰	۲۰/۸۴			
	مداخله	۲۵۳۹۲/۲۳	۱	۲۵۳۹۲/۲۳	۱۵۵/۵۲	۰/۰۰۰	۰/۷۴
سرسختی روانشناختی	گروه	۱۷۷/۷۱	۱	۱۷۷/۷۱	۶/۳۰	۰/۰۰۳	۰/۳۱
	خطا	۳۱۹/۵۹	۴۰	۷/۹۸			
	خطا						

مندرجات جدول فوق نشان می‌دهد که با توجه به مقدار F و سطح معناداری مقدار به دست آمده در متغیر تاب‌آوری خانواده ( $F = ۶/۵۲$  و  $P = ۰/۰۰۳$ ) و سرسختی روانشناختی ( $F = ۶/۳۰$  و  $P = ۰/۰۰۳$ ) می‌توان نتیجه گرفت که متغیر مستقل (زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر) به شکل معناداری باعث تغییر در متغیرهای وابسته (تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی) شده است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که تغییرات ایجاد شده در متغیرهای وابسته ناشی از اجرای زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر گروه آزمایش بود.



جدول ۵. نتایج مقایسه زوجی میانگین‌ها بر اساس آزمون بونفرونی در سه مرحله به تفکیک گروه‌ها

شاخص‌های آماری	پس آزمون - پیگیری			پیش آزمون - پیگیری			پیش آزمون - پس آزمون		
	تفاوت میانگین	معیار خطا	انحراف	تفاوت میانگین	معیار خطا	انحراف	تفاوت میانگین	معیار خطا	انحراف
تاب‌آوری خانواده	۰/۱۵	۳/۱۳	۱/۰۰	۳/۴۲	۳/۲۰	۰/۰۰	۳/۳۲	۳/۱۴	۰/۰۰
سرسختی روانشناختی	۰/۱۰	۲/۹۱	۱/۰۰	۳/۰۵	۲/۹۰	۰/۰۰	۳/۰۱	۲/۹۷	۰/۰۰

طبق یافته‌های گزارش شده در جدول فوق می‌توان دریافت که تفاوت میانگین نمرات مرحله پیگیری و پس آزمون معنادار نبوده در حالی که نمرات هر دو مرحله با نمرات مرحله پیش آزمون تفاوت معنادار دارد. از این رو می‌توان نتیجه گرفت که زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر در مرحله پس آزمون به شکل معنادار باعث تغییر در تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی شده و در عین حال این تأثیر بر متغیرهای گروه آزمایش در مرحله پیگیری پایدار بوده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی در زوجین در آستانه طلاق انجام شد. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر نشان داد که این شیوه درمانی بر تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی در زوجین در آستانه طلاق به صورت معناداری تأثیر گذار بوده و بر اساس نتایج حاصل از آزمون تعقیبی بونفرونی این اثر در مرحله پیگیری نیز پایدار بود. نتایج به دست آمده در پژوهش حاضر با تعدادی از یافته‌های مطالعات پیشین همسو بود (Delfanazari et al., 2022; 2023, Naseri et al., 2023; Mostofi Sarkari et al., 2019; Mehrabi et al., 2022; Nabavi et al., 2019; Al-Kernawi, 2010; Amato & James, 2018; Ascher et al., 2010; Ryan, 2005).

