

# اثر بخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر قدرت تحمل ابهام در زنان

هما نیابتی چرندابی<sup>۱</sup>، نازنین عابد<sup>۲</sup>

## چکیده

افزایش تعاملات و ارتباطات که در نتیجه تغییرات ناشی از جهانی شدن ایجاد شده، فضایی سرشار از تازگی و تغییر را ایجاد کرده است که منجر به افزایش تجربه ابهام در جوامع و گروه‌های مختلف شده است ابهام که یکی از سازه‌های تحمل پریشانی است، چیزی است که هر روز در موقعیت‌های مختلف با آن مواجه می‌شویم. هدف پژوهش حاضر تعیین اثر بخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر قدرت تحمل ابهام در زنان بود. بدین منظور، ۶۰ نفر از زنان بالای ۲۰ سال از طریق مدارس فرزندان‌شان در شهر پرند به روش در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه گواه و آزمایش قرار گرفتند. هر دو گروه به پرسشنامه تحمل ابهام مک‌لین (۱۹۹۳) به عنوان پیش‌آزمون پاسخ دادند. سپس گروه آزمایش در ۱۸ جلسه‌ی ۲ ساعته، تحلیل رفتار متقابل را آموزش دیدند، اما گروه گواه هیچ آموزشی را دریافت نکردند. در پایان نیز از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و کواریانس استفاده شد.

نتایج نشان داد که آموزش تحلیل رفتار متقابل به میزان ۱۹٪ ( $\eta^2 = 0.19$ ,  $p = 0.00$ ) در قدرت تحمل ابهام زنان، اثر مثبت دارد. بنابراین می‌توان از این رویکرد آموزشی در جهت ارتقا و قدرت تحمل ابهام در زنان استفاده کرد.

**واژه‌های کلیدی:** تحلیل رفتار متقابل، زنان، قدرت تحمل ابهام

---

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد واحد تهران جنوب  
<sup>۲</sup> استادیار، دکترای روانشناسی عمومی از دانشگاه شهید بهشتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد واحد تهران جنوب

در سال‌های اخیر رویکرد روان‌شناسی مثبت‌نگر<sup>۳</sup> با توجه به استعدادها و توانمندی‌های انسان (به جای پرداختن به نابهنجاری‌ها و اختلال‌ها) مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است. این رویکرد هدف نهایی خود را شناسایی موضوع‌ها و شیوه‌هایی می‌داند که بهزیستی و شادکامی انسان را به دنبال دارند. از این رو عواملی که موجب تطابق بیشتر آدمی با نیازها و تهدیدهای زندگی می‌شود، بنیادی‌ترین موضوع مورد پژوهش این رویکرد است (شاکری‌نیا و محمدپور، ۱۳۸۹). افزایش تعاملات و ارتباطات که در نتیجه تغییرات ناشی از جهانی شدن ایجاد شده، فضایی سرشار از تازگی و تغییر را ایجاد کرده است که منجر به افزایش تجربه ابهام در جوامع و گروه‌های مختلف شده است. ابهام که یکی از سازه‌های تحمل‌پریشانی است، چیزی است که هر روز در موقعیت‌های مختلف با آن مواجه می‌شویم. برخی در مقابل شرایط و موقعیت‌های مبهم، آستانه تحمل بیشتر و برخی آستانه تحمل کمتری دارند. برخی از انواع ابهام جذابیت ثانویه دارند؛ مثلاً، یک شخصیت مرموز در یک داستان هم می‌تواند اضطراب‌زا باشد، چون مبهم است و هم می‌تواند به‌طور هم‌زمان جذاب باشد (مک کیلوپ و دویت، ۲۰۱۳). ابهام همچنین می‌تواند فرصت‌هایی با پتانسیل مطلوب را تحت‌الشعاع قرار دهد. در نتیجه، ابهام می‌تواند هم جذابیت و هم بی‌زاری ایجاد کند و این واکنش مشروط به چگونگی ادراک محرک مبهم در تعامل با اطلاعات در مورد زمینه نتایج پیش‌بینی شده است (مکلین، کفالونیتیز و آرمانی، ۲۰۱۵). در جهان پیچیده امروز، تحمل ابهام می‌تواند به‌عنوان یک مهارت مهم، نقش ایفا کند که افراد را برای واکنش سریع و سازگاری موفقیت‌آمیز توانمند می‌سازد (کاتسارز و نیکولادیس، ۲۰۱۲). تحمل ابهام تأثیر مثبتی بر یادگیری دارد و موجب درک بهتر روابط یادگیری می‌شود و با ایجاد محیط‌های یادگیری خاص به بهبود یادگیری و عملکرد بهتر یادگیرنده کمک می‌کند (رویندران و لایر، ۲۰۱۴). قدرت تحمل ابهام سبب استقبال مکرر فرد از موقعیت‌های مبهم و انطباق سریع خود با تغییرات می‌شود. در محیطی که سراسر ابهام است افراد بر اثر حل بیشتر مسائل و چالش‌هایی که با آن‌ها درگیرند، به موفقیت بیشتری دست می‌یابند (کلفایلد، اندولسک، گریک و رسکونسکی، ۲۰۱۴). قدرت تحمل ابهام با افکار و رفتار خلاقانه مشابه است، چون افراد را توانا می‌کند تا راه‌حل‌های جزئی و نامساعد در حل مسائل پیچیده آنان را راضی نکند. در واقع قدرت تحمل ابهام باعث می‌شود که افراد از حداکثر قابلیت آفریدن خود استفاده کنند (ریچاردسون، ۲۰۱۷). قدرت تحمل ابهام موجب

<sup>3</sup> positive psychology

<sup>4</sup> McLain, D. L., Kefallonitis, E., & Armani, K.

