رویش روان شناسی، سال۱۲، شماره۷، شماره پیاپی ۸۸، مهر ۱۴۰۲
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),12(7), 2023

مقایسه اثربخشی طرح‌واره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی و زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی بر بخشودگی بین‌فردی زنان خیانت‌دیده

Comparison of the effectiveness of schema therapy based on enrichment program and Integrative - systemic couple therapy on interpersonal forgiveness of betrayed women

ربابه آقا میرزایی
کارشناس ارشد مشاوره خانواده، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.
دکتر محبوبه عبداللهی (نویسنده مسئول)
استادیار، گروه علوم تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.
سحر صادقیان
دانشجوی دکتری روان‌شناسی، پردیس بین‌المللی کیش، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

Robabeh Agha Mirzaei
M.A. in family counseling, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran.
Dr. Mahboubeh Abdollahi*
Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran. *Mahbubeh.Abdollahi@iau.ac.ir*
Sahar Sadeghian
Ph.D. student in psychology, Kish International Campus, Tehran University, Tehran, Iran.

چکیده

هدف پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی طرح‌واره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی و زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی بر بخشودگی بین‌فردی زنان خیانت‌دیده بود. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل با دوره پیگیری دوماهه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی زنان خیانت‌دیده مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره مستقر در شهرستان رودهن در سال ۱۴۰۱ تشکیل دادند. که تعداد ۴۵ نفر به شیوه هدفمند انتخاب و با گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش و یک گروه گواه قرار گرفتند. ابزار این پژوهش پرسشنامه بخشودگی بین‌فردی پولارد (IFS، ۱۹۹۸) بود. مداخله طرح‌واره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش لو و مک کی (۲۰۱۲) و پروتکل زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی فلدمن (۱۹۹۰) در ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای هفته‌ای دوبار به‌صورت گروهی برای گروه آزمایش اول و دوم اجرا شد. داده‌ها با بهره‌گیری از تحلیل واریانس آمیخته تجزیه‌وتحلیل شدند. . نتایج تحلیل واریانس نشان داد بین گروه‌ها در پس‌آزمون و پیگیری بخشودگی بین‌فردی تفاوت معناداری وجود دارد (P<۰/۰۵)، و نتایج نشان داد طرح‌واره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش نسبت به زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی فلدمن به‌طور معناداری بر بخشودگی بین‌فردی زنان خیانت‌دیده اثربخش‌تر بود و بین دو درمان تفاوت معنادار مشاهده شد (P>۰/۰۵). می‌توان این‌گونه نتیجه گرفت که بین دو درمان طرح‌واره‌درمانی مبتنی بر غنی‌سازی ارتباط پذیرش و زوج درمانی سیستمی تفاوت معنادار وجود دارد.

واژه‌های کلیدی: *بخشودگی بین‌فردی، خیانت‌دیده، زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی، طرح‌واره‌درمانی، غنی‌سازی ارتباطی پذیرش.*

Abstract

The aim of the present study was to compare the effectiveness of schema therapy based on enrichment programs and systemic-integrated couple therapy on interpersonal forgiveness of betrayed women. The method of the current research was semi-experimental with a pre-test-post-test design and a control group with a follow-up period of two months. The statistical population of the present study was made up of all the betrayed women who were referred to the counseling centers located in Rodhen City in 2022. 45 people were selected in a purposeful way and randomly assigned to two experimental groups and one control group. The instrument of this research was Pollard's interpersonal forgiveness questionnaire (IFS) (1998). Schema therapy intervention based on Lu and McKay's acceptance communication enrichment program (2012) and Feldman's (1990) system-integrated couple therapy protocol was implemented in 12 90-minute sessions twice a week for the first and second experimental groups. The data were analyzed using mixed analysis of variance. The results of the Varbans analysis showed that there is a significant difference between the groups in the post-test and follow-up of interpersonal forgiveness (P<0.05). The results showed that the schema therapy based on the communication enrichment program of acceptance compared to Feldman's systemic-integrated couple therapy had a significant effect on forgiveness The interpersonal relationship of betrayed women was more effective. A significant difference was observed between the two treatments (P<0.05). It can be concluded that there is a substantial difference between the two treatments of schema therapy based on the enrichment of acceptance communication and systemic couple therapy.

Keywords:*, Interpersonal Forgiveness, Betrayal, Integrative - Systemic Couple Therapy, Schema Therapy, Communication Enrichment of Acceptance.*

نوع مقاله : پژوهشی **دریافت : اردیبهشت ۱۴۰۲** **پذیرش: خرداد ۱۴۰۲** **ویرایش نهایی: مهر ۱۴۰۲**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-11]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.7.9.5]

مقدمه

پیمان‌شکنی[1] زناشویی مسئله‌ای آسیب‌زا برای همسران و خانواده‌ها و پدیده‌ای رایج برای درمانگران ازدواج و خانواده است (فینچام و می[2]، ۲۰۱۷). پیمان‌شکنی زناشویی[3] یکی از عمده‌ترین دلایلی است که زوجین را برای طلاق، به کلینیک‌های مشاوره خانواده می‌آورد. پس از افشای پیمان‌شکنی همسر احساس امنیتی که از اعتماد بین‌فردی در روابط زوجی حاصل شده از بین می‌رود (وان زیل[4]، ۲۰۲۰). و به دنبال پیمان‌شکنی، اعتماد ایجادشده در روابط دونفره به‌سادگی موجب تخریب فرض‌های مشترک، باورها و انتظارات از این رابطه می‌شود (یوآن و ویزر[5]، ۲۰۱۹). مسئله پیمان‌شکنی زناشویی در جامعه ایران نیز به‌عنوان یک نگرانی مطرح است و با ناپایداری در روابط و نرخ بالای طلاق همراه است. متأسفانه آمار دقیقی در این زمینه در ایران وجود ندارد، با این‌حال یکی از علل اصلی طلاق در سال‌های ۱۳۹۵ و ۱۳۹۸ خیانت زناشویی گزارش شده است که نشان‌دهنده شیوع بالای خیانت در ایران است (چوپانی و همکاران، ۱۳۹۸).

مطالعات نشان داده‌اند خیانت زناشویی در زوجین آسیب‌دیده منجر به آسیب‌های روان‌شناختی مختلفی می‌شود (فاضل همدانی و قربان جهرمی، ۱۳۹۷). به همین دلیل همسر آسیب‌دیده و همسر پیمان‌شکن هر دو ممکن است از رابطه‌شان کناره‌گیری کنند و افکار مزاحم تکرارشونده‌ای درباره خیانت و افشای بی‌وفایی داشته باشند، که در این صورت بعد از افشای خیانت نحوه برخورد زوجین با این آسیب‌ها متفاوت می‌باشد (سوی[6] و همکاران، ۲۰۲۰).