در تبیین یافته‌ها به دست آمده از تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها می‌توان به این موضوع اشاره نمود که در مدل مک‌مستر کارکرد اساسی خانواده، فراهم کردن محیطی مناسب برای اعضای خانواده در جهت رشد جنبه‌های مختلف جسمی، روانی و اجتماعی می‌باشد. درمان‌گر می‌تواند مقصودها، هدف‌ها، روش‌های درمان را شناسایی کند؛ این مدل به این‌جا و اکنون توجه دارد و موجب مفهوم‌سازی نسبتاً آسان رفتارهای افراد درون سیستم می‌شود و فهمی واضح از فرآیند درمانی فراهم می‌کند. به طور کلی هدف الگوی مک‌مستر این است که مفاهیم زیربنایی در درمان و عملکرد خانواده مشخص شود تا درمان‌گران با استفاده از آن، یک درمان مؤثر را به کار گیرند (Darbani & Parsakia, 2022). الگوی مک‌مستر الگویی آموزشی محور می‌باشد که برای بهبود روابط زوجین طراحی شده است و هدف آن کمک به زوجها برای آگاهی از خودشان و همسرشان، کاوش احساسات و افکار همسرشان، گسترش همدلی و صمیمیت و رشد ارتباط مؤثر و مهارت‌های حل مسئله است (Delfanazari et al., 2023). الگوی مک‌مستر، تمرکز خود را بر آموزش مهارت‌های همدلی، بازشناسی و حل مشکلات، مدیریت تعارض، گفتگو و مذاکره، پایه‌گذاری صداقت و صمیمیت و احترام، مهارت‌های گوش دادن، مهارت‌های مدیریت شرم، سرسختی روانشناختی، مهارت‌های ارتباط جنسی، مهارت‌های اثبات‌گری، مهارت‌های مدیریت خشم، مهارت‌های مدیریت اقتصادی و یادگیری تغییر و تقویت مهارت‌های همسر گذاشته است (Yousefi, 2015). بنابراین به نظر می‌رسد زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر از این طریق موجب افزایش تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی زوجین در آستانه طلاق گروه آزمایش این پژوهش شد.

در تبیین بیش‌تر یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان فرآیند مشاوره خانواده درمانی مک‌مستر، مبانی نظری و تمرین‌های ارائه شده، می‌تواند در بهبود تخریب‌کنندگی مخالفت، عدم تغییرپذیری همسر، توقع ذهن‌خوانی و تفاوت‌های جنسیتی مؤثر واقع شود. خانواده‌باورهای غیر منطقی، درمانی مک‌مستر بر حل کردن مشکلات موقتی و ارائه راهکارهایی طبقه‌بندی شده و مفید و کاربردی برای درمانگران در این زمینه و حتی مشخص کردن برخی از این نوع مشکلات و تدوین برنامه‌ای جهت کمک به زوجین در مورد این مسائل و طراحی تمرین‌هایی عملی و کاربردی برای آن‌ها مانند تلاش برای شروعی ملایم و آرام، اعتراض به جای سرزنش، استفاده از جملاتی که به جای تو با من آغاز می‌شود، شرح چیزی که اکنون اتفاق می‌افتد به جای ارزیابی، اتهام، قضاوت و سرزنش به جای ذهن‌خوانی و انتظار اینکه طرف مقابل همه چیز را متوجه شود، واضح صحبت کردن، مؤدب و قدردان بودن، تمرین برای این که عقده‌ها و دلخوری‌ها را ذخیره نکنید، آرام کردن خود و همسر و همچنین تأکید این بر سازگاری و توفیق بر سر حل مشکلات مزمن و دائمی، شناسایی بن‌سرها، یافتن زمینه‌ای مشترک و پذیرفتن همسر همان‌گونه که هست (Mehrabi et al., 2022). بنابراین می‌توان این‌گونه ادعا نمود که زوج‌درمانی مبتنی بر مدل مک‌مستر از طریق این فنون توانسته است بر تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی زوجین در آستانه طلاق تأثیر گذار باشد.

پژوهش حاضر نیز همانند تمامی پژوهش‌های مشابه دارای محدودیت‌هایی بود که از جمله این محدودیت‌ها می‌توان به موارد ذیل اشاره نمود: (۱) استفاده از طرح نیمه‌آزمایشی که همواره باید در آن درصد خطا لحاظ گردد؛ (۲) استفاده از ابزار گردآوری داده‌های خودگزارشی که همیشه با خود مقداری خطا به همراه دارد؛ (۳) جامعه آماری محدود و خاصی که در پژوهش حاضر در نظر گرفته شده است به علت تفاوت‌های فرهنگی و بافتاری با سایر جوامع آماری نمی‌تواند در بسیاری از موقعیت‌ها قابل تعمیم باشد؛ (۴) از آن‌جا که جلسات در طول چندین هفته برگزار شد ممکن است در طی این زمان اتفاقاتی برای شرکت‌کنندگان (هر دو گروه آزمایش و کنترل) رخ داده باشد که بر نمرات پس‌آزمون و همچنین پیگیری تأثیرگذار بوده که این اتفاقات و متغیرها از کنترل پژوهش‌گر خارج بوده و قابل محاسبه و لحاظ شدن در محاسبات پژوهش حاضر نبود. بنابراین، با توجه به محدودیت‌هایی که پژوهش حاضر با خود به همراه داشت در تعمیم نتایج به دست آمده از این پژوهش اکیداً باید جوانب احتیاط رعایت شود.

