

# بررسی اثربخشی حکایت درمانی مالی بر اضطراب مالی زنان شاغل

مرضیه ملکپها\*، یکتا عکافیان\*\*

## چکیده

امروزه به دلیل تغییر در ساختار اجتماعی و اقتصادی جامعه روزه‌روز بر تعداد زنان شاغل افزوده می‌شود. از سویی دیگر به دلیل افزایش بحران‌های اقتصادی در کشور، غالب افراد در جامعه خصوصاً افراد شاغل اضطراب ناشی از مسائل مالی را تجربه کرده‌اند. لذا توجه به اضطراب مالی و مدیریت آن در سال‌های اخیر کانون توجه محققان در حوزه سلامت روان قرار گرفته است. براین اساس هدف مطالعه‌ی حاضر بررسی اثربخشی حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی زنان شاغل شهر اصفهان بود. این مطالعه نیمه تجربی همراه با پیش‌آزمون-پس‌آزمون و با گروه کنترل است. جامعه‌ی آماری پژوهش شامل کلیه زنان کارمند شاغل در شعب شش‌گانه تأمین اجتماعی شهر اصفهان بود که از این جامعه تعداد ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر کدام با ۱۵ نفر) گمارده شدند. به‌منظور جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس اضطراب مالی (Archuleta et al, 2013) استفاده شد و داده‌ها با استفاده از آماره‌های توصیفی و استنباطی مورد تحلیل قرار گرفت. حکایت درمانی مالی در گروه آزمایش به مدت هشت جلسه (هر جلسه ۹۰ دقیقه) اجرا شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-20 و با استفاده از تحلیل کوواریانس یک‌راهه (مانکوآ) تحلیل شد. یافته‌ها نشان داد که بین میانگین پس‌آزمون گروه آزمایش و کنترل در متغیر اضطراب مالی تفاوت معناداری وجود دارد. لذا براین اساس می‌توان نتیجه گرفت که حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی زنان کارمند مؤثر بوده است.

**کلیدواژه‌گان:** حکایت درمانی مالی، اضطراب مالی، زنان کارمند، مداخله.

تاریخ دریافت: ۳۰ فروردین ۱۳۹۹ تاریخ پذیرش: ۲۶ تیر ۱۳۹۹  
\* استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه حضرت معصومه (س)، قم، ایران، رایانامه نویسنده  
مسئول: M.Malekiha@hmu.ac.ir  
\*\* دانشجوی دکترا مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، اصفهان، ایران.

## ۱. مقدمه

اهمیت جایگاه زنان در جامعه و نقش آن‌ها در توسعه همه‌جانبه کشور بر کسی پوشیده نیست. سلامت روانی و جسمی در زنان بسیار حائز اهمیت است چراکه آن‌ها رکن اساسی خانواده هستند اما دیده می‌شود که فعالیت بیش‌ازحد در محیط کار، استرس رسیدگی به امور منزل و فرزندان و مضاعف بر آن نگرانی‌های ناشی از مسائل مالی، سلامت روان آنان را تهدید می‌کند (McCoy, Ross & Goetz, 2013).

در دنیای امروز، خانواده‌ها از نقش جنسیتی سنتی دور شده‌اند و بیش از نیمی از نیروی کار در جامعه را زنان تشکیل می‌دهند و اشتغال زنان در جامعه دارای دلایل مختلفی است. یکی از این دلایل؛ شرایط اقتصادی حاکم بر جامعه است که باعث شده است مردان نتوانند به تنهایی از عهده‌ی هزینه‌های روزافزون خانواده برآیند. در واقع زنان، نیمی از جمعیت کشور هستند که به‌عنوان مدیران و مربیان خانواده‌ها و فعالان جامعه‌اند و سلامت روانی آنان، پایه سلامتی نیمی از جمعیت، خانواده و جامعه را تشکیل می‌دهد. (Ginsberg, 2004; McGill, Grale & Britt, 2010) با این وجود، برخی از زنان برای رسیدن به آینده مالی خود در مواردی نظیر طلاق، بیوه شدن و یا پیری آمادگی ندارند و نیازمند آموزش‌های مالی هستند (Lusardi & Michell, 2008). از سویی دیگر، امروزه به دلیل تغییر در اوضاع و شرایط اقتصادی در سراسر دنیا، اکثر کشورها دچار بحران‌های اقتصادی هستند. عوارض بحران‌های اقتصادی در سطح کلان، سیاست‌های اقتصادی کشورها و در سطح خرد، زندگی افراد را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. یکی از پیامدهای مهم بحران‌های اقتصادی بروز مسائل و مشکلات مالی و اقتصادی برای افراد است، به‌عبارت‌دیگر مسائل مالی و اقتصادی به منبعی از اضطراب تبدیل شده است و باعث شده است که غالب افراد در زندگی روزانه خود با اضطراب

مالی<sup>۱</sup> مواجه شوند (Archuleta et al, 2015). اضطراب مالی عبارت است از نوعی سندرم روانی که باعث می‌شود شخص، نگرش ناسالمی نسبت به فکر کردن راجع به وضعیت مالی شخصی‌اش و مدیریت منابع مالی‌اش داشته باشد یا خود را به طرز معناداری درگیر آن کند (Burchell, 2003). صرف‌نظر از آثار مخرب اضطراب مالی در زندگی فرد تجربه کردن این نوع اضطراب زمینه‌ساز ظهور و گسترش اختلالات مالی<sup>۲</sup> است (Shapiro & Burchell, 2012). به عبارتی اضطراب مالی علاوه بر اینکه جزء یکی از اختلالات مالی محسوب می‌شود بلکه زمینه و بستر لازم را برای ظهور و گسترش اختلالات مالی فراهم می‌کند. بررسی‌های امروزی حاکی از این است که اضطراب مالی نه تنها بر سلامت روان افراد جامعه، تأثیرات چشمگیری دارد بلکه عامل تهدیدکننده‌ای بر سلامت روان است؛ بنابراین می‌توان چنین عنوان نمود که مدیریت اضطراب مالی یک روش علمی در حال رشدی برای بهبود کیفیت زندگی و سلامت روان افراد است و گامی ارزشمند در حوزه‌ی مدیریت منابع، آسیب‌شناسی شغلی، مشاوره و روان‌درمانی، خانواده‌درمانی، برنامه‌ریزی‌های اقتصادی و جامعه‌شناسی محسوب می‌گردد (Dale & Spann, 2013). حکایت درمانی مالی<sup>۳</sup> یکی از درمان‌های پست‌مدرن است که با ظهور روانشناسی مثبت ظهور یافته است. درمان‌های پست‌مدرن دارای فرضیاتی متفاوت از درمان‌های مدرن می‌باشند. اعتقاد به توانایی‌های افراد در حل مشکلات، عدم اعتبار قدرت تشخیص و درمان از سوی درمانگر به‌عنوان مرجع برتر، اعتباربخشی به مراجعان نمونه‌ای از فرضیات مربوط به دنیای پست‌مدرن است. درمانگرانی که از رویکرد حکایت درمانی مالی استفاده می‌کنند بایستی بر نقاط قوت مراجعان تأکید ورزند نه نقاط ضعف آن‌ها. علاوه بر آن تمرکز اصلی بر بیرون آوردن

