

Comparison in the Effectiveness of Narrative and Solution-Oriented Methods in Reducing Work – Related Mental Disorders and Work-Family Conflict among Employees with These Problems

Farshad Jaber¹, Kiomars Farahbakhsh^{2*}, Alireza Kiamanesh³, Ali Mohammad Nazari⁴

1. Phd Student, Department of Consulting, Faculty Humanitise Islamic Azad University Tehran Science and Researchs, Tehran, Iran.
2. Associate Professor, Department of Counseling, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran
3. Professor, Department of Consulting, Islamic Azad University Tehran Science and Research, Tehran, Iran
4. Associate Professor, Department of Counseling, Kharazmi University, Tehran, Iran

Received: 2021/09/23

Accepted: 2022/01/22

Abstract

Introduction: Work-family conflict and work-related mental disorders and how to deal with issues related to them are among the problems of today's working community. The aim of this study was to investigate the effectiveness of narrative and solution-oriented methods in reducing mental disorders and work-family conflict among employees with these problems.

Materials and Methods: The present study was applied in terms of purpose, with a quasi-experimental design with two groups of pretest-posttest. Using the available sampling method, among the volunteers referred to the inclusion and exclusion criteria unit, 36 people were selected and randomly assigned to three groups (experimental and control; all subjects at first according to the clinical interview in terms of Mental disorders and work-family issues were interviewed; then all subjects answered the SCL 90 and work-family conflict questionnaires.

Results: Data analysis was performed using SPSS software and using the analysis of covariance. $p > 0/36$ And solution-oriented (Lamidae velex - $p > 0.05$). Compared to the control group, there was a significant difference in reducing work-family conflict; Also, in relation to the effectiveness of the narrative method on work-related mental disorders, a significant difference was observed in only one of the components (depression) (Lamidae-Blacks - $p < 0.05$). None of the components of psychological trauma were observed. And the research hypothesis was not confirmed.

Conclusion: Both treatments can be used in the context of work-related mental disorders and work-family conflict.

***Corresponding Author:** Kiomars Farahbakhsh
Address: Tehran, Department of Counseling, Allameh Tabatabai University
Tel: 09131154635
E-mail: kiiumarse@yahoo.com

Keywords: Narrative corresponding, Solution-oriented, work-family conflict, Work-related mental disorders

How to cite this article: Jaber F., Farahbakhsh K., Kiamanesh A., Nazari A.M. Comparison in the Effectiveness of Narrative and Solution-Oriented Methods in Reducing Work – Related Mental Disorders and Work-Family Conflict among Employees with These Problems., Journal of Sabzevar University of Medical Sciences, 2022; 29(5):602-615.

Introduction

Reports indicate that in the world of work, the growth of work-related mental disorders affecting the mental health of the workforce and its family is increasing; meanwhile, in 2022, job disruption with the underlying mental disorders associated with the pandemic 19 is a serious global issue. Lumen considers environment that provide difficult experiences for the workforce and affect the physical and behavioral performance of employees; According to studies conducted during the years, work-related mental disorders in the workplace were classified as one of the eight major occupational disorders, including work-related mental disorders, which are mentioned in most scientific reports. Depression and anxiety Research conducted from 2021 to 2019 indicates a higher prevalence of these disorders, especially depression and anxiety in the workplace. Depression is a work-related disorder that has been the most studied in the workplace; According to an international report, 6% of the workforce experience depression each year, and 64% of the workforce experience it during work. These work-related mental disorders, especially in the Valley of Disseminated Anxiety, increase the potential for serious injury to workers and work situations and the need for mental health services. The family also faces related challenges; Work-Family Conflict is a type of role friction in which the pressures of work and family are in some ways reciprocal and incompatible. Family roles are reduced and, conversely, family-work conflict occurs when family duties and responsibilities prevent the proper and timely performance of homework, and in both cases role overlaps occur when requests are made. Different job and family roles make it difficult to do them right and on time also, studies indicate that this conflict affects high-risk environments, especially medical environments and endangers the mental health of nurses. In order to face work-related mental disorders, it is necessary to pay attention to interventions and incidence procedures, including postmodern approaches. In this regard, narrative psychotherapy is a top priority; Narrative psychotherapy is the process of helping people overcome problems by engaging in therapeutic conversations. In this approach, treatment is based on quoting the narratives and life stories of a person from his own language. Studies show that this method is very effective in relation

to mental disorders; also, this method has a better effectiveness when it operates in the form of a specific protocol based on strong theoretical and tissue-based principles; In fact, it is more effective than mental illnesses than physical illnesses. This postmodern method is highly effective in the field of work-family conflicts. Another effective approach with emphasis on postmodern conditions is solution-oriented, the foundation of the solution-oriented approach is based on the idea that change is continuous and inevitable, so in treatment, the emphasis is on what is possible. This model emphasizes taking small steps to start change. The purpose of this treatment here is to stay away from the past and focus on the present, focusing on what is possible, not problems, focusing on empowerment assumptions, focusing on the ability of those we deal with in the workplace to create They have the desired solutions in the context of the desired change. Today, in the postmodern context of societies, especially in 2021, when loneliness, meaninglessness and depression with an emphasis on meaning are recognized as among the fundamental problems, attention to treatment-based therapies It is based on the concept, meaning and solution, so the solution-oriented method in 2021, which is more meaning-oriented, is a fundamental method. Regarding the effectiveness of this method, the findings indicate that in 50% of cases, this method was reported to be more successful than other cases. This indicates the success of this method in working with clients. Solution-based treatment deals with a wide range of issues, especially issues related to mental health, depression, anxiety, psychological dependence on drugs, etc., and has shown high efficiency. Bavand, Bud, Humphrey, Sims, and Green (2013) reviewed 38 individual and qualitative studies on the effectiveness of the solution-based method; which confirmed the effectiveness of this method of psychotherapy.

Methodology

To determine the descriptive characteristics of the participants; In order to answer the research hypotheses, considering that the quasi-experimental research design is pre-test-post-test with a control group, the statistical method of multivariate analysis of covariance was used to modify the effect of pre-test, univariate analysis of variance. The statistical population of the above

study included referrals to job counseling centers and control which finally 36 people were selected by admission interview and were randomly divided into three groups of 12 people. Then SCI90 and work-family conflict questionnaires were administered to members; finally, 36 people were selected and divided into three random groups of 12 people (one solution-oriented group; one narrative group and one control group).

Finally, according to some older intervention procedures and with emphasis on Savikas (Life Design Model, 2015, an intervention model with emphasis on structures was prepared (intervention method based on Payne model with emphasis on narrative). , Amini Kho (2007) along with a number of other professors of psychology and counseling in the country has been confirmed and its content validity with emphasis on narrative therapy and social structures has been studied and the solution-based intervention method is based on the intervention model. The theoretical solution was implemented (2004); it should be noted that while both of these models have been studied in terms of psychology and validity in Iran; At the same time, both of these programs alone have not received much attention and it has been tried to add and consider additional points under the supervision of the tutor; Based on the intervention methods, the two groups were determined and then for each of the two groups in a period of 8 sessions for narrative psychotherapy and 7 sessions for psychotherapy solution (one session per week; each session is 2 hours) All members had to answer the SCL90 and Carlson Family Conflict Questionnaire before attending the sessions; then, after the intervention, the volume members were tested by the SCL90 and Work-Family Conflict Questionnaire. Ethics 1394.53.IR.IAU.SRB.REC was done.

