

The Effect of Emotion-Focused Therapy Based on Interpersonal Forgiveness Concepts on Decreasing Divorce Tendency and Increasing Family Cohesion in Women Who Affected by Marital Infidelity

*Yaser Rezapour Mir Saleh*¹

*Roya Shafizadeh*²

*Farzaneh Amin*³

The purpose of present study was to investigate the effect of emotion-focused therapy based on interpersonal forgiveness concepts on decreasing divorce tendency and increasing family cohesion in women who affected by marital infidelity. A pretest-posttest quasi-experimental study design using multiple single-case study method was used. 3 women who affected by marital infidelity of their husbands and referred to Ardakan social welfare emergency institute were selected by available sampling. Data gathered by divorce tendency scale (Rusbult & et al, 1986) and family adaptability & cohesion evaluation scale (Faces III) in 3 time point phase. The participants answered to the scales twice in baseline phase, then emotion-focused therapy was carried out in treatment phase during 10 sessions. Participants answered to the scales in 4th and 7th and final session of the intervention. After one month, as follow-up phase, participant also answered to the scales. The data were analyzed using visual analysis, improvement percentage and reliable change index. The findings showed that there were significant clinically and statistically improvements in the divorce tendency and family adaptability and cohesion after treatment ($p < .05$). After one months of follow-up, differences were also maintained, that indicates the sustainability of the therapeutic effects. Regarding the results, it can be concluded that emotion-focused intervention based on forgiveness concepts can be used to increase the family adaptability and cohesion and to reduce divorce tendency in women who affected by infidelity of their husbands.

Keywords: Emotion-Focused Therapy, Forgiveness, Divorce, Family Cohesion, Infidelity

1. Associate Professor, Department of Consultancy, College of Human and Social Sciences, Ardakan University, Yazd, Iran

2. Corresponding Author: MA in Family Consultancy, College of Human and Social Sciences, Ardakan University, Yazd, Iran

3. Meybod Social Emergency Welfare Organization, Yazd, Iran

اثربخشی آموزش تلفیقی هیجان‌محور و بخشودگی بر میزان همبستگی خانوادگی و گرایش به طلاق در بین زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی

یاسر رضاپور میرصالح^۱

رویا شفیعی زاده^۲

فرزانه امین^۳

پذیرش نهایی: ۱۴۰۰/۰۹/۰۲

دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۵/۱۴

چکیده

هدف این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش تلفیقی هیجان‌محور و بخشودگی بین‌فردی بر گرایش به طلاق و انسجام خانوادگی زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی بود. این مطالعه یک پژوهش نیمه آزمایشی از نوع مطالعات خط پایه چندگانه بود. نمونه شامل ۳ نفر از زنان آسیب‌دیده از خیانت بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس از بین زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی که در سال ۱۳۹۶ به اورژانس اجتماعی شهرستان اردکان مراجعه داشته‌اند، انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های میل به طلاق روزلت و همکاران (۱۹۸۶) و ارزیابی انطباق و انسجام خانوادگی السون و همکاران (۱۹۸۵) در سه مرحله خط پایه، دوره آموزش و پیگیری استفاده شد. ابتدا ارزیابی اولیه با استفاده از پرسشنامه‌ها در دو مرحله خط پایه، انجام و سپس شرکت‌کنندگان طی ۱۰ جلسه تحت آموزش انفرادی با رویکرد هیجان‌مدار و بخشودگی قرار گرفتند. یک ماه پس از پایان آموزش، از شرکت‌کنندگان آزمون پیگیری به عمل آمد. مقایسه نمرات افراد در دو مرحله، نشان‌دهنده تفاوت معناداری در شاخص‌های کلی متغیرهای میل به طلاق و انسجام خانوادگی است ($p < 0/05$). تغییرات در مرحله پیگیری نیز حفظ شده بود که نشان از پایداری تأثیر آموزش می‌داد. بر اساس یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که از آموزش تلفیقی هیجان‌مدار و بخشودگی می‌توان در کاهش گرایش به طلاق و افزایش انسجام و انطباق خانوادگی زنان آسیب‌دیده از خیانت بهره برد.

کلیدواژه‌ها: آموزش هیجان‌مدار، بخشودگی زناشویی، گرایش به طلاق، انسجام خانوادگی، زنان خیانت‌دیده.

۱. دانشیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، یزد، ایران Y.rezapour@ardakan.ac.ir

۲. نویسنده مسئول: کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، یزد، ایران

Roya.shafizade2018@gmail.com

Farzanehamin57@gmail.com

۳. سازمان بهزیستی، اورژانس اجتماعی شهرستان میبد، یزد، ایران

مقدمه

موفقیت پیوند زناشویی و استحکام و انسجام نهاد خانواده، متأثر از علل و عوامل گوناگون در ابعاد درون فردی، میان فردی و محیطی است. یکی از اصلی ترین این عوامل که پایداری پیوند یاد شده و سلامت نظام خانواده را مختل می سازد، خیانت زناشویی^۱ است (آلندروف و چیمبری^۲، ۲۰۱۳؛ کارگر و همکاران، ۱۳۹۳).

خیانت به عنوان فریب، بی وفایی و مطمئناً به عنوان یک مفهوم غیراخلاقی معرفی می شود (روکاچ و فیلیبرت لکنیرز^۳، ۲۰۱۵). همچنین به معنای رابطه عاشقانه و مخفیانه با یک شریک ثانویه است، در حالی که همین فرد با شخصی دیگر است (فرینچمن و می^۴، ۲۰۱۷).

مهم ترین انگیزه‌ی زن و مرد متأهلی که به سوی روابط نامشروع کشیده می شوند، تجربه مجدد صمیمیت فردی و جنسی است؛ چیزی که دیگر در زندگی مشترکشان نمی یابند (علیپور و همکاران، ۱۳۹۵). خیانت ممکن است شامل نقض جزئی یا عمده‌ی قوانین باشد (فینچام و می^۵، ۲۰۱۷).

با توجه به پیامدهای سوء خیانت باز کسانی هستند که به چنین روابطی کشیده می شوند. این پدیده در جوامع مختلف تعاریف گوناگونی دارد؛ بر اساس تعریف وایدنمن و آلگیر، خیانت را فقط رابطه‌ی جنسی با فردی غیر از همسر نمی نامند، بلکه هر رابطه‌ای با فرد غیر هم جنس، که از همسر پنهان شود، یک رابطه‌ی خارج از ازدواج محسوب می شود (وایدنمن و آلگیر^۶، ۲۰۱۱). با توجه به شیوع آسیب های زناشویی و طلاق همراه با خیانت که بر اساس آمار منتشر شده از سازمان ثبت احوال کشور به ۳/۴۸ رسیده است (نسبت ازدواج به طلاق ۳/۴۸) (سازمان ثبت احوال کشور، ۱۳۹۶) درک بهتر از چگونگی تصمیم گیری افراد در مورد بازسازی یا انحلال رابطه خود، ضروری ست (کلین^۷، ۲۰۱۹).

جهت جلوگیری از خیانت زناشویی، باید به عوامل مؤثر بر آن توجه کرد. عوامل کوچک و بزرگی در خانواده وجود دارد که آن را در برابر مشکلاتی از این دست پایدار می کند و باعث

-
1. Marital infidelity
 2. Allendorf & Ghimere
 3. Rokach, A., & Philibert-Lignièrès, G.
 4. Fincham, F. D., & May, R. W.
 5. Fincham, F. D., & May, R. W.
 6. Wiederman, M. W., & Allgeier, E. R.
 7. Kleine, M.

می‌شود اعضا در کنار یکدیگر محکم بایستند و با مشکلات مبارزه کنند. یکی از این عوامل، انسجام خانواده است.

از آن جا که خانواده اساس زندگی اجتماعی است، بررسی عواملی که به انسجام آن کمک می‌کند و مانع فروپاشی آن می‌شود، مهم به نظر می‌رسد و اگر خانواده فاقد چنین ویژگی باشد، ناسازگاری‌های ناشی از آن، کل جامعه را در بر خواهد گرفت (خطیبی، ۱۳۹۵).

انسجام خانواده یکی از جنبه‌های زناشویی است که بیانگر فرآیندهای خانوادگی می‌باشد (وینک^۱، ۲۰۱۰). همچنین الیوت^۲ (۲۰۱۰) و السون^۳ (۲۰۱۱) از آن به‌عنوان مؤلفه‌ای یاد کرده‌اند که نشان‌دهنده‌ی سطح سلامت خانواده است. انسجام به‌عنوان یکی از ساختارهای پر نفوذ خانواده، احساس همبستگی، پیوند و تعهد عاطفی است که اعضای یک خانواده نسبت به هم دارند. در تعریفی، السون آن را پیوند عاطفی در بین اعضای خانواده معرفی می‌کند که باعث افزایش مقاومت و اتحاد بین اعضای خانواده می‌شود؛ از این رو آن‌ها در کنار یکدیگر محکم ایستاده و به سبب اتحاد و پیوند ایجاد شده، با مشکلات به خوبی مبارزه می‌کنند (السون، ۲۰۱۱). گرمی روابط و عواطف، تعهد و وقت گذاشتن برای یکدیگر و نیز پیوند و تعهد عاطفی موجود در بین اعضا، از ویژگی‌های یک خانواده منسجم است (زرگر، محمدی، بهرام‌آبادی و سباک‌نژاد، ۱۳۹۱).

نگرش‌های صمیمانه در محیط خانواده از طریق توانایی سهیم شدن در حالات هیجانی، دریافت پس‌خوراند منظم از روابط بین شخصی و آگاهی از احساسات همسر، مشکلات بین فردی و تعارضات همسران را کاهش داده و زمینه‌ی بهبود روابط و رضایتمندی زناشویی و خرسندی در محیط خانواده را فراهم می‌سازد (دی سوسا، مکدونالد، راشبی، دیموسکا و جیمز^۴، ۲۰۱۱).

انسجام خانواده یکی از نیرومندترین عواملی است که مانع خیانت زناشویی می‌شود و از طرفی، خیانت یکی از مهم‌ترین عواملی است که انسجام و سلامت نظام خانواده را مختل می‌سازد (آبنروف و چیمری، ۲۰۱۳).

خیانت و بی‌قیدی می‌تواند تأثیر مهمی بر افراد و روابط صمیمی داشته باشد و به‌عنوان یکی از رایج‌ترین دلایل طلاق به‌شمار رود (پینتو و ارانتس^۵، ۲۰۱۶). انجمن روانشناسی آمریکا^۶ (۲۰۱۹)،

-
1. Winek, J. L.
 2. Elliott, J.
 3. Olson, D.
 4. De Sousa, A., McDonald, S., Rushby, J., Li, S., Dimoska, A., & James, C.
 5. Pinto, R., & Arantes, J.
 6. American Psychological Association

اظهار می‌دارد که ۴۰ تا ۵۰ درصد از کل ازدواج‌های جدید به طلاق ختم می‌شود. از دلایل ذکر شده برای طلاق، خیانت به‌عنوان شایع‌ترین علت ذکر شده است (فینچام و می،^۱ ۲۰۱۷). پژوهش یوآن و ویسر^۲ (۲۰۱۹)، نشان می‌دهد که گرایش به طلاق در افرادی که احساس می‌کنند در رابطه زناشویی صدمه می‌بینند افزایش یافته و به احتمال زیاد به ازدواج خود پایان می‌دهند. مقصود از مفهوم گرایش به طلاق، میزان تمایل و علاقه‌مندی زوجین به جدا شدن و گسستن روابط زناشویی طی مراحل قانونی است. این مفهوم دارای سه بعد شناختی، عاطفی و رفتاری است، که در بعد شناختی تصورات فرد در مورد طلاق را شامل می‌شود و در بعد عاطفی شامل احساسات مثبت و منفی فرد نسبت به طلاق و سرانجام در بعد رفتاری، میزان آمادگی رفتاری فرد را جهت رویارویی با طلاق را در برمی‌گیرد (یوسفی و کیانی، ۱۳۹۱).