<sup>5</sup> Katsaros, K. K., & Nicolaidis, C. S.

<sup>6</sup> Caulfield, M., Andolsek, K., Grbic, D., & Roskovensky, L.

<sup>7</sup> Richardson, D.

می‌شود افراد در موقعیت‌های مبهم و شرایط یادگیری چالش‌انگیز از راه‌حل‌های نوآورانه و فرایندهای فکری بهترین بهره را ببرند. افراد دارای قدرت تحمل ابهام مسائل را خلاقانه حل می‌کنند و از راه‌حل‌های منحصر به فرد بهره می‌گیرند (استینکمپ و وسلز،<sup>۸</sup> ۲۰۱۴).

از طرفی وقتی فرد یا گروهی با مجموعه‌ای از روش‌های ناآشنا، پیچیده و نامفهوم مواجه می‌شود، دچار ابهام می‌شود. تحمل ابهام متغیر شخصیتی و میزانی است که فرد می‌تواند با موقعیتی که پایان آن نامشخص است، مقابله‌ای موفقیت‌آمیز داشته باشد. افراد دارای تحمل ابهام کمتر معمولاً تنیدگی بیشتری تجربه می‌کنند و در تکالیف مبهم، شکست می‌خورند. در حالی که افراد دارای تحمل ابهام بیشتر در تکالیف مبهم به خوبی عمل می‌کنند و از آن لذت می‌برند. به طور کلی عدم تحمل ابهام نقش مهمی در نگرانی و اضطراب دارد (نریمانی، ملک‌شاهی فر و محمودی، ۱۳۸۷). دوگاس و ساوارد<sup>۹</sup> (۲۰۰۷) عدم تحمل ابهام را باورهای در مورد نگرانی، جهت‌گیری مسئله منفی و سبک مقابله اجتنابی تعریف می‌کنند و بر این عقیده‌اند که این سه عامل با شدت مشکل فرد رابطه دارند. از آنجا که قدرت تحمل ابهام موجب ارتقای سلامت روانی (الی، لانگ، کمپیل و کلونینگر،<sup>۱۰</sup> ۲۰۱۷)، خلاقیت (زناسنی، بلانکون و لبارت،<sup>۱۱</sup> ۲۰۰۸) و کیفیت زندگی (مان<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۵) می‌شود، یافتن شیوه درمانی یا آموزشی که منجر به افزایش این دو متغیر می‌شود همواره مورد توجه پژوهشگران است. از انجایی که پایه اساسی مهارت روابط انسانی متشکل از دو مقوله شناخت انسان و روابط است (بارو، بردشو و نیوتن،<sup>۱۳</sup> ۲۰۱۲). در سال‌های اخیر در یک سلسله پژوهش‌های گسترده، برای مقابله با پیامدهای ناشی از فشارهای زندگی در جستجوی راهکارهای مؤثری بوده‌اند تا با بررسی خصوصیات افرادی که در برابر تغییرات فشارزا و اجتناب‌ناپذیر زندگی و محیط شغلی به خوبی مقاومت کرده و در عین حال سلامت جسم و روان خود را حفظ کرده‌اند، به کشف سبک شناختی خاصی که بتواند شدت عوامل فشارزای زندگی را کاهش دهد نائل شوند (استمان، ۲۰۱۰). نظریه تحلیل رفتار متقابل که توسط برن<sup>۴</sup> (۱۹۴۰) توسعه و گسترش بیشتری یافت، نظریه‌ای است که با استفاده از آن می‌توان گام‌های مؤثری در شناخت و درمان شخصی و رشد روانی برداشت (استمان، ۲۰۱۰).

<sup>8</sup> Steenkamp, L. P., & Wessels, P. L.

<sup>9</sup> Dugas, M., & Savard, P.,

<sup>1</sup> Eley, D. S., Leung, J. K., Campbell, N., & Cloninger, C. R.

<sup>1</sup> Zenasni, F., Besançon, M., & Lubart, T.

<sup>1</sup> Manne, S.

<sup>1</sup> Barrow, G., Bradshaw, E., & <sup>3</sup>Newton, T.

<sup>1</sup> Berne, E.

به‌طورکلی هدف تحلیل رفتار متقابل به‌عنوان یک روش درمان تعاملی افزایش آگاهی و قدرت افراد برای گرفتن تصمیمات تازه و مسئولیت‌پذیری شخصی است تا بدین‌وسیله جریان زندگی خود را تغییر دهند (ارسکین، ۲۰۱۵). آشنایی با تحلیل رفتار متقابل به فرد کمک می‌کند تا خود را بهتر درک کرده، به‌وضوح ببیند که چگونه با دیگران تعامل دارد. یکی از خصوصیات تحلیل رفتار متقابل نسبت به دیگر درمان‌ها ایجاد این باور در فرد است که وی صرف‌نظر از گذشته، مسئول آینده خود است. بسیاری از مردم، از تحلیل رفتار متقابل برای تغییر الگوهای خود استفاده می‌کنند (نیوتن، ۲۰۱۶<sup>۱</sup>). مشاوره و روان‌درمانی تحلیل رفتار متقابل وسیله‌ای برای ارزیابی و سنجش علائم سلامت روانی است و یکپارچگی تحلیل تبادلی با دیگر مدل‌ها منجر به فهم بیشتر و مؤثرتر بودن آن می‌شود تا در سطح مقبول و مناسبی با دیگران ارتباط برقرار کنند و آگاهی و ارتباط خود را با دیگران فزونی بخشند (سودانی، مهرابی‌زاده هنرمند و سلطانی، ۱۳۹۱) به‌عبارت دیگر این شیوه درصدد است که فرد را به خودشناسی نائل کند تا بداند در مواجهه با محیط چگونه عمل کند (شیلینگر، ۲۰۰۸<sup>۲</sup>).

