

اثر بخشی گروه درمانی مبتنی بر آموزش تیپ های شخصیتی DSM-5 بر کاهش تعارضات زناشویی

امین حسینی مطلق^۱، علیرضا حیدرزاده^۲، زهرا ملاعلی^۳، محمد جواد فرحبخش^۴

^۱ گروه بهداشت محیط، دانشگاه علوم پزشکی یاسوج، یاسوج، ایران، ^۲ گروه آموزش، دانشگاه هنر تهران، تهران، ایران، ^۳ گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران، ^۴ گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی یاسوج، یاسوج، ایران

تاریخ وصول: ۱۳۹۹/۰۳/۲۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۲/۱۱

چکیده

زمینه و هدف: تعارضات زناشویی از مشکلات شایع در میان زوج های جوان است. سالانه بسیاری از مراجعات به مراکز روانشناسی به دلیل تعارضات زناشویی است. عدم آگاهی از مهارت های برقراری ارتباط، سبک های دلبستگی، اطلاع ناکافی از خصوصیات شخصیتی همسر، از جمله عوامل پدید آورنده تعارضات است. هدف از این پژوهش تعیین و اثر بخشی گروه درمانی مبتنی بر آموزش تیپ های شخصیتی DSM-5 بر کاهش تعارضات زناشویی بود.

روش بررسی: این پژوهش یک پژوهش شبه آزمایشی و طرح آن از نوع پیش آزمون-پس آزمون بدون گروه کنترل بود، جامعه آماری مورد مطالعه ۱۶ زوج بودند که در دوره زمانی پاییز ۱۳۹۸ جهت کاهش تعارضات زناشویی به اطلاعیه گروه درمانی مراجعه کردند. شرکت کنندگان از طبقات اجتماعی و اقتصادی بالای جامعه بودند و میزان تحصیلات آنها کارشناسی و بالاتر بود. ابتدا زوج ها به آزمون تعارضات زناشویی ثنایی پاسخ دادند. سپس تحت آموزش ۸ جلسه ای تیپ های شخصیتی قرار گرفتند که هر جلسه به مدت ۱ ساعت بود. اعضاء قبل و بعد از آموزش با پرسشنامه تعارضات زناشویی ثنایی مورد ارزیابی قرار گرفتند. داده ها با استفاده از آزمون تی وابسته تجزیه و تحلیل شدند.

یافته ها: نتایج نشان داد که آموزش گروهی تیپ های شخصیتی بر کاهش تعارضات زناشویی مؤثر است. بین میانگین داده های پیش آزمون با پس آزمون تفاوت معنی داری وجود دارد ($p < 0.02$) و $t(13) = 4.71$ به این صورت که میانگین کلی تعارضات زناشویی اعضاء به طور معنی داری پس از گروه درمان کمتر از میانگین تعارضات آنها پیش از گروه درمانی بوده است. در تمامی خرده مقیاس های تعارضات زناشویی پس از اجرای آموزش گروهی تفاوت معنی داری دیده می شود ($p < 0.05$) به استثناء زیر مقیاس جلب حمایت فرزند و افزایش رابطه با خویشاوندان خود.

نتیجه گیری: به این ترتیب می توان چنین نتیجه گرفت که افزایش آگاهی زوجین نسبت به تیپ شخصیتی یکدیگر و شناخت نقاط قوت و ضعف شخصیتی آنها می تواند گام مؤثری در کاهش تعارضات زناشویی داشته باشد. همچنین تمایل زوجین پس از آگاهی از تیپ های شناختی برای پیگیری جلسات درمان فردی و حل تعارضات درون روانی افزایش یافت.

واژه های کلیدی: گروه درمانی، تیپ های شخصیتی، تعارضات زناشویی

*نویسنده مسئول: محمد جواد فرحبخش، یاسوج، دانشگاه علوم پزشکی یاسوج، گروه معارف اسلامی

Email: dr.farahbakhsh55@gmail.com

مقدمه

این مشکل ممکن است اشکال گوناگون داشته باشد و به صورت افسردگی، یک یا هر دو زوج، اعتیاد، رشد، رفتار اختلال آمیز بین فرزندان، سوء رفتار با همسر و درگیری لفظی یا فیزیکی بین زوجین بروز نموده و در نهایت منجر به طلاق گردد(۷).