---

1 financial anxiety

2 financial disorders

3 financial narrative therapy

مشکل از مراجع است، فرضیه اساسی این است که مراجع، مسئله و مشکل نیست و مشکل در ساختارهای خانوادگی یا الگوهای تعاملی پیدا نشده است در نتیجه مشکل، جدا از مراجع است؛ بنابراین تمرکز می‌تواند به سمت آینده و نقاط قوت مراجع تبدیل شود بجای حل مشکلات گذشته‌ی وی (Klontz & Britt, 2012). در ایران نیز مانند سایر کشورهای جهان بحران اقتصادی و تورم زمینه‌ساز بروز بسیاری از مشکلات در حوزه‌های مختلف زندگی برای افراد شده است. شرایط دشوار مالی می‌تواند ماشه چکانی برای آشکار شدن و بروز اضطراب مالی گردد؛ اما نکته‌ی قابل ملاحظه آن است که در کشور اضطراب مالی به‌عنوان جزئی از اختلالات مالی و به نسبت سایر اختلالات روان‌شناختی کمتر مورد توجه متخصصان قرار گرفته است. با توجه به اهمیت سلامت روان افراد جامعه خصوصاً زنان به‌عنوان تضمین‌کنندگان سلامت روان افراد خانواده و با توجه به نادیده گرفته شدن اختلالات مالی در کشور و از سوی دیگر با توجه به کمبود مطالعات صورت گرفته‌شده در این حوزه در داخل کشور، پژوهش حاضر باهدف پر کردن خلأ پژوهشی در زمینه اختلالات مالی و بررسی اثربخشی حکایت درمانی مالی در کاهش اضطراب مالی آن‌ها صورت گرفته است.

## ۲. مبانی نظری

به دلیل تغییر در اوضاع و شرایط اقتصادی در سراسر دنیا امروزه اکثر کشورها گریبان گیر بحران‌های اقتصادی هستند. عوارض بحران‌های اقتصادی در سطح کلان سیاست‌های اقتصادی کشورها و در سطح خرد زندگی افراد را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. یکی از پیامدهای مهم بحران‌های اقتصادی بروز مسائل و مشکلات مالی و اقتصادی برای افراد است، به‌عبارت‌دیگر مسائل مالی و اقتصادی به منبعی از اضطراب تبدیل شده است. این مسئله باعث شده که طیف جدیدی از اختلالات با عنوان اختلالات مالی (Ingram, 2015) شناسایی شود.

طبق نظر کلانتز<sup>۱</sup> (۲۰۰۹) اختلالات مالی به‌عنوان الگوی رفتارهای مالی مخرب، مقاوم، قابل پیش‌بینی و اغلب غیرقابل انعطاف است که منجر به استرس‌های قابل توجه، اضطراب، پریشانی‌های عاطفی و آسیب‌پذیری در حوزه‌های اصلی زندگی فرد می‌شوند. لازم به ذکر است که پیوسته بودن و تقریباً دائمی بودن این الگوهای رفتاری حائز اهمیت است. اضطراب مالی یکی از انواع اختلالات مالی است که در مقایسه با سایر انواع اختلالات گسترده‌تر است (Klontz et al, 2014). طبق ارزیابی‌های انجمن روان‌شناسان آمریکا، یک‌سوم اضطراب‌ها در زندگی افراد ناشی از مسائل مالی است (انجمن روان‌شناسان آمریکا، ۲۰۱۲). پیشایندها و پیامدهای اضطراب مالی متعدد است (Zvorsky, Skelly & Higgs, 2018). سواد مالی پایین و عدم توانایی مدیریت امور مالی (Vosylis & Erentaitė, 2020)، عدم توانایی در طرح‌ریزی در ابعاد کوتاه‌مدت و بلندمدت برای زندگی (Mielitz & Jayne, 2020). به‌عنوان یک جنبه روان‌شناختی از رفاه مالی<sup>۲</sup>، اضطراب مالی بالا می‌تواند توانایی فرد برای تصمیم‌گیری‌های مالی مناسب را تحت الشعاع قرار دهد و منجر به نتایج منفی مالی و اضطراب مالی بیشتری شود. اضطراب مالی اگر به میزان زیادی تجربه شود منجر به بروز نشانه‌های جسمی مانند حالت تهوع، درد در قفسه سینه و قلب، یا سردرد ناشی از پریشانی روانی می‌شود (Archuleta et al, 2013). همچنین اضطراب مالی می‌تواند عاملی برای به وجود آمدن علائم روان‌تنی و فیزیکی مانند تهوع، تپش قلب و سردرد گردد (Klontz et al, 2014). تحقیقات نشان می‌دهند کسانی که اضطراب مالی را تجربه می‌کنند در تصمیم‌گیری‌های مجدد اقتصادی، دارای مشکلاتی هستند. شاپیرو و بورشل (۲۰۱۲) به این نکته اشاره کردند که افرادی که نگرانی مالی را تجربه می‌کنند در پردازش اطلاعات مالی یک

