

اثر بخشی آموزش اسناد بر افزایش گذشت و بهبود اسناد علی و اسناد مسئولیت

زوجین

دکتر رضا خجسته مهر^۱

دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران

مهدی قنوتیان

دانش آموخته ی کارشناس ارشد مشاوره خانواده

دکتر غلامرضا رجیبی

دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران

پذیرش مقاله: ۹۱/۲/۱۲

دریافت مقاله: ۹۰/۱۰/۹

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش اسناد بر افزایش گذشت و بهبود اسناد علی و اسناد مسئولیت زوجین شهر اهواز است.

روش: در این پژوهش از یک نمونه در دسترس زوجین شهر اهواز استفاده شد که به فراخوان پژوهشگر برای آموزش اسناد پاسخ مثبت دادند. نمونه این پژوهش را ۲۴ زوج تشکیل می‌دهند که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده به دو گروه آزمایشی ($n=12$) و کنترل ($n=12$) گمارده شدند. فرضیه-های پژوهش عبارتند از: ۱- آموزش اسناد سبب افزایش گذشت زوجین می‌شود؛ ۲- آموزش اسناد سبب بهبود اسناد علی زوجین می‌شود؛ ۳- آموزش اسناد سبب بهبود اسناد مسئولیت زوجین می‌شود. همه زوجین شرکت کننده در این پژوهش به وسیله مقیاس صفت گذشت (TFS) و مقیاس اسناد ارتباطی (RAM) مورد سنجش قرار گرفتند. در این پژوهش برای تحلیل داده‌ها علاوه بر آمار توصیفی و روش آماری، تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) و تحلیل واریانس تک متغیری (ANCOVA) نیز به کار بسته شد.

یافته‌ها: نتایج بدست آمده فرضیه‌های پژوهش را تایید نمود و نشان داد که آموزش اسناد به گونه معنادار سبب افزایش گذشت، بهبود اسناد علی و اسناد مسئولیت زوجین می‌شود.

۱ آدرس نویسنده مسئول: اهواز، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران، ایران

نتیجه گیری: نتایج پژوهش حاضر نشان داد، بین زوجینی که آموزش اسناد دیده‌اند (گروه آزمایش) و زوجینی که آموزش اسناد ندیده‌اند (گروه کنترل)، از لحاظ افزایش گذشت تفاوت معناداری وجود دارد، بنابراین فرضیه‌ها تأیید می‌گردد.

کلید واژگان: اسناد علی، اسناد مسؤولیت، گذشت، زوجین

مقدمه

ریشه بسیاری از مشکلات زناشویی در نوع تفکرات زوجین راجع به هم و راجع به روابطشان نهفته است (داتلیو و اپستاین^۱، ۲۰۰۵). درگیری‌های فردی در درون خانواده تقریباً اجتناب ناپذیر است. نزدیکی و شدت روابط خانوادگی همراه با اختلافات موجود میان اعضای خانواده در سطح دانش، تمایلات، ارزش-ها، توانایی‌ها و غیره، دلیل قابل قبولی برای بسیاری از این آشفتگی‌ها می‌باشد (توم^۲، ۲۰۰۲). آنهایی راکه دوست داریم، احتمال دارد بیشترین صدمه را به ما بزنند. هنگامی که خطاهای بین فردی در روابط صمیمی اتفاق می‌افتد ممکن است سبب احساسات منفی بشوند و دارای این توان هستند که رابطه را دچار اختلال کنند. گذشت^۳ راهی برای کنار آمدن با چنین آسیب‌های بین فردی را فراهم می‌کند (فنل^۴، ۱۹۹۳؛ به نقل از فینچام، بیچ و داویلا^۵، ۲۰۰۴).

گذشت، عمل بی قید و شرطی است که بدون چشمداشت صورت می‌گیرد و به‌طور ذاتی ارزشمند است، حتی اگر با پاسخ منفعلانه روبرو شود. معطوف به خود است، یعنی عملی است که به خاطر خود رابطه و خود شخص صورت می‌گیرد و سلامت طرفین رابطه را تضمین می‌کند (سیمون و سیمون^۶، ۱۹۹۱؛ ترجمه قراچه داغی، ۱۳۸۴).

باید بدانیم که زوجین در روابط زناشویی به جای انتقام گرفتن از همدیگر به دلیل آسیب‌های که به یکدیگر می‌رسانند، می‌توانند کاری بکنند که نتیجه مثبت تری دارد و آن گفتن این جمله است که شما را می‌بخشم. (نجاتی، ۱۳۸۰).

گذشت در رابطه زناشویی به عنوان تسهیل کننده برجسته، می‌تواند این رابطه آسیب دیده را ترمیم کند و باعث شناخت و صمیمیت بیشتری در زندگی زناشویی شود. محققان به این نتیجه رسیدند که گذشت باعث سلامت عاطفی و رابطه‌ای در زوجین می‌شود (انرایت و فیتزگیبون^۷، ۲۰۰۰). اکسلاین و بامیستر^۸ (۲۰۰۰؛ به نقل از کچادوریان^۹، فینچام و داویلا^{۱۰}، ۲۰۰۴) معتقدند گذشت، گام مهمی در بهبود روابط و ایجاد هماهنگی می‌باشد. گوردون و باکوم^{۱۱} (۱۹۹۸؛ به نقل از اوراتینکال و وگان^۱، ۲۰۰۶)

1. Dattilio & Epstein

2. Tomm

3. forgiveness

4. Fenell

5. Fincham, Beach & Davila

6. Simon & Simon

7. Enright & Fitzgibbons

8. Exline & Baumeister

9. Kachadourian

10. Davila

11. Gordon & Baucom

معتقدند، همسرانی که همسر ناسازگار خود را می‌بخشند، کارکرد زناشویی سازگارتری دارند و همسرانی که گذشت بیشتری دارند، نگرشی مثبت‌تری به زندگی زناشویی دارند.