با توجه به تأثیر قابل تأمل خیانت و به تبع آن، احتمال افزایش طلاق در جوامع، اخیراً پژوهش‌های گسترده‌ای در این مورد صورت گرفته است. در تبیین و درمان زوجین درگیر با مشکل خیانت زناشویی، مدل‌های نظری مختلفی ارائه شده است.

از جمله درمان‌هایی که بر تنظیم هیجان و عواطف منفی زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی می‌تواند تأثیرگذار باشد، درمان هیجان‌محور است. این درمان به عنوان یک رویکرد ساختاری تجربی در فعالیتهای روان‌درمانی نظریه‌های روان‌شناختی معاصر مطرح شده است.

درمان مبتنی بر هیجان، یکی از شیوه‌های درمانی زوجین است که بر چرخه‌های منفی تعاملی پایدار، در اثر آسیب‌پذیری هیجان، توجه دارد. در این روش درمانی یک زن و شوهر این فرصت را دارند که بفهمند در کجای ارتباطات خود گیر می‌کنند و راه‌های جدیدی برای برقراری ارتباط پیدا می‌کنند که منعکس‌کننده درک نیازهای یک‌دیگر است (آلن^۳، ۲۰۱۶).

درمان متمرکز بر هیجان، خیانت زناشویی را با نوع جراحی دلبستگی^۴ در ارتباط می‌داند. مسأله‌ی اصلی در این درمان آن است که هیجان بخش اساسی ساختار هر فرد است و عاملی کلیدی برای سازمان‌دهی خود محسوب می‌شود. اساسی‌ترین سطح کارکرد هیجان، شکل انطباقی

1. Fincham, F. D., & May, R. W.
 2. Yuan, S., & Weiser, D. A.
 3. Allan, R.
 4. Attachment injuries

و سازگاران از پردازش اطلاعات و آمادگی فرد است که به رفتار جهت داده و موجب بهزیستی روان‌شناختی می‌شود (گرینبرگ و همکاران^۱، ۲۰۱۰).

از سوی دیگر درمان هیجان‌مدار، رویکردی یکپارچه از تلفیق سه دیدگاه سیستماتیک، انسان‌گرایی (تجربی) و نظریه دلبستگی بزرگسالان است که در اوائل دهه ۱۹۸۰ توسط جانسون و گرینبرگ ابداع شد (کشاورز افشار و همکاران، ۱۳۹۲). این درمان، هیجان را به‌عنوان زیربنای کارکردهای انطباقی و غیرانطباقی می‌داند (پاس و همکاران^۲، ۲۰۰۷). همچنین شامل روش‌های فعال کردن هیجان اولیه‌ای است که در یک محیط همدلانه به‌وجود می‌آید (نامنی و همکاران، ۱۳۹۶).

در سلسله پژوهش‌هایی که جهت حل آسیب‌های روانی با استفاده از رویکرد هیجان‌محور انجام شده است، نتایج نشان دهنده بهبود رضایت زناشویی، بخشش زوجین نسبت به یکدیگر و به‌طور کلی، اثربخشی و سودمندی این روش درمانی بر عملکرد زوجین بوده است (جانسون و وایفن^۳، ۲۰۰۳؛ ساندبرگ و کنسل^۴، ۲۰۱۱؛ مک‌لین، والتون، رودین، اسپلن و جونز^۵، ۲۰۱۳).

در همین راستا نامنی و همکاران (۱۳۹۶)، در پژوهش خود به بررسی اثربخشی درمان هیجان‌مدار به شیوه گروهی بر بخشودگی بین فردی و امید در زنان مطلقه پرداختند. نتایج پژوهش آن‌ها نشان داد این درمان می‌تواند به شیوه گروهی بخشودگی بین فردی و سطح امید در زنان مطلقه را بهبود بخشد.

همچنین ایزنبرگ و همکاران^۶ (۲۰۱۱) در پژوهشی دریافته‌اند که برنامه‌های مداخله‌ای که بر هیجان‌تأکید دارند، باعث بهبود کیفیت زندگی و سازش اجتماعی افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن می‌شوند.

از سویی مشاهدات بالینی و بررسی‌های علمی نشان می‌دهند بر ملا شدن خیانت، تأثیر مخرب، تکان‌دهنده و شدیدی بر زوج‌ها می‌گذارد. یکی از مدل‌های درمانی که می‌تواند در درمان و کاهش مشکلات ناشی از خیانت مؤثر واقع گردد، مدل درمانی مبتنی بر بخشش است.

-
1. Greenberg & et al
 2. Pos, A. E., & Greenberg, L. S.
 3. Johnson, S. M., & Whiffen, V.
 4. Sandberg, J. G., & Knestel, A.
 5. McLean, L. M., Walton, T., Rodin, G., Esplen, M. J., & Jones, J. M.
 6. Eisenberg

بخشش یکی از فرآیندهای روان‌شناختی و ارتباطی برای افزایش سلامت روان است که طی دو دهه‌ی اخیر به‌طور مشخص وارد حوزه‌ی مطالعات خانواده شده است. بخشش اثرات روشن بر سلامت روان دارد (مک نولتی و فینکام^۱، ۲۰۱۲). مطالعات مقطعی، نتایج مثبت میان بخشش و شاخص‌های مختلف سلامت ذهن را نشان می‌دهد (هیل و الماند^۲، ۲۰۱۱).

در پژوهش هالچوک، مکینین و جانسون^۳ (۲۰۱۰)، با عنوان حل آسیب‌های دل‌بستگی زوجین با استفاده از درمان هیجان‌مدار نشان داده شد که این درمان سبب بهبود در تنظیم رابطه دوتایی، اعتماد و بخشش و همچنین کاهش شدت آسیب دل‌بستگی می‌شود.

همچنین پژوهش‌های بالینی و کاربردی دیگری در رابطه با تأثیر درمان‌های مبتنی بر بخشش وجود دارد که نشان می‌دهد بخشش در زوجینی که به تازگی از یکدیگر جدا شده‌اند باعث رهایی از خصومت‌های اولیه، سازگاری با طلاق و حمایت بیشتر در اموری همچون نگهداری فرزندان می‌شود (یاروز یابان^۴، ۲۰۱۵) و همچنین کاهش افسردگی (چانگک^۵، ۲۰۱۶)، در افراد را به همراه دارد.

با توجه به نتایج پژوهش‌ها در مورد درمان هیجان‌محور و همچنین آموزش بخشودگی، پرداختن به عوامل هیجانی و بخشودگی می‌تواند در برطرف کردن مشکلات ناشی از خیانت بسیار مؤثر باشد.

با توجه به این که خیانت یکی از پدیده‌هایی است که زندگی زناشویی و سیستم خانواده را به شدت تحت تأثیر اثرات مخرب خود قرار می‌دهد و با توجه به نقش مهم زنان در خانواده و جامعه و همچنین آثار و تبعات سوئی که این مسئله بر این گروه از زنان بر جای می‌گذارد، در صورت عدم چاره‌اندیشی در مورد آن زمینه برای آسیب هر چه بیشتر این گروه از زنان و به تبع آن جوامع آماده می‌شود، لذا انجام مداخلات درمانی جهت بررسی و درمان به موقع اثرات سوء آن بر روی این گروه از زنان ضروری به نظر می‌رسد. هدف از تلفیق این دو درمان این بود که به نظر می‌رسد رویکرد هیجان‌مدار با مدیریت هیجان‌ها باعث می‌شود که این دسته از زنان بهتر بتوانند بر خشم ناشی از خیانت همسر غلبه کرده و سپس به وسیله آموزش بخشش، احساس رهایی بیشتری از

-
1. McNulty and Fincham
 2. Hill and Allemand
 3. Halchuk, R. E., Makinen, J. A., & Johnson, S. M.
 4. Yárnnoz-Yaben, S.
 5. Chung, M. S.

هیجان‌انات نامطلوب خود داشته باشند و همین موجب ایجاد هیجان‌انات تازه و سالمی در آنان شود (نامنی، محمدی‌پور و نوری، ۱۳۹۶). همچنین با توجه به قابلیت‌های این دو درمان و اینکه در اکثر پژوهش‌های پیشین به صورت تک بعدی به بررسی ابعاد رفتاری، هیجانی و شناختی پرداخته‌اند و این سه بعد با توجه به علیت حلقوی بین آن‌ها به صورت همزمان و در یک نگاه سیستمی به آن‌ها پرداخته نشده است به تلفیق این دو درمان با یکدیگر پرداختیم (شاهمرادی، صادقی، گودرزی و روزبهرانی، ۱۳۹۸).

با توجه به اینکه پژوهش‌های مداخله‌ای در کشور، در رابطه با درمان آسیب‌های ناشی از خیانت محدود هستند و مدل مبتنی بر درمان هیجان‌محور و بخشش که در این پژوهش معرفی گردید نیز کمتر مورد مطالعه قرار گرفته و با توجه به اینکه در جستجوهای انجام شده توسط محققین، پژوهشی که به بررسی تأثیر مدل مداخله‌ای مبتنی بر اثربخشی درمان هیجان‌محور و بخشش بر بهبود آسیب‌های ناشی از خیانت همسر روی زنان پرداخته باشد، مشاهده نگردید، لذا مطالعه‌ی حاضر با هدف بررسی تأثیر مداخله‌ی مبتنی بر این دو روش درمانی روی زنان آسیب‌دیده از خیانت همسر انجام شد.

روش پژوهش

این پژوهش از طرح آزمایشی تک موردی از نوع خط پایه چندگانه ناهمزمان بود. چون موضوع مورد تحقیق جزء موضوعات حساس بود و همچنین امکان داشت افراد از حضور در جلسات گروهی، به دلیل مطرح شدن هیجان‌انات منفی ناشی از خیانت، اکراه داشته باشند و از سویی درمان فردی هم به علت تعدد افراد گروه آزمایش زمان بر بود، در نتیجه تصمیم گرفته شد از شیوه خط پایه و تعداد محدودی از شرکت‌کنندگان استفاده شود.

جامعه آماری این پژوهش شامل زنان متقاضی طلاق شهرستان اردکان بود که به دلیل خیانت از سوی همسر به اورژانس اجتماعی اداره بهزیستی این شهرستان در سال ۱۳۹۶ مراجعه کرده بودند. حجم نمونه مورد نیاز نیز با توجه به پائین بودن مراجعه‌کنندگان با موضوع خیانت، عدم امکان تشکیل گروه آزمایش و کنترل و استفاده از روش خط پایه، تعداد سه نفر به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند تا مرحله درمان برای آنان با عمق بیشتری صورت گیرد.