با این همه ماهیت تعارض بین زن و شوهر غیرطبیعی نیست و به دلیل نزدیکی روابط زناشویی وجود تعارض امری اجتناب‌ناپذیر است(۸).

بررسی‌های بیشماری نشان می‌دهد که درگیری درگیری زناشویی در بسیاری از کشورها شیوع دارد. هر دو کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه تعارضات زناشویی را گزارش می‌کنند، اما میزان درگیری زناشویی به دلیل تأثیر بسیاری از عوامل، از یک کشور به کشور دیگر متفاوت است(۲۴).

محققان عدم آگاهی از مهارت‌های برقراری ارتباط، سبک‌های دلبستگی، اطلاع ناکافی از خصوصیات شخصیتی همسر، را از جمله عوامل پدید آورنده تعارضات معرفی می‌کنند. پژوهش‌های متعدد بر این نکته تأکید دارند که رضایت و تعارضات زناشویی بیشترین تأثیر را از ویژگی‌های شخصیتی دریافت می‌کند. شناخت هرچه بیشتر ویژگی‌های تیپ شخصیتی خود و همسر از جمله عواملی است که می‌تواند کاهش تعارضات زناشویی مفید واقع شود(۹).

پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد ابعاد مختلف شخصیت نقش مهمی در تبیین سازگاری زناشویی دارند(۱۳-۷).

خانواده اصلی‌ترین هسته هر جامعه و کانون حفظ سلامت و بهداشت روانی افراد است و تنها محل تأمین نیازهای عاطفی، مادی، تکاملی و معنوی اعضای خود نیست بلکه مبدأ بروز عواطف انسانی و کانون صمیمانه‌ترین روابط و تعاملات بین فردی نیز است(۱). مفهوم خانواده و ارزش این نهاد اجتماعی برای هر دولت و جامعه‌ای اساس کار تلقی می‌شود و هر جامعه متناسب با ارزش‌های خود ابتدا به سراغ خانواده می‌رود تا از درون آن، به جامعه خود کمک کند، به همین دلیل خانواده یکی از اولین نهادهایی است که در جامعه باید تغییر کند(۲).

کیفیت زندگی زناشویی مبنای عملکرد خانواده سازگار است(۳). بنابراین بنیان خانواده بر اساس پیمان زناشویی میان زن و شوهر شکل می‌گیرد تا در کنار هم زندگی آرام و سعادت‌مندی را تجربه نمایند، ولی متأسفانه شواهد فراوانی گویای آن هستند که زوج‌ها در جامعه امروزی برای برقراری و حفظ روابط صمیمی و دوستانه به مشکلات شدید و فراگیری دچارند. یکی از مشکلات شایع موجود در روابط زوجین که مورد توجه درمانگران واقع شده است تعارضات زناشویی است(۴).

تعارض در روابط وقتی بروز می‌کند که رفتار یک شخص با توقعات شخص دیگر جور در نیاید(۵). در سراسر جهان، نگرانی روزافزون از افزایش سطح درگیری زناشویی و تأثیر جدی آن بر عملکرد و پایداری خانواده وجود دارد(۶).

یک گروه، به منظور بهره‌گیری از تأثیر متقابل اعضای گروه بر همدیگر است. گروه درمانی ممکن است به تنهایی یا توأم با روان‌درمانی فردی و سایر انواع درمان‌های روانپزشکی مورد استفاده قرار بگیرد.

تنوع و تغییر یکی دیگر از منافع گروه درمانی است افراد تفاوت‌های شخصیتی و زمینه‌ای دارند و آن‌ها به موقعیت‌ها از مناظر متفاوتی نگاه می‌کنند. مشاهده این که افراد چگونه با مشکلات برخورد می‌کنند و تغییرات محبت در آن‌ها می‌دهند. باعث می‌شود فرد طیف وسیعی از استراتژی‌ها را برای نگرانی‌اش کشف کند (۱۷).