1 Klontz

2 Association Psychology of America (APA)

3 financial welfare

گرایش ناهشیارانه دارند. آن‌ها همچنین عنوان کرده‌اند که در افرادی که دارای اضطراب مالی هستند این احتمال بیشتر وجود دارد که از مکانیزم‌های خودداری به‌عنوان یک روش دفاعی استفاده کنند. همچنین نتایج تحقیقات (Archuleta et al, 2020) گویای آن است که سطوح بالای اضطراب مالی با سطوح کمی از شادی و رضایت از زندگی، عدم اطمینان به داشتن آینده‌ای مثبت (Khan, Akhtar, Dey & Ibrahim, 2020)، اختصاص ندادن زمانی برای تفریح و گذراندن زمان با دوستان (Grable, Heo & Rabbani, 2015) لغو قرار ملاقات پزشکی ضروری (Williams, 2013) همچنین افسردگی (Grable et al, 2020)، عزت‌نفس اندک (LeBaron & Kelley, 2020) و عدم پذیرش مسئولیت برای سلامت مالی خود (Gale et al, 2012)، خودداری از محبت ورزی نسبت به خود و دیگران (Dubofsky & Sussman, 2007)، نوعی ترس از وابستگی و حسادت در خود (Forenham & Argile, 1394)، کاهش رضایت زناشویی (Zagorsky, 2003)، اثرگذاری بر کیفیت روابط زناشویی (Dean, Carroll & Yang, 2007; Oggins, 2003). بررسی‌هایی که انجام شده است شواهد روشن و قانع‌کننده‌ای را نشان می‌دهد که زنان در معرض خطر مالی بیشتری نسبت به مردان هستند و لازم است برای موقعیت‌های مالی آینده آمادگی بیشتری پیدا کنند. با توجه به اینکه ۷۵ درصد سالمندان را زنان تشکیل داده‌اند، پس با افزایش سن، زنان از نظر مالی آسیب‌پذیرتر می‌شوند؛ بنابراین بایستی مداخلات جدی به لحاظ مالی صورت گیرد که مانع از بروز اضطراب مالی و اختلالات مالی در آنان گردد (Anthes & Most, 2000). با توجه به اهمیت و نقش مسائل مالی در زندگی تاکنون روش‌های مختلفی جهت مدیریت و کاهش پیامدهای منفی اضطراب مالی تدوین و بررسی شده است (White & Klein, 2002; Klontz et al, 2008). از آنجاکه اضطراب مالی در بسیاری از کشورهای جهان مورد توجه محققان و پژوهشگران در حوزه‌ی سلامت روان قرار گرفته است تاکنون رویکردهای درمانی مختلفی جهت مدیریت این نوع اضطراب مورد بررسی قرار گرفته است (Klontz & Britt, 2012; Klontz & Klontz, 2009).

حکایت درمانی مالی<sup>۱</sup> یک رویکرد روان‌شناختی مالی است که در سال‌های اخیر اثربخشی آن در کار مراجعان مورد تأیید قرار گرفته است (Heo & Rabbani, 2014). فرض اساسی حکایت درمانی مالی که برگرفته از حکایت درمانی وایت و اپستون<sup>۲</sup> (۱۹۹۰) است، این است که فرد مشکل نیست، بلکه مشکل، مشکل است. بر اساس این رویکرد، افراد دارای توانایی‌ها، ارزش‌ها و مهارت‌هایی هستند که به کاهش اثرات مشکل کمک می‌کند. حکایت درمانی عبارت است از روش‌های فهم داستان‌ها، زندگی افراد و بازنویسی این داستان‌ها توسط خود فرد با کمک درمانگران انجام می‌گردد (Russell & Cohn, 2012). می‌توان گفت با توجه به این اصل که هدف اصلی حکایت درمانی، توجه دادن افراد به باورهای ناکارآمد و تغییر آن‌ها، برونی کردن و از توان انداختن مشکل، ایجاد نگاه بیرونی به مشکل از زوایای مختلف و در نتیجه خلق تفسیری دگرگون و تألیفی دوباره برای روایت داستان زندگی است، لذا افراد با کمک حکایت درمانی می‌توانند دیدگاهی تازه به واقعیات پیدا کنند (White & Epston, 1990).

حکایت درمانی مالی، یک نگرشی تئوری و مالی درمانی به درمانگر ارائه می‌دهد که ترکیبی از مدل‌های سلامت روانی و برنامه‌ریزی مالی است. مدل ترکیبی حکایت درمانی مالی طوری طراحی شده که قابل استفاده برای متخصصان آموزش دیده در زمینه‌ی درمان، مشاوره، مربی‌گری و یا برنامه‌ریزی مالی است (Archuleta et al, 2020). مک کوی و همکاران (۲۰۱۳) در مطالعه‌ای به بررسی حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی و افسردگی تعدادی از کارمندان در یک شرکت بزرگ تجاری پرداختند، نتایج مطالعه آن‌ها گویای آن بود که حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی کارمندان مؤثر است اما بر کاهش افسردگی مؤثر نبوده است. حکایت درمانی مالی به‌عنوان رویکرد جدید به دنبال حل مسائل مالی است و فرایند درمان آن به صورتی

---

1 financial narrative therapy

2 White & Epson

است که کمک می‌کند فرد مشکل مالی را از خود جدا بداند و بتواند بران مسلط شده و در جهت حل مشکل مالی‌اش، اقدام نماید. زنان کارمندی که در جلسات مشاوره‌ی حکایت درمانی مالی شرکت داشتند، با توجه به اینکه در فرایند درمان، موضع دوستانه، توأم با حس پذیرش، بدون سرزنش و بر مبنای احترام متقابل اتخاذ گردید و با فراهم کردن محیط امن و قابل اعتماد، تشویق شدند تا به زندگی مالی خود در قالب حکایت و داستان ویژه‌ای توجه کنند و سپس به تشریح داستان‌ها و مشکلاتی از گذشته خود بپردازند که سرشار از شکست و ناکامی از لحاظ مالی بود تا جایی که احساس می‌کردند وجودشان مشکل دارد و احساس ناامیدی شدیدی می‌کردند. در طول فرآیند درمان و با استفاده از تکنیک‌هایی همچون «برونی‌سازی» توانستند مشکلات مالی‌شان را به‌عنوان پدیده‌ای مجزا از هویتشان تعریف کنند؛ وقتی از مراجعین خواسته شد برای مسائل و مشکلات مالی خود که باعث ایجاد اضطراب در آن‌ها شده، اسمی انتخاب کنند، آنان به سمتی هدایت شدند که توانستند با مشکل خود ارتباط برقرار نموده و تأثیرات آن حکایت را در زندگی مالی خود مشاهده کنند؛ آنگاه به بینشی دست یافتند که مشکل اقتصادی و اضطراب مالی در درون آن‌ها نیست بلکه اثراتی بر کیفیت زندگی مالی‌شان داشته است. استفاده از تکنیک جان‌بخشی نیز کمک فراوانی به فرایند برونی‌سازی نمود؛ اینکه مشکل را به‌عنوان یک موجود زنده و خارجی نگریسته و به آن لقبی دادند باعث شد راحت‌تر بتوانند از مشکل خود جدا شوند. سپس به مبارزه با مشکلات که خارج از وجود آن‌هاست تشویق شدند و داستان‌های سرشار از مشکل خود را ساختارشکنی کردند که این فرآیند سبب تسلط بر محیط و احساس کنار آمدن با خودشان شد و راهکارهای مالی مناسبی در رابطه با دارایی‌شان، اعضای خانواده و جامعه به کاربرند و این فرایند نه تنها به‌عنوان بانوانی کارمند در قالب داستان و پیدا کردن استعاره خویش بسیار جذاب بود بلکه موجب کاهش نگرانی‌ها و اضطراب‌های مالی آنان گردید. درواقع حکایت درمانی مالی، رویکردی است که به فرد قدرت عاملیت می‌بخشد تا بتواند مشکل مالی را از زاویه‌ای جدید بنگرد و تفسیر و تعبیری جدید از مسائل مالی



خود داشته باشد.