با توجه به مزایای گذشت، تعداد زیادی از محققان عوامل موثر بر گذشت را بررسی کرده‌اند، یکی از این عوامل مهم اسنادها یا دلایلی است که زوجین به رفتار و اعمال همسر خود می‌دهند. اسناد عبارت است از نحوه‌ای که افراد رویدادها را به یک یا چند علت نسبت می‌دهند. افراد از طریق اسناد^۲ محیط اطراف خود را می‌شناسند و نسبت به آن واکنش نشان می‌دهند (راس^۳، ۱۹۹۱؛ ترجمه، طهوریان، ۱۳۸۳). از عوامل تاثیر گذار بر گذشت و عدم گذشت زوجین نسبت به رفتار منفی یکدیگر که محققان به بررسی آنها پرداخته‌اند اسناد علی^۴ و اسناد مسئولیت^۵ می‌باشد. اسناد علی نشان می‌دهد که زوجین در روابط خود تمایل دارند نشان دهند چه کسی یا چه چیزی باعث مشکل شده است (فینچام و برادبوری، ۱۹۹۲؛ به نقل از خجسته‌مهر، غفاری و کرابی، ۱۳۸۹) و اسناد مسئولیت نشان می‌دهد که زوجین تمایل دارند رفتارهای دیگری را عمدی، خودخواهانه و مقصّر جلوه بدهند (فینچام و برادبوری^۶، ۱۹۹۲؛ به نقل از خجسته‌مهر و همکاران، ۱۳۸۹).

مک گلوک (۱۹۹۸) معتقد است ارتباط قوی بین کیفیت رابطه و اسناد و وجود ارتباط بالا بین اسناد و گذشت نشان می‌دهد که ارتباط قوی بین کیفیت رابطه و گذشت وجود دارد (مک گلوک^۷، اکسلاين و بامیستر، ۱۹۹۸). فینچام، پالیری و رگالیا^۸ (۲۰۰۲) در پژوهشی نشان داد که متغیرهای شناختی اسناد، واکنش عاطفی و همدلی عاطفی بر گذشت تاثیر دارند.

یکی از موارد تاثیر گذار بر گذشت، اسناد آسیب به شرایط بیرونی و قضاوت درمورد آن می‌باشد. اسناد مسئولیت بر پیشبرد گذشت تاثیر دارد. همچنین اسنادهای علی به صورت غیر مستقیم از طریق اسنادهای مسئولیت بر گذشت تاثیر دارد (فینچام، ۲۰۰۰).

در میان نظریه‌های شناختی پیشنهاد شده برای توضیح تعارض و کشمکش زناشویی به الگوهای اسنادی^۹ (کلی^{۱۰}، ۱۹۷۳) توجه خاصی شده‌است. فرض بنیادی این الگو آن است که اکثر استنباطهای علی افراد از مشاهده رفتارهای همسرشان، به‌طور جدی بر سطح رضایت آنان از رابطه تاثیر می‌گذارد.

1. Orathinkal & Wegen

2. attribution

3. Ross

4. causal attribution

5. responsibility attribution

6. Brdbury

7. McCullough

8. Paleari & Regalia

9. attribution models

10. Kelly

مخصوصاً جاکسون^۱ (به نقل از برنشتاین و برنشتاین، ۱۹۸۹) معتقد است که زوج‌های درمانده، رفتار منفی و همراه با عدم همکاری همسران خود را به عوامل درونی اسناد می‌دهند و از این طریق حداکثر بر خورد منفی خود را تضمین می‌کنند. به عکس، احتمال می‌رود که زوج‌های درمانده رفتارهای مثبت همسران خود را بیشتر به عوامل بیرونی نسبت دهند (برنشتاین و برنشتاین^۲، ۱۹۸۹؛ ترجمه سهرابی، ۱۳۷۷).

دیویس، گلد و جیمز^۳ (۲۰۱۱) در مدل خود نشان دادند که اسنادهای پایدار اثر ندامت و پشیمانی را بر همدلی میانجی می‌کند و همچنین همدلی اثر اسنادهای پایدار بر گذشت را میانجی می‌کند. اسنادهای ارتباطی زوجین تاثیر زیادی بر گذشت زوجین دارد. فینچام و هال (۲۰۰۶) طی تحقیقی، همبستگی میان انحلال رابطه، گذشت و اسناد ارتباطی ۶۵ زوج را محاسبه کردند. آنها دریافتند که هر چه اسناد بین زوجین منفی تر باشد، گذشت کمتر و خطر از هم پاشیدگی رابطه بیشتر خواهد بود.

خجسته‌مهر، کرایبی و رجبی (۱۳۸۷) در پژوهشی به عنوان بررسی مدل پیشنهادی برخی پیشایندها و پیامدهای ازدواج با استفاده از مدل معادلات ساختاری نشان دادند که کیفیت مثبت رابطه زناشویی هم به صورت مستقیم و هم غیر مستقیم از طریق اسنادهای علی و مسئولیت باعث افزایش گذشت می‌شود. اسنادهای علی نیز به صورت غیر مستقیم و از طریق اسنادهای مسئولیت و همدلی باعث افزایش گذشت می‌شود و اسنادهای مسئولیت نیز به صورت مستقیم و غیر مستقیم به واسطه همدلی باعث افزایش گذشت می‌شود.