Result

According to the set of assumptions, homogeneity of variances, homogeneity of matrix of variance, covariance, homogeneity, regression slopes, independence of observations), it is observed that the data of this study have the ability to enter multivariate analysis of covariance and group differences in dependent variables can be Examined. Test of the first hypothesis: Narrative psychotherapy has an effect on reducing work-related mental disorders. This effect shows that there is a significant difference between at least one

of the variables of work-related mental disorders of people who have been consulted by narrative psychotherapy with people in the control group (Wilkes lambda -0.08 , $p < 0.05$). can be seen from the results of the table, the significance level obtained for the family work conflict scales, and the work family conflict is smaller compared to the significance level of 0.025 obtained from Benfroni correction (division of the significance level of 0.05 by 2 dependent variables). . As a result, according to the obtained averages, it can be said that with 95% confidence in the scales of family work conflict, and family work conflict, the narrative counseling group has decreased compared to the control group.

Narrative psychotherapy has an effect on reducing work-family interaction. There is a significant effect for the independent variable group factor. This effect shows that there is a significant difference between at least one of the variables of labor conflict status - family of people who have been consulted by narrative counseling method with people in the control group. p). As can be seen from the results of the table, the significance level obtained for the Depression Scale is smaller compared to the significance level of 0.006 obtained from Bephrone correction (division of the significance level of 0.05 dependent variable). As a result, according to the obtained averages, it can be said that with 95% confidence, the depression scale of the narrative psychotherapy group has decreased compared to the control group.

Solution-oriented has an effect on reducing work-related mental disorders. After removing the pre-test effect by multivariate analysis of covariance, there is a significant effect for the independent variable group factor. This analysis shows that between none of the variables of work-related mental disorders There was no significant difference with the control group (Wilkes lambda = 0.17 , $p < 0.05$).

Psychotherapy Solution. Axis has an effect on the situation of work-family interaction. This effect shows that there is a significant difference between at least one of the variables of work-family conflict status of people who have been psychotherapy with solution-oriented psychotherapy with people in the control group (Wilkes lambda $-0 / 36$, $p < 0.05$). The level of significance obtained for the family work conflict scale is smaller compared to the significance level of 0.025 obtained from inferon correction (division of the significance level of

0.05 of the dependent variable). As a result, according to the obtained averages, it can be said that with 95% confidence in the family work conflict scale, the solution-oriented counseling group has decreased compared to the control group. Test of the first hypothesis: Narrative psychotherapy has an effect on reducing work-related mental disorders.

Discussion

Studies indicate the high power of the narrative method in dealing with mental disorders, especially depression. This is in line with the findings of researchers in the Fierney-Smurney field. It is aligned; in order to explain the effectiveness of narrative therapy in the field of semantic issues such as depression, work in a new situation means and innovations to deal with it and its related issues are emphasized. According to this story, the meaning of life will be hunted down by the professional authorities and Morsi will be responsible for the cold. In this case, the job referees enter the job counseling session with a story; A story that constructivizes the meaning of life. In relation to work-related mental disorders, a person's self-image, according to its context, comes in the form of a story with stories that determine his compromise, these stories are not labeled and the authorities are not allowed to classify themselves in the form of depression; More importantly, the competencies of the clients are given special importance, especially in the control of depression, in which the clients suffer from semantic, bass and sluggishness; In this regard, working on yourself and gaining a new and efficient identity is important; The professional intelligence perspective sees one's work as a narrative, a narrative that has meaning; Through work, a person creates a self and then replaces it in the life story, which provides a sense of inner emotion and external direction. In this story, the source of the argument is a biography that enables one to impose the unity of purpose on change and mean one's health and on depression, which is a desperate and usually absurd narrative, for example. Overcome; In this regard, narrative psychotherapy, by destroying the above components, reconstructs and stabilizes a narrative, hopefully and happily from depression. Therefore, this method is very effective: on the other hand, according to the second result, with 95% confidence in work-family conflict scales, the

narrative psychotherapy group has decreased compared to the control group, which is consistent with the findings; According to the structural model is here and according to its principles and characteristics compromise, the ability to narrate, mind-oriented activity, storytelling and narrative with emphasis on the context of clients as a result of structural interventions, to They have achieved efficient structures that are good at managing conflict and resolving mental and philosophical conflicts and externalizing related conflicts and tensions, and building efficient concepts and structures in dealing with related problems and, most importantly, preventing problems from occurring. Has accompanied. The third finding indicates that this method is not effective in reducing work-related mental disorders based on solution-based; This finding is supported by reviews; in addition, this method also faces structural challenges in working with clients and does not have sufficient depth in this regard in fact the solution-oriented in working with problems. Complex and difficult such as mental disorders, and semantic and structural problems lose their effectiveness to some extent, while it is effective against superficial problems such as raising children creatively and finally the effectiveness of this method on conflict. Work-family was studied; according to the means of solution-oriented treatment, it is effective in reducing the problem of people with conflict. The results of this study with the findings in the field of coordinated solution of workplace accidents: On the one hand, it increases the understanding of the capabilities of the family and, in turn, increases the like-mindedness and marital satisfaction, and in turn, increases the conflict in the workplace and in building a complete family. Today, managing conflicts and conflicts in family building and work requires special skills, strategies and planning, while families do not have this ability properly.

Conclusion

Because of this treatment of efficiency conditions, such as support networks, support resources, and the promotion of adaptation strategies, talking to oneself effectively in the face of conflict, evaluating self-efficacy, developing interpersonal negotiation ability, time management. Has provided clients with a better understanding of the wisdom and interpersonal barriers in work-family conflict, so solution-oriented and problem-

solving methods; The promotion of this compromise can be justified by gaining social learning experiences or gaining cognitive skills as much as possible and easily and quickly in this method, and by gaining control over work-family conflict, it becomes a kind of behavior for them. It becomes a compromise in structural therapy and increases their ability to control conflict;

Acknowledgments

This research is taken from a doctoral dissertation; I would like to thank the dear professors and Shahed Counseling Center of Mashhad for their sincere cooperation.

Conflict of Interest: The authors declare that there are no conflict of interest regarding the publication of this manuscript.

بررسی اثربخشی روان‌درمانی روایتی و راه‌حل‌محور بر کاهش اختلالات روانی وابسته به کار و تعارض کار - خانواده در شاغلین شهر مشهد

فرشاد جابری^۱، کیومرث فرح‌بخش^{۲*}، علیرضا کیامنش^۳، علی‌محمد نظری^۴

۱. دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علوم و تحقیقات تهران، تهران، ایران

۲. دانشیار، گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

۳. استاد، گروه مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران، گروه مشاوره، تهران، ایران

۴. دانشیار، گروه مشاوره، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۰۲

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۶/۰۱

چکیده

* نویسنده مسئول: کیومرث

فرح‌بخش

نشانی: تهران، گروه مشاوره،

دانشگاه علامه طباطبائی

تلفن: ۰۹۱۳۱۱۵۴۶۳۵

رایانامه:

kiiumarse@yahoo.com

شناسه ORCID:

0000-0001-6541-2928

شناسه ORCID نویسنده اول:

0000-0001-9862-3633

زمینه و هدف: تعارض کار- خانواده و اختلالات روانی وابسته به کار و نحوه برخورد با مسائل مرتبط با آنها از جمله معضلات جامعه کاری امروز است. هدف این پژوهش بررسی اثربخشی روش‌های روایتی و راه‌حل‌محور در کاهش اختلالات روانی و تعارض کار- خانواده در بین شاغلین درگیر با این مشکلات بود.

مواد و روش‌ها: تحقیق حاضر به لحاظ هدف از نوع کاربردی، با طرح نیمه‌تجربی با دو گروه پیش‌آزمون- پس‌آزمون بود. با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، از میان مراجعه‌کنندگان داوطلب واجد معیارهای ورود و خروج به پژوهش، ۳۶ نفر انتخاب و به‌صورت تصادفی در سه گروه (آزمایش و کنترل) جایگزین شدند؛ کلیه آزمودنی‌ها در ابتدا با توجه به مصاحبه بالینی از نظر وضعیت اختلالات روانی و مسائل مرتبط با کار و خانواده مورد مصاحبه قرار گرفتند؛ سپس تمامی آزمودنی‌ها به پرسش‌نامه‌های SCL 90 و تعارض کار- خانواده پاسخ دادند.