بنابراین تحلیل رفتار متقابل به این معناست که فرد در هر زمان، کدام یک از حالت‌های "من" او دارای قدرت است و بهتر می‌تواند رفتار خود و دیگران را در زمینه اجتماعی درک کند. تحلیل رفتار متقابل یک روش درمان تعاملی است که بر جنبه‌های شناختی، عقلانی و رفتاری فرایند درمان تأکید می‌کند و هدف آن افزایش آگاهی و قدرت افراد برای گرفتن تصمیمات تازه است تا بدین‌وسیله جریان زندگی خود را تغییر دهند (علامه، آقای، آتش‌پور و مشتاقی، ۱۳۹۳). همچنین قدرت تحمل ابهام متغیری است که در سال‌های اخیر به دلیل اهمیت آن در ایجاد خلاقیت و پویایی و به‌طور کلی سلامت روانی، به آن توجه ویژه‌ای شده است (دی‌جان و اوزکان، ۲۰۱۶<sup>۳</sup>). اما در ایران هنوز روش‌های ارتقای آن و عوامل همبسته با آن به‌طور کامل بررسی نشده است. به همین خاطر پژوهش حاضر به بررسی اثربخشی یک روش درمانی بر این متغیر پرداخته است تا بتواند به صورت عملی روشی را برای ارتقای آن پیدا کند.

همچنین با وجود اینکه پژوهش‌های مختلفی نظیر چیلد<sup>۴</sup> (۲۰۱۵)، یان و دیکس<sup>۵</sup> (۲۰۱۴)، ارسکین<sup>۶</sup> (۲۰۱۸) و غیره اثربخشی روش تحلیل رفتار متقابل را بر متغیرهای مختلف روان‌شناختی تأیید کرده‌اند، هنوز در ایران استفاده کافی از این روش نمی‌شود. بنابراین نتایج این پژوهش می‌تواند به ترویج استفاده از این روش

---

<sup>1</sup> Newton, T. 5  
<sup>1</sup> Shillings L. 6  
<sup>1</sup> De Jong, P. L. C., & Özcan, E. 8  
<sup>1</sup> Child, D. 8  
<sup>1</sup> Yan, N., & Dix, T. 9  
<sup>2</sup> Erskine, R. G. 0

توسط متخصصان با اهداف درمانی و آموزشی کمک کند. در نتیجه با توجه به بررسی پیشینه و مبانی نظری موضوع، مسئله اصلی پژوهش حاضر این است که آیا آموزش تحلیل رفتار متقابل بر قدرت تحمل ابهام اثر مثبت دارد؟

## روش:

پژوهش حاضر از یک طرح شبه آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون همراه با گروه گواه پیروی می‌کند. جامعه آماری پژوهش حاضر زنان بالای ۲۰ سال، مادران پایه پیش دبستان تا ششم دبستان شهر پرنده در سال ۹۷-۱۳۹۶ هستند. برای اجرای پژوهش، ۶۰ نفر زن واجد شرایط به روش در دسترس انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه گواه و آزمایش قرار گرفتند. در هر دو گروه پیش‌آزمون پرسشنامه تحمل ابهام گرفته شد. سپس گروه آزمایش تحت ۱۸ جلسه آموزش تحلیل رفتار متقابل قرار گرفت و گروه گواه هیچ آموزشی را دریافت نکرد. پس از اتمام آموزش، از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد و نتایج تحلیل شد.

. ابزار پژوهش

## پرسشنامه تحمل ابهام

مک‌لین (۱۹۹۳) پرسشنامه تحمل ابهام<sup>۱</sup> را تهیه کرد که این پرسشنامه ۱۳ ماده دارد و دارای یک نمره کلی بوده و زیرمقیاس ندارد.

الف) روش نمره‌گذاری

این پرسشنامه به کمک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. اما ماده‌های ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۹، ۱۱ و ۱۲ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند.

ب) اعتبار و روایی

---

<sup>2</sup> Ambiguity Tolerance Questionnaire

مکلین (۱۹۹۳) آلفای کرونباخ این پرسشنامه را برابر با ۰/۸۲ به دست آورد و روایی همگرای آن را به آزمون خلاقیت برابر با ۰/۷۸ به دست آورد. شمس، شیرخدایی و دلدار (۱۳۹۴) نیز روایی این پرسشنامه را مورد تأیید قرار دادند و اعتبار آن را به کمک آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۵ به دست آوردند. در این پژوهش اعتبار پرسشنامه در جامعه آماری مورد نظر برابر با ۰/۷۹۶ به دست آمد.

## آموزش تحلیل رفتار متقابل

سرفصل‌های مطرح شده در هر جلسه آموزش در جدول (۱) آمده است.