معیارهای ورود به مطالعه شامل این موارد بود: حداقل دو سال از رابطه زناشویی آن‌ها گذشته باشد؛ تا قبل از پایان درمان اقدام قانونی برای طلاق نکنند؛ همسر در طول زندگی زناشویی خود،

تنها یک رابطه پنهانی داشته باشد؛ زوجین سابقه اختلال شخصیت نداشته باشند؛ همسر خطا کار از کار خود پشیمان باشد و همسر خطا کار مرد باشد. همچنین رضایت فرد و همسر نیز برای شرکت در پژوهش لازم بود.

برای اجراء شیوه خط پایه، متغیرهای وابسته در سه مرحله خط پایه، درمان و پیگیری چندین بار سنجیده شدند. ابتدا برای اطمینان از عدم نوسان نمرات ناشی از متغیرهای مداخله گر یا بهبودی خودبه خودی، پرسشنامه‌ها در دو مرحله خط پایه با فاصله دو ماه از یکدیگر، در افراد اجرا شد، سپس شرکت کنندگان ۱۰ جلسه درمان هیجان‌مدار و بخشودگی را دریافت کردند (دو روز در هفته جلسات ۹۰ دقیقه‌ای و به مدت ۵ هفته).

سنجش در جلسات چهارم، هفتم و آخرین جلسه درمان مجدداً تکرار شد. در نهایت، یک ماه پس از پایان مداخله نیز از شرکت کنندگان آزمون پیگیری گرفته شد (شرح در جدول ۱).

شیوه تجزیه و تحلیل داده‌ها

برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل نموداری (روند) استفاده شد. در این روش فراز و فرود متغیر وابسته، پایه داوری در مورد میزان تغییر به شمار می‌رود. علاوه بر تحلیل نموداری، از درصد بهبودی نیز برای بررسی معناداری بالینی تغییرات استفاده شد (اوگلس، لونن و بونستیل، ۲۰۰۱). از فرمول زیر برای محاسبه درصد بهبودی استفاده شد:

$$\Delta A\% = (A0 - A1) / A0$$

$\Delta A\%$: میزان بهبود، $A0$: مشکل آماجی در جلسه اول، $A1$: مشکل آماجی در جلسه آخر. همچنین از شاخص تغییر پایا^۱ (RCI) با فرمول اصلاح شده برای سنجش معناداری تغییرات بالینی استفاده شد (جاکوبسون و تراکس، ۱۹۹۸). برای محاسبه این شاخص، نمره پس از درمان یا پیگیری از نمره قبل از درمان کسر و بر خطای استاندارد تفاوت‌ها (S_{dif}) تقسیم می‌شود. اگر نتیجه حاصل بزرگ‌تر از ۱/۹۶ باشد، می‌توان با اطمینان ۹۵ درصد، تغییر حاصل شده را معنادار دانست. طراحی برنامه مداخله‌ای بر اساس پیشینه پژوهش مرتبط در این زمینه انجام شد (گرینبرگ و همکاران^۲، ۲۰۱۰؛ ورتینگتون و شرر^۳، ۲۰۰۴؛ منسز و گرینبرگ^۴، ۲۰۱۱) و محتوای آن به تأیید

1. reliable change index

2. Greenberg, L., Warwar, S., & Malcolm, W.

3. Worthington, E. L., & Scherer, M.

4. Meneses, C. W., & Greenberg, L. S.

هفت نفر از متخصصین آگاه به موضوع رسید. نسبت روایی محتوایی (CVR)، برابر با ۰/۷۹ بود که نشان از روایی محتوایی مناسب این برنامه است.

ابزارهای پژوهش

الف) پرسشنامه استاندارد میل به طلاق (DTS¹): این پرسشنامه اولین بار به وسیله روزلت، جانسون و مورو (۱۹۸۶) طراحی شده و یک ابزار ۱۴ سؤالی است که برای ارزیابی زوجین متمایل به طلاق به کار می‌رود و دارای ۴ بعد تمایل برای خارج شدن، تمایل به مسامحه، ابراز احساسات و وفاداری است.

هر آیتم به وسیله مقیاس درجه‌بندی لیکرتی نمره‌گذاری می‌شود (۱=هرگز، ۲=بندرت، ۳=خیلی کم، ۴=زیاد، ۵=خیلی زیاد، ۶=همیشه) و نمره‌های این پرسشنامه با جمع نمرات ماده‌ها به دست می‌آید که کمترین و بیشترین نمره‌های اندازه‌گیری تمایل یا عدم تمایل به طلاق می‌باشد و نمره بالا حاکی از میزان بالای تمایل به طلاق است.

در ایران با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل نمونه ۰/۸۸ (برای زنان ۰/۸۹ و برای مردان ۰/۸۷) ذکر شده و میزان ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های تمایل به خارج شدن ۰/۸۹ و مسامحه ۰/۸۸ محاسبه گردید (یوسفی، ۱۳۹۰).

در این پژوهش، انحراف معیار و پایایی بازآزمایی این پرسشنامه در نمونه ده نفری از زنان آسیب‌دیده از خیانت همسر به ترتیب ۵/۱۲ و ۰/۸۷ بود.

ب) ارزیابی انطباق و انسجام خانوادگی (FACES-III): این پرسشنامه توسط دیوید اچ السون و همکاران (۱۹۸۵) ساخته شده که از ۲۰ گویه و ۲ خرده مقیاس انسجام (۱۰ سؤال) و انطباق (۱۰ سؤال) تشکیل شده است و به منظور سنجش انطباق و انسجام خانوادگی به کار می‌رود. نمره‌گذاری پرسشنامه به صورت طیف لیکرت ۵ نقطه‌ای می‌باشد که برای گزینه‌های «هرگز» تا «همیشه» به ترتیب امتیازات ۱ تا ۵ در نظر گرفته می‌شود. در این پرسشنامه با جمع بستن تمامی ماده‌ها برای دستیابی به نمره کل و جمع بستن نمره ماده‌های زوج برای دستیابی به نمره انطباق و جمع بستن نمره‌های فرد جهت دستیابی به نمره انسجام، نمره‌گذاری صورت می‌گیرد.

نمره انسجام بالا، نشان‌دهنده خانواده در هم تنیده‌تر و نمره انطباق بالا، هرج و مرج و آشفتگی بیشتر در خانواده را نشان می‌دهد. نتایج پژوهش کیانی و فرحبخش (۱۳۸۹) و گلچین (۱۳۸۰)

نشان داد ارزیابی انطباق‌پذیری و همبستگی خانواده با آلفای کرونباخ ۰/۶۸ برای کل ابزار، آلفای ۰/۷۷ برای همبستگی خانواده و آلفای ۰/۶۲ برای انطباق‌پذیری، از همسانی درونی نسبتاً خوبی برخوردار است.

ضرایب همبستگی در بازآزمایی برای همبستگی خانواده ۰/۸۳ و برای انطباق‌پذیری ۰/۸۰ بوده که نشان‌دهنده‌ی ثبات بسیار خوب پرسشنامه است (ثناپی، ۱۳۸۷). در این پژوهش در یک نمونه ده نفری از زنان آسیب‌دیده از خیانت همسر، انحراف معیار و پایایی بازآزمایی برای خرده مقیاس انسجام ۵/۹۲ و ۰/۸۳، برای خرده مقیاس انطباق ۵/۲۷ و ۰/۸۵ و برای نمره کل ۱۰/۰۹ و ۰/۸۶ به دست آمد.

جدول ۱. شرح جلسات درمانی

| مرحله | جلسه | عنوان | شرح جلسات | تکلیف |
|---------|------|--|---|--|
| شناسایی | اول | ارزیابی و پیوستگی حرکت به سمت بخشش | آشنایی با افراد، معرفی درمانگر، توضیح در مورد جلسات، نحوه و زمان برگزاری آن‌ها، ایجاد توافق درمانی، بررسی انگیزه و انتظار شرکت‌کنندگان، ارائه تعریف زوج درمانی هیجان‌مدار، رضایت جنسی، کیفیت زندگی، کشف تعاملات مشکل‌دار و ارزیابی شیوه برخورد با مشکلات، سنجش وضعیت ارتباط زناشویی، رضایت جنسی، کیفیت زندگی. تعریف بخشایش، مراحل و توضیح درمان و تفاوت آن با آشتی. (اجرای آزمون) | توجه به حالات خوشایند، مثل: نشاط، لذت، سرحالی، خوشحالی و حالات ناخوشایند، مثل: خشم، تنفر، غمگینی، حسادت و اضطراب نوشتن احساسات منفی و رنجش از دیگران |
| | دوم | شناسایی سبک‌های دل‌بستگی افشاسازی، تصدیق | برگزاری جلسه فردی مجزا با هر یک از افراد، شامل: کشف حوادث برجسته و اطلاعاتی که در حضور دیگران امکان‌پذیر نیست، شناسایی سبک‌های دل‌بستگی، رابطه دل‌بستگی با مفاهیم عشق و صمیمیت، ارزیابی میزان ترس آن‌ها از افشای رازها، تبیین اهداف فردی. بیان احساسات منفی و رنجش از دیگران. تعریف داستان خیانت همسر برای سایرین و بیان احساسات مرتبط با آن. | توجه به چرخه تعاملات روزمره یکدیگر تفکر درباره رنجش، جهت برملاسازی و مقایسه نقش خود و فرد رنجاننده |

| مرحله | جلسه | عنوان | شرح جلسات | تکلیف |
|-------|-------|---|---|---|
| تغییر | سوم | شناسایی چرخه تعامل منفی تشویق به بخشش | <p>مشخص کردن چرخه تعامل از طریق شایع‌ترین الگوهای تعاملی، مثل: الگوهای تسلط، عیبجویی و تحت تعقیب قرار دادن، تقویت پیوستگی، تمرکز و شناسایی هیجان‌ات آسیب دیده، تلاش جهت دستیابی به هیجان‌ات زیرساختی.</p> <p>در نظر گرفتن بخشش به عنوان یک گزینه و تشویق به بخشش دیگران، ارزش و مزیت‌های بخشیدن، دلایل فردی برای بخشیدن.</p> | <p>شناسایی دقیق هیجان، عواطف و احساسات خالص پیدا کردن جنبه‌های مثبت و منفی زندگی خود</p> |
| | چهارم | تحلیل و تغییر هیجان‌ات نگرستن با نگاهی نو | <p>بازسازی پیوند زوجین شامل روشن کردن پاسخ‌های هیجانی کلیدی، قاب‌دهی مجدد به مشکل، کاوشگری در هیجان‌ات ثانویه با هدف دستیابی به هیجان‌ات زیرساختی، تأکید بر توانایی مراجع در بیان هیجان‌ات و نشان دادن رفتارهای دلبستگی به همسر، آگاهی دادن در مورد تأثیر ترس و مکانیزم‌های دفاعی بر فرایندهای شناختی و هیجانی.</p> <p>تمرین مقابله با باورهای منفی، یادآوری زمانی که کسی به خاطر عمل شما آسیب دیده و در میان گذاشتن آن با گروه، آشنایی با مفهوم همدلی. (اجرای آزمون)</p> | <p>تجربه دوباره تعاملات همراه با بیان احساسات خالص نوشتن نامه به همسر خیانتکار</p> |
| | پنجم | درگیری هیجانی عمیق یافتن معنا در بخشیدن | <p>درگیری دقیق تعاملات، توجه به تجربیاتی که هنوز جذب ساختار خود نشده‌اند، اشاره به نقش اجتماعی هیجان‌ات و چگونگی پدید آمدن هیجان‌ات متقابل توسط یکدیگر، توجه زوجین به شیوه‌ی تعامل با یکدیگر و انعکاس الگوهای تعاملی آن‌ها همراه با احترام و همدلی.</p> <p>خواندن نامه خطاب به همسر و تخلیه هیجانی، بررسی پیش‌فرض‌هایی که مانع بخشش می‌شود، الگوی مراحل عفو و گذشت، بررسی موانع ذهنی بخشش.</p> | <p>ابراز هیجان‌ات و عواطف خالص (بدون حاشیه) تصور زندگی مانند فردی که به شما آسیب رسانده</p> |

