

مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل و روایتدرمانی بر بخشدگی بینفردی زنان آسیب دیده از پیمانشکنی زناشویی همسران

Comparing the effectiveness of transactional analysis therapy and narrative therapy on interpersonal forgiveness of women affected by spouses' marital infidelity

Naghmeh Fazel Hamedani

Ph.D. Student in Counseling, Department of Psychology and Counseling, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Mohammad Oraki *

Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran.

Moraki@pmu.ac.ir

Mehran Azadi

Assistant Professor, Department of Psychology, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

نغمه فاضل همدانی

دانشجویی دکتری مشاوره، گروه روان‌شناسی و مشاوره، واحد تهران شمال،
دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

محمد اورکی (نویسنده مسئول)

استاد، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

مهران آزادی

استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران،
ایران.

Abstract

The present study aimed to compare the effectiveness of mutual behavior analysis and narrative therapy on interpersonal forgiveness of women affected by marital contract breaking. The present research method was semi-experimental with a pre-test-post-test design and a control group with a follow-up of 2 months. The statistical population of the present study was made up of all the women affected by the breach of marital contract from their husbands who were referred to the counseling centers located in the 4th district of Tehran in 2022. 45 people were selected purposefully and randomly assigned to two experimental groups and one control group. The instrument of this research was Ehteshamzadeh et al's Interpersonal Forgiveness Inventory (IFI, 2011), Berne's transactional analysis intervention (1958), and White and Epston's (1990) narrative therapy protocol was implemented in 8 sessions of 120 minutes twice a week for the first and second experimental groups. The data were analyzed using mixed analysis of variance. The results of repeated variance 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 treatment of mutual behavior analysis was significantly more effective than the spouses' interpersonal forgiveness compared to narrative therapy ($P<0.05$) and both treatments had lasting effects in the follow-up period ($P<0.05$). Therefore, there is a significant difference between the two treatments of mutual behavior analysis and narrative therapy, and behavior analysis treatment was more effective.

Keywords: Interpersonal Forgiveness, Infidelity, Transactional Analysis, Narrative therapy, Women.

چکیده

هدف پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل و روایتدرمانی بر بخشدگی بینفردی زنان آسیب دیده از پیمانشکنی زناشویی همسران بود. روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل با دوره پیگیری ۲ ماهه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی زنان آسیب دیده از پیمانشکنی زناشویی از همسران مراجعه کننده به مراکز مشاوره مستقر در منطقه ۴ شهر تهران 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 بخشدگی بینفردی احتشام زاده و همکاران (IFI, ۲۰۱۱) بود. مداخله تحلیل رفتار متقابل برن (۱۹۹۸) و بروتکل روایت‌درمانی وايت و اپستون (۱۹۹۰) در ۸ جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای هفت‌مای دو بار به صورت گروهی برای گروه‌ها در پس‌آزمون و پیگیری بخشدگی واریانس مکرر نشان داد بین گروه‌ها در پس‌آزمون و پیگیری بخشدگی بین‌فردی تفاوت معنادار وجود دارد ($P<0.05$). درمان تحلیل رفتار متقابل نسبت به روایت‌درمانی به طور معناداری بر بخشدگی بین‌فردی زنان آسیب دیده از پیمانشکنی زناشویی از همسران اثربخش‌تر بود ($P<0.05$) و هر دو درمان دارای ماندگاری اثر در دوره پیگیری بودند ($P<0.05$). بنابراین بین دو درمان تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی تفاوت معنادار وجود دارد و درمان تحلیل رفتار موثرتر بود.

واژه‌های کلیدی: بخشدگی بینفردی، پیمانشکنی، تحلیل رفتار متقابل، روایت‌درمانی، زنان.