با توجه به محدودیت‌های پژوهش و نیز نتایج به دست آمده که حاکی از اثربخش بودن زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی مک‌مستر بر تاب‌آوری خانواده و سرسختی روانشناختی زوجین در آستانه طلاق بود، اولاً پیشنهاد می‌گردد پژوهش‌هایی مشابه به منظور بررسی اثربخشی این شیوه زوج‌درمانی در جوامع آماری مختلف و با متغیرهای دیگر تدوین گردد؛ ثانیاً پیشنهاد می‌شود به آموزش الگوی مک‌مستر در دانشگاه‌ها و کارگاه‌های آموزشی و تربیت‌درمان‌گر توجه ویژه‌ای گردد؛ ثالثاً پیشنهاد می‌گردد زوج‌درمان‌گرانی که از سایر رویکردهای زوج‌درمانی استفاده می‌کنند نیز برای ارزیابی بهتر و دقیق‌تر خانواده‌ها و روابط زناشویی از الگوی مک‌مستر استفاده کنند.

### موازین اخلاقی

در تمام مراحل پژوهش سعی شد اصول اخلاقی مورد توجه قرار گیرد. ضمن دادن آزادی انتخاب به شرکت‌کنندگان و دادن اطمینان جهت رعایت اصول رازداری، سعی بر آن بود تا به حریم شخصی زندگی افراد احترام گذاشته شود.

### سیاس‌گذاری

از همه افراد شرکت‌کننده در پژوهش و همه افرادی که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند تشکر و قدردانی می‌شود.

### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.



## References

- Al-Kernawi, A. (2010). A study of psychological symptoms, family function, marital and life satisfactions of polygamous and monogamous women: The Palestinian case. *International Journal of Social Psychiatry*, 58(1)79-86.
- Amato, P.R. & James S.L. (2018) Changes in Spousal Relationships over the Marital Life Course: *Frontiers in Sociology and Social Research. Social Networks and the Life Course*, vol 2. pp 139-158. Doi: 10.1007/978-3-319-71544-5\_7.
- Ascher, E. A. Sturm, V. E. Seider, B. H. Holley, S. R. Miller, B. L. & Levenson, R. W. (2010). Relationship satisfaction and emotional language in frontotemporal dementia and Alzheimer disease patients and spousal caregivers. *Alzheimer disease and associated disorders*, 24(1), 49-55.
- Bahraei, Z., Hosseinalmadani, S., & Baseri, A. (2021). The Mediating Role of Grit in the Relationship between Marital Happiness, Basic Psychological Needs and Spirituality with Family Resilience. *Journal of Applied Family Therapy*, 2(2), 124-149.
- Darbani, S. A., & Parsakia, K. (2022). *Family Counseling and Psychotherapy*. Tehran: Zarrin Andishmand.
- Darbani, S. A., & Parsakia, K. (2022). The effectiveness of strength-based counseling on the self-esteem of marital conflicted women. *Psychology of Woman Journal*, 3(1), 46-55.
- Delfanazari, R., Behbodi, M., & Dokaneifard, F. (2022). The Effectiveness of Bowen's Intergenerational Therapy-Based Training and the McMaster Model in Improving Anxiety, Self-Efficacy, and Self-Control of Men and Women on the Verge of Divorce. *Journal of Applied Family Therapy*, 2(4), 24-51.
- Delfanazari, R., Behbodi, M., & Dokaneifard, F. (2023). The effectiveness of McMaster model on anxiety and self-control of women on the verge of divorce. *Journal of Applied Family Therapy*, 4(1), 491-511.
- Ehsani, H., Shahriari, M., Zare Baharmabadi, M., & Izadi, M. (2023). Prediction of family resilience based on marital commitment and psychological capital in married couples of Takab city. *Jayps*, 4(1): 90-100.
- Faccio, F., Gandini, S., Renzi, C., Fioretti, C., Crico, C., & Pravettoni, G. (2019). Development and validation of the Family Resilience (FaRE) Questionnaire: an observational study in Italy. *BMJ open*, 9 (6), 5-12.
- Khandandel, S., & Kavianfar, H. (2015). Role of trust in interpersonal relationships and family hardiness in marital satisfaction in working couples. *Family Pathology, Counseling and Enrichment Journal*, 1(1), 14-31.
- Lang, A., Goulet, C., & Amsel, R. (2003). Lang and Goulet hardiness scale: Development and testing on bereaved parents following the death of their fetus/infant. *Death Studies*, 27(10), 851-880.
- LoVette, A., Kuo, C., & Harrison, A. (2019). Strength-based interventions for HIV prevention and sexual risk reduction among girls and young women: A resilience-focused systematic review. *Global Public Health*, 14(10), 1454-1478.
- Mehrabi, A., & Asgharnejad Farid, A. A. (2022). Comparison of the effectiveness of McMaster and Nickels family counseling approaches on couple adaptability. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, 11(3), 91-100.
- Mostofi Sarkari, A., Ghamari, M., & Hoseinian, S. (2019). Comparing the effectiveness of psychological education based on McMaster and Olson model on enhancing family coherence of women teachers. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 10(37), 99-120.
- Nabavi, S. J., & Sanai Zaker, B. (2018). Evaluation of efficacy of relationship enhancement and McMaster approach on adjustment of couples. *Medical science journal of Islamic Azad University-Tehran medical branch*, 28(4), 319-324.
- Naseri, H., Babakhani, V., Amiri Majd, M., & Jafari, A. (2023). Comparing the effectiveness of McMaster's functional model and Gottman's cognitive-systemic model in marital conflicts and emotional divorce of divorce applicants. *Journal of Applied Family Therapy*, 4(1), 466-490.