| مرحله | جلسه | عنوان | شرح جلسات | تکلیف |
|-------|------|---|--|--|
| تغییر | ششم | تعمیق درگیری هیجانی معنای بخشش و همدلی | بازسازی تعاملات و تغییر رویدادها، عمق بخشیدن با درگیری زوجین، ارتقاء روش های جدید تعامل، تمرکز روی خود نه دیگری، برجسته سازی و شرح مجدد نیازهای فطری و اشاره به سالم بودن آنها. تعریف همدلی، همدلی از طریق درک رنج فرد خاطی، تغییر دادن هیجانات منفی در جهت مثبت از طریق تصویرسازی ذهنی. | شناسایی ترس های زیربنایی و ابراز خواسته و آرزوها چه زمانی آماده اید که بگویید من او را بخشیدم |
| | هفتم | فعال کردن تعاملات جدید، بررسی چگونگی اعمال بخشش | بازسازی تعاملات و تغییر رویدادها، تمرکز بر عناصر کشف نشده ای که در تجربه فرد نهفته است، ایجاد دلبستگی مجدد از طریق گره های مثبت هیجانی، روشن سازی خواسته ها و آرزوهای زوجین. فراهم کردن زمینه بخشودگی، تشخیص نقش خود در تصویر بزرگنمایی شده از رفتارهای مخرب در رابطه. (اجرای آزمون) | مشخص کردن نقاط ضعف و قوت تمرین روابط شناسایی و بررسی روش های قدیمی که اعضا بعد از تجربه خیانت از آن استفاده می کردند |
| تثبیت | هشتم | تحکیم سازی روابط تعهد نسبت به بخشش | یافتن راه حل های جدید برای مشکلات قدیمی، مانند: بازسازی تعاملات، آموزش مجدد بازگویی مستقیم نیازها و خواسته ها، ایجاد هماهنگی در حس درونی نسبت به خود و رابطه، پذیرش وضعیت جدید. نگرستن با نگاهی نو، ارائه مفهوم قاب دهی مجدد به مراجعین و دیدن آسیب پذیری هایشان. | کشف راه حل های جدید برای بحث ها و مشکلات قدیمی مرحله بعدی در بخشایش برای شما چیست؟ |
| | نهم | یکپارچه سازی روابط تعمق بخشش | استفاده از دستاوردهای درمانی در زندگی، ارتقای روش های جدید، ایجاد دلبستگی ایمن، شناسایی و حمایت از الگوهای سازنده تعاملی، ایجاد دلبستگی ایمن، ساختن یک داستان شاد از رابطه. راهکارهای ماندگاری تصمیم بخشش، کمک به اعضا برای درک منافی که از بخشش دریافت کرده اند و نگاه مثبت به تغییرات، صحبت درباره ی احساسات و افکار اعضا پس از بخشش همسر. | اجرای تکنیک ها در زندگی روزمره یافتن معنا در بخشش |

| مرحله | جلسه | عنوان | شرح جلسات | تکلیف |
|-------|------|--------|--|-------|
| تثبیت | دهم | اختتام | اختتام، شامل: خلاصه و مرور مطالب جلسات، حفظ تغییر تعاملات در آینده، مشخص کردن تفاوت بین الگوی تعاملی منفی گذشته و اکنون، حفظ درگیری هیجانی به منظور ادامه قوی کردن پیوند میان آن‌ها، چه افراد دیگری هستند که لازم است آنان را ببخشید، رسیدن به این نتیجه که برای سرزندگی دیگر نیازی به درمانگر نیست. (اجرای آزمون) | |

یافته‌ها

شرکت‌کننده اول زن ۲۹ ساله‌ی خانه‌داری بود که در سن ۱۸ سالگی ازدواج کرده و ۱۱ سال از زمان ازدواجش می‌گذشت. دارای ۲ فرزند بود. مدرک تحصیلی او لیسانس بود، اما برای تأمین هزینه‌هایش به صورت پاره وقت خیاطی می‌کرد. همسر وی ۳۴ ساله بود.

شرکت‌کننده دوم یک زن ۳۲ ساله بود که از سن ۲۵ سالگی ازدواج کرده و ۷ سال از زمان ازدواجش می‌گذشت. دارای ۲ فرزند و تحصیلات وی دیپلم بود. وی خانه‌دار بود و همسرش ۳۶ سال سن داشت.

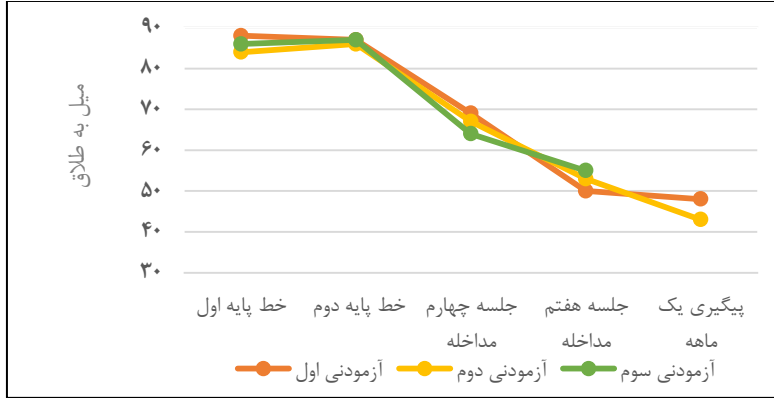
شرکت‌کننده سوم یک زن ۲۷ ساله بود که از سن ۲۱ سالگی ازدواج کرده و ۶ سال از زمان ازدواجش می‌گذشت. دارای ۱ فرزند و تحصیلات وی لیسانس بود. او آرایشگر بود و همسرش ۳۰ سال داشت.

بررسی روند تغییر نمرات در هر سه شرکت‌کننده پژوهش، نشان‌دهنده کاهش نمرات در مرحله درمان در هر سه متغیر وابسته است (نمودار ۱). لازم به ذکر است نمرات پایین در انسجام و انطباق خانواده نشان‌دهنده انسجام و انطباق بالاتر خانواده است.

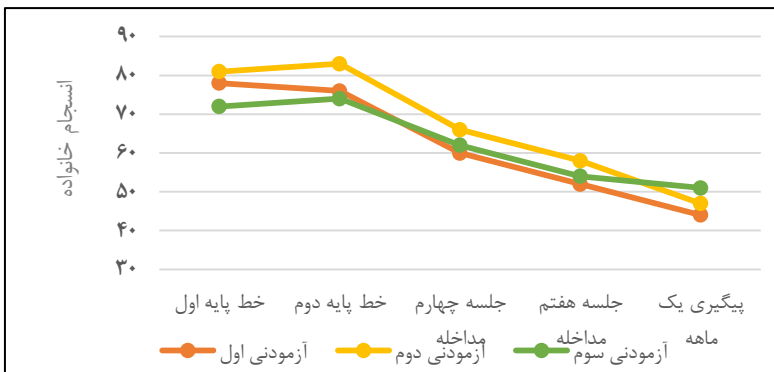
جدول ۲. نمرات شرکت‌کنندگان پژوهش در متغیرهای وابسته به تفکیک مراحل اجرای آزمون

| مراحل آزمون | میل به طلاق | | | انسجام خانواده | | | انطباق خانواده | | |
|-------------|-------------|---------|---------|----------------|---------|---------|----------------|---------|---------|
| | نفر اول | نفر دوم | نفر سوم | نفر اول | نفر دوم | نفر سوم | نفر اول | نفر دوم | نفر سوم |
| خط پایه اول | ۸۸ | ۸۴ | ۸۶ | ۷۸ | ۸۱ | ۷۲ | ۶۸ | ۷۴ | ۸۳ |
| خط پایه دوم | ۸۷ | ۸۶ | ۸۷ | ۷۶ | ۸۳ | ۷۴ | ۶۷ | ۷۶ | ۸۰ |

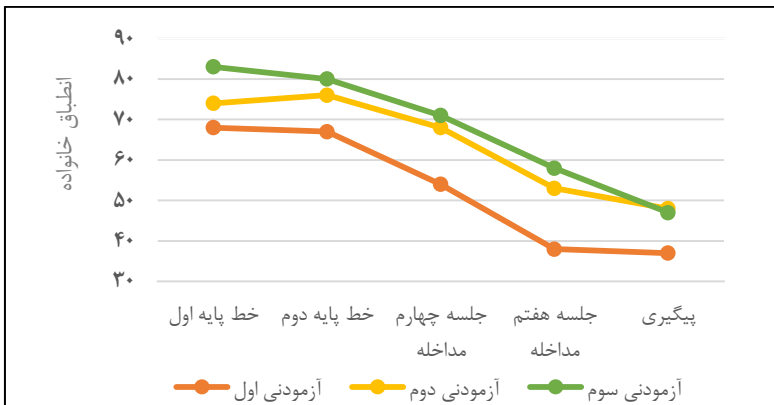
| انطباق خانواده | | | انسجام خانواده | | | میل به طلاق | | | مراحل آزمون |
|----------------|---------|---------|----------------|---------|---------|-------------|---------|---------|-------------------|
| نفر سوم | نفر دوم | نفر اول | نفر سوم | نفر دوم | نفر اول | نفر سوم | نفر دوم | نفر اول | |
| ۸۱/۵ | ۷۵ | ۶۷/۵ | ۷۳ | ۸۲ | ۷۷ | ۸۶/۵ | ۸۵ | ۸۷/۵ | میانگین خط پایه |
| ۷۱ | ۶۸ | ۵۴ | ۶۲ | ۶۶ | ۶۰ | ۶۴ | ۶۷ | ۶۹ | جلسه چهارم مداخله |
| ۵۸ | ۵۳ | ۳۸ | ۵۴ | ۵۸ | ۵۲ | ۵۵ | ۵۳ | ۵۰ | جلسه هفتم مداخله |
| ۴۶ | ۵۰ | ۳۵ | ۴۸ | ۵۰ | ۴۱ | ۴۸ | ۴۴ | ۴۵ | پس آزمون |
| ۱۲/۳۳ | ۸/۶۸ | ۱۱/۲۸ | ۷/۲۵ | ۹/۲۷ | ۱۰/۴۳ | ۱۴/۶۹ | ۱۵/۶۵ | ۱۶/۲۲ | شاخص تغییر پایا |
| ۰/۴۴ | ۰/۳۳ | ۰/۴۸ | ۰/۳۴ | ۰/۳۹ | ۰/۴۷ | ۰/۴۴ | ۰/۴۸ | ۰/۴۸ | درصد بهبودی |
| ۰/۴۲ | | | ۰/۴۰ | | | ۰/۴۷ | | | بهبودی کلی |
| ۴۷ | ۴۸ | ۳۷ | ۵۱ | ۴۷ | ۴۴ | ۵۲ | ۴۳ | ۴۸ | پیگیری یک ماهه |
| ۱۱/۹۸ | ۹/۳۷ | ۱۰/۵۹ | ۶/۳۸ | ۱۴/۱۰ | ۹/۵۶ | ۱۳/۱۷ | ۱۶/۰۳ | ۱۵/۰۸ | شاخص تغییر پایا |
| ۰/۴۲ | ۰/۳۶ | ۰/۴۵ | ۰/۳۰ | ۰/۴۳ | ۰/۴۳ | ۰/۴۰ | ۰/۴۹ | ۰/۴۵ | درصد بهبودی |
| ۰/۴۱ | | | ۰/۳۹ | | | ۰/۴۵ | | | بهبودی کلی |