باتوجه به پژوهش‌های انجام گرفته در خصوص اسناد به عنوان یکی از عوامل مهم افزایش گذشت زوجین در روابط زناشویی هدف پژوهش حاضر بررسی تاثیر آموزش اسناد بر افزایش گذشت و نیز بهبود اسناد علی و اسناد مسئولیت زوجین شهر اهواز می‌باشد. بر این اساس در پژوهش حاضر فرضیه‌های زیر به محک آزمایش گذاشته می‌شوند:

- ۱- آموزش اسناد سبب افزایش گذشت زوجین می‌شود.
- ۲- آموزش اسناد سبب بهبود اسنادهای علی زوجین می‌شود.
- ۳- آموزش اسناد سبب بهبود اسنادهای مسئولیت زوجین می‌شود.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه آماری پژوهش حاضر شامل ۲۴ زوج متاهل شهر اهواز می‌باشد که به فراخوان پژوهشگزار طریق پخش اطلاعیه در معابر عمومی، نصب اطلاعیه در مراکز

1. Jacobson

2. Bornstein & Bornstein

3. Davis, Golad & James

مشاوره، ادارات و مدارس پاسخ مثبت دادند، سپس با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده ۲۴ زوج در ۲ گروه آزمایش (۱۲ زوج) و کنترل (۱۲ زوج) گمارده شدند. این ۲۴ زوج در مقیاس گذشت صفت (TFS)^۱ و سنجه اسناد ارتباطی (RAM)^۲ به ترتیب نمره پایین تر و بالاتر از میانگین (خجسته مهر، کرایه، رجبی، ۱۳۸۹ب) به دست آوردند. همچنین همگی ۲۴ زوج در هنگام مصاحبه از پایین بودن گذشت همسر خود گله داشته و بیان نمودند که بسیاری اوقات رفتار آنان توسط همسرشان به دلایل غیر واقعی نسبت داده می‌شود. اطلاعات مربوط به ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه از نظر سنی، سطح تحصیلات، زمان جدایی، سال‌های زندگی مشترک و تعداد فرزندان حاصل از ازدواج آنها در جدول قابل مشاهده است. در ادامه جهت دو گروه شرکت کننده در پژوهش پیش آزمون اجرا گردید، سپس ۸ جلسه آموزش اسناد برای گروه آزمایش اجرا و گروه کنترل هیچ مداخله و آموزشی را دریافت نکردند. پس از پایان جلسات مداخله مجدداً پس آزمون جهت هر دو گروه اجرا گردید. موضوع جلسه‌های آموزشی و تمرین‌های عملی آن در ۸ جلسه ۳ ساعته تنظیم گردید، به طوری که نیمی از وقت هر جلسه صرف ارائه مطالب، آموزش مهارت‌ها و تکنیک‌های ذکر شده و بعد از مدتی استراحت، نیمه دوم جلسه به تمرینات مربوط به موضوع آموزشی اختصاص یافت. در پایان هر جلسه تکلیفی ارائه می‌شد، تا بدین وسیله همه آزمودنی‌ها مباحث آموزشی را خارج از موقعیت آموزش به صورت تجربی، تمرین کنند.

جدول ۱. جمعیت شناختی گروه نمونه

متغیر	گروه کنترل			گروه آزمایش		
	میانگین	انحراف معیار	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف معیار
سن مرد	۴۰/۷۹	۷/۴۳	۲۷	۵۴	۳۶/۸۳	۶/۰۲
سن زن	۳۴/۷۹	۶/۹۶	۲۰	۴۶	۳۲/۰	۴/۸۴
تحصیلات مرد	۱۳/۳۶	۱/۶۶	۱۴	۱۸	۱۲/۶۷	۲/۲۳
تحصیلات زن	۱۲/۲۱	۲/۱۲	۱۱	۱۸	۱۲/۷۰	۲/۲۳
تعداد فرزند	۱/۵	۱/۰۹	۰	۵	۱/۶۶	۰/۹۸
زندگی مشترک (به سال)	۱۱/۳۶	۶/۸۵	۱	۲۴	۱۰/۳۳	۶/۰۵

^۱ - Trait Forgiveness Scale

^۲ - Relationship Attribution Measurement

شرح جلسات آموزش گذشت: (۱) جلسه اول: این جلسه با آشنایی مشاور و اعضای گروه و بیان ساختار کلی جلسات توسط مشاور و بیان اهداف و انتظارات اعضای گروه از برنامه آموزشی شروع شد و پیش آزمون توسط اعضای گروه تکمیل گردید و در ادامه یک تعریف کلی از اسناد و نقش اسناد در زندگی زناشویی ارائه شد. همچنین در این جلسه با همکاری اعضای گروه تعدادی از اسنادهای متداولی که زوجین به رفتارهای یکدیگر نسبت می دهند، به منظور بررسی تاثیر آنها بر کیفیت رابطه زناشویی بیان گردید و از زوجین خواسته شد که به عنوان تکلیف برای جلسه آینده اسنادهای بکاربرده در تعاملات خود را یادداشت کنند. (۲) **جلسه دوم:** در این جلسه اسناد علی و اسناد مسئولیت و نقش مهم آنها در کیفیت روابط زناشویی و به طور کلی تعاملات انسانی خصوصاً در مورد رفتارهای آسیب‌زا از طرف زوجین و موقعیت‌های بحرانی که در زندگی زناشویی بوجود می‌آید توضیح داده شد و از زوجین خواسته شد به عنوان تکلیف برای جلسه بعد سعی کنند در زندگی روزمره خود خصوصاً در شرایط آسیب‌زا اسنادهای علی و مسئولیت خود را مشخص کنند. (۳) **جلسه سوم:** در این جلسه سبک‌های اسنادی که شامل اسناد درونی-بیرونی، پایدار-ناپایدار و کلی-خاص می‌باشد توضیح داده شد. سپس احساسات و واکنش‌های ناشی از هر کدام از سبک‌های اسنادی بکار گرفته شده توسط زوجین در روابط زناشویی بررسی شد و مشخص شد در صورتی که زوجین در هنگام بروز خطا از طرف همسر از سبک اسنادی بیرونی، ناپایدار و خاص استفاده کنند راحت تر می‌توانند نسبت به خطای همسر خود گذشت نشان دهند و از زوجین خواسته شد تا سبک‌های اسنادی خود را شناسایی کنند. (۴) **جلسه چهارم:** در این جلسه خطای اساسی اسناد این گونه توضیح داده شد که: زوجین تمایل دارند در تبیین علت رفتار همسر خویش، رفتار منفی او را به ویژگی‌های شخصیتی (درونی) ربط دهند و علت رفتارهای مثبت همسر خویش را به موقعیت‌های بیرونی مثل شانس و... ربط دهند و این سوگیری تاثیر بسزایی در نوع واکنش زوجین به یکدیگر مثل، گذشت یا عدم گذشت زوجین نسبت به خطاهای یکدیگر دارد. همچنین از زوجین خواسته شد که به عنوان تکلیف سعی کنند در روابط خودشان خطای اسناد اساسی را شناسایی کنند و نقش آن در روابط شان را مشخص نمایند. (۵) **جلسه پنجم:** در این جلسه اثر عامل-ناظر به عنوان یکی از سو