کیم و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۱۱) در مطالعه‌ای به بررسی حکایت درمانی مالی برافزایش شادی و کاهش اضطراب مالی نمونه‌ای از فارغ‌التحصیلان کالج پرداختند. آن‌ها در مطالعه خود به این نتیجه دست یافتند که حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی افراد حاضر در گروه آزمایش مؤثر بوده است اما تفاوت معناداری بین میزان شادی افراد حاضر در گروه آزمایش و کنترل مشاهده نشد بنابراین به‌نوعی می‌توان این یافته را همخوان با این پژوهش دانست.

مورگان<sup>۲</sup> (۲۰۰۰) در مطالعه‌ای به بررسی مقایسه‌ای دو شیوه‌ی حکایت درمانی مالی و درمان کوتاه‌مدت راه‌حل محور مالی بر کاهش اضطراب مالی و افزایش سلامت مالی گروهی از دانشجویان سال آخر کالج در ایالت میلوکی پرداخت. او در مطالعه خود به این نتیجه دست یافت که حکایت درمانی مالی و درمان کوتاه‌مدت راه‌حل محور مالی بر کاهش اضطراب مالی و افزایش سلامت روان افراد حاضر در گروه آزمایش مؤثر است.

### ۳. روش پژوهش

هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی زنان کارمند است فرضیه‌ی این پژوهش عبارت بود از آموزش حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی زنان کارمند مؤثر است. روش پژوهش حاضر، نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه آزمایش و کنترل است. علت انتخاب این روش آن است که هنگامی که انتخاب افراد تحت تجربه به‌صورت تصادفی ممکن نباشد و یا نتوان متغیرهای مستقل را کاملاً دست‌کاری و یا در آن‌ها مداخله نمود از روش تحقیق شبه تجربی استفاده می‌شود. اغلب تحقیقات این حوزه که در مورد انسان و به شیوه

1 Kim & et al

2 Morgan

تجربی انجام می‌گیرد، معمولاً از نوع شبه تجربی می‌باشند ( Borg, Gall & Gall, 1393). از گروه آزمایشی قبل از مداخله‌های درمانی پیش‌آزمون و پس از انجام مداخلات درمان پس‌آزمون گرفته شد و تفاوت بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون از نظر معنی‌دار بودن مورد بررسی قرار گرفت.

جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل زنان کارمند شعب سازمان تأمین اجتماعی شهر اصفهان بودند. دلیل انتخاب سازمان تأمین اجتماعی به‌عنوان جامعه پژوهش، عدم همکاری سایر سازمان‌ها نظیر آموزش و پرورش، شهرداری، دانشگاه‌های آزاد و دولتی بود و تنها سازمانی که حاضر به همکاری با محققان پژوهش شد سازمان تأمین اجتماعی اصفهان بود لذا این سازمان به‌عنوان جامعه پژوهش انتخاب شد. از این جامعه تعداد ۵۴ نفر داوطلب شرکت در پژوهش شدند که به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند در ادامه پرسشنامه اضطراب مالی به‌عنوان غربالگری در بین ۵۴ نفر اجرا شد و تعداد ۳۰ نفر از افرادی که نمره‌ای بیشتر از میانگین در پرسشنامه اضطراب مالی کسب کردند و همچنین پس از انجام مصاحبه بالینی مشخص شد که مبتلابه هیچ‌یک از اختلالات حاد روان‌شناختی و روان‌سنجی نیستند انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی ۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه کنترل گمارده شدند. در گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه جلسات حکایت درمانی مالی اجرا و گروه کنترل مداخله دریافت نکردند. در ادامه حکایت درمانی مالی به‌عنوان متغیر مستقل اعمال گردید و تأثیر آن بر اضطراب مالی زنان کارمند به‌عنوان متغیر وابسته مشخص شد و نتیجه مورد بررسی قرار گرفت.

در این پژوهش ملاک‌هایی برای آزمودنی‌ها جهت ورود به پژوهش در نظر گرفته شد که برخی از این ملاک‌ها به شرح ذیل بود: ۱- زنان کارمندی که مایل به همکاری بوده و بتوانند ۸ جلسه پی‌درپی در جلسات حکایت درمانی مالی شرکت کنند. ۲- نمره‌ی مقیاس اضطراب مالی آنان بیشتر از میانگین بوده است. ۳- در مدت این پژوهش تحت درمان یا آموزش گروهی دیگری نباشند. ملاک‌های خروج در این پژوهش

عبارت بود از ۱- وجود اختلالات حاد روان‌شناختی، از جمله اختلالات سایکوتیک، ۲- غیبت بیش از یک جلسه، ۳- تأخیر بیش از بیست دقیقه در سه جلسه، ۴- عدم انجام تکالیف مشخص شده، بیش از یک جلسه.

در این مطالعه جهت گردآوری داده‌ها از دو پرسشنامه استفاده شد: ۱- پرسشنامه ویژگی‌های دموگرافیک: در این مطالعه جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شد که شامل سن، تحصیلات و وضعیت تأهل بود. ۲- مقیاس اضطراب مالی: در این مطالعه به منظور ارزیابی میزان اضطراب مالی و گردآوری داده‌ها از مقیاس اضطراب مالی آرکولتا (۲۰۱۳) استفاده شد. این مقیاس شامل ۷ ماده است که شیوه نمره‌گذاری در مقیاس طیف لیکرت به‌گونه‌ای است که از هرگز تا همیشه به ترتیب نمره ۱ تا ۷ تعلق می‌گیرد و نمره کل هر آزمودنی از ۷ تا ۴۹ می‌باشد که نمرات بالا نشان‌دهنده‌ی اضطراب بالا در فرد است (Archuleta, 2013). در ایران این مقیاس توسط عکافیان (۱۳۹۳) ترجمه و مشخصات سایکومتریک آن مورد بررسی قرار گرفت. ضریب پایایی مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ  $\alpha = 0.92$  محاسبه شد. روایی هم‌زمان این مقیاس با پرسشنامه رفتارمانی (KMBA)<sup>۱</sup> (کلانتز و همکاران، ۲۰۱۲) نیز مورد تأیید قرار گرفت ( $r = 0.54$ ,  $P < 0.05$ ). روایی واگرایی این مقیاس با مقیاس سلامت مالی (FHS)<sup>۲</sup> (کلانتز و همکاران، ۲۰۰۸) نیز منفی و معنادار است ( $r = -0.61$ ) (عکافیان، ۱۳۹۳). به منظور افزایش اعتبار درونی پژوهش حاضر، سعی شده است تا متغیرهای ناخواسته کنترل شوند. همچنین برای جلوگیری از تأثیر منفی پیش‌آزمون در نتایج پژوهش، این عوامل از طریق تحلیل کوواریانس کنترل شده‌اند. برای ابزارهای

1 Klontz Money Behavior Inventory(KMBI)

2 Financial Health Scale (FHS)

اندازه‌گیری و جلوگیری از تأثیر منفی آن‌ها، سعی شد از مقیاس معتبر و قابل قبول استفاده شود. اعتبار ابزارهای مورد استفاده نیز علاوه بر اینکه در پژوهش‌های قبلی توسط پژوهشگران خارجی مورد تأیید قرار گرفته است، در پژوهش حاضر نیز توسط محققان تأیید شد.