نمودار ۱. روند تغییرات میل به طلاق در فرایند درمان و پیگیری



نمودار ۲. روند تغییرات انسجام خانواده در فرایند درمان و پیگیری



نمودار ۳. روند تغییرات انطباق خانواده در فرایند درمان و پیگیری

برای بررسی معنی‌داری تغییرات از شاخص تغییر پایا استفاده شد. شاخص تغییر پایا با محاسبه تفاوت نمره پایانی مرحله درمان و خط پایه در متغیرهای میل به طلاق و انطباق و انسجام خانواده در هر سه آزمودنی بالای $Z=2/58$ بود که نشان می‌داد با اطمینان ۹۹ درصد، درمان هیجان‌محور مبتنی بر مفاهیم بخشودگی در هر سه شرکت‌کننده تحقیق منجر به کاهش گرایش به طلاق و افزایش انطباق و انسجام خانوادگی آن‌ها شده و فرضیه‌های پژوهش تأیید می‌شود. شاخص تغییر پایا با محاسبه تفاوت نمرات میانگین مرحله پیگیری و خط پایه نیز نشان می‌دهد که تغییر در گرایش به طلاق و انطباق و انسجام خانوادگی در شرکت‌کنندگان پایدار باقی مانده است. درصد کلی در مرحله پایان درمان بالای ۴۰ درصد و پایان پیگیری دو ماهه بالای ۳۹ درصد بود که نشان می‌داد درمان هیجان‌محور مبتنی بر مفاهیم بخشودگی تأثیر زیادی بر روند کاهش گرایش به طلاق و افزایش انطباق و انسجام خانوادگی در شرکت‌کنندگان گذاشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی درمان تلفیقی هیجان‌محور و بخشودگی در افزایش همبستگی خانوادگی و کاهش گرایش به طلاق زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی در اورژانس اجتماعی بهزیستی شهرستان اردکان انجام گرفت.

یافته‌های حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که درمان هیجان‌محور و بخشودگی بین فردی می‌تواند در کاهش گرایش به طلاق در زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی اثربخش باشد. از سوی دیگر این شیوه درمان توانست انسجام و انطباق خانوادگی منفی در زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی را بهبود بخشد.

نتایج این پژوهش با پژوهش‌های آلان (۲۰۱۶)؛ کیانگ کیم و برنستین^۱ (۲۰۱۷)؛ مناheim و لاو^۲ (۲۰۱۳)، سودانی و همکاران (۱۳۹۱)؛ زارعی، دهقان منشادی، عسگری و نظیری (۱۳۹۵)؛ نواصر، دریکوند، نوریان و بامداد (۱۳۹۶)؛ یاریان و همکاران (۱۳۹۳) و آقاگدی، گل‌پرور و آقایی (۱۳۹۷)، همسو می‌باشد.

در تبیین این نتایج می‌توان به نحوه اثرگذاری درمان هیجان‌محور اشاره نمود. این روش با پردازش مجدد تجارب ارتباطی و با سازمان‌دهی تعاملات زوجین با هدف افزایش انسجام و

1. Kyung Kim, H., & Bernstein, K
2. Menahem, S., & Love, M.

کاهش گرایش به طلاق در این دسته از زنان، مداخله را به انجام می‌رساند. هیجان‌ات اغلب دارای اولویت کنترل هستند و به آسانی می‌توانند دیگر نشانه‌ها و رفتارها را به ویژه در رابطه با کسانی که بیش از همه به آن‌ها متکی هستیم، نادیده بگیرند.

همان‌گونه که بالبی^۱ (۱۹۸۰) خاطر نشان ساخته، هیجان‌های شدیدی طی شکل‌دهی، حفظ، فروپاشی و تجدید روابط دلبستگی ظاهر می‌شوند. شکل‌دهی یک پیوند به صورت عاشق شدن، حفظ یک پیوند به صورت دوست داشتن کسی و از دست دادن جفت به شکل داغدار بودن برای کسی توصیف شده است.

همچنین ترس از فقدان، باعث برانگیختن اضطراب و فقدان واقعی، مایه‌اندوه می‌شود درحالی‌که هر یک از این موقعیت‌ها ممکن است باعث برانگیختن خشم شود. مطابق با نظریه دلبستگی، طردشدگی و نداشتن رابطه با نمادی از دلبستگی یعنی دقیقاً آن‌چه که در خیانت زناشویی اتفاق می‌افتد، مشکل‌آفرین و آسیب‌زننده است. زنانی که از خیانت همسر خود آسیب دیده‌اند به لحاظ هیجانی در ترس و احساس ناامنی به سر می‌برند. درمان هیجان‌مدار به زنانی که درگیر مسئله خیانت همسر بودند کمک کرد تا بتوانند بر آشفتگی ناشی از آن به‌وسیله مداخلات هیجانی و با هدف پیشرفت در تعاملات، غلبه کنند (آرین‌فر و اعتمادی، ۱۳۹۵).

مفهوم جراحات‌های دلبستگی ریشه در نظریه دلبستگی دارد. درمان هیجان‌مدار با تمرکز بر روی رفتارهای دلبستگی تلاش دارد تا آشفتگی‌های روابط زوجین را بهبود بخشد. در این درمان اعتقاد بر این است که پایه و اساس آشفتگی در روابط همسران اختلال در دلبستگی آن‌ها است (جانسون و زوکارینی^۲، ۲۰۱۰)؛ بنابراین درمان هیجان‌محور بر تغییر رفتارهای دلبستگی جهت بهتر شدن روابط پریشان، تاکید دارد. از این رو یکی از اهداف درمانی هیجان‌محور کمک به آنان برای بیان احساسات و برقراری تعامل مثبت است که باعث افزایش تعاملات و ایجاد اعتماد بین زوجین می‌شود (میکولینسر و شاور^۳، ۲۰۱۳). بروگک موسر و همکاران^۴ (۲۰۱۶)، در پژوهشی با عنوان تغییرات در روابط خاص دلبستگی در زوج درمانی هیجان‌مدار نشان دادند که به کمک این درمان اضطراب ناشی از دلبستگی کاهش یافته و رضایت زناشویی در بین زوجین افزایش می‌یابد همچنین باعث افزایش اعتماد در بین زوجین می‌شود. از طرفی درمان هیجان‌محور شیوه‌ی

1. Bowlby, J.
 2. Johnson, S., & Zuccarini, D.
 3. Mikulincer, M, Shaver PR.
 4. Burgess Moser, M., & et all.

درمانی است که تأکید اصلی آن بر مشارکت هیجان‌ها در الگوهای دائمی ناسازگاری در زوجین آشفته می‌باشد. تلاش این درمان آشکار ساختن هیجان‌ها آسیب‌پذیر در افراد و تسهیل توانایی آن‌ها در ایجاد این هیجان‌ها به شیوه‌ای ایمن و محبت‌آمیز است. اعتقاد بر این است که پردازش این هیجان‌ها در بافتی ایمن، الگوهای تعاملی سالم‌تر و جدیدتر را به وجود می‌آورد که سبب آرام شدن سطح آشفتگی و افزایش دوست داشتن، صمیمیت و در پایان، ارتباطی رضایت‌بخش‌تر می‌باشد (سودانی و همکاران، ۱۳۹۱).

همچنین این یافته‌ها نشان می‌دهد که رویکرد متمرکز بر هیجان، این قابلیت را به فرد می‌دهد تا با افزایش آگاهی هیجانی، نمادگذاری هیجانی، آگاهی از عاملیت در تجربه و تغییر پردازش‌ها، هیجان‌ها منفی از قبیل: اضطراب، افسردگی، ناامیدی و وضعیت‌های نیمه‌تمام در گذشته را کنترل نموده و میزان سازگاری روان‌شناختی خود را بالا برد.

در این روش درمانی، طی جریان درمان تلاش می‌شود مراجع تشویق شود تا افکار ناراحت‌کننده‌ی خود را مورد سؤال قرار داده و خودگویی‌های جایگزین برای مقابله با این هیجان‌ها و نشخوارهای فکری که سبب آشفتگی، هم از لحاظ جسمانی و هم روانی می‌شود را برطرف نماید.

پرداختن به این موضوعات در این تحقیق، منجر به بهبود سطح بخشودگی بین فردی در ابعاد ارتباط مجدد و کنترل انتقام‌جویی، تحمل رنجش و درک واقع‌بینانه گردید.

بسیاری از افراد تصور می‌کنند اگر زن ببخشد، عصبانیت و خشم و هیجان‌ها منفی خود را سرکوب خواهد کرد یا اینکه نشان‌دهنده این است که وی ضعیف بوده و شایسته احترام نیست. در مقابل چنین انتقاداتی، پژوهش‌ها نشان می‌دهند تصمیم انتخابی خود شخص برای بخشش فرد مقصر، می‌تواند در بازگرداندن سلامت روانی و کاهش هیجان‌ها منفی زنان با تجربه آسیب مؤثر باشد.