پژوهش‌های بسیاری اثربخشی گروه درمانی را در کاهش تعارضات زناشویی نشان داده‌اند. سپهریان و قلاوندی در پژوهش خود نشان دادند که آشنایی با تیپ‌های شخصیتی آنیة گرم راهبرد کمکی نسبتاً مؤثری در زمینه کاهش تعارضات زناشویی می‌باشد (۹). هم‌چنین حسینی نسب و همکاران در پژوهش خود نشان دادند که بین ویژگی‌های شخصیتی و رضایت زناشویی ارتباط مثبت معنی‌داری وجود دارد (۱۲). در پژوهشی سپهریان آذر و قلاوندی به بررسی اثر آموزش تیپ‌های شخصیت آنیة گرم بر کاهش تعارضات زناشویی پرداخته و نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که این گونه آموزش‌ها اثر مثبتی بر کاهش تعارضات داشته است (۱۸). افخمی‌کیان نیز در پژوهش خود به این

هنوز مکانیسم‌های زیر بنایی تأثیر شخصیت به خوبی مشخص نشده است، اما می‌دانیم یکی از عوامل مهمی که با تعارضات زناشویی مرتبط است شخصیت است، شخصیت از عوامل تعیین کننده واکنش‌های ما تحت شرایط استرس‌آمیز است شخصیت به عنوان شیوه فکر، احساس و رفتار که ما را از دیگران متمایز می‌کند تعریف شده است (۱۴).

از عوامل مهم و اثرگذار رضایت زناشویی، شخصیت را می‌توان بررسی کرد همان‌گونه که شخصیت در بسیاری از واکنش‌های ما به استرس اهمیت ویژه دارد، در تعارضات زناشویی نیز می‌تواند مؤثر باشد، «شویتا» از جمله عواملی که تأکید دارد این است که در میزان تعارضات و رضایت‌های زناشویی شخصیت بسیار مؤثر است و شناخت ویژگی‌های شخصیتی یکدیگر می‌تواند در کاهش تعارضات مؤثر باشد (۱۵).

روانشناسان اشاره می‌کنند که آموزش تیپ‌های شخصیتی^(۱) می‌تواند به اشخاص کمک کند تا واکنش‌های خودکار خود و دیگران را درک کنند و در ارتباطات کاری و خانوادگی بیشتر موفق شوند (۹).

یکی از طبقه‌بندی‌های شخصیتی جدید، جدول تشخیص روان‌تحلیلی^(۲) است که شبیه به جدول‌های تشخیصی اختلالات روانی DSM-5 می‌باشد. این طبقه‌بندی در سال ۲۰۰۶ به وسیله انجمن روانکاوان منتشر شده است، محور P این کتاب به سبک‌ها و الگوها و اختلالات شخصیتی پرداخته است (۱۶).

گروه درمانی^(۳) یا روان‌درمانی گروهی، به معنای به کار بردن روش‌های روان‌درمانی بر روی

1-Personality types
2-Psychodynamic Diagnostic Mauna
Group therapy

نتیجه رسیده است که گروه درمانی معنوی مذهبی می‌تواند روابط زناشویی را تقویت و استحکام بخشد (۲۰). لذا هدف از این پژوهش تعیین و اثر بخشی گروه درمانی مبتنی بر آموزش تیپ‌های شخصیتی DSM-5 بر کاهش تعارضات زناشویی بود.

روش پژوهش

این یک پژوهش شبه آزمایشی و طرح آن از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون بدون گروه کنترل بود، جامعه آماری مورد مطالعه ۱۶ زوج بودند که در دوره زمانی پاییز ۱۳۹۸ جهت کاهش تعارضات زناشویی به اطلاعیه گروه درمانی مراجعه کردند. شرکت کنندگان از طبقات اجتماعی و اقتصادی بالای جامعه بودند و میزان تحصیلات آن‌ها کارشناسی و بالاتر بود.