یافته‌ها: تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS و با استفاده از آزمون کواریانس انجام گرفت. در نهایت داده‌های به‌دست‌آمده بر اساس موضوع، بررسی اثربخشی هر یک از روش‌های مشاوره‌ای روایتی (لامبدای ویلکس = ۰/۷۳، $p < 0.05$) و راه‌حل‌محور (لامبدای ویلکس = ۰/۳۶، $p < 0.05$)، در مقایسه با گروه گواه در کاهش تعارض کار- خانواده تفاوت معناداری نشان داد؛ همچنین، در ارتباط با میزان اثربخشی روش روایتی بر اختلالات روانی وابسته به کار تنها در یکی از مؤلفه‌ها (افسردگی) تفاوت معنادار مشاهده گردید (لامبدای ویلکس = ۰/۰۸، $p < 0.05$)، ضمن آنکه بر اساس روش راه‌حل‌محور تفاوت معنی‌داری در هیچ‌یک از مؤلفه‌های آسیب‌های روانی مشاهده نگردید (لامبدای ویلکس = ۰/۱۷، $p > 0.05$) و فرضیه پژوهشی تأیید نگردید.

نتیجه‌گیری: از هر دو مدل درمان می‌توان در زمینه اختلالات روانی وابسته به کار و تعارض کار- خانواده استفاده کرد.

کلیدواژه‌ها:

اختلالات روانی وابسته به کار،

تعارض کار- خانواده،

راه‌حل‌محور، روایتی

۱. مقدمه

در قلب انقلاب صنعتی چهارم^۱ در ۲۰۲۲ مسئله تغییر، دگرگونی هویت و بی‌ثباتی از جمله ویژگی‌های بارز دنیای کار^۲ و سلامت روان^۳ و به گفته ساویکاس در مسیر ناهموار زندگی است [۱] هماهنگ با این تغییرات، دنیای کار و خانواده درگیر مسائل جدی

است؛ گزارش‌ها (۲۰۲۲) حکایت از آن دارند که رشد اختلالات روانی وابسته به کار^۴ روبه افزایش است؛ این در حالی است که در ۲۰۲۲ از هم‌پاشیدگی شغلی^۵ با زیربنای اختلالات روانی^۶ به‌خصوص با تأکید بر پاندمی کووید ۱۹ یک مسئله جدی جهانی است [۲-۹]

4 Work related mental disorder
5 job disruption
6 Mental disorders

1 Fourth industrial revolution
2 World of work
3 Mental health

Copyright © 2022 Sabzevar University of Medical Sciences. This work is licensed under a Creative Commons Attribution- Non Commercial 4.0 International license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>). Non-commercial uses of the work are permitted, provided the original work is properly cited.

Published by Sabzevar University of Medical Sciences.

مجله علمی - پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، دوره ۲۹، شماره ۵، آذر و دی ۱۴۰۱، ص ۶۱۵-۶۰۲
آدرس سایت: <http://jsums.medsab.ac.ir> رایانامه: journal@medsab.ac.ir

شاپای چاپی: ۷۴۸۷-۱۶۰۶

اختلالات روانی وابسته به کار چیست؟

لومن^۱ (۱۹۹۳) اختلالات روانی وابسته به کار را عواملی در محیط‌های کاری می‌داند که تجربیات سختی را برای نیروی کاری فراهم می‌کند و بر عملکرد فیزیکی و رفتاری کارکنان اثرگذار است [۱۰]؛ با توجه به بررسی‌های انجام شده در سال‌های ۲۰۱۲ تا ۲۰۰۲، اختلالات روانی وابسته به کار در شرایط محیط کاری به عنوان یکی از ۸ اختلال شغلی^۲ عمده طبقه‌بندی شد [۴]. از جمله این اختلالات، افسردگی^۳ و اضطراب^۴ است [۱۰]. پژوهش‌های انجام گرفته از ۲۰۲۱ تا ۲۰۱۹ حکایت از شیوع بالای این اختلالات در محیط‌های کاری دارد [۱۱، ۱۳]؛ افسردگی در ۲۰۲۲ به‌عنوان اختلال وابسته به کاری که بیشترین مطالعات درباره آن در محیط کار انجام شده است، مطرح است؛ طبق یک گزارش بین‌المللی مشخص شد ۶ درصد نیروهای شاغل، افسردگی را در هر سال کاری تجربه می‌کنند و ۶۴ درصد نیروی کاری آن را در جریان کار تجربه می‌کنند [۱۴-۴]. همچنین، اضطراب منتشر به‌عنوان یکی دیگر از اختلالات، استعداد وارد آوردن آسیب‌های جدی به کارگر و موقعیت‌های کاری [۱۰] را دارد و نیاز به کسب خدمات بهداشت روان در این باره را جدی می‌کند [۱۷]. در طیف دیگر، امروزه، خانواده نیز درگیر معضلات مرتبطی است. تعارض کار- خانواده^۵ نوعی اصطحکاک نقش‌ها است که در آن فشارهای ناشی از حیطه کار و خانواده از برخی جهات متقابل و ناسازگار است [۱۹، ۲۰]؛ این تعارض زمانی رخ می‌دهد که وظایف شغلی از وقت، تعهد و انرژی فرد می‌کاهد و در نتیجه توانایی فرد برای ایفای نقش‌های خانوادگی کاهش می‌یابد و در مقابل، تعارض خانواده- کار^۶ زمانی اتفاق می‌افتد که وظایف و مسئولیت‌های خانوادگی، مانع از انجام درست و به‌موقع تکالیف شغلی می‌شود و در هر دو مورد تداخل نقش زمانی رخ می‌دهد که درخواست‌های متفاوت نقش‌های شغلی و خانوادگی، انجام دادن درست و به‌موقع آن‌ها را دشوار می‌کند [۲۲-۲۶]. بررسی‌های بسیاری حکایت از این دارد که این تعارض محیط‌های پرفشار، به‌خصوص محیط‌های درمانی و مشاغل مرتبط برای مثال، پرستاری را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد و سلامت روانی پرستاران را با مخاطره مواجه می‌سازد [۱۲، ۲۶-۳۰]. به‌منظور مواجه شدن با اختلالات روانی وابسته به کار، ضرورت توجه به مداخلات و رویه‌های بروز، از آن جمله نظریه‌های پست‌مدرن^۷، که در آن نوع مداخلات و ارزیابی‌های مرتبط با شغل