جدول (۱) سرفصل‌های مطرح شده در هر جلسه آموزش

| ردیف             | تعداد جلسات | عنوان  | ساعت |
|------------------|-------------|--|------|
| ۱                | ۳           | معرفی و آموزش حالت‌های نفسانی «من» (والد، بالغ، کودک) و طبق بندی محتوای آنها | ۶    |
| ۲                | ۲           | آسیب شناسی حالات نفسانی  | ۴    |
| ۳                | ۲           | تعریف و کاربرد انواع روابط متقابل  | ۴    |
| ۴                | ۲           | تعریف و کاربرد انواع وضعیت‌های زندگی   | ۴    |
| ۵                | ۲           | تعریف مفهوم نوازش و کاربرد آن  | ۴    |
| ۶                | ۳           | معرفی پیش نویس زندگی، تقسیم بندی و مفهوم آن                                  | ۶    |
| ۷                | ۳           | بازدارنده‌ها و سوق دهنده‌ها و تعریف تفاوت و کاربردهای مشترک                  | ۶    |
| ۸                | ۱           | بازی‌ها، انواع آن (فرمول ب، مثلث کارپمن)                                     | ۲    |
| مجموع ساعت آموزش |             |  | ۳۶   |

یافته‌ها:

پس از جمع آوری اطلاعات که از طریق پرسشنامه طی دو مرحله، قبل و بعد از آموزش صورت گرفته است، نتایج زیر با استفاده از نرم افزار SPSS بدست آمده است.

برای بررسی اینکه آیا آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش تحمل ابهام، مؤثر است یا خیر، از تحلیل کواریانس استفاده شد. اما قبل از انجام تحلیل کواریانس، چند پیش فرض بررسی شد.

این پیش فرضها عبارتند از: نرمال بودن توزیع داده‌ها، همگونی واریانس‌ها با استفاده از آزمون لوین<sup>۲</sup> و همچنین همگونی شیب رگرسیونی.

در این تحقیق، متناسب با متغیرهای مورد مطالعه و نوع داده‌های جمع‌آوری شده، به منظور توصیف آنان از شاخص‌های گرایش مرکزی، پراکندگی و توزیع نمره‌ها استفاده شد. در قسمت تحلیل آماری، با توجه به ماهیت مقیاس اندازه‌گیری که از نوع فاصله‌ای است و با توجه به وجود پیش‌آزمون و پس‌آزمون، به منظور مهار اثر پیش‌آزمون، از روش تحلیل کواریانس (ANCOVA) استفاده گردید.

#### بررسی آماره‌های توصیفی پرسشنامه‌های جامعه مورد مطالعه

جدول شماره ۱، شاخص‌های توصیفی گرایش مرکزی و پراکندگی نمرات پرسشنامه قدرت تحمل ابهام را در دو گروه آزمایش و کنترل در پیش‌آزمون و پس‌آزمون نشان می‌دهد. جهت بررسی دقیق‌تر شکل توزیع نمرات قدرت تحمل زنان و نرمال بودن آن‌ها، از آزمون‌های نرمالیتی نیز استفاده شده است.

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی مربوط به نمرات شرکت‌کنندگان گروه کنترل و آزمایش در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

| متغیر           | آزمون     | گروه   | میانگین | انحراف معیار | مینیمم | ماکزیمم |
|-----------------|-----------|--------|---------|--------------|--------|---------|
| قدرت تحمل ابهام | پیش‌آزمون | آزمایش | ۳۹/۱    | ۵/۵          | ۲۷     | ۴۹      |
|                 |           | کنترل  | ۳۹/۷    | ۵/۶          | ۲۹     | ۵۲      |
| پس‌آزمون        | پس‌آزمون  | آزمایش | ۴۲/۱    | ۵/۸          | ۳۱     | ۵۵      |
|                 |           | کنترل  | ۳۸/۸    | ۵/۸          | ۲۹     | ۵۲      |

براساس اطلاعات بدست آمده از جدول ۱، میانگین امتیازات مربوط به مقیاس قدرت تحمل ابهام در مرحله پیش‌آزمون در گروه آزمایش، ۳۹/۱ و در گروه کنترل ۳۹/۷ و در مرحله پس‌آزمون میانگین داده‌ها در گروه

<sup>2</sup> Levene

آزمایش ۴۲/۱ و در گروه کنترل ۳۸/۸ است. همان‌طور که نتایج نشان می‌دهد، در مرحله پس‌آزمون نمرات گروه آزمایش بسیار بالاتر از مرحله پیش‌آزمون این گروه است اما برای معنی‌دار بودن یا نبودن این تغییرات نیاز است که آزمون مناسب در بخش تحلیل فرضیه انجام گردد.

همچنین جدول ۲، نتایج آزمون‌های بهنجاری توزیع نمره‌ها را نشان می‌دهد. دو آزمون کولموگروف-اسمیرونوف<sup>۳</sup> و شپیرو ویلک<sup>۴</sup> که براساس حجم نمونه انتخاب می‌شوند، مورد استفاده قرار می‌گیرند. در صورتی که حجم نمونه کمتر از ۵۰ نفر باشد، از نتایج آزمون شپیرو ویلک استفاده شده، اما در صورتی که اندازه نمونه بیشتر از ۵۰ نفر باشد، نتایج تست کولموگروف-اسمیرونوف مورد بررسی قرار می‌گیرد. در پژوهش حاضر با توجه به اینکه حجم هر گروه ۳۰ نفر بوده، نتایج آزمون شپیرو ویلک ارائه شده است.