ابتدا زوج‌ها به آزمون تعارضات زناشویی ثنائی پاسخ دادند، سپس تحت آموزش ۸ جلسه‌ای تیپ‌های شخصیت قرار گرفتند که هر جلسه به مدت ۱

ساعت بود. در پایان جلسات اعضاء مجدداً به پرسشنامه تعارضات زناشویی پاسخ دادند (جدول ۱). پرسشنامه تعارضات زناشویی ساخته شده به وسیله براتی و ثنائی بود که دارای ۴۲ سوال است که هفت حیطه تعارضات زوجین؛ کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش هیجانی، افزایش رابطه با اقوام خود، کاهش رابطه با اقوام همسر، جدا کردن امور مالی از همدیگر، افزایش جلب حمایت فرزند و کل تعارضات زناشویی را بررسی می‌کند. دامنه نمرات سوال‌های بین ۱ تا ۵ و دامنه نمرات پرسشنامه بین ۴۲ تا ۲۱۰ می‌باشد. پایایی این ابزار به وسیله براتی (۲۱) برابر با ۰/۵۲، به وسیله فرحبخش ۰/۶۹ است (۷). نمره‌گذاری سوالات به روش لیکرت است. نمره پایین حاکی از تعارض طبیعی نمره بالاتر نشانه شدت تعارض است.

داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-20 و آزمون‌های تی وابسته تجزیه و تحلیل شدند.

جدول ۱: جلسات آموزش شخصیت بر اساس DSM-5

جلسه اول	معرفه اعضا با یکدیگر و تعریف و آشنایی کلی با مفاهیم شخصیت و تعارضات زناشویی و چگونگی ارتباط این دو مفهوم با یکدیگر
جلسه دوم	تعریف تیپ شخصیتی و سواسی اجباری. بررسی نحوه شکل‌گیری این شخصیت و چگونگی روابط شخصیت‌های و سواسی. محاسن و معایب شخصیت و سواسی و تعارضات احتمالی این شخصیت در روابط زناشویی
جلسه سوم	تعریف شخصیت افسرده وار. بررسی نحوه شکل‌گیری این شخصیت و چگونگی ساختار شخصیت‌های افسرده وار در روابط. محاسن و معایب شخصیت افسرده وار و تعارضات احتمالی این شخصیت در روابط زناشویی
جلسه چهارم	تعریف شخصیت نارسیستیک. بررسی نحوه شکل‌گیری این شخصیت و چگونگی ساختار شخصیت نارسیستیک در روابط. محاسن و معایب شخصیت نارسیستیک و تعارضات احتمالی این شخصیت در روابط زناشویی
جلسه پنجم	تعریف شخصیت هیستریونیک. بررسی نحوه شکل‌گیری این شخصیت و چگونگی ساختار شخصیت هیستریونیک در روابط. محاسن و معایب شخصیت هیستریونیک و تعارضات احتمالی این شخصیت در روابط زناشویی
جلسه ششم	تعریف شخصیت‌های وابسته و اجتنابی. بررسی نحوه شکل‌گیری این شخصیت‌ها و چگونگی ساختار شخصیت‌های اجتنابی و وابسته در روابط. محاسن و معایب این شخصیت‌ها و تعارضات احتمالی این شخصیت‌ها در روابط زناشویی
جلسه هفتم	جمع‌بندی نهایی درباره تیپ‌های مختلف. بررسی این موضوع که هر تیپ شخصیتی با کدام یک از تیپ‌های دیگر به خوبی می‌تواند سازگار شود یا تعارضات کدام تیپ‌ها با یکدیگر بیشتر است.
جلسه هشتم	بررسی اجمالی نگاه اعضا به تیپ شخصیتی خود و نسبت به تیپ شخصیتی همسرشان. ارائه راهکارهایی برای افزایش نقاط قوت هر تیپ شخصیتی و کاهش معایب آن تیپ جهت بهبود روابط زوجین.

یافته‌ها

تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p < 0.02$ و $t(13) = 4/71$) به این صورت که میانگین کلی تعارضات زناشویی اعضا به طور معنی‌داری پس از گروه درمان کمتر از میانگین تعارضات آنها پیش از گروه درمانی بوده است.

هم‌چنین با توجه به نتایج جدول ۴، در تمامی خرده مقیاس‌های تعارضات زناشویی پس از اجرای آموزش گروهی تفاوت معنی‌داری دیده می‌شود ($p < 0.05$) به استثنا زیر مقیاس جلب حمایت فرزند و افزایش رابطه با خویشاوندان خود.