مقدمه

پیمان‌شکنی^۱ زناشویی مسئله‌ای آسیب‌زا برای همسران و خانواده‌ها و پدیده‌ای رایج برای درمانگران ازدواج و خانواده است (نازک‌تبر، ۲۰۲۰). پیمان‌شکنی زناشویی^۲ یکی از عمده‌ترین دلایلی است که زوجین را برای طلاق، به کلینیک‌های مشاوره خانواده می‌آورد. پس از افشاری پیمان‌شکنی همسر احساس امنیتی که از اعتماد بین‌فردی در روابط زوجی حاصل شده از بین می‌رود (وان زیل^۳، ۲۰۲۰). و به دنبال پیمان‌شکنی، اعتماد ایجادشده در روابط دو نفره به سادگی موجب تحریب فرض‌های مشترک، باورها و انتظارات از این رابطه می‌شود (آپوستولو^۴ و همکاران، ۲۰۲۲). مسئله پیمان‌شکنی زناشویی در جامعه ایران نیز بعنوان یک نگرانی مطرح است و با نایابیاری در روابط و نرخ بالای طلاق همراه است. متأسفانه آمار دقیقی در این زمینه در ایران وجود ندارد، با این حال یکی از علل اصلی طلاق در سال‌های ۱۳۹۵ و ۱۳۹۸ پیمان‌شکنی زناشویی گزارش شده که نشان‌دهنده شیوع بالای پیمان‌شکنی در ایران است (چوبانی و همکاران، ۱۳۹۸).

مطالعات نشان داده‌اند پیمان‌شکنی زناشویی در زوجین آسیب‌دیده منجر به آسیب‌های روان‌شناختی مختلفی می‌شود (فضل 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 پیمان‌شکنی و افشاء‌بی وفایی داشته باشند که در این صورت بعد از افشاء پیمان‌شکنی نحوه برخورد زوجین با این آسیب‌ها متفاوت می‌باشد (سوی^۵ و همکاران، ۲۰۲۰).

زمانی که فردی از پیمان‌شکنی همسرش آگاه می‌شود، مهتم‌ترین موضوعی که با آن روبروست این است که آیا او را ببخد و با او بماند یا این که به رابطه خاتمه دهد (سلترمن^۶ و همکاران، ۲۰۱۹). با وجود اینکه پیمان‌شکنی یک از شدیدترین خطاهایی است که یک نفر در قبال همسرش مرتكب می‌شود و درنتیجه به راحتی بخشیده نمی‌شود (ابراهیمی و همکاران، ۱۴۰۰). اما در اغلب موارد بخشش راهی برای التیام زخم‌ها و کاهش تعارض‌هاست (لی^۷ و همکاران، ۲۰۲۳). لذا زوجین، راه حل‌های بالقوه متنوعی را برای مقابله با اثرات تباکنده خطاهایی حاصل از انگیزه‌های مختلط‌کننده ارتیاطشان چاره‌اندیشی می‌کنند، بخشش مکانیزمی است که می‌تواند ماهیت حلقه اجتناب و انتقام را مختلط سازد و برانگیزه قوی برای ادامه رابطه داشتن شبکه اجتماعی قوی و یافتن معنای عمیق در رابطه با یکدیگر و افزایش تعهد زناشویی^۸ در زوجین مؤثر باشد (بلتران-مورلاز^۹ و همکاران، ۲۰۱۹).

در بحث امروز روان‌شناسی درمان‌های متنوع و متعددی در حوزه روان‌شناختی، برای افراد آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی از همسر بحث شده است که اثربخشی چندی از این درمان‌ها به تایید رسیده است. یکی از این درمان‌ها که به دنبال تبیین و حل تعارض‌های زناشویی هستند، رویکرد تحلیل رفتار متقابل^{۱۰} از جنبه وسعت کاربرد و عمق نظری بر جسته است (فضل همدانی و قربان جهرمی، ۱۳۹۷). این رویکرد توسط اریک برن^{۱۱} پایه‌گذاری شده و از نظر عملی یکی از بهترین شیوه‌های گروه‌درمانی است (انجداب و همکاران، ۲۰۲۳). درمان تحلیل رفتار متقابل یک رابطه کمک‌کننده است که در آن درمانگر واحد شرایط، با استفاده از روش‌های تحلیل رفتار متقابل، آگاهی «بالغ» را از چشم‌انداز حل مسئله در مراجع یا گروه افزایش می‌دهد. روش‌های تحلیل رفتار متقابل برای ایجاد تغییر از طریق شیوه‌های مناسب مبتنی بر اینجا و اکنون به کار گرفته می‌شود و هدف آن افزایش آگاهی شناختی و هیجانی مراجع نسبت به حوزه آسیب‌دیده همچون مشکلات در روابط است (بوئن^{۱۲}، ۲۰۲۰). پژوهش‌ها نشان داده است که درمان تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش مهات‌های ارتباطی زنان (صفی نیا و همکاران، ۲۰۲۱). افزایش سازگاری زناشویی (جلینی و همکاران، ۱۴۰۱)، افزایش صمیمیت آنان (شکوئی و ابوالعالی الحسینی، ۱۳۹۹) و کاهش فرسودگی زناشویی (سکاکی و توزنده جانی، ۲۰۱۷) شده است.