زمانی که فردی از پیمان‌شکنی همسرش آگاه می‌شود، مهم‌ترین موضوعی که با آن روبروست این است که آیا او را ببخشد و با او بماند یا این‌که به رابطه خاتمه دهد (سلترمن[7] و همکاران، ۲۰۱۹). با وجود اینکه پیمان‌شکنی یک از شدیدترین خطاهایی است که یک نفر در قبال همسرش مرتکب می‌شود و درنتیجه به‌راحتی بخشیده نمی‌شود (ابراهیمی و همکاران، ۱۴۰۰). اما در اغلب موارد بخشش راهی برای التیام زخم‌ها و کاهش تعارض‌هاست (رز[8] و همکاران، ۲۰۱۹). لذا زوجین، راه‌حل‌های بالقوه متنوعی را برای مقابله با اثرات تباه‌کننده خطاهای حاصل از انگیزه‌های مختل‌کننده ارتباطشان چاره‌اندیشی می‌کنند، بخشش مکانیزمی است که می‌تواند ماهیت حلقه اجتناب و انتقام را مختل سازد و بر انگیزه قوی برای ادامه رابطه داشتن شبکه اجتماعی قوی و یافتن معنای عمیق در رابطه با یکدیگر و افزایش تعهد زناشویی[9] در زوجین مؤثر باشد (بلتران- مورلاز[10] و همکاران، ۲۰۱۹).

در بحث امروز روان‌شناسی درمان‌های متنوع و متعددی در حوزه روان‌شناختی، برای افراد خیانت‌دیده بحث شده است که چندی از این درمان‌ها تأثیر خود را ثابت کنند. یکی از این درمان‌ها طرح‌واره درمانی می‌باشد. طرح‌واره‌ها[11] ازجمله متغیرهای زیربنایی هستند که از توان تبیینی بالایی بهره‌مند هستند، چراکه بسیاری از پردازش‌های شناختی، راهبردهای مقابله و سبک زندگی بیماران تحت تأثیر این سازه‌های زیربنایی قرار دارد. رویکرد طرح‌واره درمانی، تحولی بنیادین در شناخت درمانی است (لوندینگ و هافارت[12]، ۲۰۱۶). طرح‌واره درمانی از رویکرد شناخت درمانی «آرون بک» بر اساس نظریه دلبستگی شکل گرفت و رشد کرد. طرح‌واره‌ها، الگو و طرح کلی برجسته از تجربه شناختی - هیجانی یک واقعه است که تاریخ تجربه تشکیل آن می‌تواند حتی به پیش از شکل‌گیری زبان نوزادان بازگردد (یانگ[13] و همکاران، ۲۰۱۳). طبق دیدگاه طرح‌واره درمانی بیشتر مشکلات ارتباطی افراد، تحت تأثیر تصور آنها در مورد خود و دیگران قرار دارد که این فرایند شناختی، طرح‌واره نام دارد طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه موضوعات ثابت و درازمدتی هستند که در دوران کودکی به وجود می‌آیند، به زندگی بزرگسالی راه می‌یابند و تا حد زیادی ناکارآمد هستند (یانگ[14] و همکاران، ۲۰۰۷، ترجمه اندوز و حمیدپور). طرح‌واره‌ها بر شیوه‌ی فکر احساس و رفتار افراد تأثیر می‌گذارند و پس از ازدواج عامل صمیمیت زناشویی تا حدودی بر اساس طرح‌واره‌ها تبیین می‌شود

1. Infidelity
2. Fincham & May
3. Marital betrayal
4. Van Zyl
5. Yuan & Weiser
6. Sevi
7. Selterman
8. Roos
9 . Marital commitment
10. Beltrán -Morillas
11. schemas
12. Lunding & Hoffart
13. Young
14. Yang

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-11]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.7.9.5]

(استیل[1]، ۲۰۰۴). طرحواره‌های ناسازگار اولیه با ابعاد صمیمیت زناشویی همبستگی منفی دارد (صنیعی، ۱۴۰۰؛ مصطفی زاده و همکاران، ۱۴۰۱). خیانت زناشویی تأثیر عمیقی بر بهزیستی فردی دارند که نشأت‌گرفته از تعارضات زناشویی هستند (باراکا[2] و پلانسکی، ۲۰۲۱).

از طرفی نیز ازجمله رویکردهایی که می‌تواند برای بهبود آسیب‌های زنان با سابقه خیانت دیدن مناسب باشد، می‌توان زوج‌درمانی با رویکرد سیستمی- تلفیقی[3] را نام برد (پورسردار و همکاران، ۱۳۹۸). زوج‌درمانی با رویکرد سیستمی یک رویکرد درمانی است که در آن درمانگر اجزای نظریه‌ها و فرایندهای درمانی را با هوشمندی هر چه تمام در هم ادغام و ترکیب می‌کند (پریسوتی و باراکا[4]، ۲۰۱۹). مفروضه زیربنایی رویکرد سیستمی - تلفیقی این است که افراد در خانواده از هیجان‌هایشان آگاه نیستند یا اگر هم هستند این هیجان‌ها را سرکوب می‌کنند (چوپانی صوری و همکاران، ۱۳۹۹).

لذا با توجه به شیوع آشکار و پنهان روابط فرازناشویی و ماهیت پیچیده خیانت و تأثیرات فاجعه انگیز آن بر روابط، زوجین ضروری است که مداخلات مؤثری برای کمک به زوجینی که با این مشکل روبرو هستند ایجاد شود. بسیاری از پژوهش‌های انجام‌شده در زمینه خیانت زناشویی توصیفی بوده و بیشتر به نگرش افراد در مورد خیانت یا پیامدها و تعاریف آن پرداخته‌اند، همچنین نگاهی اجمالی به قدیمی‌ترین روش‌های درمانی تا جدیدترین روش‌های درمانی در زمینه کاهش تنیدگی و افزایش تعهد زناشویی و انگیزه‌های بین‌فردی، نشان می‌دهد هر یک از روش‌های درمانی برحسب موضع‌گیری‌های نظری که بر پایهٔ آن بنا نهاده شده‌اند، از فنون مختلفی استفاده نموده‌اند. دو رویکرد طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش و زوج‌درمانی سیستمی تلفیقی که از بر افکار، هیجان و رفتار تمرکز دارند و آسیب‌شناسی روانی را ناشی از هر سه جنبه ،شناختی، هیجانی و رفتاری مفهوم‌پردازی می‌کنند اما تفاوت عمده‌شان در نحوه‌ی برخورد با مشکل است (صنیعی، ۱۴۰۰؛ مصطفی زاده، ضرغامی و صداقت، ۱۴۰۱). عده‌ای از پژوهشگران اعتقاد دارند ازآنجایی‌که طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی ،پذیرش ریشه مشکلات افراد در مواجهه باخیانت زناشویی هستند ازاین‌رو طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش در مواجهه با موضوع خیانت نسبت به سایر رویکردها اثرگذاری بیشتری در ابعاد هیجانی دارد (نجفی، دستیار و رستمی‌زاده، ۱۳۹۸)، این در حالی است که عده دیگر اعتقاد دارند زوج‌درمانی سیستمی، تلفیقی که بر روی پذیرش مشکلات، افکار و احساسات در زمان حال تمرکز دارند اثربخشی بالاتری بر مشکلات روان‌شناختی و ازجمله مشکلات همراه با خیانت زناشویی دارند (حقانی، عابدی، فاتحی زاده و آقایی، ۱۳۹۸). بنابراین پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی طرحواره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی و زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی بر بخشودگی بین‌فردی زنان خیانت‌دیده انجام شد.