گیری‌های انسانی این گونه توضیح داده شد: که گاهی یکی از زوجین در زندگی نقش عامل یعنی کننده‌ی کار را بر عهده دارد و در همان لحظه زوج دیگر نقش ناظر یا بیننده را ایفا می‌کند این تفاوت نقش باعث سوگیری در اسنادهای زوجین می‌گردد و بعلاوه می‌توان تفاوت‌های فردی و تفاوت‌های موقعیت اجتماعی زوجین به‌عنوان زن و مرد رابه‌عنوان دلیل‌های دیگری برای این سوگیری در نظر گرفت. در ادامه به‌عنوان تکلیف از زوجین خواسته شد که در جهت درک بهتر موقعیت‌های همدیگر و رفع این سوگیری در طول هفته به بررسی موقعیت‌ها و نقش‌های همدیگر در زندگی زناشویی بپردازند. (۶)

جلسه ششم: در این جلسه اثر "سوگیری خدمت به خود" این گونه توضیح داده شد که: این اثر باعث می‌شود که فرد به‌طور گرایشی به رفتار دیگران اسناد بدهد، چرا که فرد سعی می‌کند علت رفتار دیگران را به نفع خودش توجیه کند و این گونه از خودش محافظت کند و به عزت نفس خود کمک کند و افکار غیر منطقی زیر بنای این اثر می‌باشد. در ادامه آن دسته از افکار غیر منطقی که می‌توانست در ایجاد این سوگیری نقش داشته باشد بررسی شد. (۷) **جلسه هفتم:** در این جلسه توضیح داده شد که افراد گاهی یک ویژگی یا خصوصیت فرد را به تمام موقعیت‌های دیگر تعمیم می‌دهند به طوری که فرد دچار پیش داوری می‌شود. این تعمیم می‌تواند اسنادهای زوجین نسبت به رفتار یکدیگر را نیز شامل شود این گونه تعمیم دادن اسنادها باعث می‌شود که تمام جنبه‌های زندگی تحت تاثیر اسنادهای فرد قرار بگیرد و باعث جلوگیری از تغییر فرد مقابل می‌شود و همچنین در صورتی که این تعمیم با "منفی‌گرایی" همراه باشد به شدت از بخشیدن همسرمان به خاطر رفتار خطایش جلوگیری می‌کند. (۸) **جلسه هشتم:** در این جلسه یکی از اسنادهایی که می‌تواند تاثیر منفی زیادی بر احساسات زوجین و کیفیت روابط داشته باشد، اسناد مسئولیت است یعنی عمدی تلقی کردن رفتارهای خطای همسرمان و در پی آن سرزنش کردن او. در حقیقت با عمدی تلقی کردن رفتار خطای همسرمان هم از اسناد درونی استفاده کرده‌ایم و هم همسرمان را مستحق تلافی دانسته‌ایم. (۹) **جلسه نهم:** این جلسه به بررسی انعکاس مراجعان از حضور در جلسات مداخله و تکمیل پس‌آزمون اختصاص داشت.

ابزارهای اندازه‌گیری: ۱- مقیاس گذشت صفت (TFS). این مقیاس شامل، ۱۰ سوال است که تمایل پاسخ دهندگان به گذشت بین فردی در موقعیت‌ها و زمان‌های مختلف را نشان می‌دهد. گذشت

صفت، تمایل کلی فرد را در بسیاری از موقعیت‌ها و در طول زمان در نحوه‌ی پاسخ به یک آسیب در شیوه‌ای مبتنی بر گذشت کردن نشان می‌دهد (خجسته‌مهر و همکاران، ۱۳۸۹ب). این مقیاس توسط بری، ورثینگتون، اکونر، پاروت و وات^۱ (۲۰۰۵) ساخته شده‌است. هر یک از سوالات، این پرسش نامه ۵ گزینه دارد که شامل گزینه‌های کاملاً مخالفم، کمی مخالفم، نه موافقم نه مخالفم، کمی موافقم و کاملاً موافقم می‌باشد که به ترتیب به صورت ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵ نمره گذاری می‌شود. تعدادی از سوالات به صورت معکوس نمره گذاری می‌شود و دامنه‌ی نمرات افراد در این مقیاس بین ۱۰ تا ۵۰ می‌باشد که نمرات بالاتر، گذشت بیشتر را نشان می‌دهد.