1. Infidelity
2. Marital Infidelity
3. Van Zyl
4. Yuan & Weiser
5. Sevi
6. Selterman
7. Li
8. Marital Commitment
9. Beltrán-Morillas
10. Transactional Analysis (TA)
11. Eric Berne
12. Bowen

از طرفی نیز گفتگوهای درمانی که شامل گفتن، گوش دادن، دوباره گفتن و دوباره شنیدن داستان‌ها است، می‌تواند در بهبود زخم‌های ناشی از آسیب‌دیدگی از پیمان‌شکنی همسران تأثیر داشته باشد (منک و زمانی^۱، ۲۰۱۹). روایت‌درمانی^۲ فرایندی ممکن به افراد برای فائق آمدن بر مشکلات‌شان از راه درگیر شدن در گفتگوهای درمانی است. روایت به معنی داستانی در مورد یک تجربه زندگی که توسط یک فرد یا گروهی از مردم ساخته می‌شود و شامل وقایع در ک شده توسط راوی به عنوان مسائل مهم زندگی است (Heywood^۳ و همکاران، ۲۰۲۳). تأکید اصلی در درمان روایتی بر روی فرد و مشکل او است و بر تغییر روایت شخص تمرکز دارد (قوی‌بازو و همکاران، ۲۰۲۱)، روایت‌درمانی با کمک به مراجعت برای گسترش حیطه واژگانشان، توانایی آنها را در روایت تجاری‌شان افزایش می‌دهد، درنتیجه به این در ک می‌رسند که چه کسی هستند و اهداف و خواسته‌هایشان را بهتر می‌توانند بیان کنند. بیان خواسته‌ها و احساسات در روابط زوجی می‌تواند گرایش به جدایی را کاهش دهد. با ابراز احساس و خواسته‌ها زوجین به هم نزدیک و فاصله عاطفی آنها کم می‌شود، به تبع آن احتمال بی‌وفایی زناشویی کاهش می‌یابد، در چنین شرایطی زوج دیگر تمایلی به جدایی ندارد (بهراذف و همکاران، ۱۴۰۱).

روایت‌درمانی در افزایش رضایتمندی زناشویی و سلامت روان زوجین (ناصری و همکاران، ۱۴۰۱) و ارتقای کیفیت زندگی زناشویی (خواجه و همکاران، ۱۴۰۱) مؤثر بوده است. احمدی و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهش خود دریافتند روایت‌درمانی تاثیر معناداری بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه، کیفیت زندگی و رضایت زناشویی در زوجین مقاضی طلاق داشته است. علت مقایسه درمان‌های تحلیل رفتار مقابله و روایت‌درمانی بدین دلیل بود که تفاوت‌های نسبتاً زیادی بین اثربخشی این دو درمان در اثربخشی بر متغیرهای وابسته پژوهش مشاهده شده که برتری اثربخشی با رویکرد تحلیل رفتار مقابله بوده است، زیرا رویکرد تحلیل رفتار مقابله یکی از مؤثرترین روش‌ها برای بهبود ارتباطات درون‌فردي و بین‌فردي معرفی شده است. هدف نهایی این رویکرد این است که اطمینان حاصل شود بیماران بهطور کامل استقلال زندگی خود را به دست می‌آورند (ترکمان و همکاران، ۲۰۲۰). ولی روایت‌درمانی یک رویکرد جدید می‌باشد که در آن داستان‌های دفن‌شده‌ای هستند که می‌توانند در زندگی جاری و آینده افراد بازنویسی شده و به کار گرفته شوند و از نظر اقتصادی از رویکرد تحلیل رفتار مقابله، اقتصادی‌تر است، همچنین مرور پژوهش‌های پیشین به تأثیر بیشتر رویکرد تحلیل رفتار مقابله با رویکردهای دیگر تأکید کردد و تاکنون مقایسه‌ای بین این دو رویکرد در هیچ جامعه‌آماری انجام نشده است.