به‌خصوص در محیط‌های شغلی درمانی، با تبیین داستان‌ها^۸، استعاره‌ها^۹ و معانی^{۱۰} همراه می‌گردد [۳۱-۳۶] یک اصل اساسی است؛ در این رابطه، روان‌درمانی روایتی^{۱۱} یک اولویت اساسی می‌باشد و عبارت است از فرایند کمک به افراد برای غلبه بر مشکلات از طریق درگیر شدن در گفتگوهای درمانی^{۱۲}. در این رویکرد، درمان براساس نقل روایت‌ها و داستان‌های زندگی یک شخص از زبان خودش شکل می‌گیرد [۳۶]. بررسی‌ها مشخص‌کننده این است که این روش از اثربخشی مناسبی در رابطه با اختلالات روانی برخوردار است [۳۷]؛ همچنین، این روش زمانی که در قالب پروتکل مشخص بر اساس مبانی تئوریک قوی و مبتنی بر بافت^{۱۳} عمل کند از توانایی اثربخشی بهتری برخوردار است [۳۸]؛ عملاً اثربخشی آن نسبت به بیماری‌های روانی از بیماری‌های جسمانی بیشتر است [۳۸]. این روش، در حوزه تعارضات مرتبط با شغل و خانواده نیز از اثربخشی بالایی برخوردار است [۳۱] همچنین، یافته‌های زیادی با محوریت سبک‌های جدید زندگی اثر- گذار بر تعارض کار- خانواده و میزان اثربخشی آنها مطرح شده است [۳۹]. اما در شرایط امروزی، رویکردی که پایه‌اش بر تغییر است [۱] راه‌حل محور^{۱۴} است. مطابق با آن، تغییر، مداوم و اجتناب‌ناپذیر است. تمرکز بر آنچه امکان‌پذیر است نه مشکلات، تمرکز آن بر فرض‌های نیروبخش و اینکه کسانی که در محیط‌های کاری با آنها سر و کار داریم توانایی ایجاد راه‌حل‌های مطلوب را در شرایطی که تغییر موردنظر است را دارند، بنا شده است [۴۰]. علاوه بر این، امروزه، به‌خصوص در سال ۲۰۲۱ که تنهایی و افسردگی با تأکید بر معنی، از جمله معضلات اساسی شناخته می‌شود، توجه بر روش‌های درمانی مبتنی بر مفهوم، معنی و راه‌حل موردنظر است؛ بنابراین، روش راه‌حل محور در ۲۰۲۱ که انسان تهی از معنی، بیشتر معنی‌گرا است، روشی اساسی است [۴۰]. محققان در حوزه فوق، این روش را در ۵۰ درصد موارد در مقایسه با سایر روش‌ها، موفق‌تر گزارش کردند [۴۰]. با توجه به سازهای^{۱۵} بودن این روش، گزارش‌های دیگری نیز در حوزه مطالعات کمی و کیفی حاکی از اثربخشی این روش در کار با مراجعان است [۴۱، ۴۲].

۲. مواد و روش‌ها

به‌منظور تعیین مشخصه‌های توصیفی شرکت‌کنندگان، بری پاسخ‌دهی به فرضیه‌های پژوهش با توجه به اینکه طرح پژوهش

9 Metafoure
10 Quoting
11 Psychotherapy narrative
12 Therapy conversations
13 Cntext
14 Solution – oriented approach
15 Consruct Approach

1 Lumen
2 Occupational disorder
3 Depression
4 Anxiety
5 Work – family conflict
6 Family – work conflict
7 Post modern
8 Stories

نیز نتایج پژوهش مدبرنیا و همکاران [۴۶] حاکی از آن است که بین ۹ بعد SCL-90 و مقیاس‌های MMPI همبستگی معناداری مشاهده شده است [۴۷]. نتایج پژوهش‌های میرزایی [۴۸] نیز حاکی از روایی هم‌زمان و اعتبار به روش بازآزمایی مناسب این ابزار در جمعیت ایرانی است [۴۹].

پرسش‌نامه تعارض کار- خانواده کارلسون و کاکمار و ویلیامز^۴

شامل ۱۸ سؤال است که دامنه پاسخ‌ها از گزینه یک (کاملاً مخالف) تا پنج (کاملاً موافق) با استفاده از مقیاس لیکرتی ترتیب یافته است. نمره بالاتر نشان‌دهنده تعارض کار- خانواده و بالعکس خواهد بود (نمره متوسط ۲۷). برای این آزمون، ضریب پایایی با آلفای کرانباخ بین ۰/۷۸ تا ۰/۸۷ گزارش شده است [۵۰].

در ایران پرسش‌نامه از روایی محتوایی مناسبی برخوردار است. مطابق با پژوهش رسولی [۵۱] روایی هر یک از خرده‌مقیاس‌های آن بین ۰/۲۰ تا ۰/۸۰ برآورد گردید و ضریب پایایی این پرسش‌نامه با استفاده از آلفای کرانباخ و تصنیف (۰/۸۷ و ۰/۷۲) و (۰/۶۵ و ۰/۵۲) محاسبه شده است [۵۲].

۳. یافته‌ها

براساس توصیف آماری متغیرها و شاخص‌ها در گروه‌ها (اختلالات روانی وابسته به کار)، میانگین گروه‌های آزمایش در مرحله پس-آزمون، نسبت به پیش‌آزمون کاهش نشان داد. بنابراین می‌توان به این توصیف دست زد که مشاوره به هر دو روش نسبت به گروه کنترل باعث کاهش اختلالات روانی وابسته به کار افراد شد.

در بررسی توصیفی میانگین (تعارض کار- خانواده) میانگین گروه‌های آزمایش در مرحله پس‌آزمون، نسبت به پیش‌آزمون کاهش نشان داد. بنابراین، می‌توان به این توصیف دست زد که مشاوره به هر دو روش نسبت به گروه کنترل باعث کاهش وضعیت مؤلفه‌های تعارض کار- خانواده افراد شده است. همچنان که ملاحظه می‌شود میانگین گروه‌های آزمایش در مرحله پس‌آزمون (اجرای روایتی و راه‌حل‌محور)، نسبت به پیش‌آزمون کاهش نشان می‌دهد. براساس نتایج مندرج می‌توان به این توصیف دست زد که مشاوره به هر دو روش نسبت به گروه کنترل باعث کاهش اختلالات روانی وابسته به کار افراد شده است. در تحلیل آماری فرضیات پژوهش، آزمون فرضیه اول: روان‌درمانی روایتی بر کاهش اختلالات روانی وابسته به کار مؤثر است.

نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل بود از روش آماری تحلیل کواریانس چندمتغیره با تعدیل اثر پیش‌آزمون و تحلیل واریانس تک‌متغیره استفاده شد. جامعه آماری مطالعه فوق شامل مراجعین به مراکز مشاوره شغلی و شاهد بود که نهایت تعداد ۳۶ نفر از جمله کسانی که دچار اختلالات روانی و تعارض کار- خانواده بودند، به وسیله مصاحبه تشخیصی و پذیرشی انتخاب و در سه گروه ۱۲ نفره به صورت تصادفی (یک گروه راه‌حل‌محور، یک گروه روایتی و یک گروه کنترل) قرار گرفتند. سپس پرسش‌نامه- های SCL90 و تعارض کار- خانواده بر روی اعضا اجرا گردید.

خلاصه جلسات

در نهایت با توجه به برخی رویه‌های موردنظر در مدل‌های سازه‌ای موردتأکید در نظریه‌های پست‌مدرن و با تأکید بر ساویکاس^۱ (۲۰۱۵)، مدل دیزاین‌زندگی^۲، (روش مداخله‌ای مبتنی بر مدل پاین^۳ [۴۳] با تأکید بر روایتی، انتخاب و اجرا گردید و به‌منظور مدل سازه‌ای مداخله‌ای راه‌حل‌محور، مدل مداخله‌ای راه‌حل‌محور نظری (۱۳۸۳) انتخاب و اجرایی گردید [۴۴]. شایان ذکر است که ضمن اینکه هر دوی این مدل‌ها از نظر روایی و اعتبار در ایران بررسی شده‌اند؛ با توجه به سازه‌ای بودن مدل و حساسیت آن سعی شده است تحت نظارت استاد راهنما نکات تکمیلی با دقت افزوده و در نظر گرفته شود. در این رابطه، دو گروه موردنظر تعیین و سپس برای هر کدام از دو گروه در مدت ۸ جلسه برای روان‌درمانی روایتی و ۸ جلسه برای روان‌درمانی راه‌حل‌محور (هفته‌ای یک جلسه، هر جلسه ۲ ساعت) مداخلات سازه‌ای مطابق با پروتکل در نظر گرفته شد؛ تمامی اعضا پیش از شرکت در جلسات باید به دو پرسش‌نامه SCL90 و تعارض کار- خانواده کارلسون پاسخ می‌گفتند؛ سپس بعد از اجرایی شدن مداخله، اعضا مجدد توسط پرسش‌نامه‌های SCL90 و تعارض کار- خانواده مورد آزمون قرار گرفتند. این پژوهش با شناسه اخلاق IR.IAU.SRB.REC.1394.53 تصویب گردید.

