فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۷، شماره ۱۱ ، زمستان سال ۹۹

اثربخشی آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت‌پذیری و تعهد زناشویی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران

فاطمه میرعبدالعظیمی*[۱]، مژگان مردانی‌راد[۲]، فرحناز نورمحمدی [۳]

چکیده

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت‌پذیری و تعهد زناشویی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران انجام شد.

مواد و روش‌ها: روش تحقیق شبه تجربی از نوع (طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل) بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زوجین شهر تهران در سال ۱۳۹۸بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس و با توجه به ملاک‌های ورود به پژوهش،۳۲ نفر به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۶) نفر و کنترل (۱۶) نفر جایگزین شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش تئوری انتخاب دریافت کردند. برای جمع آوری داده‌ها از پرسشنامه مسئولیت‌پذیری (CPI-R) و پرسشنامه تعهد زناشویی آدامز و جونز (DCI) استفاده شد و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس استفاده شد.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش نشان داد آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری و تعهد زناشویی زوجین موثر بوده است.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که از آموزش تئوری انتخاب می‌توان به عنوان یکی از روش-های آموزشی جهت بهبود مسئولیت پذیری و تعهد زناشویی زوجین استفاده کرد.

واژگان کلیدی: آموزش تئوری انتخاب، مسئولیت‌پذیری، تعهد زناشویی، مراکز مشاوره

۱.**نویسنده مسئول:** کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز. تهران. ایران.
۲. استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز. تهران. ایران.
۳. استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز. تهران. ایران.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۷، شماره ۱۱ ، زمستان سال ۹۹

The Effectiveness of Choice Theory Training on Responsibility and Marital Commitments of Couples Referred to the City's Counseling Centers in Tehran

Fatemeh Mirabdolazimi [1], Farahnaz Noormohammadi [2], Mojgan Mardani Rad [3]

Abstract

Introduction: The aim of this study was to the effectiveness of choice theory training on responsibility and marital commitments of couples referred to the City's counseling centers in Tehran.

Materials and Methods: The research method was quasi-experimental (pre-test and post-test design with control group). The statistical population of the study included all couples in Tehran in 1398. that is available by sampling method and according to the inclusion criteria, 32 people were selected as the research sample and were randomly replaced in two experimental groups (16) and control (16). The experimental group received 8 90-minute sessions of selection theory training. To collect data from The Responsibility Questionnaire (CPI-R) and the Adams & Jones Marital Commitment Questionnaire (DCI) were used. To analyze data from Covariance analysis was used.

Results: Findings showed that teaching the theory of choice has been effective on marital responsibility and commitment of couples.

Conclusion: According to the findings of this study, it can be concluded that selection theory training can be used as one of the training methods to improve marital responsibility and commitment of couples.

Keywords: Choice Theory Training, Responsibility, Marital Commitments Counseling Centers.

1.**Corresponding Author**: M.a. Family counseling, Islamic Azad University, Tehran Center Branch. Tehran. Iran.
2.Assistant Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Tehran Center Branch. Tehran. Iran.
3 .Assistant Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Tehran Center Branch. Tehran. Iran.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۷، شماره ۱۱ ، زمستان سال ۹۹