بعد از نمره‌دهی پرسشنامه، نمره ابعاد مختلف پرسشنامه محاسبه شد که نتایج میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های زوجین در ابعاد تعارضات زناشویی در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول ۲ آمده است.

به منظور بررسی تأثیر آموزش تیپ‌های شخصیتی بر کاهش تعارضات زناشویی، از آزمون تی در گروه‌های وابسته استفاده شده است.

نتایج آزمون وابسته بر اساس جدول ۳ نشان داد که بین میانگین داده‌های پیش‌آزمون با پس‌آزمون

جدول ۲: اطلاعات توصیفی شرکت‌کنندگان در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

میانگین	تعداد	انحراف	خطای انحراف از میانگین
۱۴۲	۳۲	۳۱/۰۶	۸/۳
۱۱۵/۲۸	۳۲	۱۷/۸۸	۴/۷

جدول ۳: نتایج آزمون تی وابسته برای مقایسه نمرات کلی پیش‌آزمون و پس‌آزمون تعارضات زناشویی

پیش‌آزمون - پس‌آزمون	میانگین	انحراف معیار	تفاوت جفت‌ها		خطای انحراف میانگین	فاصله اطمینان	میزان تی	DF	سطح معنی‌داری
			انحراف	خطای انحراف					
			میانگین	میانگین					
۲۶/۷۱	۲۱/۲۰	۵/۶۶	۱۴/۴۷	۳۸/۹۵	۴/۷۱	۱۳	۰/۰۰۲		

جدول ۴: نتایج آزمون تی وابسته برای مقایسه نمرات خرده مقیاس‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون تعارضات زناشویی

نمرات کلی	میانگین	انحراف معیار	تفاوت جفت‌ها		خطای انحراف میانگین	فاصله اطمینان	میزان تی	DF	سطح معنی‌داری
			انحراف	خطای انحراف					
			میانگین	میانگین					
۵/۵۷	۳/۶۳	۰/۹۷	۲/۴۷	۷/۶۶	۵/۷۴	۱۳	۰/۰۰۳	کاهش همکاری	
۱/۴۲	۱/۲۸	۰/۳۴	۰/۶۸	۲/۱۶	۴/۱۶	۱۳	۰/۰۰۱	کاهش رابطه جنسی	
۷/۸۵	۳/۷۹	۱/۰۱	۵/۶۶	۱۰/۰۵	۷/۷۳	۱۳	۰/۰۰۱	افزایش هیجانی	
۲/۸۵	۱/۸۹	۰/۵۰	-۰/۸۱	۱/۳۸	-۰/۵۶	۱۳	۰/۵۹	جلب حمایت فرزند	
۰/۸۵	۱/۶۱	۰/۴۳	-۰/۰۷	۱/۷۸	۱/۹۹	۱۳	۰/۰۲۶	افزایش رابطه با خویشاوندان خود	
۱/۲۸	۱/۸۹	۰/۵۰	۰/۱۸۹	۲/۳۸	۲/۵۳	۱۳	۰/۰۲۴	کاهش رابطه با خویشاوندان همسر	
۲/۲۱	۳/۰۶	۰/۸۱	-۰/۴۴	۳/۹۸	۲/۷۰	۱۳	۰/۰۱۹	جدایی مالی	
۲۶/۷۱	۲۱/۲۰	۵/۶۶	۱۴/۴۷	۳۸/۹۵	۴/۷۱	۱۳	۰/۰۰۲	نمرات کلی	

بحث

با توجه به آن چه ذکر شد شخصیت و ابعاد مختلف آن در رفتارهای افراد اثرگذار است، یکی از موضوعاتی که می‌تواند در تعارضات زوجین مؤثر باشد عدم شناخت زوجین از ویژگی‌ها و سبک‌های شخصیتی یکدیگر است. در این پژوهش تلاش شد تا با توجه به آموزش ویژگی‌های شخصیتی به افراد مختلف زوجین به شناخت بهتر از خویشان دست یابند تا نتایج این شناخت را بر کاهش میزان تعارضات بررسی کنیم (۲ و ۱)، لذا هدف از این پژوهش تعیین و اثر بخشی گروه درمانی مبتنی بر آموزش تیپ‌های شخصیتی DSM-5 بر کاهش تعارضات زناشویی بود.