به‌منظور سنجش اختلالات روانی از پرسش‌نامه SCL-90-R ابزاری برای سنجش سریع وضعیت آسیب‌شناختی روانی افراد و بررسی‌های بالینی استفاده شد. این مقیاس، وضعیت کنونی روان‌شناختی افراد را در چارچوب ۹ زیرمقیاس به صورت کمی نشان می‌دهد. میانگین نمرات هر زیرمقیاس را می‌توان به‌عنوان نیم‌رخ نشانه‌شناسی یا علامت‌شناسی آن مقیاس به‌شمار آورد. دروگاتیس، ریکلز و راک (۱۹۷۶) اعتبار درونی این پرسش‌نامه را با استفاده از ضریب آلفا رضایت‌بخش گزارش کرده‌اند [۴۵]. در ایران

3 Payne Model
4 Labor Conflict Questionnaire – Carlson Kakmar And Williams Families

1 Savikas
2 Life Design Model

جدول ۱. آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری

شاخص آماری اثر	آزمون	ارزش	F	df فرضیه	Df خطا	sig
تفاوت دو گروه با کنترل	اثر پیلای	۰/۹۱	۵/۹۷	۹	۵	۰/۰۳
اثر پیش آزمون	لامبدای ویلکس	۰/۰۸	۵/۹۷	۹	۵	۰/۰۳
	اثر هتلینگ	۱۰/۷۶	۵/۹۷	۹	۵	۰/۰۳
	بزرگ‌ترین ریشه روی	۱۰/۷۶	۵/۹۷	۹	۵	۰/۰۳

آزمون تحلیل کوواریانس یک‌راهه در متن تحلیل کوواریانس چند متغیری

شاخص آماری متغیرها	منبع تغییر	SS	df	F	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آزمون
روان‌پریشی	گروه	۲۱/۵۵	۱	۱/۴۳	۰/۲۵	۰/۱۰	۰/۱۹
تصورات پارانوئیدی	گروه	۲۶/۶۷	۱	۲/۴۸	۰/۱۳	۰/۱۶	۰/۳۱
ترس مرضی	گروه	۱۳/۵۰	۱	۱/۵۸	۰/۲۳	۰/۱۱	۰/۲۱
پر خاشگری	گروه	۲/۰۱	۱	۰/۱۴	۰/۷۱	۰/۰۱	۰/۰۶
اضطراب	گروه	۲۰۳/۰۵	۱	۷/۲۶	۰/۰۲	۰/۳۶	۰/۷۱
افسردگی	گروه	۳۷۵/۳۲	۱	۱۲/۲۴	۰/۰۰۴	۰/۴۸	۰/۸۹
حساسیت فردی	گروه	۱۵/۸۱	۱	۰/۷۹	۰/۳۹	۰/۰۶	۰/۱۳
وسواس	گروه	۲۱/۵۳	۱	۱/۱۱	۰/۳۱	۰/۰۸	۰/۱۶
شکایات جسمانی	گروه	۲۰/۱۳	۱	۲/۷۰	۰/۱۲	۰/۱۷	۰/۳۳

میانگین‌های حاصل شده می‌توان گفت با ۹۵ درصد اطمینان مقیاس افسردگی گروه روان‌درمانی روایتی نسبت به گروه کنترل کاهش داشته است.

آزمون فرضیه دوم

روان‌درمانی روایتی بر کاهش تعارض متقابل کار- خانواده مؤثر است.

این اثر نشان می‌دهد که حداقل بین یکی از متغیرهای اختلالات روانی وابسته به کار افرادی که با روش روان‌درمانی روایتی مشاوره دیده بودند با افراد گروه کنترل تفاوت معنادار وجود داشت (لامبدای ویلکس = ۰/۰۸، $p < 0.05$). همان‌گونه که از نتایج جدول ۱ ملاحظه می‌گردد سطح معناداری حاصل شده برای مقیاس افسردگی در مقایسه با سطح معناداری ۰/۰۰۶ به دست آمده از اصلاح بنفرونی (تقسیم سطح معناداری ۰/۰۵ بر ۹ متغیر وابسته) کوچک‌تر می‌باشد. در نتیجه با توجه به

جدول ۲. آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری

شاخص آماری اثر	آزمون	ارزش	F	df فرضیه	Df خطا	Sig
تفاوت دو گروه با	اثر پیلای	۰/۷۳	۲۶/۱۹	۲	۱۹	۰/۰۰۱
کنترل اثر	لامبدای ویلکس	۰/۲۷	۲۶/۱۹	۲	۱۹	۰/۰۰۱
پیش‌آزمون	اثر هتلینگ	۲/۷۵	۲۶/۱۹	۲	۱۹	۰/۰۰۱
بزرگ‌ترین ریشه روی		۲/۷۶	۲۶/۱۹	۲	۱۹	۰/۰۰۱

آزمون تحلیل کوواریانس یک‌راهه در متن تحلیل کوواریانس چندمتغیری

شاخص آماری متغیرها	منبع تغییر	SS	Df	F	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آزمون
تعارض کار خانواده	گروه	۱۳۷۱/۳۹	۱	۵۵/۰۲	۰/۰۰۱	۰/۷۳	۰/۹۹
تعارض خانواده کار	گروه	۸۲۱/۱۴	۱	۲۴/۷۶	۰/۰۰۱	۰/۵۵	۰/۹۹

یک اثر معنی‌دار برای عامل گروه «متغیر مستقل» وجود دارد. این اثر نشان می‌دهد که حداقل بین یکی از متغیرهای وضعیت تعارض کار- خانواده افرادی که با روش مشاوره روایتی مشاوره دیده بودند با افراد گروه کنترل تفاوت معنادار وجود داشت (لامبدای ویلکس = ۰/۲۷، $p < 0.05$). همان‌گونه که از نتایج جدول ملاحظه می‌گردد سطح معناداری حاصل‌شده برای مقیاس‌های تعارض کار- خانواده و تعارض خانواده- کار در مقایسه با سطح معناداری ۰/۰۲۵ به‌دست‌آمده از اصلاح بنفرونی

(تقسیم سطح معناداری ۰/۰۵ بر ۲ متغیر وابسته) کوچک‌تر می‌باشد. در نتیجه با توجه به میانگین‌های حاصل‌شده می‌توان گفت با ۹۵ درصد اطمینان مقیاس‌های تعارض کار- خانواده و تعارض خانواده- کار گروه مشاوره روایتی نسبت به گروه کنترل کاهش داشته است.

آزمون فرضیه سوم

روان‌درمانی راه‌حل‌محور بر کاهش اختلالات روانی وابسته به کار مؤثر است.

جدول ۳. آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری

شاخص آماری اثر	آزمون	ارزش	F	df فرضیه	df خطا	sig
تفاوت دو گروه با کنترل	اثر پیلای	۰/۸۲	۲/۶۸	۹	۵	۰/۱۴
اثر پیش‌آزمون	لامبدای ویلکس	۰/۱۷	۲/۶۸	۹	۵	۰/۱۴
	اثر هتلینگ	۴/۸۲	۲/۶۸	۹	۵	۰/۱۴
	بزرگ‌ترین ریشه روی	۴/۸۲	۲/۶۸	۹	۵	۰/۱۴

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد پس از حذف اثر پیش‌آزمون با روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری، اثر معنی‌داری برای عامل گروه «متغیر مستقل» وجود دارد. این تحلیل نشان می‌دهد که بین هیچ‌یک از متغیرهای اختلالات روانی وابسته به کار افرادی که با روش مشاوره راه‌حل‌محور مشاوره شدند با افراد

گروه کنترل تفاوت معنادار وجود نداشت (لامبدای ویلکس = ۰/۱۷، $p > 0.05$).

آزمون فرضیه چهارم

روان‌درمانی راه‌حل‌محور بر وضعیت تعارض متقابل کار- خانواده تأثیرگذار است.