لذا با توجه به شیوع آشکار و پنهان روابط فرازناشویی و ماهیت پیچیده پیمان‌شکنی 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. سیاری از پژوهش‌های انجام‌شده در زمینه پیمان‌شکنی زناشویی توصیفی بوده و بیشتر به نگرش افراد در مورد پیمان‌شکنی یا پیامدها و تعاریف آن پرداخته‌اند، همچنین نگاهی اجمالی به قدیمی‌ترین روش‌های درمانی تا جدیدترین روش‌های درمانی در زمینه کاهش تنبیدگی و افزایش تعهد زناشویی و انگیزه‌های بین‌فردي، نشان می‌دهد هر یک از روش‌های درمانی برجسته موضع‌گیری‌های نظری که بر پایه آن بنا نهاده شده‌اند، از فنون مختلفی استفاده نموده‌اند. از طرفی طبق جستجوی پژوهشگران پژوهش حاضر، به نظر می‌رسد پژوهشی که بهطور همزمان بخواهد اثربخشی درمان تحلیل رفتار مقابله و روایت‌درمانی بر بخشودگی بین‌فردي، ترس از صمیمیت، نظم‌جویی شناختی هیجانی زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی زناشویی همسران و تفاوت این دو درمان را بررسی کند انجام نشده است و به نوعی خلاصه‌پژوهشی وجود دارد، بنابراین پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار مقابله و روایت‌درمانی بر بخشودگی بین‌فردي زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی زناشویی همسران 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 آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی از همسران مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره مستقر در منطقه ۴ شهر تهران 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 تصادفي در گروه‌های آزمایش و گواه (گروه آزمایش درمان تحلیل رفتار مقابله، ۱۵ نفر)، (گروه آزمایش روایت‌درمانی، ۱۵ نفر) و (گروه گواه، ۱۵ نفر)

1. Monk & Zamani
 2. Narrative Therapy
 3. Heywood

قرار گرفتند. ملاک‌های ورود افراد به پژوهش شامل رضایت آگاهانه، جنسیت زن، آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی همسر (بنابر گزارش خود شرکت‌کنندگان)، 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 سوالات و معیارهای خروج از پژوهش شامل غیبت بیش از دو جلسه عدم تمایل شرکت‌کننده به ادامه‌ی شرکت در پژوهش، انجام پیمان‌شکنی (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 منطقه ۴ شهر تهران، پرونده شرکت‌کنندگان در اختیار پژوهشگر قرار گرفت و با تماس تلفنی، مصاحبه اولیه‌ای با هریک از زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی از همسران متقاضی به 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 به عنوان پیش‌آزمون پاسخ دادند. گروه آزمایشی اول، درمان تحلیل رفتار متقابل و گروه آزمایشی دوم، روایت‌درمانی در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به شیوه گروهی به صورت 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 موائزین 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

سیاهه بخشنودگی بین‌فردی^۱ (IFI): این سیاهه توسط احتشام زاده و همکاران در سال ۱۳۸۹ به منظور سنجش بخشنودگی بین‌فردی در ایران طراحی شد. این ابزار دارای ۲۵ گویه و سه خرده‌مقیاس ارتباط مجدد و کنترل انتقام‌جویی، کنترل رنجش و درک واقع‌بینانه می‌باشد. نمره‌گذاری این مقیاس ۲۵ ماده‌ای به شکل لیکرت و از کاملاً مخالف (۴) تا کاملاً موافق (۱) در نظر گرفته شد. این نمره‌گذاری برای سوالات عامل سوم یعنی ۱۹، ۲۱، ۲۰، ۲۴، ۲۳، ۲۲، ۲۰ نمره، برای عامل اول ۴۸ نمره و عامل دوم ۲۴ نمره قابل اکتساب از این مقیاس ۱۰۰ و حداقل ۲۵ می‌باشد. حداکثر نمره برای عامل اول ۴۸ نمره، برای عامل دوم ۲۴ نمره و عامل سوم ۲۸ نمره قابل اکتساب می‌باشد. بدین ترتیب حداکثر نمره برای کل مقیاس ۱۰۰ و حداقل ۲۵ می‌باشد. به منظور سنجش پایایی مقیاس بخشنودگی بین‌فردی از روش بازآزمایی پس از دو هفته بر روی یک نمونه ۱۰۰ نفری از دانشجویان انجام گرفت. ضرایب بازآزمایی برای کل مقیاس و خرده‌مقیاس‌های آن به ترتیب برابر ۰/۷۱، ۰/۷۰، ۰/۶۸ و ۰/۵۸ می‌باشد. مقیاس‌های ملاک به منظور سنجش روابط پرسشنامه، مقیاس پرخاشگری اهواز^۲ (زاهدی‌فر و دیگران، ۱۳۹۹)، خرده‌مقیاس توفيق‌پذيری NEO-FFI^۳ (کاستا و مک‌کری، ۱۹۹۲)، خرده‌مقیاس بخشنودگی در خانواده اصلی (پولارد^۴ و دیگران، ۱۹۹۸) بودند. ضرایب همبستگی بین مقیاس بخشنودگی بین‌فردی با سه مقیاس ملاک ذکر شده به ترتیب بودند از ۰/۶۲، ۰/۲۷، ۰/۴۵ و ۰/۴۵. که همگی در سطح ۰/۰۵ تا ۱/۰۰۰۱ معنی دار بودند. همچنین ضریب پایایی با آزمون آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد (احتشام زاده و همکاران، ۱۳۸۹). همچنین پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش اندازه‌گیری آلفای کرونباخ در پژوهش نصر اصفهانی و همکاران (۱۴۰۱) ۰/۷۷ به دست آمد. آلفای کرونباخ این سیاهه در پژوهش حاضر ۰/۸۱ به دست آمد.