مقدمه

یکی از نیازهای عاطفی انسان، ایجاد روابط انسانی است و در این میان ازدواج به عنوان مهم‌ترین و اصلی‌ترین عامل ارتباطی میان انسان‌ها معرفی شده است (لوکاس[1]، ۲۰۱۴). ازدواج مهم‌ترین تصمیم در زندگی محسوب می‌شود و حدود ۹۵ درصد از افراد در برهه‌ای از زمان ازدواج می‌کنند. در طول زندگی مشترک، متغیرهای گوناگونی بر نحوه ارتباط زوجین با یکدیگر تاثیر می‌گذارد. این متغیرها، سازگاری یا عدم سازگاری زن و شوهر را از روابط زناشویی به همراه دارند (پورافکاری، ۱۳۸۷). سلامت فیزیکی و عاطفی و بهداشت روانی افراد در جامعه در گرو سلامت روابط زناشویی و تداوم و بقای ازدواج می‌باشد. یک رابطه زناشویی صمیمی مستلزم آن است که زوجین یاد بگیرند با هم ارتباط برقرار کنند و با هم متفاوت باشند (سودانی و شفیع‌آبادی، ۱۳۸۷). در میان تعاملات گوناگون انسانی، تعهد مهم‌ترین جنبه کیفی یک رابطه است. پایبندی به عهد و پیمان ازدواج نیز به عنوان مکانیزمی دوام‌بخش دارای اهمیت بسزایی می‌باشد و از ویژگی‌های ازدواج‌های موفق و طولانی مدت به شمار می‌رود (میچر[2]، ۲۰۱۳). تعهد در ازدواج باعث افزایش رضایت از زندگی و رضایت زناشویی می‌شود (موسکو[3]، ۲۰۰۹) و دومین عامل حفظ‌کننده‌ی ازدواج است (رینولد و منسفیلد[4]، ۱۹۹۹). بدون تعهد، رابطه سطحی، ظاهری و بدون سمت و جهت خواهد بود (تبعه امامی، ۱۳۹۲). زوج‌هایی که در مورد تعهد خود در برابر همسر و دیگران به بلوغ فکری لازم نرسیده و وفاداری دوسوگرایانه را در پیش می‌گیرند، در ازدواج و کار با دیگران دچار مشکل خواهند شد و این روابط غالباً منتج به بی‌وفایی خواهد بود (مک‌کارتی[5]، ۱۹۹۹). از سویی دیگر، مسئولیت‌پذیری در حفظ و تداوم زندگی زناشویی نقش موثر و بسزایی دارد. در واقع، مسئولیت به معنای پاسخگویی قانونی، مالی یا اخلاقی است و فرد مسئول، انسانی است که معتمد و قابل اطمینان است. آگاهی از مسئولیت، یعنی آگاهی از اینکه خود، سرنوشت گرفتاری‌های زندگی، احساسات و در نتیجه رنج‌ها را بوجود می‌آورد. آدمی در راستای مسئولیت‌پذیری در جامعه، نقش‌هایی را عهده‌دار می‌گردد و حصار زندگی فردی و بی‌تفاوتی در هم شکسته، پیوندی عمیق بین سرنوشت و سعادت خویش با سرنوشت و سعادت دیگران، برقرار می‌کند و در نتیجه، زمینه‌ی تکامل، سعادت، رشد، توسعه و سازندگی خود و جامعه خویش را به تمامی ابعاد مهیا می‌سازد. زیرا خصوصیت مسئولیت‌پذیری در رفتار انسان آثاری دارد که در قالب فضائل و کمالاتی چون اهتمام به امور دیگران، انسان دوستی، سود رسانی به همنوعان در کار و زندگی فردی و اجتماعی، مردم‌گرایی و تعاون و همکاری، متبلور می‌شود (اسدی، ۱۳۸۹). کسی که احساس مسئولیت دارد در جریان انجام مسئولیت خود، احساس ارزشمندی می‌کند و نیز احساس می‌کند برای دیگران مثمر ثمر است و آن‌ها نیز برای او ارزش قائلند. او برای کار و کوشش، انگیزه جدی دارد و سعی می‌کند ناکامی‌های خود را تحمل کند و بردبار باشد تا اعتبار و ارزشمندی خود را پاس دارد (گلاسر، ترجمه صاحبی، ۱۳۹۱). مسئولیت درختی است که زمینه‌اش شناخت‌ها، ریشه‌اش اعتقادها، بهارش بحران‌ها، حادثه‌ها و گرفتاری‌هاست. مسئولیت بر این پایه‌ها استوار است: داده‌ها بازدهی می‌خواهند، سرمایه‌ها باید سود بیاورند، آنچه از اوست باید برای او باشد (صفایی و امامی، ۱۳۹۱). تعهد و مسئولیت‌پذیری، انرژی درونی ما را آزاد می‌کند و به ما اجازه می‌دهد تا آن نیرو را برای دستیابی به هدف مورد نظرمان در یک مسیر قرار دهیم. در واقع "تعهد درونی" آن پیغامی است که بدون امضاء ولی با عشق، در جانمان حفظ می‌کنیم (هکستال و ماهونی[6]، ۲۰۱۳) و "تعهد بیرونی" آن پیغامی است که برای رسیدن به شادی و موفقیت روی کاغذ می‌آوریم و دیگران را نیز در آن سهیم می‌کنیم (مارچ[7]، ۲۰۱۱).

1.Lucas
2.Macher
3.Mosko
4.Reynold & Mansfield
5.Maccarthery
6.Hextall & Mahony
7.March

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۷، شماره ۱۱ ، زمستان سال ۹۹

با توجه به تاثیرگذار بودن و اهمیت مسئولیت پذیری و تعهد زناشویی در ارتقای سطح زندگی و بالاخص زندگی مشترک زوجین، هرگونه آموزشی که در جهت افزایش سطح این دو مولفه در فرد باشد اهمیت می‌یابد. پژوهش‌های انجام شده در نقاط مختلف دنیا نشان از اثربخش بودن درمان مبتنی بر واقعیت و تئوری انتخاب بر انواع مولفه‌ها از جمله افزایش مسئولیت‌پذیری و تعهد در زوجین دارد. تئوری انتخاب به این اصل اساسی اشاره می‌کند که فرد مسئول زندگی خویش است و روی اعمال، احساسات، فیزیولوژی و تفکر خویش کنترل دارد (شارف۱۹۹۹؛ ترجمه فیروزبخت، ۱۳۹۵). مطابق این دیدگاه، کنترل انسان بر رفتار، یک کنترل آگاهانه است به طوری که فرد "رفتار کلی" را انتخاب کرده و مسئول انتخاب‌های خویش است. انسان خواسته‌ها، انتظارات، افکار، عقاید و اعمال خود را طوری انتخاب می‌کند که بتواند بهترین و خوشایندترین حالت را در خویش ایجاد نماید. رفتار نتیجه انتخاب انسان است. این دیدگاه موجب می‌شود تا منبع کنترل درونی و احساس مسئولیت‌پذیری در فرد افزایش یابد. پژوهش‌های تجربی نیز موید همین تبیین هستند (پرکینز، ۲۰۱۲؛ به نقل از صاحبی، ۱۳۹۰). بر اساس نتایج پژوهش‌ها، فقدان تعهد و مسئولیت‌پذیری از مهمترین عوامل موثر بر بروز طلاق می‌باشد (کوهان و کلینبائوم، ۲۰۰۲؛ به نقل از مومنی و همکاران، ۱۳۹۵). با توجه به مشکلات خانوادگی در جامعه و بالا رفتن میزان طلاق، شناسایی عوامل تاثیرگذار و مرتبط با تعهد زناشویی و برنامه‌ریزی آموزش‌های مبتنی بر این یافته‌ها می‌تواند در پیشگیری از اختلافات زناشویی و پربار کردن ارتباطات میان زوجین، به ویژه افزایش تعهد زناشویی کمک نماید. از آنجا که تعهد در دین و فرهنگ ما نیز یک ارزش بسیار عالی می‌باشد و حساسیت زیادی نسبت به آن وجود دارد و از سوی دیگر، متغیر تعهد زناشویی در ایران از متغیرهایی است که با وجود اهمیت بسیار در پایداری زناشویی، مورد غفلت پژوهشگران قرار گرفته است. مسئله اصلی پژوهش حاضر این است که آیا آموزش تئوری انتخاب بر روی مسئولیت‌پذیری و تعهد زناشویی در زوجین تاثیرگذار است؟