جدول ۴. آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری

شاخص آماری اثر	آزمون	ارزش	F	Df فرضیه	Df خطا	sig
تفاوت دو گروه با	اثر پیلای	۰/۳۶	۵/۳۷	۲	۱۹	۰/۰۱۴
کنترل اثر پیش‌آزمون	لامبدای ویلکس	۰/۶۴	۵/۳۷	۲	۱۹	۰/۰۱۴
	اثر هتلینگ	۰/۵۶	۵/۳۷	۲	۱۹	۰/۰۱۴
	بزرگ‌ترین ریشه روی	۰/۵۶	۵/۳۷	۲	۱۹	۰/۰۱۴

آزمون تحلیل کوواریانس یک راهه در متن تحلیل کوواریانس چندمتغیری

شاخص آماری متغیر	منبع تغییر	SS	df	F	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آزمون
تعارض کار خانواده	گروه	۲۴۶/۴۹	۱	۱۰/۱۱	۰/۰۰۵	۰/۳۳	۰/۸۵
تعارض خانواده کار	گروه	۱۲۳/۹۹	۱	۴/۴۲	۰/۰۴	۰/۱۸	۰/۵۱

شغلی می‌شد؛ داستانی که معنی زندگی را برایش سازه‌گرایی می‌کرد [۵۴]. در رابطه با اختلالات روانی وابسته به کار هم، تصورات فرد از خود با توجه به زمینه‌هایش، در قالب داستان یا داستان‌هایی که سازش او را مشخص می‌کرد، درمی‌آمد [۷]. در این داستان‌ها برچسبی زده نمی‌شد و مراجع اجازه نداشت خود را در قالب افسردگی طبقه‌بندی کند؛ مهم‌تر آن که به صلاحیت‌های مراجعین به‌خصوص در کنترل افسردگی که مبتنی بر آن مراجع از مشکل معنایی، یأس و سستی در انجام رنج می‌برد، اهمیت داده می‌شد. در این رابطه کار بر روی خود و کسب یک هویت جدید و کارا دارای اهمیت بود. دیدگاه هویتی حرفه، کار شخص را به‌عنوان یک روایت می‌بیند، روایتی که معنا را در خود دارد؛ از طریق کار، شخص یک خود به‌وجود می‌آورد و سپس آن خود را به‌جای خود در داستان زندگی جایگزین می‌کند که حسی از عاطفه درونی و جهت‌دهی بیرونی را فراهم می‌کند. خود در این داستان، منبع استدلال زندگی‌نامه‌ای بود که شخص را قادر می‌ساخت اتحاد هدف را بر تحولات تحمیل کند و سلامت خود را معنی کند [۳۶] و بر افسردگی که روایتی مأیوسانه و ناامیدانه و معمولاً پوچ و بی‌هویت است غلبه کند؛ برای مثال در این رابطه روان‌درمانی روایتی با تخریب مؤلفه‌های فوق، به بازسازی و تثبیت روایتی [۵۴-۵۵] امیدوارانه و شاد از افسردگی در مراجعین می‌پرداخت. بنابراین، این روش از اثربخشی مناسبی برخوردار بود؛ از طرف دیگر مطابق با نتایج دوم، با ۹۵ درصد اطمینان مقیاس‌های تعارض کار- خانواده، گروه روان‌درمانی روایتی نسبت به گروه کنترل کاهش داشته است که همسو با یافته‌های [۳۱، ۱۱] بود. با توجه به مدل سازه‌ای در این پژوهش و مطابق با اصول و ویژگی‌های آن [۵۶] سازش، توانایی روایت‌سازی، فعالیت ذهن‌گرا، داستان‌گویی و روایت‌سازی با تأکید بر بافت [۳۱-۵۷] مراجعین در نتیجه مداخلات سازه‌ای، به سازه‌ای کارآمد دست یافته‌اند که به‌خوبی به آنها در مدیریت تعارض و حل ذهنی و فلسفی تعارضات و برون‌سازی تضادها و تنش‌های مرتبط و ساخت مفاهیم و سازه‌های کارآمد در مواجهه‌شدن با مشکلات مرتبط و مهم‌تر از همه پیشگیری از وقوع مشکلات، همراهی کرده

این اثر نشان داد که حداقل بین یکی از متغیرهای وضعیت تعارض متقابل کار- خانواده افرادی که با روش روان‌درمانی راه‌حل‌محور، روان‌درمانی شده‌اند با افراد گروه کنترل تفاوت معنادار وجود داشت (لامبدای ویلکس = ۰/۶۴، $p < 0.05$). سطح معناداری حاصل‌شده برای مقیاس تعارض کار خانواده در مقایسه با سطح معناداری ۰/۰۲۵ به‌دست‌آمده از اصلاح بنفرونی (تقسیم سطح معناداری ۰/۰۵ بر ۲ متغیر وابسته) کوچک‌تر می‌باشد. در نتیجه با توجه به میانگین‌های حاصل شده می‌توان گفت با ۹۵ درصد اطمینان مقیاس تعارض کار خانواده گروه مشاوره راه‌حل‌محور نسبت به گروه کنترل کاهش داشته است.

۴. بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی روان‌درمانی روایتی با راه‌حل‌محور بر کاهش تعارض کار- خانواده و اختلالات روانی وابسته به کار در شاغلین شهر مشهد بود. مطالعات در این رابطه آشکارکننده این نکته بود که روش‌های روان‌درمانی پسامدرن در کار با اختلالات روانی از اثربخشی بالایی برخوردارند؛ از جمله این روش‌های پسامدرن روایتی و راه‌حل‌محور است؛ بررسی‌ها حکایت از توان بالای روش روایتی در مواجهه با اختلالات روانی به‌خصوص افسردگی دارد [۶۲]. نتایج این پژوهش حاکی از این بود که اثربخشی این روش در کاهش افسردگی دارای اهمیت است؛ این نتیجه با یافته‌های محققان این حوزه فایورتی و اسمورتی^۱ همسویی دارد [۳۸]. این در حالی است که اثربخشی آن نسبت به بیماری‌های روانی از بیماری‌های جسمانی بیشتر است [۴۶]. مطابق با پژوهش حاضر و در راستای تبیین اثربخشی روایت‌درمانی در حیطه موضوعات معنایی نظیر افسردگی، کار در موقعیت جدید معنی شد و ابداعات موردنظر در راستای برخورد با آن و مسائل مرتبطش مورد تأکید واقع گردید [۳۱-۳۲]

بنابراین، اینجا، داستان، مفهوم زندگی مراجع شغلی را شکل می‌داد و پاسخگوی هویتش نیز سازه‌هایش بود [۳۱-۳۲]. در این حالت، مراجع شغلی با یک داستان وارد جلسه مشاوره درمانی-

آنجایی که این روش درمانی شرایط کارآمدی، نظیر شبکه‌های حمایتی و منابع حمایتی و ارتقای استراتژی‌های سازگاری [۶۲] گفتگوی با خود اثربخش در مواجهه با تعارض [۶۳] ارزیابی خودکارآمدی [۶۴-۵۴] رشد توانایی مذاکرات بین‌فردی [۶۵] مدیریت زمان در ساختار تئوریک جدید [۶۶-۵۵] را به‌منظور مراجعین فراهم ساخته است و با توجه به آنکه مراجعین درک بهتری از خود و موانع بین‌فردی در تعارض کار- خانواده یافته بودند، بنابراین روش‌های راه‌حل‌محور و حل مسئله [۶۲]، ارتقای این سازش از طریق کسب تجربیات یادگیری اجتماعی [۶۷-۵۴] یا کسب مهارت‌های شناختی [۶۸] هرچه بیشتر و سادگی و سریع به نتیجه رسیدن در این روش، قابل توجه می‌باشد و با کسب درایت کنترل تعارض کار- خانواده برایشان تبدیل به نوعی رفتار سازشی در درمان سازه‌های گردید و توانایی آنان در کنترل تعارض را افزایش داد [۴۴].