1. Interpersonal Forgiveness Inventory

2. Ahvaz Aggression Inventory

3. NEO Five Factors Inventory

4. Costa & Mc Crae

5. Pollard

پروتکل تحلیل رفتار متقابل^۱: برای مداخله درمان تحلیل رفتار متقابل از پروتکل درمانی بر پایه برن^۲ (۱۹۵۸) بر روی شرکت کنندگان گروه آزمایش اول در ۸ جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای هفته‌ای دو بار اجرا شد. شرح و اهداف جلسات در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. محتوای جلسات درمان تحلیل رفتار متقابل

جلسات	محتوای جلسات
اول	معارفه و آشنایی با اعضای شرکت کننده در گروه، معرفی دوره درمانی به صورت کلی، اجرای پیش‌آزمون، تحلیل ساختاری ساده حالات نفسانی (بالغ، والد و کودک) آشنایی با پیام‌های والدی، بالغ، اقسام والد و تقسیمات کودک درمان داده شد.
دوم	تکالیف بررسی شد، تشخیص حالات نفسانی از ظاهر افراد بیان شد و در رابطه با پیام‌های والدی، دوازده بازدارنده مطرح شد و با راههایی برای پس راندن والد آشنا شدند و در ادامه به اعضاء تکلیف خانگی داده شد.
سوم	تکالیف اعضا گروه مورد بررسی قرار گرفت و در این جلسه اعضا گروه با آلوگی‌ها و نقش الگوهای ارتباطی در زندگی‌های شخصی و اجتماعی آشنا شدند. روابط متقابل مکمل و متقطع از مداخلات این جلسه بود در ادامه راههایی برای مسدود کردن والد بیان شد.
چهارم	بررسی تکلیف جلسه قبل، مبحث نوازش‌ها از مداخلات این جلسه بود (اقسام نوازش، چرا نوازش نمی‌دهیم؟ چرا رد نوازش می‌کنیم؟) خویشتن‌نوازی و فیلتر نوازشی و هم‌چنین به درمان ساخت بخشیدن زمان پرداخته شد.
پنجم	در ابتدای جلسه، تکلیف جلسه قبلی بررسی شد. مثلث نمایشی کارپمن توضیح و در ادامه با دسته‌بندی وضعیت‌های زندگی آشنا شدند.
ششم	بررسی تکلیف جلسه قبل و در ادامه وارد بحث بازی‌های روانی شدیم، (بازی آره، اما و بازی چوب زیر بغل) توضیح داده شد و اعضا به منظور آشنایی با بازی‌ها و تحلیل آن به نمایش این بازی پرداختند.
هفتم	ابتدای جلسه به مروری به بازی‌ها و مثلث نمایشی و ایفای نقش‌ها توسط افراد گروه گذشت و در ادامه دو بازی دیگر از کتاب بازی‌های اریک برن بیان شد (اگر به خاطر تنوبر و بازی به من لگد بزن).
هشتم	ابتدا مبحث پیش‌نویس زندگی و تعاریف آن به شرکت کنندگان ارائه شد. سپس با استفاده از تحلیل‌های جلسه قبل در مورد بازی‌ها، نقش‌ها و چهار وضعیت زندگی اقدام به تحلیل پیش‌نویس شخصیت‌های اصلی داستان زندگی یکی از شرکت کنندگان، در سطح تحلیل رفتار متقابل مقدماتی شد و به این ترتیب جلسات به پایان رسید. در نهایت، مرور کامل بر تمام مباحث ارائه شده در طول این ۸ جلسه انجام شد.