شکستن قوانین و وعده‌ها در روابط طولانی مدت دور از ذهن نیست. با وجود داشتن نیت خوب برای نرساندن آسیب و ناامید کردن شریک زندگی، شکستن قوانین و وعده‌ها در روابط طولانی مدت تا حد زیادی اجتناب‌ناپذیر است. برخی از لغزش‌ها بی‌اهمیت هستند اما خطاهای دیگری هستند که شدیدتر بوده و ممکن است تأثیر منفی شدیدی بر روابط داشته باشد. خیانت به اعتماد دیگران، مانند خیانت به شریک زندگی جزء آن دسته از تخلفاتی است که بخشیدن آن

بسیار دشوارتر است (بندیکسن، کنایر و باس،^۱ ۲۰۱۸؛ شلدون، گیلچریست پتی ولسلی،^۲ ۲۰۱۴). هر نوع خیانت از طرفین ممکن است به طور بالقوه جدایی ایجاد کند (گرونتونت و همکاران، ۲۰۲۰). توجه به این نکته مهم است که خیانت همیشه منجر به انحلال زوجین نمی‌شود. برخی از همسران قادر به بخشش هستند و رابطه را ادامه می‌دهند (آبراهامسون، حوسین، خان و شافیلد^۳، ۲۰۱۲). رنجش بین فردی (از جمله خیانت)، نوعی اختلال در روابط است که ممکن است عملکرد افراد را تحت تاثیر قرار دهد. بنابراین، استراتژی‌هایی که می‌توانند روابط را ترمیم کنند ممکن است در بازیابی معنا مفید باشند. افراد بر بخشش به‌عنوان یک استراتژی ترمیم رابطه‌ای متمرکز هستند که می‌تواند معنایی در زندگی ایجاد کند (ون تونگرین و همکاران^۴، ۲۰۱۵). در همین راستا همسر آسیب‌دیده از خیانت ممکن است به طور انتخابی اطلاعاتی را در مورد خیانت انتخاب کند که برای رابطه کمتر تهدیدکننده بوده و یا سازشکارانه باشد (شروت و ویگل^۵، ۲۰۱۹). بخشش دارای ابعاد مثبت و منفی است که بعد مثبت بخشش با نگاه متعادل به شریک زندگی و رخداد خیانت، بدون عصبانیت شدید و کینه نسبت به شریک زندگی مفهوم می‌یابد (جانسون و همکاران، ۲۰۱۵). زوج‌هایی که اشتباهات یکدیگر را می‌بخشند رضایت، نزدیکی و تعهد بیشتری را تجربه خواهند کرد و افزون بر این تنش، سرزنش‌گری، رفتار خصمانه و پرخاشگری را در روابط بین‌فردی کاهش داده و سازگاری و روابط سالم‌تری ایجاد می‌کنند. مدیریت هیجان باعث می‌شود زنان آسیب‌دیده، خشمی را که از جانب همسر خود احساس می‌کنند را به شیوه‌ای مطلوب کنترل کنند و با بخشیدن، احساس رهایی بیشتری از هیجانات نامطلوب خود داشته باشند (آقاگدی و همکاران، ۱۳۹۷). مداخله بخشش به روابط فردی و واکنش‌های متقابل افراد با یکدیگر بسیار توجه دارد. در آموزش بخشایش افراد توانایی بالایی برای بهبود در تعاملات خود کسب می‌کنند. یادگیری بخشش بین فردی به افراد در مواجهه با پیامدهای منفی حاصل از تعارضات کمک می‌کند تا بهزیستی روانشناختی، شادکامی و روابط اجتماعی معناداری را به همراه داشته و موجب کاهش هیجانات منفی شود. با افزایش سطح بخشش، تجربیات روانی مانند تنش، اضطراب و احساس افسردگی کاهش می‌یابد، همچنین سطح رضایت از زندگی افزایش و

1. Bendixen, M., Kennair, L. E. O., & Buss, D. M.
2. Sheldon, P., Gilchrist-Petty, E., & Lessley, J. A.
3. Abrahamson, I., Hussain, R., Khan, A., & Schofield, M. J.
4. Van Tongeren, D. R., & et all
5. Shrout, M. R., & Weigel, D. J.

سطح خشم کاهش یافته و بهزیستی روانی بهبود می‌یابد (گرینبرگ و همکاران، ۲۰۱۰). باید بدانیم که خطا در روابط زناشویی معمول است و خطاهای اخلاقی از جمله خیانت معمولاً در همسران اتفاق می‌افتد. بخشش و قضاوت‌های اخلاقی به‌طور پیچیده‌ای با هم مرتبط هستند (ون تونگر، ولچ، داویس، گرین و ورتینگتون^۱، ۲۰۱۲) و هنگامی که خطایی رخ می‌دهد، قربانی معمولاً احساس می‌کند بی‌عدالتی اتفاق افتاده است. بیشتر نظریه‌پردازان حاکی از آن است که بخشش و سازش در روابطی که بسیار ارزشمند هستند مهم است (بورنت و همکاران، ۲۰۱۲). به این معنی که بخشش ممکن است راهی مهم برای ترمیم و یا بهبود روابطی باشد که مدام در اثر خطاهایی مانند خیانت آسیب دیده باشد. همچنین بخشش ممکن است در خدمت بازبانی برخی از مفاهیم از دست رفته پس از یک تخلف باشد (ون تونگر، گرین، هوک، دیویس، دیویس و راموس، ۲۰۱۵). بخشش با کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت، می‌تواند تغییراتی را در حوزه میان‌فردی ایجاد کند؛ چرا که بخشش به‌عنوان تغییر میان‌فردی و اجتماعی مثبت در مقابل خطایی که در حوزه میان‌فردی قرار دارد، نیز تعریف شده است. در مورد خیانت، بهبودی و آشتی رابطه بدون بخشش امکان‌پذیر نیست. این رابطه ممکن است در صورت عدم بخشش دوام داشته باشد اما به‌طور کامل به شکلی سالم ارتباط بین آن‌ها برقرار نخواهد شد (فایف، ویکس و استلبرگ-فیلبرت^۲، ۲۰۱۳). در بخشش فرد آسیب‌دیده با توجه به یک ارزیابی منصفانه، به نقاط قوت فرد آسیب‌زنده از جمله خوبی‌ها، مهربانی‌ها، خدمات، انسان بودن، بنده خدا بودن و... توجه می‌کند که این امر منجر به مثبت‌اندیشی در فرد آسیب‌دیده و تسهیل فرآیند بخشش می‌شود. مثبت‌نگری و مثبت‌اندیشی می‌تواند ضمن تسهیل فرآیند بخشش، کیفیت زناشویی و بهزیستی روانشناختی فرد را افزایش دهد و همچنین مثبت‌اندیشی می‌تواند منجر به رضایت و سازگاری زناشویی گردد (درگاهی، محسن زاده و زهراکار، ۱۳۹۴). بخشش با کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت می‌تواند زمینه‌ای را فراهم کند تا فرد آسیب‌دیده، نگاه جدیدی به شرایط پیدا کند و ضمن توجه به نقش خود در ایجاد مسئله و در نظر گرفتن بافت و محیط، به دلیل کمبودها و ضعف‌های فرد آسیب‌رسان شروع به همدلی و شفقت با وی نماید و این یعنی فرد آسیب‌دیده در رنج خود معنایی پیدا کرده و به این نتیجه رسیده است که او تنها فردی نیست که

1. Van Tongeren, D. R., Welch, R. D., Davis, D. E., Green, J. D., & Worthington Jr, E. L.
2. Fife, S. T., Weeks, G. R., & Stellberg- Filbert, J.

درگیر چنین مشکلی شده است (انرایت^۱، ۲۰۱۲). پس از افشای پیمان‌شکنی، همسر آسیب‌دیده درگیر هیجان‌ات شدیدی مانند خشم، شرم، افسردگی، ناتوانی، بهت‌زدگی و انکار می‌شود؛ همچنین می‌تواند به کناره‌گیری هر دو زوج از رابطه‌شان منجر گردد. بدیهی است که این درمان با فرصت‌دهی به همسر آسیب‌دیده زمینه تخلیه هیجانی و تسکین فشارهای مضاعف روانی را در همسران ایجاد کرده و به بازسازی اعتماد کمک می‌کند (شعاع کاظمی و عندلپ، ۱۳۹۷).

آموزش درمان مبتنی بر هیجان با تأکید بر بخشودگی، با افزایش استفاده از راهبردهای هیجانی سازگارانه، افزایش انعطاف‌پذیری همسران و ایجاد عملکردهای تازه، موجب می‌شود تا همسران به سطح بالایی از سازگاری و انسجام برسند. بالا بودن انسجام در خانواده به این معنی است که تعهد، همدلی و پیوند عاطفی بین اعضای بالا است و این اعضا نسبت به ارزش‌ها و علایق یکدیگر حساس هستند و به آن‌ها اهمیت می‌دهند (زارع و سامانی، ۱۳۸۶). زمانی که میزان انسجام خانواده افزایش پیدا می‌کند زوجین با یکدیگر احساس صمیمیت و نزدیکی می‌کنند و باعث می‌شود در برابر مسائل و مشکلات زناشویی شانه خالی نکنند و خود را متعهد به حل مشکلات بین‌فردی بدانند و در نتیجه گرایش به طلاق در آن‌ها کاهش یابد. از طرفی زمانی که بین زوجین انسجام بالایی وجود داشته باشد در کنار آن میزان درخواست عفو و گذشت و پوزش خواستن و همچنین گذشت و بخشش در بین آن‌ها هم بالا می‌رود پس وقتی زن یا شوهر رفتاری انجام دهند که موجب ناراحتی دیگری شود بر اساس پیوند عاطفی‌ای که بین آن‌ها حکم فرماست زوجی که موجب ناراحتی شده عذرخواهی می‌کند و زوج دیگر هم بر اساس این پیوند و همدلی و عشقی که به همسر خود دارد همسرش را می‌بخشد (سلیمی، محسن‌زاده و نظری، ۱۳۹۳). در صورتی که افراد در سطح مطلوبی از هیجان و بخشش قرار گیرند به طور مسلم آن خانواده در سطح مناسبی از انسجام قرار خواهند گرفت و برعکس اگر آسیب‌های ناشی از خیانت به قوت خود باقی بماند انسجام و عملکرد مطلوب خانواده از بین رفته و خانواده را به سمت فروپاشی می‌کشاند. این پژوهش دارای محدودیت‌هایی بود که باید در تعمیم نتایج مورد توجه قرار گیرد. خودگزارشی بودن ابزار پژوهش از محدودیت‌های مطالعه‌ی حاضر است. از جمله محدودیت‌های دیگر پژوهش، ارزیابی مرحله پیگیری یک ماه پس از درمان به علت نگرانی از عدم دسترسی به افراد نمونه بعد از مدت طولانی‌تر بود. همچنین این پژوهش فقط بر روی زنان صورت گرفت که خود

می‌تواند یکی از محدودیت‌های پژوهش باشد و انجام پژوهش بر روی مردان با این ویژگی‌ها در مطالعات آتی می‌تواند کمک‌کننده باشد. از طرفی به علت کم بودن تعداد افراد شرکت‌کننده در پژوهش، مطابق با آنچه که در مبحث روش پژوهش توضیح داده شد تعمیم نتایج حاصل از این پژوهش می‌بایست با احتیاط صورت گیرد. با توجه به نتایج حاصل از این پژوهش پیشنهاد می‌شود که محققین تأثیر این مدل‌های درمانی را بر سایر متغیرهای زناشویی مورد بررسی قرار داده و همچنین در قالب طرح‌های پژوهشی موردی و گروهی، فرآیندهای مختلف درمان را مورد بررسی قرار دهند.

بدیهی است آمادگی برای بخشودگی از شرایط لازم زندگی و ایجاد روابط زناشویی سالم به شمار می‌رود. بنابراین از مجموع مباحث می‌توان نتیجه گرفت که درمان هیجان‌محور با تأکید بر بخشودگی از یک سو امری فردی است و از سوی دیگر موضوعی اجتماعی است و مسئولان امر باید آموزش‌های مربوطه را در کشور به عنوان یک مسأله بهداشتی و لازم برای افراد جامعه و به خصوص زوجین بدانند و تمهیداتی برای برگزاری آموزش‌ها به شیوه‌ای راحت‌تر و آسان‌تر برای کمک به پژوهشگران ایجاد کنند. در مورد ارایه اطلاعات و آموزش‌های مورد نیاز به افراد لازم است که پژوهش‌های دیگری در این زمینه با طرح‌های آموزشی دیگر برگزار شود و سرانجام طرح جامع و مناسب با فرهنگ از آن‌ها استخراج شود و در مراکز بهداشت مورد استفاده قرار گیرد.