نتایج نشان داد که برنامه آموزش تیپ‌های شخصیتی توانسته است موجب افزایش همکاری، کاهش واکنش‌های هیجانی، افزایش رابطه جنسی، افزایش رابطه با خویشان و ندادن همسر و کاهش جدایی مالی در زوج‌های متعارض شود و به طور کلی کاهش میزان تعارضات زوج‌های متقاضی طلاق شود.

این نتایج نشان می‌دهد که زوجین پس از آگاهی از تیپ‌های شخصیتی خود و افزایش خودشناسی و دگرشناسی، نقاط قوت شخصیت خود را در روابط پررنگ‌تر کرده و نقاط منفی که موجب تعارض بوده‌اند را کمتر شخصی‌سازی می‌کنند و آنها را مربوط به ساختارهای شخصیتی می‌دانند.

نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش سپهریان و قلاوندی مبنی بر تأثیر آموزش شخصیت انیه گرم بر

کاهش تعارضات زناشویی هم‌سو است (۷). هر دو پژوهش نشان داده‌اند که زوجین پس از آموزش تیپ‌های شخصیتی کاهش قابل توجه در میزان تعارضات زناشویی را گزارش کرده‌اند.

هم‌چنین با نتایج پژوهش حسینی نسب و همکاران مبنی بر رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های حل تعارض با سازگاری زناشویی هم‌سو است (۱۲).

نتایج با پژوهش جمی مبنی بر اثربخشی کتاب درمانی شناختی بر کاهش تعارضات زناشویی همراه است (۱۹).

نتایج با پژوهش کیسر و همکاران مبنی بر آموزش گروهی به زوجین همراه است، در این پژوهش زوجین پس از آموزش میزان کمتری از تعارضات را حتی پس از پیگیری یک ساله نشان داده‌اند (۲۲).

نتایج کلی با پژوهش کوهگرد (۲۳) مبنی بر بررسی اثربخشی آموزش راهکارهای روابط جنسی بر کاهش تعارضات جنسی و زناشویی والدین کودکان با نیازهای ویژه شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۳۹۴-۱۳۹۳ همراه است و در هر دو پژوهش آموزش تعارضات کلی را کاهش داده است. در هر دو پژوهش آموزش‌ها با کاهش تعارضات جنسی همراه بوده است.

با توجه به آن چه ذکر شد آگاهی زوجین از ساختارهای شخصیتی خود و یکدیگر به بهبود عملکرد آنها در روابط زناشویی کمک کرده است. با

تقدیر و تشکر

این مقاله برگرفته از طرح تحقیقاتی با کد اخلاق IR.YUMS.REC.1399.075 دانشگاه علوم پزشکی یاسوج می‌باشد، که با حمایت تمامی زوجینی که در این طرح مشتاقانه ما را همراهی کردند، کمال تشکر و قدردانی را داریم.

این همه نتایج تفاوت معنی‌دار در زیر مقیاس‌های رابطه با خویشاوندان خود و جلب حمایت فرزند دیده نشده است.

از جمله مواردی که می‌تواند این عدم کاهش را توجیه کند این است که برنامه آموزش شناخت شخصیتی عمدتاً بر شخصیت‌شناسی زوجین متمرکز بوده است و نه شیوه‌های والدینی و روابط با خانواده‌های مبدأ، لذا عدم کاهش در این موارد می‌تواند به دلیل این باشد که محور بحث‌های آموزشی نبوده‌اند.

بنابراین می‌توان نتیجه گرفت آموزش‌های گروهی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش همکاری و رضایت دو جانبه اثر مثبت دارد.

محدودیت‌های پژوهش حاضر میزان نمونه است، لذا توصیه می‌شود چنانچه پژوهشگران بعدی قصد تکرار این تحقیق را دارند تعداد نمونه بیشتری داشته باشند تا نتایج مورد اعتبار بیشتری باشد.

نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر نشان داده است که افزایش آگاهی زوجین از صفات شخصیتی خود و همسر و همچنین عملکردهای گوناگون این سبک‌های شخصیتی در روابط می‌تواند در کاهش تعارضات اثرگذار باشد، لذا می‌توان از این نتیجه در مشاوره‌های پیش از ازدواج و یا در مداخلات روانشناسی بهره‌مند شد.

REFERENCES

- 1.Zanganeh Motlagh F, Bani Jamali SS, Ahadi H. Effectiveness of acceptance and commitment-based couple therapy and emotion-oriented couple therapy on improving intimacy and reducing emotional inadequacy of couples. *Thought and Behavior in Clinical Psychology* 2017; 11(44): 47-56.
- 2.Goldenberg, A., and Goldenberg, H. *Family Therapy*. Translated by Hamidreza Hossein Shahi Barvati and Siamak Naqshbandi. Tehran: Ravan Publications; 2010; 20.
- 3.Gao M, Du H, Davies PT, Cummings EM. Marital conflict behaviors and parenting: Dyadic links over time. *Family Relations* 2019; 68(1): 135-49.
- 4.Markman HJ, Halford WK. International perspectives on couple relationship education. *Family Process* 2005; 44: 139-46.
- 5.Bahari F, Fatehizadeh MS, Ahmadi SA, Molavi H, Bahrami F. The effect of spouses' communication skills training on reducing marital conflicts between conflicting couples seeking divorce. *Clinical Psychology Research and Counseling* 2011; 1(1): 59 -70.
- 6.Bacallao ML, Smokowski PR, Rose R. Acculturation and latino family processes: how cultural involvement, biculturalism, and acculturation gaps influence family dynamics. *Family Relations* 2008; 57: 295-308.
- 7.Farabhakhsh K. Comparison of the effectiveness of marital counseling with Ellis cognitive therapy, Glaser reality therapy and a mixture of the two in reducing marital conflicts. PhD Thesis Counseling. Tehran: Allameh Tabatabai University, 2004.
- 8.Bayer ES. Relationship satisfaction and sexual satisfaction: Alongitudinal study of individuals in long-term relationships. *J Sex Res* 2005; 42(2): 8-113.
- 9.Sepehrian Azar F, Qalavandi H. The effect of teaching the types of hot personality characters on reducing marital conflicts. *Family Counseling and Psychotherapy Quarterly* 2011; 2: 161-70.
- 10.Wayne JH, Musisca N, Fleeson W. Considering the role of personality in the work-family experience: Relationships of the big five to work-family conflict and facilitation. *Journal of Vocational Behavior* 2004; 64(1): 108-30.
11. Bono JE, Boles TL, Judge TA, Lauer KJ. The role of personality in task and relationship conflict. *Journal of Personality* 2002; 70(3): 311-44.
- 12.Hosseini Nasab SD, Badri Gargari R, Ghaemian Oskooi A. Relationship between personality traits and interpersonal conflict resolution styles with marital adjustment of married students of Islamic Azad University, Tabriz Branch, 2009.
- 13.Karney BR, Bradbury TN. The longitudinal course of marital quality and stability: a review of theory, methods, and research. *Psychol Bull* 1995; 118(1): 3.
- 14.George MW, Fairchild AJ, Cummings EM, Davies PT. Marital conflict in early childhood and adolescent disordered eating: Emotional insecurity about the marital relationship as an explanatory mechanism. *Eating Behaviors* 2014; 15(4): 532-9.
- 15.Shiota MN, Levenson RW. Birds of a feather don't always fly farthest: Similarity in big five personality predicts more negative marital satisfaction trajectories in long-term marriages. *Psychology and Aging* 2007; 22(4): 666.
- 16.Mc Williams N. Translated by Javadzadeh, Gholamreza. *Psychoanalytic Diagnosis Recognition of personality structure in the clinical process*. Tehran: Arjmand Book; 2009; 600- 978.
- 17.American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. 4th ed. Washington, DC: American Psychiatric Association; ICD-9-CM, DSM-IV was last updated in 2000.
- 18.Sepehrian F. The effect of training hot personality types on reducing marital conflicts. *Journal of Family Counseling & Psychotherapy* 2011; 1: 2.
- 19.Jamie Z. The effect of cognitive book therapy as a group on women's marital satisfaction. Master Thesis. Shiraz: Shiraz University, Thesis; 2011; 34.
- 20.Afkhami Kian Z. Comparison of the effectiveness of the Olson-based marriage enrichment training group with the religious spiritual therapy group on reducing boredom and increasing marital satisfaction of married women. Thesis to obtain a master's degree. Ferdowsi University of Mashhad 2014; 12: 34.
- 21.Barati T. The effect of marital conflicts on the relationship between husband and wife. Master Thesis in Counseling. Tehran: Islamic Azad University, Roodehen Branch; 1996; 4: 34.