بری و همکاران (۲۰۰۵) در چهار پژوهش متوالی برای زوجین از این مقیاس استفاده کردند. آنها پایایی این مقیاس را با استفاده از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) در پژوهش‌های ۱، ۲ و ۳ به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۷۸، ۰/۷۹ و ۰/۷۴ گزارش کرده‌اند. خجسته مهر و همکاران (۱۳۸۹ب) نیز برای بررسی ضریب پایایی این مقیاس از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) استفاده کردند که ضرایب پایایی با استفاده از روش مذکور ۰/۸۰ به دست آمد. در تحقیق حاضر ضریب پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) ۰/۷۳ محاسبه شد. بری و همکاران (۲۰۰۵) در پژوهش‌های خود اعتبار این مقیاس را با استفاده از رابطه‌ی بین درجه بندی گذشت خود و گذشت دیگران محاسبه کردند که در سطح رضایت بخشی معنادار بود. خجسته مهر و همکاران (۱۳۸۹د) برای بررسی اعتبار سازه این مقیاس از مقیاس گذشت خانواده (FFS) استفاده کردند که ضریب اعتبار سازه‌ی آن ۰/۶۳ محاسبه شد که در سطح ($P < 0/001$) معنی‌دار می‌باشد. ۲- **فرم کوتاه سنجه اسناد ارتباطی (RAM)**. مقیاس اسناد ارتباطی (RAM) به بررسی، توضیح و تبیین رفتارهای همسر اختصاص دارد و دلایل مشکلات بروز کرده بین همسران را توضیح می‌دهد. اسناد کردن و توجه در رابطه‌ی زناشویی نقش مهمی ایفا می‌کند. اگر زوجی از یک حادثه منفی توجه مثبت داشته باشد، به احساس بهتر او کمک می‌کند. مقیاس اسناد ارتباطی دارای فرم ۲۴ سئوالی و فرم کوتاه ۶ سئوالی است که هر دو فرم به صورت خود گزارشی می‌باشد و توسط فینچام و برادبوری (۱۹۹۲) تهیه شده‌است که دو بعد اسناد علی و اسناد مسئولیت را می‌سنجد (خجسته‌مهر و همکاران، ۱۳۸۹د). در این پژوهش از فرم کوتاه ۶ سئوالی مقیاس اسناد ارتباطی استفاده شد که ۳ سوال از ۶ سوال مربوط به بعد علی و سه سوال مربوط به بعد مسئولیت می‌باشد. نمره-ی بالا در بعد اسناد علی نشان می‌دهد که زوجین تمایل زیادی دارند که نشان دهند که چه کسی یا چه چیزی باعث مشکل شده‌است، در حالی که نمره-ی بالا در بعد اسناد مسئولیت نشان می‌دهد که زوجین

1. Berry, Worthington, O'Connor, Parrott & Wade

تمایل زیادی دارند که رفتارهای دیگری را عمدی، خودخواهانه و مقصر جلوه بدهند. برای هر یک از سؤالات این پرسشنامه ۶ گزینه‌ی کاملاً مخالفم، مخالفم، تا حدودی مخالفم، تا حدودی موافقم، موافقم و کاملاً موافقم به صورت طرح لیکرت منظور شده‌است که به ترتیب ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و ۶ نمره‌گذاری می‌شود.

فینچام، پالیری و رگالیا (۲۰۰۲)؛ به نقل از خجسته مهر و همکاران، (۱۳۸۹) پایایی فرم کوتاه شش سؤالی این پرسشنامه را با استفاده از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) در بعد علی و مسئولیت به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۷۸ برای مردان و ۰/۸۴ و ۰/۸۵ برای زنان گزارش کرده‌است. خجسته‌مهر و همکاران (۱۳۸۹ا) در پژوهش خود برای سنجش پایایی مقیاس اسناد ارتباطی در زنان عادی و متقاضی طلاق از سه روش دو نیمه کردن، آلفای کرونباخ و گاتمن استفاده کردند. ضرایب پایایی به‌دست آمده برای زنان در دامنه‌ای از ۰/۷۲ تا ۰/۹۳ گزارش شده‌است. در پژوهش خجسته مهر و همکاران (۱۳۸۹ب) برای بررسی ضریب پایایی این مقیاس از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) استفاده کردند. ضرایب پایایی با استفاده از روش مذکور برای بعد علی و بعد مسئولیت به ترتیب ۰/۷۲ و ۰/۸۳ به‌دست آمد. در پژوهش حاضر ضریب پایایی این مقیاس با استفاده از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) برای بعد علی و مسئولیت به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۸۸ محاسبه شد.

فینچام و برادبوری (۱۹۹۲) برای تعیین اعتبار فرم کوتاه مقیاس اسناد ارتباطی، آن را با مقیاس خشم و پرسشنامه‌ی اسنادهای مشکلات زناشویی^۱ همبسته کردند. ضریب همبستگی بین مقیاس اسناد ارتباطی و این دو پرسشنامه در حد قابل قبول بود. در پژوهش خجسته مهر و همکاران (۱۳۸۹ب) برای بررسی اعتبار سازه این مقیاس از ۱۰ سؤال مربوط به خرده‌مقیاس ارتباطات در پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (ENRICH) استفاده شده‌است که ضریب اعتبارسازه‌ی آن برای بعد علی و بعد مسئولیت به ترتیب ۰/۴۲۲- و ۰/۵۸۹ محاسبه شد که در سطح ($P < 0/001$) معنی‌دار می‌باشند.

روش تحلیل داده‌ها: در پژوهش حاضر جهت انجام محاسبات آماری و تجزیه و تحلیل داده‌ها، از روش‌های آمار توصیفی مانند میانگین، انحراف معیار و حداقل و حداکثر نمره‌های افراد گروه‌های کنترل و آزمایش در متغیرهای مورد مطالعه استفاده شد و همچنین از روش‌های آمار استنباطی شامل روش تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) و تحلیل واریانس تک متغیری (ANOVA) برای آزمون فرضیه‌ها و پاسخ به سؤالاتی در مرحله پیگیری مبنی بر ماندگاری اثر آموزش اسناد بر متغیرهای وابسته پژوهش

1. Marital Difficulty Attribution

استفاده شد. لازم به یادآوری است که تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار کامپیوتری SPSS16 انجام پذیرفت.

نتایج

در پژوهش حاضر برای تعیین نمره‌های زوجی، محاسبه‌های مقدماتی روی داده‌ها انجام گرفت. برای این منظور در ابتدا برای هر دو گروه آزمایش و گواه به طور جداگانه تفاضل نمره پیش آزمون و پس آزمون زن در هر کدام از متغیرهای گذشت، اسناد علی و اسناد مسئولیت و نیز تفاضل نمره پیش آزمون و پس آزمون شوهر در همان متغیرها محاسبه و سپس مجموع تفاضل نمره‌های زن و شوهر به عنوان نمره زوجی در هر کدام از متغیرهای گذشت، اسناد علی و اسناد مسئولیت تعیین شد. در نهایت برای آزمودن فرضیه‌های پژوهش، تحلیل‌های اصلی روی نمره‌های زوجی انجام گرفت.

جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های زوجی در متغیرهای گذشت، اسناد علی و اسناد مسئولیت در گروه آزمایش (۱۲ زوج) و گروه کنترل (۱۲ زوج) را نشان می‌دهد.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد مجموع نمره‌های زوجی در مرحله اصلی و پیگیری در متغیرهای گذشت، اسناد علی و اسناد مسئولیت در گروه آزمایش (۱۲ زوج) و گروه کنترل (۱۲ زوج)

مرحله	متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	گروه کنترل
اصلی	گذشت	۹/۷۵	۷/۶۰	-۰/۰۷	۲/۸۹	انحراف استاندارد
	اسناد علی	-۵/۸۳	۳/۰۱	-۰/۰۵	۱/۶۵	
	اسناد مسئولیت	-۵/۶۶	۲/۴۲	-۰/۳۵	۲/۰۶	
پیگیری	گذشت	۸/۹۱	۵/۶۹	۰/۰۷	۲/۳۶	
	اسناد علی	-۵/۰۸	۳/۱۱	۰/۰۵	۱/۵۰	
	اسناد مسئولیت	-۵/۱۶	۲/۰۸	-۰/۴۲	۱/۶۹	

با ملاحظه‌ی جدول ۲ می‌توان به تفاوت بسیار زیاد مجموع نمره‌های زوجی در مرحله اصلی و پیگیری در متغیرهای گذشت، اسناد علی و اسناد مسئولیت در گروه‌های آزمایش و کنترل پی برد. پیش از

آزمودن فرضیه های پژوهش (مرحله اصلی)، ابتدا یک تحلیل واریانس چندمتغیری روی داده ها انجام گرفت، نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری در جدول ۳ درج شده اند.

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری (مانوا) روی نمره‌های زوجی متغیرهای گذشت، اسناد علی و اسناد مسئولیت در مرحله اصلی

نام آزمون	مقدار	F	اشتباه df	فرضیه df	سطح معنی داری
آزمون اثر پیلائی	۰/۸۱۹	۲۸/۵۹	۳	۱۹	۰/۰۰۱
آزمون لامبدای ویلکز	۰/۱۸۱	۲۸/۵۹	۳	۱۹	۰/۰۰۱
آزمون اثر هتلینگ	۴/۵۱	۲۸/۵۹	۳	۱۹	۰/۰۰۱
آزمون بزرگترین ریشه روی	۴/۵۱	۲۸/۵۹	۳	۱۹	۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، سطوح معنی‌داری همه آزمون‌ها قابلیت استفاده از مانوا را مجاز می‌شمارند. این امر بیانگر آن است که بین زوجین گروه‌های آزمایش و کنترل حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معنی‌دار وجود دارد. جدول ۴ نتایج تحلیل واریانس تک متغیری (آنوا) بر روی نمره‌های متغیرهای گذشت، اسناد علی و اسناد مسئولیت زوجین در گروه‌های آزمایشی و کنترل را نشان می‌دهد.

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس تک‌متغیری (آنوا) بر روی نمره‌های زوجی متغیرهای گذشت، اسنادهای علی و اسناد مسئولیت زوجین در مرحله اصلی

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
گذشت	۶۵۰/۴۱	۱	۶۵۰/۴۱	۱۹/۱۳	۰/۰۰۱
اسناد علی	۱۹۴/۷۰	۱	۱۹۴/۷۰	۳۵/۰۵	۰/۰۰۱
اسناد مسئولیت	۱۴۳/۹۸	۱	۱۴۳/۹۸	۴۶/۹۸	۰/۰۰۱

همان‌گونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، بین زوجین گروه آزمایش که آموزش اسناد دیده‌اند و گروه کنترل که هیچ آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر گذشت تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($F = ۱۹/۱۳$) و ($P < ۰/۰۰۱$). بنابراین فرضیه اول تأیید می‌گردد. به عبارت دیگر آموزش اسناد موجب افزایش گذشت در

گروه آزمایشی شده است. همچنین با توجه به جدول ۴، بین زوجین گروه آزمایش که آموزش اسناد دیده‌اند و گروه کنترل که هیچ آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر اسناد علی تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($F=35/05$ و $P<0/001$). بنابراین فرضیه دوم تأیید می‌گردد. به عبارت دیگر آموزش اسناد موجب بهبود اسناد علی در گروه آزمایش شده است. همچنین با توجه به جدول ۴، بین زوجین گروه آزمایش که آموزش اسناد دیده‌اند و گروه کنترل که هیچ آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر اسناد مسئولیت تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($F=46/98$ و $P<0/001$). بنابراین این فرضیه سوم تأیید می‌گردد. به عبارت دیگر آموزش اسناد موجب بهبود اسناد مسئولیت در گروه آزمایشی شده است.

در ادامه برای بررسی تداوم اثر آموزش بر گروه آزمایش، یک تحلیل واریانس چندمتغیری (مانوا) و پس از آن تحلیل واریانس تک‌متغیری (آنوا) بر روی نمره‌های زوجی در مرحله پیگیری انجام گرفت که نتایج در جداول زیر آمده است. نتایج تحلیل واریانس چند متغیری بر روی مجموع نمره‌های زوجی در جدول ۵ درج شده‌اند.

جدول ۵. نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری (مانوا) روی نمره‌های زوجی متغیرهای گذشت، اسناد علی و اسناد مسئولیت در مرحله پیگیری

نام آزمون	مقدار	F	اشتباه df	فرضیه df	سطح معنی داری
آزمون اثر پیلاپی	۰/۸۰۹	۲۶/۸۸	۳	۱۹	۰/۰۰۱
آزمون لامبدای ویلکز	۰/۱۹۱	۲۶/۸۸	۳	۱۹	۰/۰۰۱
آزمون اثر هنتلینگ	۴/۲۴	۲۶/۸۸	۳	۱۹	۰/۰۰۱
آزمون بزرگترین ریشه روی	۴/۲۴	۲۶/۸۸	۳	۱۹	۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود، سطوح معنی‌داری همه آزمون‌ها قابلیت استفاده از مانوا را مجاز می‌شمارند. این امر بیانگر آن است که بین زوجین گروه‌های آزمایش و کنترل حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معنی‌دار وجود دارد. جدول ۶ نتایج تحلیل واریانس تک‌متغیری (آنوا) بر روی نمره‌های زوجی در مرحله پیگیری در متغیرهای گذشت، اسناد علی و اسناد مسئولیت در گروه‌های آزمایشی و کنترل را نشان می‌دهد.