منابع

- آرین فر، نیره و اعتمادی، عذرا (۱۳۹۵). مقایسه اثربخشی زوج درمانی یکپارچه نگر و هیجان‌مدار بر صمیمیت زناشویی زوجین آسیب‌دیده از خیانت همسر. *فصلنامه علمی پژوهش‌های مشاوره*، ۱۵ (۵۹)، ۷-۳۷.
- آقاگدی، پریسا؛ گل‌پرور، محسن و آقایی، اصغر. (۱۳۹۱). تأثیر درمان ذهن‌آگاهی بخشش‌محور و درمان هیجان‌مدار بر بخشش در زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی همسر. *نشریه مدیریت ارتقای سلامت*، ۵ (۱)، ۵۳-۴۵.
- پوریچی، سیدمصطفی؛ شیرکوند، فریده؛ سلیمی، آرمان؛ داورنیا، رضا و شاکرمی، محمد. (۱۳۹۷). تأثیر مداخله مبتنی بر بخشش به شیوه گروهی بر صمیمیت زناشویی زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی همسر. *فصلنامه علمی پژوهشی افتخ دانش*، ۲۵ (۲)، ۱۰۹-۱۰۲.
- ثنائی، باقر. (۱۳۸۷). *مقیاس‌های سنجش خانواده‌وازدواج*. تهران: انتشارات بعثت.
- حیبی، عسگرآباد، مجتبی و حاجی‌حیدری، زهرا. (۱۳۹۴). علل خیانت زناشویی از دیدگاه زوجین مراجعه‌کننده به دادگاه خانواده: یک مطالعه کیفی. *نشریه خانواده پژوهشی*، ۴۲ (۱۱)، ۱۸۶-۱۶۵.

خدابخشی کولایی، آناهیتا؛ بهرامی، سپیده؛ رستاک، حمید و اقلیما، مصطفی. (۱۳۹۵). بررسی کیفیت عشق و رضایت جنسی در مردان با سابقه پیمان شکنی و فاقد سابقه پیمان شکنی. *فصلنامه مددکاری اجتماعی*، ۵(۴)، ۵-۱۲.

خطیبی، اعظم (۱۳۹۵). بررسی تأثیر هر یک از مؤلفه‌های سازگاری بر انسجام خانواده اقوام شهر همدان با رویکرد جامعه‌شناختی. *مجله جامعه‌شناسی ایران*، ۱۶(۲)، ۱۳۵-۱۶۹.

درگاهی، شهریار؛ محسن زاده، فرشاد و زهراکار، کیانوش (۱۳۹۴). تأثیر آموزش مهارت مثبت‌اندیشی بر بهزیستی روانشناختی و کیفیت رابطه زناشویی ادراک شده زنان ناباور. *پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت*، ۱(۳)، ۴۵-۵۸. دهقان منشادی، ماریه؛ زارعی، اقبال؛ ماریه؛ عسگری، مهین و نظیری، قاسم. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی استعاره درمانی و بخشش درمانی بر ابعاد سازگاری پس از طلاق. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۲۷(۸)، ۲۹-۴۸. زارع، مریم و سامانی، سیامک. (۱۳۸۷). بررسی نقش انعطاف‌پذیری و انسجام خانواده در هدف‌گرایی فرزندان. *مجله خانواده‌پژوهی*، ۱۳(۴)، ۱۷-۳۶.

زارعی، اقبال؛ دهقان منشادی، ماریه؛ عسگری، مهین و نظیری، قاسم. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی آموزش مبتنی بر بخشودگی بر ابعاد سازگاری زنان پس از طلاق شیراز. *فصلنامه علمی پژوهشی زن و جامعه*، ۸(۴)، ۲۱-۳۸. زرگر، یداله؛ محمدی بهرام آبادی، راضیه و سبک‌نژاد، سودابه. (۱۳۹۱). بررسی فرایندهای خانواده به عنوان پیش‌بین‌های مشکلات رفتاری در دانش‌آموزان پایه دوم دبیرستان‌های شهر یاسوج. *نشریه روانشناسی مدرسه*، ۲(۱)، ۱۰۳-۷۷.

سازمان ثبت احوال ایران، آمار ازدواج و طلاق (۱۳۹۶) بر گرفته شده از:

<https://www.sabteahval.ir/Default.aspx?tabid=4773>

سلیمی، هادی؛ محسن‌زاده، فرشاد و نظیری، علی‌محمد. (۱۳۹۵). پیش‌بینی سازگاری زناشویی بر انسجام خانوادگی، زمان با هم بودن و منابع مالی در معلمان. *فصلنامه علمی پژوهشی زن و جامعه*، ۷(۲)، ۱۷۵-۱۹۲. سلیمی، هادی؛ محسن‌زاده، فرشاد و نظیری، علی‌محمد. (۱۳۹۳). پیش‌بینی سازگاری زناشویی بر اساس انسجام خانوادگی، مهارت تصمیم‌گیری و حل مسئله و مهارت‌های مقابله. *فصلنامه نسیم تندرستی*، ۳(۱)، ۳-۶۳. سودانی، منصور؛ کریمی، جواد؛ مهربانی زاده هنرمند، مهناز و نیسی، عبدالکاظم. (۱۳۹۱). اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر کاهش آسیب‌های ناشی از خیانت همسر. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۰(۴)، ۲۵۸-۲۶۸. شاه‌بیک، سروش؛ خانه‌کسی، علی و خان‌محمدی، ارسلان. (۱۳۹۷). بررسی قایسه‌ای راهبردهای مقابله‌ای و تاب‌آوری در زنان مطلقه و غیر مطلقه. *فصلنامه مدیریت سلامت*، ۷(۲)، ۴۴-۵۰.

شاهمرادی، حسین؛ صادقی، مسعود؛ گودرزی، کوروش و روزبهرانی، مهدی. (۱۳۹۸). اثربخشی رویکردهای تلفیقی هیجان‌مدار-گاتمن و راهبردی-راه حل محور بر کاهش میل به طلاق. *روانشناسی خانواده*، ۶(۲)، ۷۱-۸۶.

شعاع کاظمی، مهرانگیز و عندلیب، حسین (۱۳۹۸). کتاب توصیفی خیانت زناشویی، علل، زمینه‌ها، ترمیم و بازسازی خانواده بعد از خیانت. *انتشارات بین‌المللی قم، فرهنگ و عقلانیت*. دانشگاه علمی-کاربردی قم.

چاپ اول.

- شیرین کار، زهره؛ نامداری، کوروش؛ جمیلیان، حمیدرضا و عابدی، احمد. (۱۳۹۴). تاثیر درمان گروهی مبتنی بر بخشش بر علائم افسردگی و نشخوار فکری زنان مبتلا به افسرده خویی. *فصلنامه مطالعات روانشناسی بالینی*، ۲۲(۶)، ۸۵-۱۰۴.
- صف‌آرا، مریم و بخشی‌زاده، محمد. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مبتنی بر بهزیستی روانشناختی و شادکامی مادران دانش‌آموزان دارای اختلال خاص یادگیری شهر طبس. *فصلنامه روانشناسی افراد استثنایی*، ۲۸(۷)، ۱۸۷-۲۰۸.
- علیپور، صدرا؛ اعزازی بجنوردی، المیرا؛ هنرمند بادرام، مونا؛ موسوی، سحر و دشت بزرگی، زهرا. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش تصویرسازی ارتباطی (ایماگو تراپی) بر دیدگاه درکی و بخشودگی زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی. *نشریه مدیریت ارتقای سلامت*، ۶(۶)، ۴۶-۵۱.
- کارگر، مونا؛ کیمیایی، سیدعلی و مشهدی، علی. (۱۳۹۳). اثربخشی زوج درمانی گروهی مبتنی بر خودنظم‌بخشی، بر آزار عاطفی و آشفتگی زناشویی. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۴(۲)، ۲۶۹-۲۹۷.
- کجباف، محمدباقر؛ اسماعیلی، لیلا و اسماعیلی، مریم. (۱۳۹۳). اثربخشی مداخله گروهی مبتنی بر بخشش بر بهزیستی روانشناختی جانبازان و همسران آن‌ها. *مجله دستاوردهای روانشناختی*، ۴(۳)، ۳۲-۱۵.
- کشاوری افشار، حسین؛ اعتمادی، احمد؛ احمدی‌نوده، خدابخش و سعدی‌پور، اسماعیل (۱۳۹۲). مقایسه اثربخشی الگوی مبتنی بر تحلیل سازه‌های شخصی با درمان هیجان‌مدار بر رضایت زناشویی. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۳(۴)، ۶۱۳-۶۳۹.
- ملک‌زاده ترکمانی، پریسا؛ امین‌پور، مینا؛ بختیاری سعید، بهرام؛ خلیلی، غلامرضا و داورنیا، رضا. (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی مداخله بخشش محور بر دلزدگی زناشویی زنان آسیب دیده از پیمان شکنی همسر. *مجله علوم پزشکی زانکو*، ۴۵-۳۱.
- ملک‌زاده، اکرم؛ عزازی بجنوردی، المیرا؛ شاهنده، آمنه؛ وطن‌خواه، حوریه و بهادری‌جهرمی، ثمینه. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت بخشش بر تعارض زناشویی و رخاشگری در والدین کودکان ناشنوا. *فصلنامه توانمندسازی کودکان استثنایی*، ۲۲(۸)، ۷۲-۶۱.
- مومنی جاوید، هرآوره و شعاع کاظمی، مهرانگیز. (۱۳۹۱). اثربخشی مداخلات روان‌درمانی بر بخشش خیانت همسر در زنان ماهر شهر تهران در سالهای ۸۹-۱۳۹۰. *فصلنامه پژوهش اجتماعی*، ۱۵۵-۱۳۹.
- نامنی، ابراهیم؛ محمدی پور، محمد و نوری، جعفر (۱۳۹۶). اثربخشی درمان هیجان‌مدار به شیوه گروهی بر بخشودگی بین فردی و امید در زنان مطلقه. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۲۹(۸)، ۷۸-۵۷.
- نواصر، معصومه؛ دریکوند، سامان؛ نوریان، فرزانه و بامداد، سارا. (۱۳۹۶). تاثیر درمان مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر سلامت معنوی، بخشش و راهبردهای مقابله‌ای مذهبی بیماران قلبی شهر اصفهان. *مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری*، ۱۱(۲)، ۶۹-۵۵.
- یاریان، سجاده؛ محمودی‌مقدم، سیدروح‌الله؛ خرامین، شیرعلی و نیکدل، فریبرز. (۱۳۹۳). اثربخشی مداخله گروهی بخشش بر سلامت ذهنی و کنترل خشم زندانیان با جرم نزاع دسته‌جمعی. *فصلنامه اندیشه و رفتار*، ۳۱(۸)، ۱۷-۲۷.

یوسفی، ناصر. (۱۳۹۰). مقایسه اثربخشی دو رویکرد خانواده درمانی مبتنی بر طرحواره درمانی و نظام عاطفی بون بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه در مراجعان متقاضی طلاق شهر سقز. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۳(۴)، ۳۷۳-۳۵۶.