مواد و روش‌ها

روش تحقیق شبه تجربی از نوع (طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل) است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زوجین شهر تهران در سال ۱۳۹۸بودند که با در نظر گرفتن ملاک های ورود به مطالعه که شامل (زوجینی که قبلاً این آموزش را دریافت نکرده اند، دارای تحصیلات کارشناسی به بالا باشند و سن آنها بین ۲۰ تا ۴۵ سال) می باشد، از بین آنها تعداد ۳۲ نفر انتخاب گردید و سپس به صورت تصادفی به دو گروه تجربی (۱۶ نفر) و روش‌گواه (۱۶ نفر) جایگزین شدند. برای آموزش تئوری انتخاب در این تحقیق از بسته آموزشی تئوری انتخاب دکتر صاحبی(عضو هیئت علمی مؤسسه ی درمان مبتنی بر واقعیت ویلیام گلاسر) استفاده شد. این برنامه در قالب ۸ جلسه، ۹۰ دقیقه ای و هفته ای دو بار به مدت یک ماه (به صورت آنلاین) اجرا شد و برای شرکت کنندگان در گروه کنترل هیچ برنامه ای اجرا نشد. پس از اتمام جلسات از هر دو گروه، پس آزمون گرفته شد و در نهایت داده های آزمون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

جدول ۱. خلاصه جلسات آموزش تئوری انتخاب

جلسات	محتوای آموزشی
جلسه اول	آشنایی اعضای گروه با یکدیگر، بیان هدف گرو، مقدماتی درباره تاریخچه تئوری انتخاب
جلسه دوم	چرایی و چگونگی صدور رفتار از سوی ما، معرفی پنج نیاز اساسی
جلسه سوم	معرفی کنترل بیرونی و کنترل درونی، آموزش اصول ده گانه تئوری انتخاب، رفتارهای مخرب و جایگزینی رفتارهای سازنده.
جلسه چهارم	جهان واقعی و جهان مطلوب، چهار مولفه رفتار کلی: فکر، عمل، احساس و فیزیولوژی، معرفی ماشین رفتار، آموزش تعهد زناشویی از طریق خلاصه نویسی کتاب ازدواج بدون شکست.
جلسه پنجم	ساخت تصویر واقع گرایانه از هدف ها، معرفی ویژگی های هدف، خلاصه کتاب مسئولیت فضیلت گمشده
جلسه ششم	طرح و برنامه ریزی برای دستیابی به هدف، روش های هدف چینی

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۷، شماره ۱۱ ، زمستان سال ۹۹

جلسه هفتم	گام های عملی در جهت هدف ها، کارت های توانمندی
جلسه هشتم	-مسئولیت پذیری و زندگی مسئولانه، جمع بندی

ابزار پژوهش

۱-پرسشنامه مسئولیت پذیری (CPI-R): در این پژوهش برای سنجش مسئولیت‌پذیری از مقیاس سنجش مسئولیت پذیری که از خرده مقیاس‌های شخصیتی کالیفرنیا[1] (CPI-R) است، استفاده شده است. پرسشنامه مسئولیت پذیری دارای ۴۲ ماده می باشد که پاسخ های آن به صورت دو گزینه ای (صحیح و غلط) تنظیم شده است. به سوالات درست بر اساس کلید نمره یک تعلق می گیرد و به پاسخهای غلط نمره صفر تعلق می گیرد و در نهایت جمع نمره های صحیح فرد در این پرسشنامه نمره مسئولیت پذیری وی محسوب می شود (گاف، ۱۹۶۷؛ به نقل سعادتی شامیر، ۱۳۹۳). تاکنون پژوهش های زیادی روایی و پایایی مقیاس شخصیتی کالیفرنیا را مورد سنجش قرار داده اند که همگی حاکی از پایایی و روایی قابل قبول این پرسشنامه می‌باشد. گاف (۱۹۸۷) پس از بررسی پژوهش های متعدد در زمینه مقیاس شخصیتی کالیفرنیا به این نتیجه رسید که دامنه تغییر ضرایب بازآزمایی و همسانی درونی برای هر یک از پرسشنامه مذکور از میانه ۰/۵۲ تا ۰/۸۱ و میانه ضرایب روایی کلی آن نیز ۰/۷۰ می باشد (سعادتی شامیر، ۱۳۹۳). شیری (۱۳۷۹) طی پژوهشی که بر روی ۲۵۰ نفر از دانشجویان دانشگاه اهواز انجام داد، روایی پرسشنامه مسئولیت پذیری را ۰/۷۶ گزارش کرده است که نشان می دهد این پرسشنامه از سطح روایی بالایی برخوردار است. رضایی (۱۳۷۷) ضریب پایایی مقیاس مسئولیت پذیری رادر بین مربیان زن به سه روش تصنیف سوالات فرد و زوج، آلفای کرونباخ و گاتمن محاسبه کرد که به ترتیب ۰/۶۹، ۰/۷۰ و ۰/۶۹ بدست آورد که پایایی مطلوبی است.