روش

روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل با دوره پیگیری دوماهه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی زنان خیانت‌دیده مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره مستقر در شهرستان رودهن در سال ۱۴۰۱ تشکیل دادند. حجم نمونه در این پژوهش با توجه به تعداد گروه‌ها و تعداد متغیرهای مورد بررسی تعیین شد. بر این اساس، از جامعه مذکور ۴۵ نفر پس از مصاحبه مقدماتی و بر اساس ملاک‌های ورود و خروج از پژوهش به شیوه هدفمند انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه (گروه آزمایش طرحواره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش، ۱۵ نفر)، (گروه آزمایش زوج‌درمانی سیستمی، ۱۵ نفر) و (گروه گواه، ۱۵ نفر) قرار گرفتند. ملاک‌های ورود افراد به پژوهش شامل رضایت آگاهانه، جنسیت زن، آسیب‌دیده از خیانت همسر، وفاداری خود، گذشت حداقل ۵ سال از زندگی مشترک، عدم شرکت هم‌زمان در دوره‌های روان‌درمانی دیگر، عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی از حداقل یک ماه قبل از ارزیابی، سواد حداقل سیکل، گروه سنی ۲۰ الی ۵۰ سال، آمادگی جسمانی و روانی برای پاسخگویی به سؤالات و معیارهای خروج از پژوهش شامل غیبت بیش از دو جلسه عدم تمایل شرکت‌کننده به ادامه‌ی شرکت در پژوهش، انجام خیانت (گرفتن انتقام) شرکت هم‌زمان در برنامه‌های مشاوره یا روان‌درمانی دیگر و همکاری نکردن در تکمیل پرسشنامه‌ها در سه مرحله‌ی پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری بود. روش اجرای پژوهش به این صورت بود که پس از انجام هماهنگی لازم با مدیریت مرکز مشاوره باران واقع در شهرستان رودهن، پرونده شرکت‌کنندگان در اختیار پژوهشگر قرار گرفت و با تماس تلفنی، مصاحبه اولیه‌ای با هریک از زنان خیانت‌دیده متقاضی به

1. Stiles
2. Barraca & Polanski
3. System-integrated approach
4. Perissutti & Barraca

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-11]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.7.9.5]

عمل آمده و بر اساس ملاک‌های ورود و خروج ۴۵ نفر از زنان انتخاب و با گمارش تصادفی در سه گروه شامل دو گروه آزمایش و یک گروه گواه قرار گرفتند. پس از جایگزینی در گروه‌ها، شرکت‌کنندگان پیش از اجرای مداخله، به پرسشنامه پژوهش به‌عنوان پیش‌آزمون پاسخ دادند. گروه آزمایشی اول، درمان طرح‌واره مبتنی بر غنی‌سازی و گروه آزمایشی دوم، درمان زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به شیوه گروهی به‌صورت حضوری با توالی هر هفته دو جلسه در هفته توسط پژوهشگر دریافت کردند. اما شرکت‌کنندگان گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکردند. پس از پایان جلسات درمانی، مجدداً هر سه گروه در مرحله پس‌آزمون و ۶۰ روز بعد در مرحله پیگیری به پرسشنامه پژوهش پاسخ دادند در این پژوهش ملاحظات اخلاقی به شرح ذیل رعایت شد: ۱- پیش از شروع مطالعه، شرکت‌کنندگان از موضوع و روش اجرای پژوهش مطلع شدند، ۲- پژوهشگر متعهد شد تا از اطلاعات خصوصی آزمودنی‌ها محافظت کند و از داده‌ها فقط در راستای اهداف پژوهش استفاده کند، ۳- پژوهشگر متعهد شد نتایج پژوهش را در صورت تمایل آزمودنی‌ها برای آنها تفسیر کند، ۴- در صورت مشاهده‌ی هرگونه ابهام، راهنمایی‌های لازم به آزمودنی‌ها ارائه شد، ۵- مشارکت در تحقیق هیچ‌گونه بار مالی برای شرکت‌کنندگان به دنبال نداشت، ۶- این پژوهش با موازین دینی و فرهنگی شرکت‌کننده و جامعه هیچ‌گونه مغایرتی نداشت. درنهایت برای تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس آمیخته و نرم‌افزار spss نسخه ۲۶ استفاده شد.

ابزار سنجش

مقیاس بخشودگی بین‌فردی[1] (IFS): برای سنجش بخشودگی از مقیاس سنجش بخشش در خانواده استفاده شد. این مقیاس در سال ۱۹۸۸ توسط پولارد[2] و همکارانش طراحی و ساخته شد. پرسشنامه شامل دو قسمت می‌باشد؛ یک قسمت مربوط به خانواده اصلی (نسل اول) و قسمت دیگر مربوط به خانواده هسته‌ای یا نسل دوم (زوجین) می‌شود. فرم اصلی مقیاس شامل ۴۰ عبارت است که ۲۰ عبارت آن مربوط به بخشودگی در خانه همسران می‌باشد و در این پژوهش نیز این ۲۰ عبارت مورد سنجش قرار گرفت. عبارت‌ها در مورد وضعیت رنجش‌ها و دلخوری‌ها و همچنین بخشایش و گذشت در بین اعضای خانواده می‌باشد. پاسخ هر عبارت شامل یک طیف چهاردرجه‌ای «تقریباً همیشه این‌طور است»، «اغلب اوقات همین‌طور است»، «بندرت این‌طور است»، «اصلاً این طور نیست» می‌شود. در پژوهش پولارد و همکاران (۱۹۸۸) ضرایب همسانی توسط آلفای کرونباخ ۰/۷۳ به دست آمد و با استفاده از تحلیل عامل تأییدی ساختار دو عاملی این پرسشنامه را مورد بررسی قرار دادند که ساختار دوعاملی این پرسشنامه تأیید شد. این مقیاس توسط سیف و بهاری در سال ۱۳۷۹ برای خانواده‌های ایرانی بررسی شده است. روایی همگرا ۰/۶۷ و افتراقی ۰/۷۳ این پرسشنامه توسط آزمون همبستگی محاسبه شده است. ضریب همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ این پرسشنامه در گزارش فوق ۰/۸۹ گزارش شده است. روایی محتوا و صوری آن توسط سیف و بهاری (۱۳۷۹) و به وسیله نظرخواهی از ۱۵ نفر از اساتید روان‌پزشک، دستیاران سال آخر روان‌پزشکی و کارشناسان ارشد روانشناسی مورد بررسی قرار گرفت که همگی این افراد روایی محتوا و صوری آن را مورد تأیید قرار دادند، و پایایی حاصل از بازآزمایی در یک فاصله ۱۰ هفته‌ای ۰/۸۱ ذکر شد. آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۸۱ به دست آمد.