### شیوه‌ی اجرای پژوهش

پس از انتخاب نمونه از میان زنان کارمندی که نمره‌ی اضطراب مالی آنان بالاتر از میانگین بود و گمارش تصادفی آن‌ها، در دو گروه آزمایش و کنترل، مقیاس اضطراب مالی به‌عنوان پیش‌آزمون در هر دو گروه توزیع گردید. سپس بر روی گروه آزمایش، جلسات آموزش حکایت درمانی مالی به‌صورت گروهی مرحله‌به‌مرحله، اجرا گردید. پس از اتمام مداخلات (هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، در هفته یک‌بار) روی گروه آزمایش، برای هر دو گروه آزمایش و کنترل، مقیاس اضطراب مالی به‌عنوان پس‌آزمون اجرا گردید. در نهایت نتایج تجزیه و تحلیل شده و گزارش پژوهش تدوین گردید. سرفصل محتوای جلسات حکایت درمانی مالی به‌طور خلاصه در جدول شماره ۱ آمده است:

جدول ۱) خلاصه‌ای از شرح جلسات آموزش حکایت درمانی مالی

اهداف کلی	جلسات
عنوان: ایجاد رابطه حسنه، آشنایی با اهداف، قواعد و ساختار جلسات دستور جلسه: آشنایی اعضای گروه، بیان قواعد و هنجارهای گروه، مروری بر ساختار و اهداف جلسات، کمک به اعضا برای مشارکت در گروه و ایجاد رابطه حسنه	جلسه اول
عنوان: جمع‌آوری اطلاعات مالی اعضا دستور جلسه: جمع‌آوری اطلاعات افراد (صرفاً مالی) و بررسی اختلالات مالی آنان	جلسه دوم
عنوان: سنجش وضعیت مالی و اوراق‌سازی مشکلات مالی دستور جلسه: بسط و توسعه مشکلات مالی اعضای گروه و اینکه	جلسه سوم

	<p>بتوانند تصویری از وضعیت مالی کنونی خویش بیابند. همچنین بتوانند تعریف جدیدی از مشکل مالی خود بیان نمایند.</p>
جلسه چهارم	<p><b>عنوان:</b> برونی‌سازی مشکل مالی</p> <p><b>دستور جلسه:</b> با برونی‌سازی و جان بخشیدن به مشکل مالی خود، پی ببرند که مشکلات خارج از وجودشان است و بتوانند تأثیر منفی آن را در زندگی بیان کنند.</p>
جلسه پنجم	<p><b>عنوان:</b> در جستجوی حوادث بی‌همتا</p> <p><b>دستور جلسه:</b> بایان خاطرات و تجربیات فردی، به موارد استثنا و رویدادهای بی‌همتا در خصوص حل مشکل مالی خود پی ببرند.</p>
جلسه ششم	<p><b>عنوان:</b> ارائه طرح مالی و اجرای حکایت ترجیحی مالی جدید</p> <p><b>دستور جلسه:</b> کمک به اعضا برای یافتن حکایت جدید مالی، تثبیت آن و رسیدن به این بینش که در عمل می‌توانند حکایت جدید مالی خود را اجرا نمایند.</p>
جلسه هفتم	<p><b>عنوان:</b> پیاده‌سازی و اجرای برنامه مالی</p> <p><b>دستور جلسه:</b> پیاده‌سازی و اجرای برنامه مالی، برجسته‌سازی نقاط قوت، تثبیت حکایت ترجیحی</p>
جلسه هشتم	<p><b>عنوان:</b> نظارت بر برنامه مالی و استفاده از شاهدها</p> <p><b>دستور جلسه:</b> تشویق و تقویت توانمندی اعضا، ارزیابی اثربخشی این طرح مالی و بررسی اضطراب مالی، داشتن چند شاهد پس از مشاهده تغییرات مالی در زندگی</p>
<p>برگرفته از کلانتر و همکاران (۲۰۱۴)؛ ص ۲۴۰.</p>	

در این پژوهش، اطلاعات توسط نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ تحلیل شده و از روش‌های آماری توصیفی و آمار استنباطی جهت آزمون فرضیه‌ها استفاده شده است. در سطح توصیفی، از جدول و نمودار فراوانی و درصد فراوانی، محاسبه میانگین و انحراف

معیار همراه با واریانس و در سطح استنباطی نیز در راستای فرضیه‌ی پژوهش از تحلیل کوواریانس استفاده شد.

#### ۴. یافته‌ها

شاخص‌های توصیفی مربوط به نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون نمرات اضطراب مالی در دو گروه آزمایش و کنترل در جدول ۲ مشاهده می‌شود

جدول ۲) میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش‌آزمون، پس‌آزمون اضطراب مالی

متغیر	گروه	تعداد	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
			میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
اضطراب مالی	آزمایش	۱۵	۳۰/۳۳	۵/۴۷	۱۷/۸۶	۴/۰۳
	کنترل	۱۵	۲۸/۲۶	۳/۱۵	۲۷/۹۳	۴/۱۱

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، میانگین نمرات اضطراب مالی در گروه آزمایش در مرحله‌ی پیش‌آزمون برابر ۳۰/۳۳ و با انحراف استاندارد ۵/۴۷ و در گروه کنترل برابر با ۲۸/۲۶ و با انحراف استاندارد ۳/۱۵ است. درحالی‌که در پس‌آزمون میانگین نمرات در گروه آزمایش ۱۷/۸۶ و با انحراف استاندارد ۴/۰۳ و در نهایت در گروه کنترل برابر ۲۷/۹۳ و با انحراف ۴/۱۱ است. نتایج توصیفی (میانگین‌ها) در جدول ۲ نشان می‌دهد که در مؤلفه‌ی اضطراب مالی، در گروه آزمایش، میانگین نمره‌های پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون تغییر یافته است، اما در گروه کنترل، تغییرات محسوسی مشاهده نمی‌شود. در این پژوهش برای تحلیل استنباطی نتایج، از تحلیل کوواریانس یک‌راهه استفاده شد و پیش‌فرض‌های موردنیاز جهت کاربرد آزمون‌های پارامتریک بررسی شدند. در این پژوهش برای آزمون نرمال بودن توزیع نمونه از آزمون شاپیرو-ویلکز استفاده گردید. نتایج این آزمون برای فرضیه‌های پژوهش در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳) نتایج آزمون شاپیرو-ویلکز در مورد پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات

شاپیرو-ویلکز			گروه‌ها	متغیر
معنی داری	درجه آزادی	آماره		
۰/۳۶۲	۱۵	۰/۹۴۴	آزمایش	اضطراب
۰/۲۳۱	۱۵	۰/۸۹۲	کنترل	مالی

همان گونه که در جدول ۳ مشاهده می‌گردد، با توجه به توزیع نرمال نمرات، پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات در پیش آزمون و در هر دو گروه آزمایش و کنترل تأیید می‌گردد.