۲- پرسشنامه تعهد زناشویی آدامز و جونز (۱۹۹۷) (DCI[2]): پرسشنامه تعهد زناشویی میزان پایبندی افراد به همسر و ازدواجشان و ابعاد آن را اندازه‌گیری می‌کند. این پرسشنامه به وسیله آدامز و جونز در سال ۱۹۹۷ تهیه و تدوین شده است و دارای ۴۴ سوال و سه بعد تعهد زناشویی را اندازه گیری می‌کند. این ابعاد عبارتند از: ۱-تعهد شخصی: تعهد نسبت به همسر که مبتنی بر جذابیت همسر است. ۲-تعهد اخلاقی: تعهد نسبت به ازدواج که مبتنی بر تقدس و حرمت رابطه زناشویی است. ۳-تعهد ساختاری: تعهد نسبت به همسر و ازدواج که مبتنی بر احساس اجبار و تداوم ازدواج یا ترس از پیامدهای طلاق است. این پرسشنامه ۴۴ گویه دارد و بر اساس طیف لیکرت (قویاً مخالفم تا قویاً موافقم) با نمره بندی ۱ تا ۵ تنظیم شده است. نمره ی بالاتر در این مقیاس به معنای تعهد زناشویی بالاتر است. آدامز و جونز در ۶ پژوهش گوناگون برای رسیدن به پایایی و روایی پرسشنامه آن را در مورد ۴۱۷ نفر متاهل، ۳۴۷ نفر مجرد و ۴۶ نفر مطلقه اجرا کردند. در این مطالعات همبستگی هر پرسش با نمره کل پرسشنامه بالا و معنادار بود. پایایی کل پرسشنامه ۰/۸۹ گزارش شد. در اعتباریابی آزمون توسط شاه سیاه، بهرامی و محبی (۱۳۸۸) روایی محتوا توسط اساتید مشاوره دانشگاه اصفهان تایید شد و آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمد.

یافته‌ها

برای تجزیه و تحلیل داده ها از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در آمار توصیفی از شاخص های فراوانی، درصد، میانگین و انحراف استاندارد و در آمار استنباطی داده ها از طریق آزمون های آماری زیر بررسی شدند: به دلیل این که طرح تحقیق، پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل است، برای تعدیل تاثیر نمرات پیش آزمون بر پس آزمون و تعیین اثربخشی مداخله و بررسی فرضیه های تحقیق، (مشروط به برآورده شدن مفروضه ها با استفاده از آزمون باکس و لوین) از تحلیل کوواریانس استفاده شد.

1.The california psychological inventory
2.Dimensions of Commitment Inventory

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]

جدول ۲. نتایج آزمون باکس جهت بررسی همگنی ماتریس کوواریانس ها

مقدار M باکس	آماره F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معناداری
۵/۲۱	۱/۶۱	۳	۱۶۲۰۰۰/۰	۰/۰۸۱

همانطور از نتایج جداول ۲ مشخص است، شرط همگنی ماتریس های کوواریانس در همه ی متغیرها برقرار است. همچنین یکی دیگر از پیش فرض های استفاده از تحلیل کوواریانس، همسانی واریانس نمرات می باشد. به همین دلیل از آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس نمرات پس آزمون دو گروه تجربی و گواه استفاده شد تا پیش فرض های لازم جهت استفاده از آزمون آماری تحلیل کوواریانس فراهم شود. جدول شماره ۳ نشان دهندهٔ نتایج این آزمون برای متغیرهای این پژوهش است.

جدول ۳. نتایج آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس نمرات

متغیرها	آماره F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معناداری
مسئولیت پذیری	۳/۸۶	۱	۳۰	۰/۰۴۷
تعهد زناشویی	۳/۷۴	۱	۳۰	۰/۰۶۳

جدول ۳ نشان دهنده نتایج آزمون همگنی واریانس نمرات گروه تجربی و گواه در رابطه با متغیرهای وابسته می باشد و حاکی از آن است که مقدار F مشاهده شده برای تمام متغیرها در پس آزمون معنادارنیست؛ یعنی تفاوت معناداری بین واریانس نمرات پس آزمون دو گروه وجود ندارد؛ و شرط همگنی واریانس های خطا در دو گروه برقراراست. بنابراین استفاده از نتایج تحلیل کواریانس مجاز است.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری(مانکوا)

نام آزمون	مقدار	F	سطح معناداری	مجذور اِتای سهمی
آزمون اثر پیلایی	۰/۶۶۸	۱۴/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۶۶
آزمون لامبدای ویلکز	۰/۳۳۲	۱۴/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۶۶
آزمون اثر هوتلینگ	۲/۰۱	۱۴/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۶۶
آزمون بزرگترین ریشه روی	۲/۰۱	۱۴/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۶۶