پروتکل طرح‌واره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی[3]: برای مداخله‌ی طرح‌واره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش از پروتکل درمان بر پایه الگوی لو و مک کی[4] (۲۰۱۷) بر روی شرکت‌کنندگان گروه آزمایش اول در جلسه‌های درمانی اجرا شد. شرح و اهداف جلسات در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. محتوای جلسات طرح‌واره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش

جلسات	محتوای جلسات
اول	معرفی، قوانین گروه، اجرای پیش‌آزمون
دوم	تعریف مهارت ارتباطی/ آموزش مهارت‌های ارتباطی/ مهارت ادراک همدلانه و گوش دادن، افزایش تبادلات مثبت رفتاری، مهارت اجتماعی/ بیان مستقیم احساسات
سوم	ادامه آموزش مهارت‌های ارتباطی/ بیان مستقیم احساسات/ مهارت انتقال و دریافت روشن، صحیح و مؤثر افکار، احساسات و نیازهای یکدیگر

1. Interpersonal Forgiveness Scale
2. Pollard
3. schema therapy protocol based on the acceptance communication enrichment program
4. Lev & McKay

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-11]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.7.9.5]

چهارم	کمک به شناسایی تحریفات شناختی رایج زوجین و کمک به توجه به چگونگی وقوع آن‌ها در روند تعاملات زوج‌ها و خانواده‌های نقد و بررسی تکالیف خانگی
پنجم	کلیات/ برقراری ارتباط، ایجاد آمادگی در زوجین/ تعریف طرحواره‌های ناسازگار اولیه/ کمک به شناسایی طرحواره‌های ناسازگار
ششم	بررسی طرحواره‌ها و بازسازی طرحواره/ و تأثیر آن‌ها بر روابط زوج و خانواده، تشخیص افکار خودآیند و هیجانات و رفتارهای مرتبط، بازسازی طرحواره، تغییر طرحواره‌های خانوادگی/ تکنیک گفتگوی (دیالکتیک) خیالی با طرحواره‌های ناسازگار اولیه
هفتم	آموزش تکنیک‌های شناختی، هیجانی و رفتاری در راستای مدل طرحواره‌درمانی، آموزش و انجام تکنیک تعیین اولویت‌بندی رفتارها نقد و بررسی
هشتم	ترغیب زوجین برای رها کردن سبک‌های مقابله‌ای ناسازگار و تمرین رفتارهای مقابله‌ای کارآمد به‌منظور ارضای نیازهای هیجانی اساسی
نهم	الگوشکنی رفتاری بر روی طرحواره‌های ناسازگار اولیه. آموزش و انجام تکنیک ارزیابی برقراری گفتگو بین جنبه سالم.
دهم	آموزش سازگاری و تاب‌آوری/ اهمیت تاب‌آوری در رابطه زوجین.
یازدهم	آموزش اجرای تکنیک‌های (NBSR ذهن‌آگاهی) جهت تقویت لذت و بینش از اکنون و آنجا.
دوازدهم	تمرین مجدد تکنیک‌ها و اجرای مجدد پرسشنامه‌ها

پروتکل زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی[1]: در این پژوهش پروتکل زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی به شیوه گروهی بر پایه الگوی فلدمن[2] (۱۹۹۲) بر روی شرکت‌کنندگان گروه آزمایش دوم در جلسه‌های درمانی اجرا شد. شرح و اهداف جلسات در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. خلاصه محتوای جلسات زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی به شیوه گروهی بر پایهٔ الگوی فلدمن

جلسات	محتوای جلسات
اول	ایجاد همدلی با زوج‌ها، آشنایی زوج‌ها با قواعد و مقررات درمان، ایجاد اعتماد در زوج‌ها برای در میان گذاشتن افکار و احساساتشان، درک چگونگی شکل‌گیری رابطه زوج‌ها و ارزیابی ماهیت مشکل آن‌ها.
دوم	کاوش در رابطه کنونی هر یک از زوج‌ها با همسر، خانواده مبدأ، و دیگر افراد مهم زندگی آن‌ها. تشکیل جلسات فردی با هر یک از زوج‌ها به‌منظور کاوش بیشتر در دیدگاه‌های هر یک.
سوم	بررسی و کشف الگوهای ارتباطی ناکارآمد، تمرکز بر خصوصیات شخصی هر یک از زوج‌ها، و تسهیل بیان احساسات زوج‌ها درباره روابط ناکارآمد خود با افراد مهم در زمان حال، شناسایی نیروهای مؤثر در تکرار الگوهای تعاملی و آشنایی با جنبه‌ها دفاعی رقص‌های زوج‌ها یا همان چرخه‌های تکرارشونده.
چهارم	کار درباره مقاومت و تسهیل بیان احساسات و تمایلات نهفته زوج‌ها درباره افراد مهم زندگی آن‌ها، تخلیه هیجانی زوج‌ها درباره الگوهای ناکارآمد خود و ارتباطی که تجربه می‌کنند.
پنجم	تمرکز بر الگوهای تعاملی تکرارشونده یا رقص‌ها، کشف دفاع‌ها و مقاومت‌هایی که موجب تثبیت می‌شوند، مواجهه همدلانه با این تعارضات و مغایرت‌هایی که میان احساسات نهفته زوج‌ها و رفتار فعلی آن‌ها وجود دارد.
ششم	بررسی همانندسازی فرافکنی هر یک از زوج‌ها در رابطه با همسرش.
هفتم	تغییر و اصلاح رقص‌ها، تغییر اضطراب‌ها، دفاع‌ها و تمایلات پنهانی هر یک از زوج‌ها با توجه به همانندسازی‌های خانواده اصلی و روابط فعلی و تشدید زنجیره‌های همانندسازی فرافکنی.
هشتم	پیگیری کلامی روش‌هایی که مشکل اضطراب از خیانت را در طول زمان تغییر دهد؛ یادگیری تشخیصی مشکلات حاصل از اضطراب خیانت و فائق آمدن بر آن‌ها بر اساس راهبردهای مقابله‌ای شناختی؛ تمرین در جلسه، ارائه تکلیف جلسه آینده.
نهم	آشنایی با انواع شیوه‌های ارتباطی و پاسخ‌ها و سبک‌های مقابله‌ای؛ بررسی و کشف الگوهای تعاملی خانواده؛ فرضیه‌سازی در مورد سلسله‌مراتب و نحوه توزیع قدرت در خانواده؛ تمرین در جلسه
دهم	استحکام بخشیدن مرزهای عملکردی و از بین بردن مرزهای غیرعملکردی سیستم و زیرمجموعه خانواده؛ بررسی مثل‌های موجود حول مشکلات خانواده؛ بررسی میزان ارتباط هر یک از زوجین با خویشاوندان خود و افزایش یا متعادل‌سازی روابط با خویشاوندان و دوستان مشترک؛ تمرین در جلسه

1. Integrative - systemic couple therapy
2. Feldman

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-11]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.7.9.5]

یازدهم	سعی در تعمیم رابطه درمانی به دیگر روابط زندگی فرد به‌ویژه در بیرون از جلسه درمان، حل‌وفصل بحران‌های موجود در رابطه با همسر.
دوازدهم	بررسی و بازبینی روابطی که زوج‌ها در طی جلسات با یکدیگر و با درمانگر داشته‌اند، قبول مالکیت همانندسازی‌های خود و آماده کردن زوج‌ها برای پایان دادن به درمان.