جدول ۲- نتایج آزمون‌های بهنجاری شپیرو ویلک

| متغیر      | گروه   | پیش آزمون |            | پس آزمون     |       |            |              |
|------------|--------|-----------|------------|--------------|-------|------------|--------------|
|            |        | آماره     | درجه آزادی | سطح معناداری | آماره | درجه آزادی | سطح معناداری |
| قدرت       | آزمایش | ۰/۹۷      | ۳۰         | ۰/۵۳         | ۰/۹۶۳ | ۳۰         | ۰/۳۷۹        |
| تحمل ابهام | کنترل  | ۰/۹۶۴     | ۳۰         | ۰/۳۸۵        | ۰/۹۶۹ | ۳۰         | ۰/۵۲۲        |

بر اساس اطلاعات نتایج جدول ۲، با توجه به اینکه شاخص‌های Z محاسبه شده از مقدار بحرانی Z برای آزمون‌های دودامنه‌ای در سطح اطمینان ۰/۰۵ (۱/۹۶) کوچک‌تر است، بنابراین توزیع نمرات قدرت تحمل ابهام در همه‌ی موارد بهنجار (نرمال) می‌باشد. بنابراین پیش‌فرض اولیه جهت انجام آزمون‌های پارامتریک؛ یعنی بهنجاری توزیع داده‌ها، برقرار است.

### فرضیه پژوهش

آموزش تحلیل رفتار متقابل قدرت تحمل ابهام را در زنان افزایش می‌دهد.

جهت آزمون این فرضیه، به دلیل وجود پیش‌آزمون و پس‌آزمون، به منظور مهار اثر پیش‌آزمون، از روش تحلیل کواریانس (ANCOVA) استفاده شد؛ بنابراین در ابتدا پیش‌فرض‌های انجام این آزمون را مورد بررسی قرار داده‌ایم.

<sup>3</sup> Kolmogorov-Smirnov test

<sup>4</sup> Shapiro-Wilk test



در این پیش فرض به بررسی همگنی شیب‌های رگرسیون پرداخته شد. براساس این پیش فرض، باید رگرسیون بین پیش‌آزمون و متغیر وابسته (پس‌آزمون) برای هر گروه مشابه باشد. جدول شماره ۳، نتایج تحلیل آماری مدل خطی عمومی را برای بررسی این مفروضه در متغیر قدرت تحمل ابهام نشان می‌دهد.

جدول ۳- بررسی همگنی شیب رگرسیونی برای قدرت تحمل ابهام در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون

| متغیر وابسته: قدرت تحمل ابهام پس‌آزمون |      |                   |               |                       |                                    |
|--|------|-------------------|---------------|-----------------------|------------------------------------|
| p-value                                | F    | میانگین<br>مربعات | درجه<br>آزادی | مجموع مربعات نوع<br>۳ |                                    |
| ۰/۰۰۰                                  | ۳۰/۵ | ۴۳۸/۵             | ۳             | ۱۳۱۵/۵                | مدل اصلاح شده                      |
| ۰/۰۱۳                                  | ۶/۵  | ۹۳/۸              | ۱             | ۹۳/۸                  | عرض از مبدأ                        |
| ۰/۰۶۵                                  | ۳/۵  | ۵۰/۸              | ۱             | ۵۰/۸                  | گروه‌ها                            |
| ۰/۰۰۰                                  | ۷۸/۹ | ۱۱۳۳/۱            | ۱             | ۱۱۳۳/۱                | پیش‌آزمون                          |
| ۰/۱۷                                   | ۱/۹  | ۲۷/۴              | ۱             | ۲۷/۴                  | گروه* قدرت تحمل ابهام پیش<br>آزمون |
|  |      | ۱۴/۳              | ۵۶            | ۸۰۳/۵                 | خطا                                |
|  |      |                   | ۶۰            | ۱۰۰۳۷۲                | مجموع                              |

ضریب تعیین = ۰/۶۲

نتایج آزمون نشان می‌دهد که تعامل میان گروه‌ها، متغیر وابسته و پیش‌آزمون به دلیل اینکه مقدار سطح معناداری (p-value) محاسبه شده از ۰/۰۵ بیشتر می‌باشد ( $p > 0/05$ ) پس می‌توان گفت که پیش فرض همگونی شیب رگرسیون رعایت شده است؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت معنادار نیست یعنی فرضیه صفر مورد قبول و فرضیه مقابل رد شده و پیش فرض همگونی شیب رگرسیون رعایت شده است؛ یعنی اینکه شیب خط رگرسیون برای دو گروه یکسان است و انجام تحلیل کوواریانس مناسب است و نیز ضریب مجذور همبستگی (R Squared) در این جدول ۰/۶۲ بوده که نشان می‌دهد سهم پیش بین (متغیر مستقل) در تبیین متغیر ملاک (پس‌آزمون) ۶۲ درصد است.

جدول ۴- نتایج آزمون لون جهت بررسی همگنی واریانس‌های گروه‌ها در متغیر قدرت تحمل ابهام

| متغیر وابسته    | F   | درجه آزادی ۱ | درجه آزادی ۲ | سطح معناداری |
|-----------------|-----|--------------|--------------|--------------|
| قدرت تحمل ابهام | ۱/۸ | ۱            | ۵۸           | ۰/۱۸         |

بر اساس نتایج این جدول، به دلیل مقدار سطح معنی داری (p-value) محاسبه شده از ۰/۰۵ بیشتر می باشد (p>0/05) شرط یکسانی واریانس های گروه های آزمایش و کنترل رعایت شده است. در این مرحله با توجه به رعایت همه ی پیش فرض ها، با اطمینان می توان آزمون ANCOVA را اجرا و مورد تفسیر قرار داد.