همانطور که در جدول ۴ مشخص است سطوح معناداری همه آزمونها بیانگر آن هستند که تفاوت بین میانگین نمرات مسئولیت پذیری و تعهد زناشویی در مرحله پس آزمون پس از تعدیل نمرات پیش آزمون، در دو گروه تجربی و گواه معنادار است. یعنی مقدار F در سطح ۰/۰۰۱ (f=۱۴/۲۹, p<= ۰/۰۰۱)؛ از نظر آماری معنادار بوده و مبتنی بر این یافته ها، می توان گفت که بین دو گروه تجربی و گواه ، حداقل در یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین مقدار مجذور اِتای سهمی (میزان تأثیر) از ۰/۱٤ بزرگ تر است که نشان دهنده اندازه اثر زیادی است، به این معنا که با کنترل تأثیر پیش آزمون، ۰/۶۶ کل واریانس ها یا همان تفاوت های فردی در نمرات پس آزمون دو گروه تجربی و گواه توسط عضویت گروهی تعیین شده است و این مقدار تفاوت (۰/۶۶) بین میانگین دو گروه تجربی و گواه ناشی از اعمال متغیر مستقل است. جهت بررسی این نکته که از لحاظ کدام متغیر وابسته بین دو گروه تفاوت معنادار وجود دارد، یعنی تغییرات اثر بین متغیرها، از تحلیل آنوا(تک متغیری) برای تحلیل هر متغیر به طور جداگانه استفاده شد.

جدول ۵. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری جهت مقایسه اثر آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اِتا

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۷، شماره ۱۱ ، زمستان سال ۹۹

مسئولیت پذیری	۳۴/۰۳۱	۱	۳۴/۰۳۱	۱۰/۹۸	۰/۰۰۲	۰/۲۶

نتایج جدول جدول ۵ نشان می دهد که با کنترل اثر پیش آزمون گروه تجربی و گواه، بین میانگین نمرات پس آزمون گروه تجربی و گواه از نظر مسئولیت پذیری، با توجه به آلفای تصحیح شده بن فرونی(۰/۰۲۵) تفاوت معناداری وجود دارد، بدین معنا که سطح معناداری مسئولیت پذیری برابر ۰/۰۰۲ است، که از سطح معناداری ملاک یعنی ۰/۲۵ کوچک تر است و این نشان دهنده معنادار بودن تفاوت بین میانگین نمرات پس آزمون گروه تجربی و گواه است و بیان کننده این است که آموزش تئوری انتخاب با توجه به میانگین مسئولیت پذیری گروه تجربی و گواه توانسته است نمرات پس آزمون مسئولیت پذیری را به طور معناداری افزایش دهد(f=۱۰/۹۸,p<= ۰/۰۰۲)

جدول ۶. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری جهت مقایسه اثر آموزش تئوری انتخاب بر تعهد زناشویی

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اِتا
تعهد زناشویی	۴۲۳۲/۰	۱	۴۲۳۲/۰	۳۸/۰۷	۰/۰۰۰	۰/۵۵

نتایج جدول ۶ نشان می دهد که با کنترل اثر پیش آزمون گروه تجربی و گواه، بین میانگین نمرات پس آزمون گروه تجربی و گواه از نظر تعهد زناشویی، با توجه به آلفای تصحیح شده بن فرونی(۰/۰۲۵) تفاوت معناداری وجود دارد، بدین معنا که سطح معناداری تعهد زناشویی برابر ۰/۰۰۰ است، که از سطح معناداری ملاک یعنی ۰/۲۵ کوچک تر است و این نشان دهنده معنادار بودن تفاوت بین میانگین نمرات پس آزمون گروه تجربی و گواه است و بیان کننده این است که آموزش تئوری انتخاب با توجه به میانگین تعهد زناشویی گروه تجربی و گواه توانسته است نمرات پس آزمون تعهد زناشویی را به طور معناداری افزایش دهد(f=۳۸/۰۷,p<= ۰/۰۰۰).

بحث

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش تئوری انتخاب بر مسئولیت پذیری و تعهد زناشویی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران بود. نتایج پژوهش نشان داد که آموزش تئوری انتخاب بر میزان مسئولیت پذیری و تعهد زناشویی زوجین موثر بوده است که با یافته های یدالهی صابر و همکاران (۱۳۹۸)، صدقی و همکاران(۱۳۹۸)، مشفق(۱۳۹۸)، سعادتی شامیر و همکاران(۱۳۹۷)، رستمی، سعادتی و اسلامی(۱۳۹۷)، زارعی و همکاران(۱۳۹۷)، عباسی و همکاران(۱۳۹۶)، صدرمتکلم و فکری(۱۳۹۵)، امانی (۱۳۹۴)، امانیان و ناصری(۱۳۹۴)، اکبری و دیناروند (۲۰۱۴) و کاستونز(۲۰۱۰) همسو است. در مورد تأثیر نظریه انتخاب بر افزایش مسئولیت پذیری و تعهد زناشویی می توان به این مسأله اشاره کرد که مطابق با دیدگاه گلاسر، تخریب و ویران سازی ازدواج حاصل یک روان شناسی کنترل بیرونی پیشرفته در روابط زناشویی است. وقتی این نوع روان شناسی بر روابط زن و مرد یا بر یک ازدواج حاکم شد، بهترین چیزی که شانس بهبودی و پیشرفت زندگی زناشویی را برای آنها فراهم می کند، بکارگیری روان شناسی کنترل درونی، ارضای نیازها بر اساس تئوری انتخاب و پذیرش مسئولیت در ازدواج است. هدف نظریه انتخاب گلاسر، کاهش کنترل بیرونی و رشد کنترل درونی در زوجین است، هدف آن است که زوجین نیاز به کنترل همسر را در خود کاهش دهند و بیشتر به کنترل خود بپردازند، یعنی به جای سعی در به کنترل درآوردن همسر، سعی در به کنترل درآوردن رفتار خود داشته باشند. به علاوه هر یک از آنها رفتارهای خود را مورد ارزیابی قرار دهند که تا چه اندازه می تواند زندگی زناشویی آنها را تقویت و مستحکم سازد(گلاسر، ۲۰۰۷).