یوسفی، ناصر و کیانی، محمدعلی (۱۳۹۱). تأثیر گشتالت درمانگری و معنادرمانگری بر کاهش میل به طلاق مردان متقاضی مشاوره. *فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده*. ویژه نامه خانواده و طلاق، شماره ۱، ۱۵۹-۱۵۰.

- Abrahamson, I., Hussain, R., Khan, A., & Schofield, M. J. (2012). What helps couples rebuild their relationship after infidelity?. *Journal of Family Issues*, 33(11), 1494-1519.
- Allan, R. (2016). The use of emotionally focused therapy with separated or divorced couples. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 50(3s).
- Allemand, M. (2008). Age differences in forgivingness: The role of future time perspective. *Journal of Research in Personality*, 42(5), 1137-1147.
- Allendorf, K., & Ghimire, D. J. (2013). Determinants of marital quality in an arranged marriage society. *Social science research*, 42(1), 59-70.
- Allendorf, K., & Ghimire, D. J. (2013). Determinants of marital quality in an arranged marriage society. *Social science research*, 42(1), 59-70.
- Bendixen, M., Kennair, L. E. O., & Buss, D. M. (2015). Jealousy: Evidence of strong sex differences using both forced choice and continuous measure paradigms. *Personality and Individual Differences*, 86, 212-216.
- Bono, G., McCullough, M. E., & Root, L. M. (2008). Forgiveness, feeling connected to others, and well-being: Two longitudinal studies. *Personality and social psychology bulletin*, 34(2), 182-195.
- Bowlby, J. (1980). Attachment and loss: Separation: Anxiety and anger (Vol. 2). **Vintage**.
- Burgess Moser, M., Johnson, S. M., Dagleish, T. L., Lafontaine, M. F., Wiebe, S. A., & Tasca, G. A. (2016). Changes in relationship-specific attachment in emotionally focused couple therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42(2), 231-245.
- Burnette, J. L., McCullough, M. E., Van Tongeren, D. R., & Davis, D. E. (2012). Forgiveness results from integrating information about relationship value and exploitation risk. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(3), 345-356.
- Chung, M. S. (2016). Relation between lack of forgiveness and depression: The moderating effect of self-compassion. *Psychological reports*, 119(3), 573-585.
- Chung, M. S. (2016). Relation between lack of forgiveness and depression: The moderating effect of self-compassion. *Psychological reports*, 119(3), 573-585.
- De Sousa, A., McDonald, S., Rushby, J., Li, S., Dimoska, A., & James, C. (2011). Understanding deficits in empathy after traumatic brain injury: The role of affective responsivity. *Cortex*, 47(5), 526-535.
- De Sousa, A., McDonald, S., Rushby, J., Li, S., Dimoska, A., & James, C. (2011). Understanding deficits in empathy after traumatic brain injury: The role of affective responsivity. *Cortex*, 47(5), 526-535.
- Eisenberg, N., Castellani, V., Panerai, L., Eggum, N. D., Cohen, A. B., Pastorelli, C., & Caprara, G. V. (2011). Trajectories of religious coping from adolescence into early adulthood: Their form and relations to externalizing problems and prosocial behavior. *Journal of personality*, 79(4), 841-873.
- Elliott, J. (2010). Linking family leisure and family function: A literature review (**Doctoral dissertation, University of Wisconsin—Stout**).
- Enright, R. D. (2012). The forgiving life: A pathway to overcoming resentment and creating a legacy of love. **American Psychological Association**.

- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope. **American Psychological Association**.
- Eraslan Capan, B. (2018). Secure attachment and forgiveness: The mediating role of psychological resilience. Fincham, F. D., Beach, S. R., & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18(1), 72.
- Fife, S. T., Weeks, G. R., & Stellberg-Filbert, J. (2013). Facilitating forgiveness in the treatment of infidelity: An interpersonal model. *Journal of Family Therapy*, 35(4), 343-367.
- Fincham, F. D., & May, R. W. (2017). Infidelity in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 70-74.
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2005). Treating couples recovering from infidelity: An integrative approach. *Journal of clinical psychology*, 61(11), 1393-1405.
- Gordon, K. C., Hughes, F. M., Tomcik, N. D., Dixon, L. J., & Litzinger, S. C. (2009). Widening Sphers of impact: The role of Forgiveness in Martial and Family Functining, *Journal of Family Psychology*, 23, 1, 1-13.
- Greenberg, L., Warwar, S., & Malcolm, W. (2010). Emotion-focused couples therapy and the facilitation of forgiveness. *Journal of marital and Family Therapy*, 36(1), 28-42.
- Grøntvedt, T. V., Kennair, L. E. O., & Bendixen, M. (2020). Breakup likelihood following hypothetical sexual or emotional infidelity: perceived threat, blame, and forgiveness. *Journal of Relationships Research*, 11.
- Halchuk, R. E., Makinen, J. A., & Johnson, S. M. (2010). Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: A three-year follow-up. *Journal of couple & relationship therapy*, 9(1), 31-47.
- Hill, P. L., & Allemand, M. (2011). Gratitude, forgivingness, and well-being in adulthood: Tests of moderation and incremental prediction. *The Journal of Positive Psychology*, 6(5), 397-407.
- Jacobson, N.S., Truax, P. (1998). Clinical significance: A statistical approach to defining meaningful change in psychotherapy research. In: E KA, editor. Methodological issues & strategies in clinical research. Washington DC: American Psychological Association; p. 521-38.
- Johns, K. N., Allen, E. S., & Gordon, K. C. (2015). The relationship between mindfulness and forgiveness of infidelity. *Mindfulness*, 6(6), 1462-1471.
- Johnson, S. M., & Whiffen, V. (2003). Attachment processes in couples and families. Guilford, New York.
- Johnson, S., & Zuccarini, D. (2010). Integrating sex and attachment in emotionally focused couple therapy. *Journal of marital and family Therapy*, 36(4), 431-445.
- Kleine, M. (2019). Accounts and Attributions Following Marital Infidelity. *Western Journal of Communication*, 1-19.
- Kyung Kim, H., & Bernstein, K. (2017). The effectiveness of forgiveness therapy for wives of alcoholics. *Journal of Nursing Education and Practice*, 7(12).
- Lorenz, F. O., Wickrama, K. A. S., Conger, R. D., & Elder Jr, G. H. (2006). The short-term and decade-long effects of divorce on women's midlife health. *Journal of health and social behavior*, 47(2), 111-125.
- Marriage & Divorce. (2019). **American Psychological Association**. Retrieved from <https://www.apa.org/topics/divorce/>
- McLean, L. M., Walton, T., Rodin, G., Esplen, M. J., & Jones, J. M. (2013). A couple-based intervention for patients and caregivers facing end-stage cancer: outcomes of a randomized controlled trial. *Psycho-oncology*, 22(1), 28-38.
- McNulty, J. K., & Fincham, F. D. (2012). Beyond positive psychology? Toward a contextual view of psychological processes and well-being. *American Psychologist*, 67(2), 101.
- Menahem, S., & Love, M. (2013). Forgiveness in psychotherapy: The key to healing. *Journal of clinical psychology*, 69(8), 829-835.

- Meneses, C. W., & Greenberg, L. S. (2011). The construction of a model of the process of couples' forgiveness in emotion-focused therapy for couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(4), 491-502.
- Mikulincer, M, Shaver PR. (2013). Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and
- Ogles, B. M., Lunnen, K. M., & Bonesteel, K. (2001). Clinical significance: History, application, and current practice. *Clinical psychology review*, 21(3), 421-446.
- Olson, D. (2011). FACES IV and the circumplex model: Validation study. *Journal of marital and family therapy*, 37(1), 64-80.
- Olson, D. H., Portner, J., & Lavee, Y. (1985). FACES III. **Family social science**. University of Minnesota, 290.
- Orth, U., Berking, M., Walker, N., Meier, L. L., & Znoj, H. (2008). Forgiveness and psychological adjustment following interpersonal transgressions: A longitudinal analysis. *Journal of Research in Personality*, 42(2), 365-385.
- Pinto, R., & Arantes, J. The relationship between sexual and emotional promiscuity and infidelity 2016: ATINER'S Conference Paper Series, No. PSY2016-2087, Athens, Greece.
- Pinto, R., & Arantes, J. The relationship between sexual and emotional promiscuity and infidelity 2016: ATINER'S Conference Paper Series, No. PSY2016-2087, Athens, Greece.
- Pos, A. E., & Greenberg, L. S. (2007). Emotion-focused therapy: The transforming power of affect. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 37(1), 25-31.
- Reed, G. L., & Enright, R. D. (2006). The effects of forgiveness therapy on depression, anxiety, and posttraumatic stress for women after spousal emotional abuse. *Journal of consulting and clinical psychology*, 74(5), 920.
- Rokach, A., & Philibert-Lignières, G. (2015). Intimacy, loneliness & infidelity. *The Open Psychology Journal*, 8(1).
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., & Morrow, G. D. (1986). Predicting satisfaction and commitment in adult romantic involvements: An assessment of the generalizability of the investment model. *Social Psychology Quarterly*, 81-89.
- Sandberg, J. G., & Knestel, A. (2011). The experience of learning emotionally focused couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(4), 393-410.
- Sheldon, P., Gilchrist-Petty, E., & Lessley, J. A. (2014). You did what? The relationship between forgiveness tendency, communication of forgiveness, and relationship satisfaction in married and dating couples. *Communication Reports*, 27(2), 78-90.
- Shrout, M. R., & Weigel, D. J. (2019). "Should I stay or should I go?" Understanding the noninvolved partner's decision-making process following infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(2), 400-420.
- Tsang, J. A., McCullough, M. E., & Fincham, F. D. (2006). The longitudinal association between forgiveness and relationship closeness and commitment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(4), 448-472.
- Tuck, I., & Anderson, L. (2014). Forgiveness, flourishing, and resilience: The influences of expressions of spirituality on mental health recovery. *Issues in mental health nursing*, 35(4), 277-282.
- Van Tongeren, D. R., Green, J. D., Hook, J. N., Davis, D. E., Davis, J. L., & Ramos, M. (2015). Forgiveness increases meaning in life. *Social Psychological and Personality Science*, 6(1), 47-55.
- Van Tongeren, D. R., Welch, R. D., Davis, D. E., Green, J. D., & Worthington Jr, E. L. (2012). Priming virtue: Forgiveness and justice elicit divergent moral judgments among religious individuals. *The Journal of Positive Psychology*, 7(5), 405-415.

- Wiederman, M. W., & Allgeier, E. R. (1996). Expectations and attributions regarding extramarital sex among young married individuals. *Journal of Psychology & Human Sexuality*, 8(3), 21-35.
- Worthington, E. L., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology & Health*, 19(3), 385-405.
- Winek, J. L. (2009). *Systemic family therapy: From theory to practice*. Sage Publications.
- Yárnnoz-Yaben, S. (2015). Forgiveness, adjustment to divorce and support from the former spouse in Spain. *Journal of Child and Family Studies*, 24(2), 289-297.
- Yuan, S., & Weiser, D. A. (2019). Relationship dissolution following marital infidelity: comparing European Americans and Asian Americans. *Marriage & Family Review*, 55(7), 631-650.