جدول شماره ی ۵، نتایج آزمون F جهت بررسی اثرات بین آزمودنی ها می باشد که به بررسی فرضیه پژوهش مبنی بر «آموزش تحلیل رفتار متقابل قدرت تحمل ابهام را در زنان افزایش می دهد» می پردازد.

جدول ۵- نتایج آزمون های اثرات بین آزمودنی ها (متغیر وابسته: قدرت تحمل ابهام)

| منابع         | مجموع مجدورات | درجه آزادی | مجدور میانگین | F    | سطح معناداری | مجدور اتای سهمی |
|---------------|---------------|------------|---------------|------|--------------|-----------------|
| مدل اصلاح شده | ۱۲۸۸/۱        | ۲          | ۶۴۴/۱         | ۴۴/۱ | ۰/۰۰         | ۰/۶۰            |
| عرض از مبدأ   | ۹۴/۲          | ۱          | ۹۴/۲          | ۶/۴  | ۰/۰۱         | ۰/۱۰            |
| پیش آزمون     | ۱۱۳۴/۵        | ۱          | ۱۱۳۴/۵        | ۷۷/۸ | ۰/۰۰۰        | ۰/۵۷۷           |
| گروه ها       | ۱۹۹/۳         | ۱          | ۱۹۹/۳         | ۱۳/۶ | ۰/۰۰۰        | ۰/۱۹۴           |
| خطا           | ۸۳۰/۸         | ۵۷         | ۱۴/۵          |      |              |                 |
| کل            | ۱۰۰۳۷۲        | ۶۰         |               |      |              |                 |

نتایج آزمون نشان می دهد که میانگین های گروه های آزمایش و کنترل با هم متفاوت است (p<0/05). لذا می توان نتیجه گرفت که گروه ها بایکدیگر تفاوت آماری معنادار داشتند. به بیان دقیق تر میان گروه های آزمایش و کنترل از نظر قدرت تحمل ابهام (p=۰/۰۰, eta=۰/۱۹)، با مهار اثر میانگین های پیش آزمون، تفاوت معنادار وجود داشت. که این موضوع بیانگر رد فرض صفر و تأیید فرضیه مورد آزمون، مبنی بر تأثیر آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش قدرت تحمل ابهام زنان می باشد.

همچنین از طریق ضریب مجذور اتای سهمی می توان نتیجه گرفت که آموزش تحلیل رفتار متقابل تأثیر خوبی در تبیین متغیر وابسته داشته است. به بیان دقیق تر، تأثیر آموزش تحلیل رفتار متقابل (متغیر مستقل) ۱۹ درصد در تبیین قدرت تحمل ابهام زنان نقش داشت.

## بحث و نتیجه گیری

در این پژوهش رابطه آموزش تحلیل رفتار متقابل با قدرت تحمل ابهام در زنان بررسی شد. نتایج حاصل از آزمون کواریانس نشان داد که قدرت تحمل ابهام در زنان بعد از انجام آموزش تحلیل رفتار متقابل، نسبت به قبل از انجام آموزش افزایش یافته است. از طرفی پژوهشی که دقیقاً با این عنوان باشد یافت نشد، اما پژوهش‌های اندرسون و دیگران (۲۰۱۵)، ارسکین (۲۰۱۵)، نیوتن (۲۰۱۶)، شیلینگز<sup>۲</sup> (۲۰۰۸) و سودانی و دیگران (۱۳۹۱) به دلیل بررسی نقش آموزش تحلیل رفتار متقابل در سلامت روانی و مقابله مؤثر با استرس‌ها و رویدادهای ناگوار و افزایش میزان تحمل و همین‌طور افزایش مسئولیت‌پذیری، درک از خود، آگاهی و ارتباط با دیگران، به‌طور غیرمستقیم با پژوهش حاضر همسو هستند. بدین صورت که اندرسون و دیگران (۲۰۱۵) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که تحلیل رفتار متقابل انسان را توانمند می‌سازد که در بحران‌ها قادر به تجزیه و تحلیل مشکل و حل آن باشد، ارسکین (۲۰۱۵) و نیوتن (۲۰۱۵) به این نتیجه دست یافتند که روش تحلیل رفتار متقابل موجب افزایش آگاهی و قدرت افراد برای گرفتن تصمیمات تازه و مسئولیت‌پذیری شخصی می‌شود، شیلینگز (۲۰۰۸) هم در پژوهش خود در حیطه آموزش تحلیل رفتار متقابل عنوان کرده است که این شیوه در صدد است که فرد به خودشناسی نائل آید تا بداند در مواجهه با محیط چگونه عمل کند.

روش تحلیل رفتار متقابل روشی عقلانی است که فرد را در تجزیه و تحلیل و درک رفتار خویش و همین‌طور در کسب آگاهی و قبول مسئولیت، با توجه به آنچه که در زمان حال اتفاق می‌افتد یاری می‌دهد و اینکه تحلیل رفتار متقابل با آموزش چگونگی تحلیل روابط، به‌خصوص انواع روابط مکمل، متقاطع و نهفته، افراد را با نحوه برقراری ارتباط مؤثر آشنا می‌کند. به عبارتی افراد را به مهارت‌های ارتباطی مناسب مجهز می‌کند تا با تشخیص حالات من خود و دیگران به‌ویژه با توجه به سرخ‌های کلامی و غیرکلامی، بتواند ارتباط مناسب مکملی را برقرار کنند (کاظمی و همکاران ۱۳۹۱). به‌علاوه در این شیوه درمانی با آموزش تکنیک‌های پس راندن والد طرف مقابل، فرد را قادر می‌کند در موقعیت‌های احتمالی تعارض‌زا با نظارت بالغ خود، اداره کرده و شرایط را برای برقراری روابط سازنده فراهم کند (ارسکین، ۲۰۱۵).