در این پژوهش بر روی موارد مذکور کار شده و سعی شده است به زوجین آموزش داده شود که رفتار هر کسی از درون او به وسیله خود او انتخاب می شود و تنها کسی که بر رفتار او کنترل دارد خودش است. نظریه انتخاب گلاسر به زوجین می آموزد برای داشتن یک ازدواج موفق و زندگی زناشویی شاد باید دقت کنند ببینند چه می توانند انجام دهند تا ارتباطشان را بهبود ببخشند و ازدواجشان را غنی سازند. به عبارت دیگر زوجین بر اساس روانشناسی کنترل بیرونی، تصور می کنند که علت تمام مشکلات زندگی زناشویی آنها ریشه در امور خارج از وجود آنها دارد. بنابراین آنها فکر می کنند که برای از بین بردن مشکلات راهی جز کنترل دیگران ندارند. به همین علت با رفتارهایی مثل انتقاد، سرزنش، تهدید، تحقیر، تنبیه، بی توجهی و... سعی در تغییر و کنترل محیط و همچنین همسر

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]

خود می کنند و از این غافلند که آنها فقط می توانند خود را کنترل کنند لذا رفتارهای فوق زندگی زناشویی آنان را در معرض فروپاشی قرار می دهد. در این پژوهش زوجین آموختند که تمرکز را از روی رفتار همسر خود بردارند و بر رفتار خود تمرکز کنند، نقاط ضعف مهارتهای ارتباطی خود را پیدا کنند، کاربرد موانع ارتباطی مذکور را متوقف نمایند و با یادگیری برنامه ارتباط صحیح روابط خویش را بهبود ببخشند. از سوی دیگر، یکی از ویژگیهای اصلی زوجین متعهد، مسئولیت پذیری است که به میزان پایبندی افراد در مقابل پیمان بسته شده اشاره دارد. پذیرش مسئولیت در ازدواج، معیاری فراهم می آورد تا زن و شوهر خود را با آن بسنجند. از یک طرف، مسئولیت پذیری به عنوان یکی از مفاهیم مرکزی تعهد زناشویی مطرح شده است و از طرف دیگر، این ویژگی از مفاهیم اساسی نظریه انتخاب به شمار می رود(تبعه امامی، ۱۳۹۲).

در تبیین نتایج این پژوهش شاید بتوان گفت، تأکیدی که گلاسر بر پذیرش مسئولیت رفتار هر فرد دارد به زوجین کمک می کند تا به جای پرداختن به رفتار همسر و زیر ذره بین قرار دادن او، رفتار خود را مورد بررسی قرار داده و به بررسی نقش خود در مشکلات زناشویی بپردازند و در نتیجه روابط خویش را بهبود ببخشند. مشاوران نظریه انتخاب بر اساس مفاهیم گلاسر سعی می کنند در مداخله های بالینی خود از طریق افزایش مسئولیت پذیری در زوجین و آموزش مهارتهای ارتباطی، اعتماد و صمیمیت زناشویی را افزایش و احساس تعهد زوجین را تقویت سازند .یکی دیگر از عواملی که گلاسر در تحکیم و ثبات روابط زناشویی موثر می داند، توجه زوجین به خواسته ها و نیازهای یکدیگر است. در این پژوهش به زوجین آموزش داده شد تا به خواسته ها و نیازهای یکدیگر توجه کنند. آنها آموختند تا با استفاده از رفتارهای مهرورزی نیازهای خود و همسرشان را ارضا کنند. به زوجین کمک شد تا با تکمیل کاربرگهای مربوطه، رفتارهای مهلکی را که تاکنون بکار می برده اند مرور کرده، ارزیابی کنند و تأثیر آنرا بر روابط زناشویی خویش بسنجند(گلاسر، ۲۰۰۷).

با بکار بردن رفتارهای مهرورزانه مثل گوش دادن موثر، تشویق، احترام، اعتماد و پذیرش، زوجین ارتباط بهتری با یکدیگر برقرار کرده و تشویق می شوند تا این رفتارها را ادامه دهند. آنها می فهمند استفاده از این روشها در برقراری ارتباط و ارضای نیازهای آنها بسیار مفید است و برای خود آنها نیز آرامش بسیاری به دنبال خواهد داشت. برای تقویت پایه های زناشویی بهتر آن است که دو زوج خواسته ها و تصاویر دنیای کیفی خود را با هم در میان گذارند و آنچه را می خواهند بدون ترس و واهمه با هم دیگر مطرح سازند. عدم طرح خواسته ها و تصاویر دنیای کیفی موجب دلخوری و دلخوری موجب انتقاد و سرزنش و نهایتاً موجب کاهش اعتماد بین دو طرف می گردد و در نتیجه وفاداری و تعهد به یکدیگر برای آنها یک امر غیرمعمول و غیرعادی می شود و به همین دلیل بسیاری از زوجین از هم طلاق می گیرند. از دیدگاه گلاسر بهترین راه درمان مشکلات زناشویی، تغییر رفتار از طریق انتخاب اعمال مفید و سازنده است.