تشکر و قدردانی

این پژوهش برگرفته از رساله دکتری می‌باشد؛ از استادان گرامی و مرکز مشاوره شاهد مشهد بابت همکاری صمیمانه، کمال تشکر را دارم.

References

- [1]. Kaliris A, Issari P. Exploring Narrative Ideas in Career Counseling. *Open Journal of Social Sciences*, 2022; 10: 365-380. doi: 10.4236/jss.2022.102026.
- [2]. Organization for Economic Cooperation and development (OECD). OECD review of career guidance policies: United Kingdom country note. Paris: OECD; 2003-2022.
- [3]. Office for National Statistics (ONS). UK Labour Market. [Cited 2022 November] Available from: <http://WWW.ons.gov.uk/ons/rel/ims/labour-marketstatistics/november-2022/statistical-bulletin.htm>.
- [4]. Health and Social Care information Center; Employment of people with secondary mental illness. [Cited 2022 November] Available from: <http://indicator.s.Ic.nhs.uk/webview>.
- [5]. Health and Social Care information Center. Employment of people with mental illness. [Cited 2022 June] Available from: <http://indicator.s.Ic.nhs.uk/webview>.
- [6]. Health and Social Care information Center. Proportion of adults is in contact with mental health services in Employment. [Cited 2022 December] Available from: <http://indicator.s.Ic.nhs.uk/webview>.
- [7]. Obi OP. Constructionist career counseling of undergraduate student: An experimental evaluation. *Journal of Vocational Behavior*. 2015; 88: 215-219.
- [8]. Organization for Economic Cooperation and Development (OECD). OECD Mental Health and Work: United Kingdom country note. Paris: OECD; 2014.
- [9]. Office for National Statistics (ONS). UK Labour Market. [Cited 2014 November] Available from: <http://WWW.ons.gov.uk/Ons/real/ims/labour-marketstatistics/november-2014/statistical-bulletin.htm>.

است. یافته‌های سوم حاکی از این است که این روش در کاهش اختلالات روانی وابسته به کار براساس راه‌حل‌محور از اثربخشی برخوردار نبود. این یافته با بررسی‌های [۳۷-۴۲-۵۸] همسویی دارد؛ همچنین، این روش با معضلات سازه‌ای نیز در کار با مراجعین مواجه است و از عمق کافی در این رابطه برخوردار نمی‌باشد (54-55). در واقع راه‌حل‌محور در کار با مشکلات پیچیده و سخت نظیر اختلالات روانی و مشکلات معنایی و سازه‌ای اثربخشی خود را تا حدودی از دست می‌دهد در حالی که نسبت به مشکلات سطحی مانند تربیت فرزند یا خلاقیت، کارا است [۴۲-۵۵] و در انتها اثربخشی این روش بر روی تعارض کار- خانواده مورد پژوهش قرار گرفت. با توجه به میانگین‌های حاصل درمان راه‌حل‌محور بر کاهش مشکل افراد دچار تعارض اثربخش بود. نتایج این تحقیق با یافته‌های [۶۰] در زمینه حل هماهنگ تضادهای محیط‌های کاری، همچنین با توجه به ارتقای درک قابلیت‌های خانواده در حل تضادها [۶۱] زیمیرمن، جکوبسن، مکسینتایرو واتسون^۱ (۱۹۹۶) که بیان کردند این نوع درمان از یک طرف، درک قابلیت‌های خانواده را افزایش و متقابلاً هم‌فکری و رضایت زناشویی را افزایش و متقابلاً تضاد را در محیط کار و ساخت خانواده کاهش می‌دهد [۶۱] هماهنگ بود. امروزه مدیریت تضادها و تعارض‌ها در ساخت خانواده و کار مهارت، استراتژی و برنامه‌ریزی خاصی را می‌طلبد، در حالی که خانواده‌ها از این توانایی به شکل مطلوبی برخوردار نیستند. از

- [10]. Zunker W. career counseling: Applied concepts of life planning (6th Ed.). Pacific Grove, CA; Brooks/Cole. 2002.
- [11]. World Health Organization. World Health Day 7th [Cited 2017 April]. Available: <http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2017/en/>.
- [12]. Eurostat, Eurostat database. [Cited 2017 March] Available: <http://ec.europa.eu/eurostat/data/database>.
- [13]. Directorate for Health Information and Research: European Health Interview Survey; 2017.
- [14]. Gov, UK; 12 million to help people with mental health Problems get back into work. [Cited 2022 December] Available from: <https://www.gov.uk/government/news/12-million-to-help-people-with-mental-health-problems-get-back-into-work>.
- [15]. Government (Gov).UK.Mental health Taskforce announced. [Cited 2015 June] Available from: <http://www.gov.uk/government/news/mental-health-taskforce-announced>.
- [16]. Gov.UK. Help moving from benefits to work. 20۲۲ [Cited 2022] Available from: <http://www.gov.uk/moving-from-benefits-to-work>.
- [17]. Organization for Economic Cooperation and Development (OECD).The World Health Organizationis about to embark on the development of evidence-based guidelines on mental well-being in the workplace. Departmental News Reading Time: Less Than a Minut. 2019-2022.
- [18]. Statistics Canada. Women in Canada. Work chapters updates (Catalogue No. 89F0133XIE). [Cited 2018 November] Available from <http://www.statcan.ca/cgi-bin/downpub/listpub.cgi?catno=89-503-XLE200501>.