در تبیین این یافته می‌توان گفت که شرکت در جلسات آموزشی می‌تواند به افراد در روابط بین فردی، شناخت بهتر از خود و اطرافیان و برنامه‌ریزی برای شیوه‌های ارتباطی مناسب و یافتن راه‌حل‌های مؤثر مسأله‌گشایی در برخورد با شرایط و موقعیت‌های مبهم کمک کند و در نتیجه منجر به افزایش قدرت تحمل ابهام در برخورد با مشکلات و شرایط مبهم و خودآگاهی برای مسئولیت‌پذیری در قبال رفتارشان شود. این مباحث با نظریه تیو و فو (۱۹۹۷) همسو است. آن‌ها بیان کردند که تحمل ابهام، توانایی افراد است برای اینکه به صورت مثبتی به موقعیت‌های مبهم پاسخ دهند؛ بنابراین، یک ویژگی شخصیتی است که احساس‌های کلی و نگرش‌های یک فرد را نسبت به ابهام موقعیت‌های مبهم منعکس می‌کند. در این راستا می‌توان به نتایج مربوط به تحقیق زنانسی<sup>۲</sup> (۲۰۰۶) درخصوص قدرت تحمل ابهام اشاره کرد که افراد دارای قدرت تحمل ابهام بالا از مهارت به تاخیر انداختن قضاوت برخوردارند، افرادی دارای منبع کنترل درونی بوده و قدرت تحمل ابهام بالایی نسبت به افراد دارای منبع کنترل بیرونی دارند، اما افراد فاقد تحمل ابهام در موقعیت‌های مبهم احساس می‌کنند دچار تنش شده‌اند. درحقیقت این آموزش‌ها، باعث می‌شود که افراد به‌خصوص قشر زنان که افرادی با روحیاتی حساس هستند، در برابر مشکلات، خود را نیازمند و در موقعیت‌های ابهام برانگیز دچار تنیدگی و اضطراب نشوند و همین‌طور کمک می‌کند افراد در مواجهه با مسائل و مشکلات، تا حدودی واکنش‌های هیجانی خودکار را مهار کرده و به‌جای پیروی از دیگران و درگیری‌های عاطفی، پیرو تفکر منطقی خویش باشند. با توجه به یافته‌های این پژوهش، اعضا شرکت‌کننده در این آموزش توانسته‌اند با موقعیت‌های مبهم به شکل مؤثرتری برخورد کنند، مسائل و مشکلات را حل کنند و دچار درماندگی نشوند. از جمله محدودیت‌های این پژوهش، محدود بودن جامعه آن به زنان ۲۰ تا ۴۰ ساله (مادران پایه پیش دبستان و دبستان) شهر پرند است، جامعه نمونه تنها محدود به زنان بوده و تأثیر این روش بر مردان، مقایسه نشده است، تأثیر این روش بین زنان دارای فرزند و فاقد فرزند مقایسه نشده است و متغیرهایی نظیر طبقه اقتصادی و تحصیلات در این پژوهش تفکیک نشده است بنابراین پیشنهاد می‌شود، اجرای پژوهش‌های مشابه در گروه‌های دیگر با ابعاد بزرگ‌تر برای فراهم آوردن شواهد تجربی بیشتر و دقیق‌تر، مقایسه متغیرهای پژوهش در هر دو جنس انجام شود، اثر وضعیت تاهل و مقایسه آن با پدر/مادر مجرد و یا والدینی که فرزندخوانده دارند در نمونه پژوهشی در نظر گرفته شود و اثر شاغل بودن یا نبودن زنان در نمونه پژوهش در نظر گرفته شود.

## منابع

- استوارت. و. و جونز. ی. (۱۳۸۸). *روش‌های نوین در روان‌شناسی تحلیل رفتار متقابل*، ترجمه بهمن دادگستر، تهران: نشر دایره.
- اکبری، ابراهیم؛ خانجانی، زینب؛ پورشریفی، حمید؛ محمود علیلو، مجید؛ و عظیمی، زینب. (۱۳۹۱). مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل با درمان شناختی - رفتاری در بهبود علائم مرضی شکست عاطفی دانشجویان. *روان‌شناسی بالینی*، ۴ (۳)، ص ۸۷-۱۰۱.
- جونز. و؛ استوارت. ی. (۱۳۹۶). *تحلیل رفتار متقابل*، ترجمه ب. دادگستر، تهران: انتشارات دایره، چاپ بیست و هفتم.
- سودانی، منصور؛ مهربانی‌زاده هنرمند، مهناز؛ سلطانی، زیبا. (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش عملکرد زوج‌های ناسازگار. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۴ (۱۵)، ص ۹-۳۳.
- شفیع‌آبادی، عبدالله؛ ناصری، غلامرضا. (۱۳۸۰). *نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی*. تهران، مرکز نشر دانشگاهی.
- فیضی، آوات؛ محبوبی، طاهر؛ زارع، حسین؛ مصطفایی، علی. (۱۳۹۱). رابطه هوش شناختی و تحمل ابهام با کارآفرینی در دانشجویان دانشگاه پیام نور استان آذربایجان غربی. *تحقیقات علوم رفتاری*. ۱۰ (۴)، ص ۲۷۶-۲۸۴.
- نژاد کریم، الهه؛ سلیمی، هادی؛ جاودان، موسی؛ حسین‌زاد، پریا. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش سطح بخشودگی زنان. *فصلنامه رویش روانشناسی*، ۶ (۴ و ۲۱)، ص ۱۲۴-۱۲۱.
- نریمانی، محمد؛ ابولقاسمی، عباس. (۱۳۸۴). *آزمون‌های روان‌شناختی*. اردبیل: انتشارات باغ رضوان.
- Andersson, J., Östman, L., & Öhman, M. (2015). I am sailing—towards a transactional analysis of ‘body techniques’. *Sport, Education and Society*, 20(6), 722-740.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Arquero, J. L., & Tejero, C. (2009). Ambiguity tolerance levels in Spanish accounting students: A comparative study. *Revista de contabilidad*, 12(1), 95-115.
- Barrow, G. (2015). Educational transactional analysis: Underpinning assumptions, principles and philosophy. In *Educational Transactional Analysis* (pp. 28-34). Routledge.
- Barrow, G., & Newton, T. (Eds.). (2015). *Educational transactional analysis: an international guide to theory and practice*. Routledge