نتیجه‌گیری

با توجه به یافته های پژوهش حاضر می توان چنین برآورد نمود که تئوری انتخاب با توجه به اصول و مبانی نظری خود و بهره گیری از فنون رفتاری همچون آموزش برقراری ارتباط، افزایش توانایی گفتگوی متقابل، آشنایی با دنیای کیفی همسر، آموزش کنترل درونی، استفاده کمتر از عادات مخرب و خصلت کنترل گری، توجه و تمرکز بر رفتارخود، استفاده از عادات مهرورزی، شیوه های مقابله مؤثر با تعارض، آگاهی دادن به همسران در مورد شدت نیازهای آنان و ایجاد حس مسئولیت در افراد برای ارضای نیازهای خود و همسر احتمالاً توانسته است به زوجین کمک کند تا مشکلات ارتباطی خود را به شیوهٔ مؤثری حل نمایند بدین معنا که الگوهای تعاملی آنان را تغییر دهد، یعنی تعاملات منفی را تبدیل به تعاملات مثبت کند و از بروز الگوهای ارتباطی ناسالم در آنها جلوگیری کند همچنین تلاش زوجین و حمایت آنان از یکدیگر برای دستیابی به اهداف واقع بینانه شخصی و مشترک شان رضایت ارتباطی را به دنبال دارد. در مجموع این عوامل ایجاد رابطه ای لذت بخش صمیمانه و توام با درک یکدیگر را تسهیل می کنند، و نقش مهمی در بهبود تعهد زناشویی دارند. همینطور باعث می شوند تا زوجین از زندگی مشترک لذت بیشتری ببرند و موجب حفظ، ارتقاء و تدوام زندگی مشترک می گردند. این پژوهش نیز از تأثیر مثبت این رویکرد درمانی حمایت می کند. در انتها، بایستی اشاره کرد که زمانی که این رویکردها به صورت گروهی به کارگرفته می شوند، مزیت های روان درمانی گروهی در مقایسه با روان درمانی فردی از جمله تعامل اعضاء،

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]

الگوگیری و... دو چندان می شود. در واقع اعضای گروه در نتیجه ی تعامل با یکدیگر و از طریق خودافشایی، دریافت حمایت، همـدلی و همچنین احساس داشتن درد مشترک می توانند در مورد خود و مسایل شان به فهم و بینش وسیع تری دست یافته و بهتر با آنها کنار آیند.

منابع

اسدی، فاطمه (۱۳۸۹). مقایسه سطح کنترل عواطف و مسئولیت‌پذیری دختران مقطع متوسطه ایثارگر و عادی شهر شیراز، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.

امانی، احمد (۱۳۹۴). اثر بخشی واقعیت درمانی گروهی بر عزت نفس و تعهد زناشویی زوجین. مشاوره و روان درمانی خانواده. ۵(۲)،۱-۲۳.

امانیان، اسدالله و ناصری، نازیاسادات(۱۳۹۴). تعیین اثربخشی آموزش به شیوه نظریه انتخاب گلاسر بر مسئولیت پذیری اجتماعی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان پردیس شهیدبهشتی مشهد، همایش ملی پژوهش های علوم مدیریت، تهران، گروه پژوهشی بوعلی.

پورافکاری، نصرت الله (۱۳۸۷). سازگاری زناشویی، تهران: فرهنگ معاصر.

تبعه امامی، شیرین (۱۳۹۲). تعیین و بررسی رابطه بین ویژگیهای مرکزی و پیرامون عشق و تعهد در بزرگسالان جوان متاهل در دانشگاه اصفهان، پایان نامه کارشناسی ارشد، روانشناسی عمومی، دانشگاه اصفهان.

خوش منش، الهام(۱۳۹۳). اثر آموزش تئوری انتخاب بر رضایت زناشویی و گذشت زنان متأهل. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه پیام نور واحد تهران جنوب.

رستمی، فریدون. سعادتی، مهدی و اسلامی، نادره(۱۳۹۷). اثربخشی واقعیت درمانی به شیوه گروهی بر کاهش رفتارهای سهل انگارانه و افزایش مسئولیت پذیری دانشجویان. پژوهش های نوین روانشناختی. ۱۳ (۵۱).

رضایی، جواد(۱۳۸۹). تأثیر آموزش سبک زندگی اسلام محور با تأکید بر نظام خانواده بر تعهد و راهکارهایی برای افزایش صمیمیت زوجین. چهارمین کنگره ی ملی آسیب شناسی خانواده، تهران: دانشگاه شهید بهشتی، ص ۲۱۷.

زارعی، اقبال. برومند، رضا. صادقی فرد، مریم. نجارپوریان، سمانه و عسکری، مهین(۱۳۹۷). مقایسه اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب و نظریه گاتمن بر افزایش صمیمیت زناشویی و کاهش تعارضات زناشویی در زنان متأهل. مجله روانشناسی اجتماعی، ۱۳(۴۸)، ۴۴-۳۳.