یافته ها

یافته‌های پژوهش در مورد اطلاعات جمعیت شناختی نشان داد که ۴۵ نفر (۱۵ نفر گروه طرح‌واره‌درمانی، ۱۵ نفر درمان زوج‌درمانی سیستمی و ۱۵ نفر گروه گواه) حضور داشتند که میانگین و انحراف استاندارد معیار سن برای گروه طرح‌واره‌درمانی به ترتیب ۳۴/۵۱ و ۵/۲۹ سال، برای گروه زوج‌درمانی سیستمی ۳۳/۷۵ و ۵/۶۱ سال و برای گروه گواه ۳۳/۵۸ و ۴۸/ ۵ بود. همچنین جنسیت همه افراد شرکت‌کننده مونث بود. در ادامه یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش ارائه می‌شود. برای توصیف داده‌ها از میانگین به‌عنوان شاخص گرایش مرکزی و انحراف معیار به‌عنوان شاخص پراکندگی استفاده شد.

جدول ۳. میانگین و انحراف استاندارد متغیر بخشودگی بین‌فردی و مؤلفه‌های آن در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

		پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
بخشودگی بین‌فردی	گواه	۲۹/۱۳	۴/۹۳	۲۸/۴۷	۴/۷۲	۲۸/۸۷	۴/۲۸
	زوج‌درمانی سیستمی	۳۰/۴۰	۶/۲۱	۳۴/۳۳	۵/۸۰	۳۴/۱۳	۵/۷۰
	طرح‌واره‌درمانی	۲۹/۲۷	۳/۴۵	۴۶/۹۳	۹/۳۴	۴۷/۸۷	۹/۷۸

همان‌طور که در جدول ۳ ملاحظه می‌شود، بخشودگی بین‌فردی برای سه گروه گواه، طرح‌واره‌درمانی، زوج‌درمانی سیستمی در سه مرحله سنجش (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) نشان داده شده است. همان‌طور که ملاحظه می‌گردد، در گروه گواه میانگین نمره کل بخشودگی بین‌فردی در پس‌آزمون و پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون تغییر چندانی را نشان نمی‌دهد. ولی در گروه‌های طرح‌واره‌درمانی و زوج‌درمانی سیستمی می‌توان افزایش قابل‌توجه بخشودگی بین‌فردی در مرحله پس‌آزمون و پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون مشاهده کرد.

بررسی معنادار بودن این تغییرات با استفاده از آزمون تحلیل واریانس آمیخته صورت گرفت. قبل از اجرای آزمون، آزمون تحلیل واریانس آمیخته، از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن توزیع نمرات بخشودگی بین‌فردی در مراحل سه‌گانه اندازه‌گیری (p>۰/۰۵) از آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس‌های بخشودگی بین‌فردی در سه مرحله اندازه‌گیری پیش‌آزمون (F=۰/۱۸۶)، (P=۰/۲۰)، پس‌آزمون (F= ۱/۱۰۵، P=۰/۱۲۳) و پیگیری (F=۱/۳۳، P=۰/۲۶۳) و برای بررسی همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس با استفاده از آزمون ام‌باکس در متغیر بخشودگی بین‌فردی (MBOX =۲۹/۷۳، F =۱/۰۴، P=۰/۳۲) استفاده شد؛ که نتایج این آزمون‌ها معنی‌دار نبود، همچنین به‌منظور بررسی پیش‌فرض کرویت از آزمون موچلی استفاده شد و نتایج نشان داد پیش‌فرض کرویت برای متغیر بخشودگی بین‌فردی رعایت نشده است. بنابراین برای تفسیر نتایج از روش گرینهاوس - گیسر استفاده شد.

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس آمیخته مربوط به اثرات درون‌گروهی و بین‌گروهی

متغیر	عوامل	منابع تغییر	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	سطح معناداری	میزان اثر
بخشودگی بین‌فردی	درون‌گروهی	زمان	۲۹۲/۹۸	۱/۳۳	۲۲۰/۵۳	۰/۴۶	۰/۵۶	۰/۰۱
		زمان × گروه	۵۸۱۲/۲	۲/۶۶	۲۱۸۷/۵	۴/۵۵	۰/۰۱	۰/۱۹
		خطا	۲۴۲۸۳/۱۹	۵۰/۴۸	۴۸۱/۰۲	-	-	-

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-11]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.7.9.5]

بر این اساس نتایج آزمون تحلیل واریانس آمیخته در جدول ۴ ارائه شده است. با توجه به نتایج جدول نشان می‌دهد بین گروه و زمان در متغیر بخشودگی بین‌فردی تفاوت معناداری وجود دارد و مشخص می‌گردد بین مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری بین دو گروه درمانی و گروه گواه در متغیر وابسته تفاوت وجود دارد همچنین در اثر گروه با توجه به مقادیر و سطح معناداری F در متغیر بخشودگی بین‌فردی بین دو گروه طرحواره‌درمانی و زوج‌درمانی سیستمی و گروه گواه تفاوت معناداری وجود دارد مقایسه دوبه‌دوی این گروه‌ها به تفکیک هر مرحله با استفاده از آزمون بنفرونی صورت گرفته است که نتایج آن در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه زوجی میانگین متغیر بخشودگی بین‌فردی

			پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری		
بخشودگی بین‌فردی	زوج‌درمانی سیستمی	گواه	۵/۲۰۰	۰/۰۰۱	-۳۸/۰۶۷*	۰/۰۰۱	۴/۳۲۳	-۳۸/۷۳۳*	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱
		طرحواره‌درمانی	۳/۴۰۰	۰/۰۰۱	۲۱/۱۳۳*	۰/۰۰۱	۴/۳۲۳	۲۱/۲۶۷*	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱
		گواه	۱/۸۰۰	۰/۰۰۱	-۵۹/۲۰۰*	۰/۰۰۱	۴/۳۲۳	-۶۰/۰۰۰*	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱
	طرحواره‌درمانی	زوج‌درمانی سیستمی	-۳/۴۰۰	۰/۰۰۱	-۲۱/۱۳۳*	۰/۰۰۱	۴/۳۲۳	-۲۱/۲۶۷*	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱

با توجه به جدول ۵ ملاحظه می‌شود تفاوت معناداری بین گروه‌های زوج‌درمانی سیستمی و گواه در متغیر بخشودگی بین‌فردی (P<۰/۰۵) و طرحواره‌درمانی و گواه در متغیر بخشودگی بین‌فردی (P<۰/۰۵) وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد بین روش زوج‌درمانی سیستمی و طرحواره‌درمانی در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ اختلاف معنادار وجود دارد. مطابق با جدول ۵ اختلاف میانگین روش طرحواره‌درمانی و زوج‌درمانی سیستمی برای متغیر بخشودگی بین‌فردی در مرحله پس‌آزمون و پیگیری به‌صورت مثبت معنادار شده است. درنتیجه روش طرحواره‌درمانی در افزایش بخشودگی بین‌فردی اثربخشی بیشتری نسبت به زوج‌درمانی سیستمی داشته است (P<۰/۰۵).