پیش از انجام تحلیل کوواریانس به منظور بررسی برابری واریانس‌ها از آزمون لوین<sup>۱</sup> استفاده گردید که نتایج در جدول ۴ آمده است. این نتایج نشان می‌دهد که در تمامی متغیرها، سطح معنی داری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است؛ لذا واریانس‌ها برابر هستند و استفاده از تحلیل کوواریانس در داده‌های پژوهش بلامانع بوده و پایایی نتایج به دست آمده از آن تأیید می‌گردد.

جدول ۴) نتایج آزمون لوین جهت برابری واریانس‌ها در مرحله پس آزمون در اضطراب مالی

مرحله	متغیر	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی داری
پس آزمون	اضطراب مالی	۰/۴۷۷	۱	۲۸	۰/۴۹۵

نتایج بررسی همگنی شیب‌های رگرسیون نمرات در جدول ۵ آمده است.

جدول (۵) بررسی همگنی شیب نمرات اضطراب مالی

تعامل گروه با:	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
اضطراب مالی	۱/۶۳۷	۱	۱/۶۳۷	۱/۶۸۵	۰/۲۰۷

با توجه به سطح معناداری تعامل گروه با متغیرهای مختلف که بیشتر از خطای مفروض در پژوهش شده است همگنی شیب رگرسیون نمرات تأیید می‌شود. با توجه به اینکه در این پژوهش از طرح پژوهشی پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شده است و در این گونه طرح‌ها تأثیر متغیر مستقل بر متغیر وابسته‌ی دیگر سنجیده می‌شود، آنچه حائز اهمیت است کنترل متغیرهای همگام و مداخله‌گر است. در واقع آن بخش از واریانس متغیر وابسته که ناشی از واریانس متغیرهای همگام و مداخله‌گر است، از واریانس کل کم می‌شود تا تفاوت‌های گروهی از لحاظ واریانس تعدیل شده مورد بررسی قرار گیرد؛ بنابراین در این پژوهش اثر پیش‌آزمون با استفاده از روش تحلیل کوواریانس در پس‌آزمون کنترل گردیده است. با توجه به رعایت پیش‌فرض‌های نرمال بودن توزیع نمرات، همسانی واریانس‌ها و همگنی شیب‌خط رگرسیون، تحلیل کوواریانس یک‌راهه برای به دست آوردن نتایج استنباطی صورت گرفت. فرضیه‌ی این پژوهش عبارت بود از آموزش حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی زنان کارمند مؤثر است.

جدول (۶) نتایج تحلیل کوواریانس تأثیر عضویت گروهی بر میزان نمرات اضطراب مالی زنان

متغیرهای پژوهش	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجدورات (میزان تأثیر)	توان آماری
پیش‌آزمون	۲۹۳/۷۱۴	۱	۲۹۳/۷۱۴	۴۸/۳۸۹	۰/۰۰۰	۰/۶۳۲	۱/۰۰۰
عضویت گروهی	۹۴۸/۷۹۹	۱	۹۴۸/۷۹۹	۱۸۵۲ ۱۴۹	۰/۰۰۰	۰/۸۴۷	۱/۰۰۰
خطا	۱۷۰/۹۵۲	۲۷	۶/۳۳۲	-	-	-	-



همان‌طور که در جدول ۶ نشان داده شده است، پس از حذف تأثیر پیش‌آزمون بر روی متغیر وابسته و با توجه به ضریب  $F$  محاسبه شده مشاهده می‌شود که بین میانگین‌های تعدیل شده نمرات اضطراب مالی شرکت‌کنندگان برحسب عضویت گروهی (گروه آزمایشی و گروه کنترل) در مرحله پس‌آزمون ( $F=149/852$ ) تفاوت معنادار وجود دارد ( $P=0/0005$ ). لذا فرضیه‌ی پژوهش تأیید می‌گردد. بنابراین آموزش حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی گروه آزمایشی در پس‌آزمون تأثیر داشته است. میزان این تأثیر در مرحله پس‌آزمون  $0/847$  است.

## ۵. بحث و نتیجه‌گیری

به دلیل تغییر در ساختار اجتماعی و اقتصادی کشور روزبه‌روز بر تعداد مردان و زنان شاغل افزوده می‌شود و شاهد گسترش تعداد خانواده‌های هر دو سر شاغل هستیم. در دنیای امروز اضطراب مالی به یکی از اضطراب‌های زندگی روزمره بدل شده است به گونه‌ای که درصد وسیعی از افراد جامعه خصوصاً افراد شاغل اضطراب ناشی از مسائل مالی را تجربه کرده‌اند. با توجه به افزایش میزان اضطراب مالی نه تنها در ایران بلکه در سراسر کشورهای جهان، مدیریت و غلبه بر اضطراب مالی کانون توجه محققان در حوزه‌ی سلامت روان و مدیران منابع انسانی قرار گرفته است. حکایت درمانی یکی از درمان‌های پست‌مدرن است که با ظهور روانشناسی مثبت ظهور یافته است. لذا پژوهش حاضر باهدف بررسی تأثیر حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی زنان کارمند انجام گرفت. فرضیه این پژوهش عبارت بود از حکایت درمانی مالی بر اضطراب مالی زنان کارمند مؤثر است. یافته‌های جدول ۵ نشان می‌دهد که بین میانگین‌های تعدیل شده نمرات اضطراب مالی شرکت‌کنندگان برحسب عضویت گروهی (گروه آزمایشی و گروه کنترل) در مرحله‌ی پس‌آزمون ( $F=149/852$ ) تفاوت معناداری وجود دارد. لذا فرضیه پژوهش در سطح ( $P=0/0005$ ) مورد تأیید قرار گرفت. بنابراین آموزش حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی گروه آزمایشی در پس‌آزمون تأثیر داشته است و میزان این تأثیر در مرحله پس‌آزمون  $0/847$  است. در