جدول ۶. نتایج تحلیل واریانس تک‌متغیری (آنوا) بر روی نمره‌های زوجی متغیرهای گذشت، اسنادهای علی و اسناد مسئولیت زوجین در مرحله پیگیری

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
گذشت	۵۲۵/۲۷	۱	۵۲۵/۲۷	۲۷/۴۱	۰/۰۰۱
اسناد علی	۱۹۷/۵۱	۱	۱۹۷/۵۱	۳۳/۳۵	۰/۰۰۱
اسناد مسئولیت	۱۲۶/۲۱	۱	۱۲۶/۲۱	۴۲/۱۶	۰/۰۰۱

همان‌گونه که در جدول ۶ مشاهده می‌شود، بین زوجین گروه آزمایش که آموزش اسناد دیده‌اند و گروه کنترل که هیچ آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر گذشت تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($F=27/41$ و $P<0/001$). به عبارت دیگر اثر آموزش اسناد بر افزایش گذشت در گروه آزمایشی تداوم داشته شده است. همچنین با توجه به جدول ۶ بین زوجین گروه آزمایش که آموزش اسناد دیده‌اند و گروه کنترل که هیچ آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر اسناد علی تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($F=33/35$ و $P<0/001$). به عبارت دیگر اثر آموزش اسناد بر کاهش اسناد علی در گروه آزمایشی تداوم داشته است. همچنین با توجه به جدول ۶ بین زوجین گروه آزمایش که آموزش اسناد دیده‌اند و گروه کنترل که هیچ آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر اسناد مسئولیت تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($F=42/16$ و $P<0/001$). به عبارت دیگر اثر آموزش اسناد بر کاهش اسناد مسئولیت در گروه آزمایشی تداوم داشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد، بین زوجینی که آموزش اسناد دیده‌اند (گروه آزمایش) و زوجینی که آموزش اسناد ندیده‌اند (گروه کنترل)، از لحاظ افزایش گذشت تفاوت معناداری وجود دارد، بنابراین فرضیه اول تأیید می‌گردد. به این معنا که آموزش اسناد باعث افزایش گذشت در بین زوجین می‌شود. نتایج حاصله از این فرضیه با نتایج پژوهش‌های انجام شده توسط مک کلوگ و همکاران (۲۰۰۳)، فینچام، بیچ و داویلا (۲۰۰۴)، فینچام و هال (۲۰۰۶)، استراس و همکاران (۲۰۰۸)، دیویس و همکاران (۲۰۱۱) مطابقت دارد. در میان نظریه‌های شناختی پیشنهاد شده برای توضیح تعارض و کشمکش زناشویی به‌الگوهای اسنادی (کلی، ۱۹۷۳) توجه خاصی شده است. فرض بنیادی این الگو آن است که اکثر استنباط‌های علی افراد از مشاهده رفتارهای همسرشان، به‌طور جدی بر سطح رضایت آنان از رابطه تأثیر می‌گذارد. زوج‌های درمانده، رفتار منفی و همراه با عدم همکاری همسران خود را به عوامل درونی و ویژگی‌های شخصیتی همسران خود اسناد می‌دهند و این‌گونه، رفتار منفی آنها را عمدی تلقی کرده و مستحق تلافی می‌دانند

و از این طریق حداکثر برخورد منفی خود را تضمین می‌کنند. به عکس، احتمال می‌رود که زوج‌های درمانده رفتارهای مثبت همسران خود را بیشتر به عوامل بیرونی نسبت دهند. همچنین زوجینی که رفتار منفی همسران خود را پایدار، غیرقابل تغییر و کلی می‌دانند، گذشت کمتری دارند.

همچنین نتایج نشان داد بین زوجینی که آموزش اسناد دیده‌اند (گروه آزمایش) و زوجینی که آموزش اسناد ندیده‌اند (گروه کنترل)، از نظر بهبود اسناد علی تفاوت معناداری وجود دارد، بنابراین فرضیه دوم تأیید می‌گردد. به این معنا که آموزش اسناد باعث بهبود اسناد علی در بین زوجین می‌شود. نتایج حاصله از این فرضیه با نتایج پژوهش‌های انجام شده اعتمادی (۱۳۸۴)، فورسترلینگ (۱۹۸۵) و فینچام (۱۹۹۹) مطابقت دارد. تمایل زوجین به اسناد دادن رفتارهای منفی همسران به عوامل درونی و برعکس اسناد دادن رفتارهای مثبت آنها به عوامل بیرونی تأثیر به‌سزایی بر احساسات، واکنش‌ها، نحوه رفتار زوجین و به‌طور کلی بر کیفیت روابط آنها دارد. آموزش اسناد زوجین باعث شد که زوجین نسبت به مفهوم اسناد علی، خطاهای اسنادی و نقشی که اسناد و خطاهای اسنادی در روابط شان دارد، آگاهی یافته و سعی کنند که از اسنادهای مثبت تر استفاده کنند. و کمتر دچار خطاهای اسنادی بشوند.