22. Kaiser A, Hahlweg K, Fehm-Wolfsdorf G, Groth T. The efficacy of a compact psychoeducational group training program for married couples. *Journal of Consulting and Clinical psychology* 199; 66(5); 753.
23. Koohgard A, Hamidreza Jangi Z. The Effectiveness of Sexual Education Strategies Training on Reducing Sexual and Marital Conflicts of Parents of Children with Special Needs in Isfahan in the academic year 2014-2015, National Conference on Psychology and Social Injury Management, Chabahar, Islamic Azad University Chabahar branch. Thesis.

The Effectiveness of Group Therapy Based on DSM-5 Personality Type Training on Reducing Marital Conflicts

Hosseini Motlagh A¹, Heydarzadeh AR², Mullah Ali Z³, Farahbakhsh MJ^{4*}

¹Department of Environmental Health, Yasuj University of Medical Sciences, Yasuj, Iran, ² Department of Education, Tehran University of Art, Tehran, Iran, ³Departments of Clinical Psychology, Al-Zahra University, Tehran, Iran, ⁴Departments of Islamic Education, Yasuj University of Medical Sciences, Yasuj, Iran

Received: 16 Jun 2020 Accepted: 01 May 2021

Abstract:

Background & aim: Marital conflicts are a common problem among young couples. Many visits to psychological centers are due to marital conflicts each year. Lack of knowledge of communication skills, affectionate styles, insufficient knowledge of the spouse's personality traits are among the factors that cause conflicts. The aim of the present study was to determine the effectiveness of the treatment group based on the training of DSM- 5 personality types on reducing marital conflicts.

Methods: The present study was a quasi-experimental survey with a pre and post-test without control group design. The statistical population of the study was 16 couples who referred to the group therapy announcement in the fall of 2019 to reduce marital conflicts. The participants were from high social and economic classes of the society and their level of education was bachelor and higher. At first, couples answered the test of marital conflict. Then, the personality types were trained in 8 sessions, each session lasting 1 hour. Members were assessed before and after training with the Sanai Marital Conflict Questionnaire. Data were analyzed using dependent t-test.

Results: The results indicated that group training of personality types is effective in reducing marital conflicts. A significant difference was seen between the mean of pre-test and post-test data ($p < 0.02$ and 4.71) ($t = 13$) so that the overall mean of marital conflicts of members was significantly lower after the treatment group than the mean of their conflicts before the group. Has been therapeutic. There is a significant difference in all subscales of marital conflicts after group training ($p < 0.05$) with the exception of subscale to attract child support and increase relationships with relatives.

Conclusion: Thus, it can be concluded that increasing the couple's awareness of each other's personality type and recognizing their strengths and weaknesses can be an effective step in reducing marital conflicts. Also, the couple's desire increased after learning about cognitive types to follow individual therapy sessions and resolve intra-psychological conflicts.

Keywords: Therapeutic Group, Personality Types, Marital Conflicts

***Corresponding author:** Farahbakhsh MJ, Departments of Islamic Education, Yasuj University of Medical Sciences, Yasuj, Iran.

Email: dr.farahbakhsh55@gmail.com

Please cite this article as follows:

Hosseini Motlagh A, Heydarzadeh AR, Mullah Ali Z, Farahbakhsh MJ. The Effectiveness of Group Therapy Based on DSM-5 Personality Type Training on Reducing Marital Conflicts. *Armaghane-danesh* 2021; 26(2): 248-257.