Barrow, G., Bradshaw, E., & Newton, T. (2012). *Improving behaviour and raising self-esteem in the classroom: A practical guide to using transactional analysis*. Routledge.

Bledsoe, J. R. (2011). Tolerance of Ambiguity and Inductive vs. Deductive Preference Across Languages and Proficiency Levels at BYU: A Correlational Study.

Caulfield, M., Andolsek, K., Grbic, D., & Roskovensky, L. (2014). Ambiguity tolerance of students matriculating to US medical schools. *Academic Medicine*, 89(11), 1526-1532.

Child, D. (2015). Using transactional analysis to understand the supervisory process.

Ciucur, D. (2013). A transactional analysis group psychotherapy programme for improving the qualities and abilities of future psychologists. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 78, 576-580.

Ciucur, D., & Pîrvuț, A. F. (2012). The effects of a transactional analysis training programme on team leadership factors in automotive industry. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 33, 667-671.

Clarkson, P. (2013). *Transactional analysis psychotherapy: An integrated approach*. Routledge.

Costa, J. M. P. (2015). An action research project aimed at raising social consciousness amongst women attending transactional analysis group psychotherapy in Brazil. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice*, 6(1).

De Jong, P. L. C., & Özcan, E. (2016). Tolerance of ambiguity in relationship to creativity and its implications for design practice. In *Celebration & contemplation: Proceedings of the tenth international conference on design and emotion, Amsterdam, The Netherlands, September, 3 (4)*, 27-36.

De Visser, L., Van der Knaap, L. J., Van de Loo, A. J. A. E., Van der Weerd, C. M. M., Ohl, F., & Van Den Bos, R. (2010). Trait anxiety affects decision-making differently in healthy men and women: towards gender-specific endophenotypes of anxiety. *Neuropsychologia*, 48(6), 1598-1606.

Eley, D. S., & Leung, J. (2016). Assessing resilience and tolerance of ambiguity in medical students: implications for rural training programs. In *Ottawa Conference and the ANZAHPE Conference*.

Endres, M. L., Camp, R., & Milner, M. (2015). Is ambiguity tolerance malleable? Experimental evidence with potential implications for future research. *Frontiers in psychology*, 6, 619.

Enoki, H., Koda, M., Saito, S., Nishimura, S., & Kondo, T. (2017). Attitudes towards Ambiguity in Japanese Healthy Volunteers. *Current Psychology*, 1-11.

Erber, R., & Erber, M. (2017). *Intimate relationships: Issues, theories, and research*. Psychology Press.

Erskine, R. G. (2018). A Transactional Analysis of obsession: integrating diverse concepts and methods. In *Transactional Analysis in Contemporary Psychotherapy* (pp. 1-25). Routledge.

McEntire, D. A. (2014). *Disaster response and recovery: strategies and tactics for resilience*. John Wiley & Sons.

McLain, D. L., Kefallonitis, E., & Armani, K. (2015). Ambiguity tolerance in organizations: definitional clarification and perspectives on future research. *Frontiers in psychology, 6*, 344.

McQuaid, C. (2015). An investigation into the factors that influence the perceived experiences and outcomes for students training in Transactional Analysis Psychotherapy in the UK and USA. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice, 6*(1).

Van Der Vegt, G. S., Essens, P., Wahlström, M., & George, G. (2015). Managing risk and resilience. *Academy of Management Journal, 58*(4), 971-980.

Weissenstein, A., Ligges, S., Brouwer, B., Marschall, B., & Friederichs, H. (2014). Measuring the ambiguity tolerance of medical students: a cross-sectional study from the first to sixth academic years. *BMC family practice, 15*(1), 6

White, T. (2017). A transactional analysis perspective on suicide risk assessment. *Transactional Analysis Journal, 47*(1), 32-41.

Widdowson, M. (2009). *Transactional analysis: 100 key points and techniques*. Routledge.

Widdowson, M. (2014). Transactional analysis psychotherapy for a case of mixed anxiety & depression: A pragmatic adjudicated case study—'Alastair'. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice, 5*(2).

Xu, H., & Tracey, T. J. (2014). The role of ambiguity tolerance in career decision making. *Journal of Vocational Behavior, 85*(1), 18-26.

Yan, N., & Dix, T. (2014). Mothers' early depressive symptoms and children's first-grade adjustment: A transactional analysis of child withdrawal as a mediator. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 55*(5), 495-504.