سعادتی شامیر، ابوطالب(۱۳۹۳). بررسی ارتباط بین سبک های دلبستگی هویت برزونسکی (اطلاعاتی، هنجاری، سردرگمی/اجتنابی) با سلامت عمومی و مسئولیت پذیری در دانشجویان دانشگاه تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم تهران.

سعادتی شامیر، ابوطالب؛ نجمی، مهسا و حق شناس رضاییه، مهدی (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش واقعیت درمانی بر مسئولیت پذیری و دلزدگی زناشوی در دانشجویان متاهل دانشگاه آزاد، ویژه نامه پژوهش در نظامهای آموزشی.

سودانی، منصور و شفیع‌آبادی، عبدالله (۱۳۸۷). مقایسه اثربخشی زوج درمانی الیس به صورت انفرادی و توام در کاهش تعارضات زناشویی، مجله دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۱۰ (۳۷): ۲۰-۱.

شارف،ر(۱۹۹۹). نظریه های مشاوره و رواندرمانی، ترجمه مهرداد فیروزبخت، (۱۳۹۵)، تهران، انتشارات رسا، چاپ دوازدهم.

شاه سیاه، مرضیه؛ بهرامی، فاطمه و محبی، سیامک (۱۳۸۸). بررسی رابطه رضایت جنسی و تعهد زناشویی زوجین شهرضا، مجله علمی پژوهشی اصول بهداشت روانی، (۱۱) ۴۳، ۲۳۸-۲۳۳.

صاحبی، علی (۱۳۹۰). آموزش تفکر مسئولانه بر پایه تئوری انتخاب، چاپ دوم، انتشارات سایه سخن، تهران. طیبی.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]

صدرمتکلم، فاطمه و فکری، کاترین(۱۳۹۵). اثربخشی تلفیق نظریه آنارو با نظریه گلاسر بر مسئولیت پذیری معتادان. دومین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ایران.

صدقی، مریم. غفاری، عذرا. کاظمی، رضا و نریمانی، محمد(۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر تئوری انتخاب، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و زوج درمانی تلفیقی در ارتقاء تعهد زوجین. مجله علوم روانشناختی. ۱۸ (۸۱).

صفایی، سیدحسین و امامی، اسدالله (۱۳۹۱). مختصر حقوق خانواده، ناشر: میزان.

عباسی، حسین. احمدی، سید احمد. فاتحی زاده، مریم و بهرامی فاطمه(۱۳۹۶). اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب بر تعهد اجتماعی زوجین . مجله آموزش و سلامت جامعه. ۴ (۲) :۳-۱۰.

گلاسر، ویلیام (۱۳۹۱). واقعیت درمانی. ترجمه: علی صاحبی. تهران: انتشارات سایه.

گلاسر، ویلیام (۱۳۹۸). تئوری انتخاب. ترجمه: علی صاحبی. تهران: نشر سایه سخن.

گلاسر، ویلیام و گلاسر، کارلین(۱۹۹۸). ازدواج بدون شکست. ترجمه: سمیه خوش نیت نیکو و هدی برازنده، ۱۳۹۵ مشهد: محقق و فراانگیزش.

مومنی، خدامراد؛ کاوسی امید، سکینه و امانی، رزیتا (۱۳۹۵). پیش بینی تعهد زناشویی بر اساس تمایزیافتگی خود، همبستگی و انطباق پذیری خانواده و صمیمیت زناشویی، دوفصلنامه آسیب شناسی، مشاوره و غنی سازی خانواده، ۱(۲)، ص ۴۶-۵۸.

یدالهی صابر، فاطمه. ابراهیمی، محمداسماعیل. زمانی، نرگس و صاحبی، علی(۱۳۹۸). تعیین اثربخشی آموزش تئوری انتخاب بر مسولیت پذیری و امیدواری دانشجویان دختر. مجله شناخت اجتماعی، ۸(۱).

Glaser W.(2001). Control theory. New York: Harper and Row.

Glasser, William. (2007). Counseling With Choice Theoy A New Reality Therapy: New York, Harper Collins Publisher.

Hextall, I., & Mahony, P. (2013). Reconstructing teaching: Standards, performance and accountability. Routledge.

Lucas, R. E. (2013). Re-examining adaptation and the set point model of happiness: Reaction change in marital status. Journal of Personality and Social Psychology, 84(3), 527-539.

Maccarthery, B. (1999). Marital style and its effects on sexual desire and functioning. Journal of Family Psycho Therapy, 10, 1-12.

Macher, S. (2013). Social interdependence in close relationships: The actor partnerinter dependence–investment model (API-IM. European Journal of Social Psycholog,43, 84-96.

Manap, J., Chekassim, A., Hoesni, S., Nen, S., & Idris, F. (2013). The poupse of marriage among single Malaysian youth. Journal of procedia-social and behavioural sciences, 82: 112-116.

March, A. F. (2011). Theocrats Living under Secular Law: An External Engagement with Islamic Legal Theory. Journal of Political Philosophy, 19(1), 28-51.

Mosko, J. (2009). Communication and attachment dimension’s in partial fulfillment of the requirements for the degree of doctor of philosophy. Purdue University.

Sahebi, Ali. (2010). Choice theory/Reality therapy: A Brief Overview, Manual for choice theory courses for psychologist as professional development training. The Psycho-Educational Institute, Sydney. Australia

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی

دوره ۷، شماره ۱۱ ، زمستان سال ۹۹

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-07]