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی طرحواره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی و زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی بر بخشودگی بین‌فردی زنان خیانت‌دیده انجام شد. در مرحله اول یافته های پژوهش نشان داد مداخله طرح واره درمانی مبتنی بر غنی سازی بر بخشودگی بین‌فردی در زنان خیانت‌دیده مؤثر است. این یافته‌ها با نتایج پژوهش نجفی و همکاران (۱۳۹۸)، علیزاده اصلی و همکاران (۱۳۹۷) و رستمی زاده و همکاران (۱۳۹۹) همسو بود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت اساس طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش و ذهن‌آگاهی بر این مبتنی است که زوجین آگاهی‌های شناختی در زمینه‌های طرحواره‌ها و همچنین ذهن‌آگاهی پیدا کنند و ارتقای این شناخته موجب شود فرد از سیکل‌های معیوب شناختی خود آگاهی پیدا کند و در زمینه خودآگاهی و پذیرش و بهبود یابد و این امر از لحاظ شناختی موجب کاهش افکار منفی می‌شود و از طرفی آموزش مهارت‌های ارتباطی برای زوجین موجب افزایش مهارت‌های ارتباطی در زوجین و کاهش حس اجتناب از رابطه و انگیزه‌های بین‌فردی می‌شود (کریمی، ۱۳۹۸). همچنین طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش و ذهن‌آگاهی نیز در بافت یک ارتباط درمانی وابستگی‌های مستقیم و فرایندهای کلامی غیرمستقیم را به کار می‌گیرد تا زوجین به‌طور تجربی بتوانند در درجه اول از طریق، پذیرش ناهمجوشی ایجاد یک حس فراتجربی از خود ارتباط با لحظه اکنون و ساختن الگوهای خوب از اقدامات متعهدانه مرتبط با طرحواره‌ها، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بیشتری در فرد ایجاد کند و در ادامه با ایجاد آگاهی شناختی به زوجین کمک می‌کند تا طرحواره‌های خود را بشناسند و خاطرات، هیجانات احساس‌های بدنی و سبک‌های مقابله‌ای مرتبط با آنها را مورد شناسایی قرار دهند زمانی که زوجین طرحواره‌ها و سبک‌های مقابله‌ای‌شان را درک می‌کنند می‌توانند تا حدودی بر پاسخ‌هایشان کنترل داشته باشند و ضمن افزایش تنظیم هیجان باعث کاهش حس خشم انتقام و انگیزه‌های بین فردی می‌گردد (علیزاده اصلی و همکاران، ۱۳۹۷).

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-11]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.7.9.5]

همچنین یافته دیگر پژوهش نشان داد زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی بر بخشودگی بین‌فردی در زنان خیانت‌دیده مؤثر است. نتایج این پژوهش با پژوهش سائرهبر و پونتون[1] (۲۰۱۸)، لو و مک کی (۲۰۱۷)، اعلمی و همکاران (۱۳۹۹) و رفتارعلی آبادی و همکاران (۱۳۹۸) همسو بود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت زوج‌درمانی با رویکرد یکپارچه، فلمدمن توسعه و نگهداری تعارض و فاصله عاطفی در زوج‌ها، ناشی از ترکیب کنترل‌های محکم و بی‌فایده هر یک از آنها و راهبردهای اجتناب تجربی در رابطه زن و شوهر است. زوج‌درمانی با رویکرد یکپارچه فلدمن به دنبال تضعیف این فرایندها و درنتیجه کاهش رنج‌های غیرضروری زوج‌هاست که به‌وسیله اجتناب‌های تجربی هر یک از آنها ناشی می‌شود. هدف اصلی این نوع از زوج‌درمانی کمک به هر یک از زوجین، جهت آگاه شدن از فرایندهای شناختی و واکنش‌های عاطفی خود چه به‌تنهایی و چه در رابطه دونفره، و ارزش‌هایی که آنها را در رابطه نگه داشته است را روشن کنند و به عمل در روش‌هایی که به‌طور مداوم متناسب با این اهداف در حضور افکار و احساسات ناخواسته متعهد شوند (حقانی و همکاران، ۱۳۹۸). معمولاً زوج‌ها از موقعیت‌های مرتبط با آسیب، طرد یا تعارض اجتناب می‌کنند در روش زوج‌درمانی فلدمن به زوج‌ها نزدیک شدن به افکار و احساسات درونی ناخواسته و حالات جسمانی مرتبط با این پویایی‌ها و الگوهای ارتباط را آموزش می‌دهد به‌طوری‌که وقتی یکی از زوج‌ها از لحاظ عاطفی احساس آسیب و یا ناتوانی و ضعیف شدن می‌کند، به فاصله عاطفی روی می‌آورد که زوجین طی آموزش گروهی با یادگیری مهار این افکار پذیرش آگاهانه این قبیل افکار و عمل به روش‌هایی که ارتباط و خودکارآمدی زوج‌ها را در حیطه‌های مختلف به‌خصوص فردی و خانوادگی هدف قرار می‌دهد تمرین می‌شود (اسیفانی و همکاران، ۲۰۱۹). به‌طوری‌که وقتی زوج‌ها شروع به به‌کارگیری این مهارت‌ها و راهبردها می‌کنند، بیشتر تمایل پیدا می‌کنند و قادر می‌شوند به موقعیت‌های اجتناب قبلی که ناشی از آسیب تجربه‌شده از خیانت همسر است نزدیک شوند و به آن‌ها فرصت رفتار به شیوه‌ای که رضایت را بهبود می‌بخشد و کارایی بین فردی زوجین را افزایش می‌دهد داده شود. همچنین نزدیک شدن به افکار و احساسات مرتبط با اجتناب از رابطه قبلی و عمل در جهت سازگار با ارزش‌های رابطه دوطرفه این فرصت را برای زوج‌ها فراهم می‌کند تا ارتباط قوی‌تر و صمیمی‌تر و خودکارآمدتر را فراهم کنند (باراکا و پلانسکی، ۲۰۲۱).

یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که طرح‌واره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش اثر بیشتری بر بخشودگی بین‌فردی نسبت به زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی در زنان خیانت‌دیده دارد و این تغییر در مرحله‌ی پیگیری نیز حفظ شد. یافته‌های این پژوهش نیز با تحقیقات سائرهبر و پونتون[2] (۲۰۱۸)، لو و مک کی (۲۰۱۷)، اعلمی و همکاران (۱۳۹۹)، رستمی زاده و خسروی (۱۳۹۹)، رفتارعلی آبادی و همکاران (۱۳۹۸)، نجفی و همکاران (۱۳۹۸)، علیزاده اصلی و همکاران (۱۳۹۷) همسو بود.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان بیان نمود زنان که تجربه خیانت همسر را دارند، خواهان ارتباط بینشخصی هستند ولی از طرد شدن و خیانت دوباره می‌ترسند، درنتیجه طی ارتباط کلامی و غیرکلامی با همسر اضطراب را تجربه می‌کنند و درنهایت آکنده از درد و ناکامی خواهند بود که این مسئله کاهش تعهد زناشویی و جدایی را تقویت می‌کند. آموزش طرح‌واره‌درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش بر یادگیری مهارت‌های گوش کردن مؤثر، چگونگی مواجهه با مشکلات و تقویت مهارت‌های غیرکلامی و از بین بردن موانع بهبود مهارت‌های بین‌فردی ازجمله تعدیل طرح‌واره‌های ناسازگار تأکید دارد (نجفی و همکاران، ۱۳۹۸). رضایت از خود و دیگران نیز از نتایج مطلوب این دوره آموزشی بود که بر گسترش حمایت اجتماعی و برقراری روابط سالم و سازنده در افراد تأثیر به سزایی داشت. همچنین این درمان موجب افزایش حمایت‌های اطلاعاتی عاطفی و اجتماعی و بهبود قابلیت فرد در رویارویی مؤثر و منطقی با موقعیت‌ها شده و درنتیجه باعث شد تا فرد از مهارت‌های ارتباطی به‌صورت مؤثرتری استفاده نماید. همچنین مرتبط ساختن طرح‌واره‌های ناسازگار افراد با مشکل در ارتباطات، شناسایی باورهای دردسرساز و آگاهی از طرح‌واره‌هایی که فرد برای تفسیر، قضاوت، گواه و اقدام در ارتباطات استفاده می‌کند و ارائه باورهای جایگزین منجر به ایجاد راهبردها و باورهای جدید انعطاف‌پذیر و انطباقی‌تر شد که این امر کاهش ترس از خیانت مجدد و افزایش بخشودگی بین‌فردی را به همراه داشت. همچنین ارائه آموزش طرح‌واره‌درمانی مبتنی بـر برنامـه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش و ذهن‌آگاهی موجب می‌شود زوجین آگاهی‌های شناختی در زمینه‌های طرح‌واره‌ها و همچنین ذهن‌آگاهی پیدا کنند و ارتقای این شناخت‌ها موجب می‌شود فرد از سیکل‌های معیوب شناختی خود آگاهی پیدا کند و در زمینه خودآگاهی و پذیرش و … بهبود یابد و این امر از لحاظ شناختی موجب کاهش افکار منفی می‌شود و از طرفی آموزش مهارت‌های ارتباطی برای زوجین موجب افزایش مهارت‌های ارتباطی در زوجین می‌شود و تنش و تعارضات زناشویی در این افراد کاهش پیدا می‌کند (رستمی زاده، ۱۳۹۹).