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که، بین زوجینی که آموزش اسناد دیده‌اند (گروه آزمایش) و زوجینی که آموزش اسناد ندیده‌اند (گروه کنترل)، از نظر بهبود اسناد مسئولیت تفاوت معناداری وجود دارد، بنابراین فرضیه سوم تأیید می‌گردد. به این معنا که آموزش اسناد باعث بهبود اسناد مسئولیت در بین زوجین می‌شود. نتایج حاصله از این فرضیه با نتایج پژوهش‌های انجام شده اعتمادی (۱۳۸۴)، کارلیون (۱۹۹۷)، فورسترلینگ (۱۹۸۵) و فینچام (۱۹۹۹) مطابقت دارد. عمدی تلقی کردن رفتار همسران توسط زوجین آنها را هر چه بیشتر جهت تلافی کردن رفتار منفی و انتقام گرفتن از همسران تهییج می‌کند. لذا با آگاهی یافتن زوجین از مفهوم اسناد مسئولیت، و نقش مهم این اسناد در کیفیت روابط، زوجین کمتر رفتار منفی یکدیگر را عمدی تلقی کرده و کمتر سعی داشتند که همسر خود را مقصر جلوه دهند و در نتیجه کمتر خواهان سرزنش یکدیگر بودند و این سبب می‌شد که آنها از تلافی کردن رفتارهای منفی یکدیگر پرهیز کنند و راه را برای گذشت از رفتار منفی یکدیگر هموارتر کنند.

به دلیل اینکه نمونه پژوهش نمونه در دسترس بود، در تعمیم نتایج پژوهش باید جانب احتیاط را رعایت نمود. تفاوت در رفتار منفی زوجین از نظر شدت و نوع رفتار منفی بخصوص رفتارهای منفی مانند آزار و اذیت جسمی و... باعث می‌شد که داوطلبان از بیان واضح و آشکار مشکلات خود در جلسات تا حدودی پرهیز کنند و در نتیجه مشاور جهت بررسی اسنادهای

آنها در اینگونه شرایط بحرانی با محدودیت مواجه بود. با توجه به اینکه زوجین در زندگی مشترکشان به‌طور مداوم در حال اسناد دادن به رفتارهای یکدیگر هستند و با توجه به نقش مهمی که اسنادهای زناشویی در کیفیت روابط زوجین دارد، پیشنهاد می‌شود که آموزش اسناد در مراکز مشاوره قبل از ازدواج

صورت پذیرد. همچنین پیشنهاد می‌شود با توجه به نقش مهمی که متغیر گذشت در زندگی زناشویی ایفاء می‌کند، پژوهشگران در مورد عوامل موثر بر گذشت پژوهش‌های بیشتری انجام دهند و جهت بالا بردن قابلیت تعمیم پیشنهاد می‌شود که پژوهش مذکور روی زوجین تازه ازدواج کرده اجرا گردد.

منابع

برنشتاین، فلیپ. اچ و برنشتاین، ماری. تی (۱۹۸۹). **شناخت و درمان اختلاف‌های زناشویی**. ترجمه: حمید رضا سهرابی (۱۳۷۷). تهران: انتشارات رسا.

خجسته مهر، رضا؛ کرای، امین و رجبی، غلامرضا (۱۳۸۹). **بررسی یک مدل پیشنهادی برای پیشایندها و پیامدهای گذشت در ازدواج**. فصلنامه مطالعات روانشناختی دانشگاه الزهراء، ۱، ۱۶۲-۱۳۵.

خجسته مهر، رضا؛ غفاری، نسرين و کرای، امین (۱۳۸۹). **اسنادهای ارتباطی به عنوان پیش بین قوی موقعیت زناشویی زنان**. فصلنامه تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، ۹(۳۴)، ۱۰۷-۱۲۳.
نجاتی، حسین (۱۳۸۰). **روانشناسی زناشویی**. تهران: انتشارات بیکران.

Carlyon, W. D. (1997). Attribution retraining: implications for its integration into prescriptive social skill training. *Psychology Review*, 26, 61-73.

Dottilio, F. M., & Epstein, N. B. (2005). Introduction to special section: The role of cognitive behavioral interventions in couple and family therapy available at: www.dattilio.com.

Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. (2000). *Helping clients forgive*. Washington, DC: APA Books.

Fincham, F. D. & Beach, S. K. (1999). Marital conflict, implications for working couples. *Annual Review of Psychology*, 50, 47-77.

Fincham, F. D. (2000). The kiss of porcupines: From attributing responsibility for forgiving. *Personal Relationship*, 7, 1- 23.

- Fincham, F. D., Paleari, G., & Regalia, C (2002). Forgiveness in marriage: the roll relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships, 9*, 27- 37.
- Fincham, F. D., Steven, R., Beach, H., & Davila (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology, 8*, 72-82.
- Fincham, F. D & Hall, J. H. (2006). The roles of attribution and forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology, 25(5)*, 508-522.
- Exline, J. J., & Baumeister, R. F. (2000). Expressing forgiveness and repentance: Benefits and barriers. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research*.
- James, R., Davis A, Gregg, J., & Gold B. (2011). An examination of emotional empathy, attributions of stability, and the link between perceived remorse and forgiveness. *Personality and Individual Differences, 50*, 392–397.
- Kachadourian, L. K., Fincham, F., & Davila, (2004). The tendency to forgiveness in dating and married couples: The role of attachment and relationship satisfaction. *Personal Relationship, 11*, 373-393.
- McCullough, M. E., Exline, J. H. & Baumeister, R. F. (1998). An annotated bibliography of research on forgiveness and related concepts. *Psychological research and theological speculations*. Philadelphia: The Templeton Foundation Press.
- Mc Cullough, M. E, Fincham, F. D., & Tsang, J. A (2003). Forgiveness forbearance the temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivation *Journal of Personality and Social Psychology, 12*,.540-557.

Orathinkal, J. & Vansteenwegen, A. (2006). The effect of forgiveness. *family therapy*, 28, 251-260.

Struthers, W. D., Eaton, J., Alexander, G., Santelli., Uchiyama, M., & Shirvani, N. (2008). The effects of attributions of intent and apology on forgiveness when saying sorry may not help the story. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44, 983-992.

Tomm, K (2002). Enabling forgiveness and reconciliation in family therapy by karltoom – university of Calgary. The effect of attribution training on enhancing forgiveness, causal and responsibility attribution in couples.