- [19]. Greenhaus J H, Powell GN. When work and family collide: Deciding between competing role demands. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 2003; 90: 291-303.
- [20]. Greenhaus J, Beutell N. Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 1999; 10:76-88.
- [21]. Mitchell G. A Qualitative study exploring how qualified mental health nurses deal with incident that conflict with their accountability, *Journal of Advanced Nursing*, 2004; 48: 622-635.
- [22]. Kahn R, Wolfe D, Quinn R, Snoek J, Rosenthal R. *Organizational Stress*. New York: Willey, 1964.
- [23]. Adam S, Work-family conflict among Female and Male Physicians in Hungary, A compendium of the thesis submitted to the semmelweis university for the degree of Phd, *Mental Health sciences Doctoral school*, 2008; 2-21.
- [24]. Carlson D, Williams, L, Kacmar, K. Construction and Initial Validation of a Multidimensional Measure of Work-family Conflict, *Journal of Vocational Behavior*, 2000; 56(2): 249-276.
- [25]. Robbins A. Work-family conflict aseniorhonorsThesis submittedto the Honors program of the collage if arts and sciences, Department of counseling, developmentak and educational Psychology, 40-52. 2004.
- [26]. Thompson P, Stanowski A. Maximizing nursing productivity the benefits of imprered collaboration between nursing and support services, *Health finance manage journal*, 2009; 63(1): 88-76.
- [27]. Karimi L. Do female and male employees in Iran experience similar work-family interference, job, and life satisfaction? *Journal of Family Issues*. 2009; 30(1):124-42. (Persian).
- [28]. Aycan, Z. Relative contribution of child care spousal and organization support in reducing work-family conflict for men and women, *journal of research*; 2005, 57:31-42.
- [29]. Adekola B. Interferences between Work and family among male and female executives in Nigeria, *African journal of Business Management*; 2010; 4: 6,069-1077.
- [30]. Grzywacz J. Quantifying Work -family conflict among registered nurses, *Res Nurs Health journal*, 2006; 29(5):26-41.
- [31]. Kroger J. The epigenesis of identity – What does it? Mean? Identity, [Cited 2018 November] Available From. 18(4), 334342. <https://doi.org/10.1080/15283488.2018.1523730> [Taylor & Francis Online], [Web of Science @], [Google Scholar]
- [32]. Savickas ML. Career counseling Paradigm: Guiding, Developing, And designing. In p. Hartung, M. Savickas, Walsh (Eds.) the APA; 2015.
- [33]. Savickas, ML. *Career Counseling* (2nd Ed.). American Psychological Association. [Cited 2019 November] Available From <https://doi.org/10.1037/0000105-000>.
- [34]. Savickas ML, Nota L, Rossier J, Dauwalder JP, Duarte ME, Guichard J, Soresi S, Van Esbroeck R, Van Vianen AE. Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century. *Journal of vocational behavior*. 2009; 75(3):239-50.
- [35]. Savickas ML. Career construction: A developmental theory of vocational behavior. In D. Brown & Associate (Eds.), *career choice and development*, 4th ed; 149-205. 2002.
- [36]. Kid M. *Narrative therapy (An Introduction for Counselors)*. 1 ed. Sage publication; 2004.
- [37]. Fioretti C, Smorti A. Narrating positive versus negative memories of illness: Does narrating influence the availability and the emotional involvement of memories of illness? *Eur J Canc Care* 2016. [Cited 2016 November] Available From doi:10.1111/ECC.12524doi:10.1111/ECC.12524.
- [38]. Fioretti C, Smorti A. How the emotional content of memories changes in Narrating. *Narrative Inquire* 2015; 25:37–56. doi:10.1075/ni.25.1.03fio
- [39]. Young RA, Valach L, Collin A (2002). A contextualist explanation of career. In D. Brown & Associates (Eds.), *Career choice and development*. 2002; 4: 206-254.
- [40]. Zhang A, Franklin C, Currin-McCulloch J, Park S, Kim J. The effectiveness of strength-based, solution-focused brief therapy in medical settings: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Behavioral Medicine*, 2018; 41(2): 139–151.
- [41]. Hsu KS, Eads R, Lee M, Wen Z. Solution-focused brief therapy for behavior problems in children and adolescents: A meta-analysis of treatment effectiveness and family involvement. *Children and Youth Services Review*, 120, 105620; 2021.
- [42]. Bond C, Wood K, Humphrey N, Symes W, Green L. Practitioner review: The effectiveness of solution focused brief therapy with children and families: A systematic and critical evaluation of the literature from 1990-2010. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2013; 54(7): 707-723.
- [43]. Savickas ML. Life designing with adults: Developmental individualization using biographical. In L. Nota & j. Rossier (Eds.) *Handbook of life design: From practice to theory and from theory to practice*; 135-149. Gottingen. Germany: Hogrefe publishing. 2015.
- [44]. Freedman J, Combs G. *Narrative Therpy: The Social Construction of Preferred Realities*. Publisher: W.W. Norton Company. New York: 1996.
- [45]. Derogatis LR, Rickles K, Rock A. The SCL-90 and the MMPI: A step in the validation of a new self-report scale. *British Journal of Psychiatry*, 1976; 128: 280-289.
- [46]. Modernia MJ, Shojaie H, Falahi M, Faghripour M. Normalizing Scl-90-R Inventory in Guilan High – School Student. *Journal of Guilan University of Medical Sciences*, 2010; 75: 58-62. (Persian).
- [47]. Fathi Ashtiani Ali. *Personality assessment and mental health - Besat Press*. 2011. (Persian).
- [48]. Rezapour M. SCL.90R OF Standardization On students of Shahid Chamran and Islamic Azad universities unit exam in Ahvaz, Master Thesis, Tehran, Allameh Tabatabaei University. 1997. (Persian).
- [49]. Ismaili A. SCL.90R Of Standardization and Mental health Personality Assessment on students of Tehran universities unit exam in Tehran, Master Thesis, Tehran, Allameh Tabatabaei University. 1997. (Persian).
- [50]. Carlson DS, Kacmar, KM, Williams, L J. Construction and initial validation of a multidimensional measure of work-family conflict. *Journal of Vocational Behavior*, 2000; 56: 249-276.
- [51]. Rasouli P, khnkeh HR, Falahi Khoshknab Masoud, Rahgozar Mahdi. Effect of Time Management Training on Work Family among Hospital Nurses. *Jornal: Hayat Fall*. 2009; 15: 3- 11. (Persian).
- [52]. Pirhayati S, Nassi AK, Naami A. The relationship Between Work Family Conflict with Job Engagement; And Intention To Stay On Job In Employees Of One Petrochemical Company In Mahshahr. *Jornal: Journal Of Social Psychology*; 2012; 23: 95 To 114. (Persian).
- [53]. Fioretti C, Mazzocco K, Riva S, Oliveri S, Masiero M, Pravettoni G, Author Affiliations Patient-centred medicine .Research studies on patients' illness experience using the Narrative Medicine approach: a systematic review. *BMJ Open* 2016; 6:e011220 doi: 10.1136/bmjopen-2016-011220.
- [54]. Rossier J, Cardoso PM, Duarte, ME. The Narrative Turn in Career Development Theories: An Integrative Perspective. In P. Robertson, T. Hooley, & P. McCash (Eds.), *the Oxford Handbook of Career Development*. 2021; 169-180.
- [55]. Pryor, Robert, and Jim Bright. "Careers as fractal patterns: The chaos theory of careers perspective." *Contemporary Theories of Career Development*. Routledge, 2018. 135-152.
- [56]. Maree JG, Gerrits E, Fletcher L, Jordaan J. (2019). Using career counselling with life design principles to improve the employability of disadvantaged young adult. *Journal of Psychology in Africa*, 2019; 29(2): 110–120. <https://doi.org/10.1080/14330237.2019.1594646> [Taylor & Francis Online], [Web of Science @], [Google Scholar].
- [57]. Savickas, Mark L. "Designing projects for career construction." *Counseling and action*. Springer, New York, NY, 2015; 14: 13-31.
- [58]. Gingerich WJ, Peterson LT. Effectiveness of Solution-Focused Brief Therapy A Systematic Qualitative Review of Controlled Outcome Studies. *Research on Social Work Practice*. 2013; 23(3):266-83. [DOI: 10.1177/1049731512470859].
- [59]. Savickas ML. (1993), *career counseling in the postmodern era* *Journal of cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 1993; 7: 205–2.15.

- [60]. Carlson DS, Kacmar KM. Work-family conflict in the organization: Do life role values make a difference? *Journal of Management*, 2000; 26(5): 1031–1054.
- [61]. Zimmerman TS, Jacobsen RB, Macintyre M, Watson C. Solution-focused parenting groups: An Empirical study. *Journal of systemic therapies* 1996; 4: 12- 25. 12.
- [62]. Walsh & Osipow S. (Eds.) career counseling for women. Hillsdale, NJ: Erlbaum. wenting, R. M. Work and family issues: Their impact on women's career development. *New Directions for Adult and Continuing Education*. 1994; 80: 15–24.
- [63]. Schneider JF. Relations among self-talk self-consciousness and self-knowledge *Psychological Reports*. 2002; 91(3): 807–812.
- [64]. Betz NE. Career self-efficacy. In F. T. L. Leong & A. Barak (Eds.), *Contemporary models in vocational psychology* (pp. 55-77), Mahwah, NJ: Erlbaum; 2001.
- [65]. Gilligan C. In a different voice: Women's conceptions of self and of morality. In B, Puka (Ed.). *Caring voices and women's moral frames: Gilligan's view. Moral development: A compendium*; 1–37; New York-Garland. 1994.
- [66]. Chen CP, Understanding career chance. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 2005; 5: 251-270.
- [67]. Krumboltz JD, Nichols CW. Integrating the social learning theory of career decision making. In w. B. Walsh & S. H. Osipow (Eds.), *Career counseling: Contemporary topics in vocational psychology*; 159-192. Hillsdale, NJ: Erlbaum. 1990
- [68]. Peterson GW, Sampson JP, Lenz, JG, Reardon RC. A cognitive information processing approach to career problem solving and decision making. In D. Brown & Associates (Eds.), *Career choice and development*; 2002; 4: 312-372.