1. Sauerheber & Ponton
2. Sauerheber & Ponton

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-11]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.7.9.5]

همچنین این درمان با آموزش مهارت‌های ارتباطی و زیر سؤال بردن طرحواره‌های ناسازگار زنان و با به چالش کشیدن نوع خاصی از طرحواره‌های مورد استفاده توسط آنان که موجب ارتباطات مختل با همسر خود می‌گردید، کمک نمود تا درستی، رفتارها، واکنش‌ها، طرحواره‌ها و سبک‌ها و راهبردهای مقابله ایشان را ارزیابی کنند. در اثر کاربرد این رویکرد زنان دریافتند طرحواره و راهبردهای مقابله‌ای به‌عنوان یک حقیقت بیرونی هستند که می‌توانند با استفاده از شواهد عینی و تجربی بر علیه آن بجنگند و باورها و رفتارهای مناسب‌تری را جایگزین نمایند و با آگاهی از مضرات اجتناب به‌عنوان یک راهبرد ناکارآمد، سعی در گواه آن نمودند. درواقع یکی از دلایل موفقیت این درمان در بهبود بخشودگی بین‌فردی هدف قرار دادن این باورهای زیربنایی و باورهایی درباره خیانت همسر نظیر دوست‌داشتنی نبودن و یا خود را شایسته ندانستن عشـق و همچنین انتظارات و توقعات غیرمنطقی در یک رابطه با استفاده از تکنیک‌های شناختی و آموزش مهارت‌های ارتباطی به‌صورت هم‌زمان بود (نجفی و همکاران، ۱۳۹۸).

خیانت زناشویی یکی از مخرب‌ترین مشکلات یک رابطه و نیز یکی از موضوعاتی است که به‌طور معمول به طلاق منجر می‌شود و به‌عنوان تخطی از توافق جنسی بین یک زوج تعریف می‌شود. همسر آسیب‌دیده و همسر پیمان‌شکن هر دو ممکن است از رابطه‌شان کناره‌گیری کنند و افکار مزاحم تکرارشونده‌ای درباره خیانت و افشای بی‌وفایی داشته باشند، که در این صورت بعد از افشای خیانت نحوه برخورد زوجین با این آسیب‌ها متفاوت می‌باشد و اغلب به دنبال انتقام هستند و بخشودگی بین‌فردی در آن‌ها کاهش می‌یابد. این پژوهش با هدف مقایسه اثربخشی طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی و زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی بر بخشودگی بین‌فردی زنان خیانت‌دیده بود و این‌گونه نتیجه گرفته شد که هر دو مداخله طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی و زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی بر بهبود بخشودگی بین فردی زنان خیانت دیده تأثیر داشته اما مداخله طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش اثر بیشتری بر بخشودگی بین‌فردی نسبت به زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی در زنان خیانت‌دیده داشته است. درنهایت نتایج از تأثیر دو روش مداخله حمایت می‌کند و توجه به این دو روش درمانی برای زنان آسیب‌دیده از خیانت از اهمیت خاصی برخوردار است. بنابراین نتایج این پژوهش می‌تواند زمینه‌ساز مداخلاتی برای کمک به زنان خیانت‌دیده شود.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به انتخاب نمونه‌گیری هدفمند از میان زنان خیانت‌دیده یک شهر خاص اشاره کرد که از اعتبار بیرونی پژوهش کاست و همین‌طور عدم توجه به برخی از متغیرهای روان‌شناختی (مثل ذهنیت روان‌شناختی و بینش مراجعین انگیزه‌ی مراجع حوادث متقارن با پژوهش و استرس‌های هم‌زمان با اجرای پژوهش). از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر قلمداد می‌شود که اعتبار درونی را به مخاطره می‌اندازد. همین‌طور پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آینده برای کاهش سوگیری احتمالی و کنترل متغیرهای مداخله‌گر نمونه از شهرها و گروه‌های مختلف و با حجم بیشتر انجام شود تا با اطمینان بیشتری بتوان نتایج را تعمیم داد.

منابع

ابراهیمی، ا.، ضرغام حاجبی، م.، و نوابی نژاد، ش. (۱۴۰۰). بررسی نقش واسطه‌ای بخشش در رابطه بین احساس تنهایی و رضایت جنسی با افسردگی و احساس حقارت در زنان آسیب دیده از خیانت همسر. *دوفصلنامه روانشناسی خانواده*، ۸(۲)، ۱۵۳-۱۴۱. https://www.ijfpjournal.ir/article_253576.html

اعلمی، م.، تیموری، س.، آهی، ق.، بیاضی، م. (۱۳۹۹). اثربخشی رویکرد تلفیقی طرحواره درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش تعارضات زناشویی و میل به طلاق زوجین متقاضی طلاق. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۸(۱)، ۱۳۲-۱۴۱. http://rbs.mui.ac.ir/article-1-751-fa.html

پورسردار، ف.، صادقی، م.، گودرزی، ک.، و روزبهانی، م. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی رویکردهای تلفیقی، زوج درمانی متمرکز بر هیجان با زوج درمانی رفتاری یکپارچه نگر در بهبود علائم تنظیم هیجانی زوج های دارای تعارض زناشویی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران*. ۲۹(۱۷۶)، ۲۲۵-۲۲۶. http://jmums.mazums.ac.ir/article-1-12592-fa.html

چوپانی صوری، م.، شریفی نیا، م.، و قمر، م. (۱۳۹۹). اثربخشی گروه درمانی یکپارچه توحیدی بر دلزدگی زناشویی زنان متأهل. *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۴(۳)، ۴۰-۳۴. http://islamiclifej.com/article-1-420-fa.html