تیین یافته‌های این پژوهش، می‌توان گفت بنابراین همان‌طور که در نتیجه پژوهش به دست آمد، تأیید این فرضیه، قابل انتظار بوده است. تبیین دیگر این است از آنجاکه مهم‌ترین منبع برای افزایش کیفیت زندگی شناختن تجربیات موفقیت‌آمیز در گذشته می‌باشد؛ چون شرکت‌کنندگان در مشاوره حکایت درمانی مالی به تخریب داستان‌های بدبینانه‌ی در ارتباط با پول و اموال خود پرداختند و با جدا کردن خود از مشکلات و جستجو در پیشینه‌ی خویش برای یافتن پیامدهای بی‌همتا و منحصر به فرد «یا لحظه‌های درخشان و ناب» لحظاتی که آنان برخلاف داستان‌های سرشار از مشکل مالی رفتار کرده‌اند و تجربیات موفقیت‌آمیزی داشته‌اند، اعتماد به نفس ماندگار پیدا کردند و در جهت کاهش نگرانی‌های خود در خصوص مسائل مالی به جایگاه قهرمانی دست یافتند (نیکولز، شوارتز، ۲۰۰۹؛ به نقل از دهقانی و همکاران، ۱۳۸۷).

برای کشف اتفاقات و رویدادهای درخشان و ناب زندگی مالی مراجعان، با مطرح نمودن سؤالات کلیدی، زمان زیادی صرف شد و درازای آن افراد توانایی پیدا کردند که به کشف اتفاقات و رویدادهای بی‌همتای زندگی خویش بپردازند. در واقع حکایت درمانی مالی به بعد وسیع و گسترده‌ای از زندگی مالی مراجعان و به بازسازی دیدگاه آن‌ها نسبت به گذشته مالی‌شان می‌پردازد. تبیین دیگر در خصوص این یافته، آن است که رویکرد حکایت درمانی مالی محدود به تغییرات جزئی ناچیز در حل یک یا چند مشکل خاص مالی در زندگی و یا کاهش اضطراب مالی نیست، بلکه از آنجاکه روند کلی زندگی مالی فرد را تغییر می‌دهد و توجه آن به الگوی معنا بخشی به رویدادهای زندگی مالی فرد است، می‌توان انتظار داشت که دگرگونی‌های عمیقی در تمام جنبه‌های زندگی مالی وی به جای بگذارد. به کمک این شیوه می‌توان در مراجعان احساس خودمختاری و تسلط بر زندگی شخصی و مسائل و اتفاقات مالی و اقتصادی ایجاد کرد. این یافته پژوهش با نتایج مطالعات مک کوی و همکاران (۲۰۱۳)، کیم و همکاران (۲۰۱۱) و مورگان (۲۰۰۰) مبنی بر اثربخش بودن حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی همخوان است.

با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان گفت با توجه به این اصل که هدف حکایت درمانی مالی، توجه دادن افراد به بیرونی کردن و از توان انداختن مشکل مالی، ایجاد نگاه بیرونی به مشکل مالی از زوایای مختلف و در نتیجه، ایجاد یک حکایت ترجیحی برای داستان زندگی مالی است، لذا افراد با کمک حکایت درمانی مالی می‌توانند دیدگاهی تازه به واقعیات پیدا کنند و این امر، خود موجب کاهش افکار و نگرش‌های ناسالم نسبت به دارایی خود شده، در نتیجه اضطراب و نگرانی‌های مالی کاهش می‌یابد. در مجموع و با توجه به نتایج حاصل از پژوهش حاضر و جمع‌بندی نتایج پژوهش‌های انجام‌شده تا به حال، این‌گونه عنوان می‌شود که حکایت درمانی مالی به دلیل انعطاف‌پذیری بالایی که دارد، به عاملیت فرد در ساخت حکایت زندگی مالی کمک می‌کند، بنابراین می‌توان رویکرد حکایت درمانی مالی را امیدوارکننده دانست و در کاهش اضطراب‌های مالی و در درمان بیماران مبتلا به اختلالات مالی بکار برد. این مطالعه نیز مانند سایر مطالعات با محدودیت‌هایی همراه بود. برخی از مشکلات و محدودیت‌هایی که در پژوهش حاضر وجود داشت عبارت‌اند از: آزمودنی‌ها در این پژوهش از بین زنان کارمند انتخاب شدند پس به تعمیم نتایج برای هر دو جنس باید احتیاط کرد. این پژوهش در نمونه‌ای از زنان کارمند شهر اصفهان به اجرا درآمده است لذا در تعمیم نتایج پژوهش به جوامع دیگر باید احتیاط نمود. شیوه نمونه‌گیری این تحقیق به دلیل عدم دسترسی به جامعه و محدودیت‌های گروه‌درمانی به صورت در دسترس بوده است که امکان تعمیم نتایج را تا حد زیادی محدود می‌کند. با توجه به اینکه در این پژوهش به علت محدودیت زمانی، امکان پیگیری وجود نداشت، باید نسبت به تعمیم نتایج در طولانی‌مدت احتیاط شود. از آنجاکه این پژوهش برای اولین بار است که اجرا می‌گردد، بنابراین توصیه می‌شود این پژوهش در مورد مردان کارمند نیز اجرا گردد. همچنین پیشنهاد می‌شود که برای کاهش اضطراب مالی، پژوهش‌هایی با استفاده از سایر مداخلات مدرن انجام گردد.

۱. با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود در مراکز درمانی از رویکرد حکایت درمانی مالی برای کاهش اضطراب مالی استفاده کرد.
  ۲. از نتایج این پژوهش می‌توان در سازمان‌ها، مراکز مشاوره شغلی و تحصیلی، مراکز مشاوره خانواده، بهزیستی و مدارس جهت کاهش اضطراب‌های ناشی از مسائل مالی و اقتصادی استفاده نمود.
  ۳. می‌توان با به‌کارگیری آموزش‌های صحیح در جهت تربیت مالی کودکان در مدارس بهره برد.
- پیشنهاد می‌شود مراکز ویژه‌ای جهت روان‌درمانی مالی در جهت کاهش اضطراب‌ها و استرس‌های ناشی از مسائل مالی و ارتقای سلامت مالی تمامی افراد جامعه در سراسر کشور ایجاد گردد.