- Navabinejad, Sh., Rostami, M., & Parsakia, K. (2023). The mediating role of emotional intelligence in the relationship between marital conflicts and tendency to marital infidelity in couples. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling*, 5(1): 1-8.
- Omrani, S., Baratian, M., Zareh Hoseinzadeghan, Z., & Jedari Seyedi, Z. (2022). The effectiveness of emotionally focused therapy on mental toughness and sleep quality among people with a history of hospitalization because of Coronavirus. *Journal of Applied Family Therapy*, 2((Covid-19 articles collection)), 215-228.
- Ryan, C. E. (2005). *Evaluating and treating families: The McMaster approach*. Taylor & Francis.
- Sassani, R. (2019). Investigating the relationship between resilience and life satisfaction between couples. The 5th international conference on management, psychology and humanities with sustainable development approach, Tehran.
- Shahidi, S., Hasanzadeh, R., & Mirzaian, B. (2023). The effectiveness of metacognitive therapy on psychological toughness and distress tolerance in female patients with psoriasis. *Journal of Applied Family Therapy*, 3(5), 374-388.
- Shahidi, S., Hasanzadeh, R., & Mirzaian, B. (2023). The effectiveness of metacognitive therapy on psychological toughness and distress tolerance in female patients with psoriasis. *Journal of Applied Family Therapy*, 3(5), 374-388.
- Shalbafan, M., & Javaheri, M. H. (2021). Comparison of emotional schemas, initial maladaptive schemas and resilience in divorcing couples and cohabiting couples, 9th National Conference on Sustainable Development in Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Studies, Tehran.
- Shirinzadeh Dastgiri, S., Latifi, M., Daneshmand, N., Alavenejad, N. A., Samimipoor, M., & Mirzaei, Z. (2020). Comparison of self-compassion, hardiness, forgiveness in women with hypertension and normal subjects. *Journal of Applied Family Therapy*, 1(3), 154-168.
- Yousefi, N. (2014). Healthy family performance based on the McMaster model. First National Congress of Healthy Family, Iranian Counseling Association, Shahid Chamran University of Ahvaz.