چوپانی، م.، سهرابی فرد، م.، محمدی، ف.، اسمعیلی، ن.، و صمدی فرد، آ. (۱۳۹۸). ادراکِ مردانِ بی‌وفا (خیانت) از علل و عوامل بازدارنده از روابط فرازناشویی: یک مطالعه کیفی. *پژوهش های مشاوره*، ۱۸(۶۹)، ۷۹-۱۰۵. http://irancounseling.ir/journal/article-1-498-fa.html

رستمی زاده، ر.، و خسروی، ص. (۱۳۹۹). اثربخشی طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش و ذهن‌آگاهی بر علائم افسردگی و اختلال شخصیت وسواسی- جبری زوجین ۲۰ تا ۳۵ ساله‌ی در معرض طلاق (مورد مطالعه: زوجین مراجعه‌کننده به دادگاه شهر یاسوج. سومین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی، مشاوره، تعلیم و تربیت، مشهد. https://civilica.com/doc/1197278

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-11]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.7.9.5]

رفتارعلی آبادی، م.، شاره، ح.، و توزنده جانی، ح. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی طرحواره درمانی همراه با ذهن آگاهی و بخشش درمانی بر نشانگان بالینی و پاسخ های هیجانی زنان آسیب‌دیده از خیانت همسر. *دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی*، *۱۱*(۴)، ۶۱-۵۰. http://journal.nkums.ac.ir/article-1-1970-fa.html

سیف، س.، و بهاری، ف. (۱۳۸). استانداردسازی و هنجاریابی مقیاس سنجش بخشودگی در خانواده‌های ایرانی. پژوهشکده دانشگاه الزهراء. https://www.alzahra.ac.ir/page-wrc/fa/15/printskin-dorsaetoolsenews/42990

صنیعی، س. (۱۴۰۰). اثربخشی مشاوره سیستمی بوئن بر رفتارهای کنترل گرایانه و احساس انسجام در زنان آسیب‌دیده از خیانت همسر. *فصلنامه ایده‌های نوین روانشناسی*، *۱۰*(۱۴)، ۱۳-۱. http://jnip.ir/article-1-588-fa.html

علیزاده اصلی، ا.، و جعفر نژاد لنگرودی، ز. (۱۳۹۷). اثربخشی طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش و ذهن‌آگاهی در صمیمیت، سازگاری و تاب‌آوری در زنان با تعارضات زناشویی شهرستان کرج. *نشریه دانشگاه علوم پزشکی البرز*، *۷*(۳)، ۲۵۶-۲۴۸. http://aums.abzums.ac.ir/article-1-806-fa.html

فاضل همدانی، ن.، و قربان جهرمی، ر. (۱۳۹۷). اثربخشی گروه درمان گری به روش تحلیل رفتار متقابل بر نظم جویی شناختی هیجان و صمیمیت زناشویی زنان آسیب‌دیده از خیانت همسر. *مجله علوم روانشناختی*، *۱۷*(۷۰)، ۷۵۳-۷۴۵. http://psychologicalscience.ir/article-1-285-fa.html

مصطفی زاده، آ.، ضرغامی، ا.، و صداقت، م. . (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی درمان پذیرش و تعهد با طرحواره درمانی بر بخشش و صمیمیت زناشویی زوجین شهر تهران. مجله مطالعات ناتوانی، ۱۳(۸۹), ۹۸-۸۸. https://jdisabilstud.org/article-1-2094-fa.html

نجفی، ف.، دستیار، و.، و رستمی زاده، ر. (۱۳۹۸). اثربخشی طرحواره درمانی مبتنی بر برنامه غنی‌سازی ارتباطی پذیرش و ذهن‌آگاهی بر تاب‌آوری زنان نابارور (مورد مطالعه: زنان مراجعه‌کننده به کلینیک شهید مفتح شهر یاسوج). دومین کنفرانس بین‌المللی زنان، زایمان، ناباروری و بهداشت روانی. https://civilica.com/doc/1010877

یانگ، ج.، کلوسکو، ژ.، و ویشار، م. (۲۰۰۷). *طرحواره درمانی*. ترجمه زهرا اندوز و حسن حمید پور. (۱۳۸۶). تهران: ارجمند.

Barraca, J., & Polanski, T.X. (2021). Infidelity treatment from an integrative behavioral couple therapy perspective: Explanatory model and intervention strategies. *J Marital Fam Ther*, *47*(4), 909 -924. https://doi.org/10.1111/jmft.12483

Beltrán -Morillas, A.M., Valor -Segura, I., & Expósito, F. (2019). Unforgiveness Motivations in Romantic Relationships Experiencing Infidelity: Negative Affect and Anxious Attachment to the Partner as Predictors. *Front Psychol*, *22*(10), 434. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00434

Feldman L. (1992). *Integrating individual and family therapy*. New York: Brunner/Mazel.

Fincham, F. D., & May, R.W. (2017). Infidelity in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, *13*, 70 -74. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.03.008

Lev, A., & McKay, M. (2017). *The Efficacy of Acceptance and Commitment Therapy for Couples on Mindfulness, Values, and Schema Awareness to Rebuild Relationships*. New Harbinger Publications.

Perissutti, C., & Barraca, J. (2019). Integrative Behavioral Couple Therapy vs. Traditional Behavioral Couple Therapy: A theoretical review of the differential effectiveness. *Clínica y Salud*, *24*(1), 11 -18. https://doi.org/10.5093/cl2013a2

Pollard, M., Anderson, R., Anderson, W., & Jennings, G. (1998). The Development of Family Forgiveness Scale. *Journal of Family Therapy*, *20*, 95-109. https://doi.org/10.1111/1467-6427.00070

Roos, L.G., O'Connor, V., Canevello, A., & Bennett, J. M. (2019). Post -traumatic stress and psychological health following infidelity in unmarried young adults. *Stress and Health*, *35*(4), 468 -479. https://doi.org/10.1002/smi.2880

Sauerheber , J. D., & Ponton, R. F. (2018). Building the marital muscle groups: A theory-based marriage Enrichment approach program in a clinical practice setting. *The Family Journal*, *26*(1), 11-21. https://doi.org/10.1177/1066480717741657

Selterman, D., Garcia, J. R, & Tsapelas, I. (2019). Motivations for Extradyadic Infidelity Revisited. *J Sex Res*, *56*(3), 273 -286. https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1393494

Sevi, B., Urganci, B., & Sakman, E. (2020). Who cheats? An examination of light and dark personality traits as predictors of infidelity. *Personality and Individual Differences*, *164*, 110126. https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110126

Stiles, O. E. (2004). *Early maladaptive schemas and intimacy in young adults romantic relationship*. Unpublished doctoral dissertation. San Francisco, USA: alliant international university.

Van Zyl, C. J. J. (2020). The five factor model and infidelity: Beyond the broad domains. *Personality and Individual Differences*, *172*, 128 -142. https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110553

Yuan, S., & Weiser, D.A. (2019). Relationship dissolution following marital infidelity: comparing European Americans and Asian Americans. *Marriage & Family Review*, *29*(1), 1 -20. https://doi.org/10.1080/01494929.2019.1589614

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-11]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1402.12.7.9.5]