## منابع

۱. عکافیان، سمیه (۱۳۹۳). بررسی اثربخشی حکایت درمانی مالی بر کاهش اضطراب مالی زنان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی شهر، اصفهان.
۲. فرنهام، آدریان و آرگایل، مارکل (۱۳۹۴). *روانشناسی پول*. ترجمه یاسایی. شهلا. تهران: رشد.
۳. گال، مردیت دامین؛ بورگ، والتر و گال، جوئیس (۱۳۹۳). روشهای تحقیق کمی و کیفی در علوم تربیتی و روانشناسی (جلد ۱)، ترجمه شهنی ییلاق منیجه و همکاران، تهران: دانشگاه شهید بهشتی، سمت.
۴. نیکولز، مارکل. پی؛ و شوارتز، ریچارد. سی (۱۳۸۷). *خانواده‌درمانی*. ترجمه دهقانی، گنجوی، نجاریان رسولی، محمدی، علیزاده. تهران: انتشارات دانژه.
5. Anthes, W. L. & Most, B. W. (2000). Frozen in the headlights: The dynamics of women and money. *Journal of Financial Planning*, 13, pp. 130-142.
6. APA (American Psychiatric Association). (2013). *Diagnostic and Statistical manual of mental disorders: DSM-5<sup>TM</sup>* Washington: American Psychiatric Publishing.
7. Archuleta, K. L. Burr, E. A. Carlson, M. B. Ingram, J. Kruger, L. I. Grable, J. E. & Ford, M. R. (2015). Solution-focused financial therapy: A brief report of a pilot study. *Journal of financial Therapy*.
8. Archuleta, K. L. Dale, A. & Spann, S. M. (2013). College Students and Financial Distress: Exploring Debt, Financial Satisfaction, and Financial Anxiety. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 24(2), pp. 50-62.

9. Archuleta, K. L. Mielitz, K. S. Jayne, D. & Le, V. (2020). Financial goal setting, financial anxiety, and solution-focused financial therapy (SFFT): A quasi-experimental outcome study. *Contemporary Family Therapy*, 42(1), pp. 68-76.
10. Burchell, B. (2003). Identifying, describing and understanding financial aversion. Cambridge: University of Cambridge Research Publication.
11. Dean, L. R. Carroll, J. S. & Yang, C. (2007). Materialism, perceived financial problems, and marital satisfaction. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 35(3), pp. 260–281.
12. Dubofsky, D. & Sussman, L. (2009). The changing role of the financial planner part 1: From financial analytics to coaching and life planning. *Journal of Financial Planning*, 22(8), pp. 44-56.
13. Gale, J. Goetz, J. & Britt, S. (2012). Ten considerations in the development of the financial therapy profession. *Journal of Financial Therapy*, 3(2), pp. 1-13.
14. Gale, J. Goetz, J. & Britt, S. (2012). Ten considerations in the development of the financial therapy profession. *Journal of Financial Therapy*, 3(2), pp. 1-13.
15. Ginsberg, D. L. (2004). Women and anxiety disorders: implications for diagnosis and treatment. *CNS Spectrums*, 9(9), pp. 1-3.
16. Grable, J. E. Archuleta, K. L. Ford, M. R. Kruger, M. Gale, J. & Goetz, J. (2020). The moderating effect of generalized anxiety and financial knowledge on financial management behavior. *Contemporary Family Therapy*, 42(1), pp. 15-24.

17. Grable, J. Heo, W. & Rabbani, A. (2015). Financial anxiety, physiological arousal, and planning intention. *Journal of Financial Therapy*, 5(2).
18. Heo, W. & Rabbani, A. (2014). Financial Anxiety, Physiological Arousal, and Planning Intention. *Journal of Financial Therapy Volume*, 5(2).
19. Ingram, J. (2015). Solution-focused Financial Therapy: A Brief Report of a Pilot Study. *Journal of Financial Therapy Volume*, 6(1).
20. Khan, K. A. Akhtar, M. A. Dey, S. K. & Ibrahim, R. (2020). Financial Anxiety, Financial advice, and E-payment use: Relationship and perceived differences between males & females of Generation Z. *Journal of Critical Reviews*.
21. Klontz, B. T. & Britt, S. L. (2012). How clients' money scripts predict their financial behaviors. *Journal of Financial Planning*, 25(11), pp. 33–43.
22. Klontz, B.T. & Klontz, T. (2009). *Mind over money: Overcoming the money disorders that threaten our financial health*. NewYork: Crown Business.
23. Klontz, B.T. Bivens, A. Klontz, P. Woda, J. & Kahler, R. (2008). The treatment of disordered money behaviors: Results of an open clinical trial. *Psychological Services*, 5(3), pp. 295-308.
24. Klontz, B.T. Britt, S. L. & Archuleta, K.L. (2014). *Financial Therapy*. Springer Cham Heidelberg New York Dordrecht London.
25. Kim, J. Gale, J. Goetz, J. & Bermúdez, J. M. (2011). Relational financial therapy: An innovative and collaborative treatment approach. *Contemporary Family Therapy*, 33(3), pp. 229–241.

26. LeBaron, A. B. & Kelley, H. H. (2020). Financial Socialization: A Decade in Review. *Journal of Family and Economic Issues*, pp. 1-12.
27. Lusardi, A. & Mitchell, O. S. (2008). Planning and financial literacy: How do women fare? *American Economic Review*, 98(2), pp. 413-17.
28. McCoy, M. A. Ross, D. B. & Goetz, J. W. (2013). Narrative financial therapy: Integrating a financial planning approach with therapeutic theory. *Journal of Financial Therapy Volume*, 4(2).
29. McGill, S. Grable, J. & Britt, S. (2010). The Financial Therapy Association: A Brief History. *The Journal of Financial Therapy*, 1(1), pp. 11-16.
30. Morgan, A. (2000). What is Narrative therapy? An easy to read introduction. Adelaide: Dulwich Centre Publications.
31. Oggins, J. (2003). Topics of marital disagreement among African-American and Euro-American newlyweds. *Psychological Reports*, 92, pp. 417-433.
32. Russell, J. & Cohn, R. (2012). Narrative therapy. Lennex Corporation.
33. Shapiro, G. K. & Burchell, B. J. (2012). Measuring financial anxiety. *Journal of Neuroscience, Psychology, and Economics*, 5(2), pp. 92.
34. Shapiro, G. K. & Burchell, B. J. (2012). Measuring financial anxiety. *Journal of Neuroscience, Psychology, and Economics*, 5(2), pp. 92.
35. Vosylis, R. & Erentaitė, R. (2020). Linking family financial socialization with its proximal and distal outcomes: Which socialization dimensions matter most for emerging adults' financial identity, financial behaviors, and financial anxiety? *Emerging Adulthood*, 8(6), pp. 464-475.



36. White, J. M. & Klein, D. M. (2002). *Family theories* (2nd ed). Thousand Oaks: Sage.
37. White, M. & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York: W. W. Norton & Company, Inc.
38. Williams, G. (2013). Are you afraid to spend your money? *MSN Money*.
39. Zagorsky, J. L. (2003). Husbands' and wives' view of the family finances. *Journal of Socio-Economics*, 32, pp. 127–146.
40. Zvorsky, I. Skelly, J. M. & Higgins, S. T. (2018). Effects of financial incentives for smoking cessation on mood and anxiety symptoms among pregnant and newly postpartum women. *Nicotine and Tobacco Research*, 20(5), pp. 620-627.