پروتکل روایت‌درمانی^۳: در این پژوهش پروتکل روایت‌درمانی به شیوه گروهی بر پایه الگوی وايت و اپستون^۴ (۱۹۹۰) بر روی شرکت کنندگان گروه آزمایش دوم در ۸ جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای هفته‌ای دو بار اجرا شد. شرح و اهداف جلسات در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. محتوای جلسات روایت‌درمانی به شیوه گروهی بر پایه الگوی وايت و اپستون (۱۹۹۰)

جلسات	محتوای جلسات
اول	بیان اهداف حضور در کارگاه توسط اعضا / بیان قواعد بنیادین کارگاه توسط پژوهشگر / حضور منظم / انجام تکلیف هفتگی / داشتن ارتباط آزاد در گروه و فعالیت / داشتن هماهنگی در فعالیتها / بیان اصل رازداری و ارزش جلسات درمانی برای اعضا / انجام تکالیف زیر: ۱) گسترش دادن داستان زندگی و دادن نقطه شروع به آن ۲) ترسیم داستان زندگی.
دوم	شرح کافی درباره اهداف، ارزش‌ها و محتوای درمانی / ایجاد موقعیت اشتراکی در درمان و محوریت دادن به مراجع / شرح داستان مشکل دار / گوش دادن دقیق به جزئیات زبان مراجع / نام‌گذاری مشترک مشکل با توجه به اولویت به واژه‌ها و زبان مراجع / ارائه تکلیف: ترسیم یک آینده مثبت: دوست دارید چه اتفاق مثبت در داستان زندگی شما اتفاق بیافتد / ترسیم و توصیف یک آینده منفی در زندگی زناشویی.
سوم	شرح داستان‌های مشکل دار با جزئیات بیشتر و بهطور کامل تر توسط مراجع: اینکه مشکل چه زمانی؟ چطور؟ با چه معنایی؟ چه مدت؟ اتفاق افتاد / گوش دادن دقیقه به زبان و واژه‌ها و استعاره‌های مراجع / استفاده از زبان برونسازی و جداسازی مشکل از هویت و ارتباطات مراجع / بررسی روایت بیان شده هر یک از اعضا از دید دیگر اعضاء.

1. Transactional Analysis Protocol

2. Berne

3. Narrative Therapy Protocol

4. White & Epston

چهارم	تشویق مراجع به توصیف روایت‌های کوچک و برونوی‌سازی مشکل (که فرد بین خود و مشکل تفاوت قاتل می‌شود) و روش: پرسیدن سؤالاتی بود که افراد صفاتی را که به خود نسبت می‌دادند تغییر دهنده. و به کار بدن استعاره/ تشویق مراجع به روشن‌سازی عکس العمل و عقایدش در مقابل این مشکلات و اتفاقات از طریق پرسش‌های تأثیرگذار به چالش کشیدن داستان مشکل‌ساز.
پنجم	نام‌گذاری مشکل/ ساختشکنی روایت‌های مشکل‌دار/ بازمعنایی و معنا بخشیدن مجدد یا زدن برچسب جدید برای مشکل، مطرح نمودن روایت‌های جایگزین و مرجع/ کمک به کسب آگاهی، قدرت، احساس عاملیت شخصی و امید در مراجع از طریق به بحث گذاشتن پیامدهای منحصر به فرد/ تشویق اعضا به رفتارهای مغایر با داستان سرشار از مشکل در فاصله بین جلسات/ ارائه تکلیف: زوجین ۵ مورد از مواردی که در زندگی در طول هفته به عنوان مشکل برایشان اتفاق می‌افتد را یادداشت کنند و برچسب جدید بزنند.
ششم	پرسش از مراجع درباره استثنایها و موارد منحصر به فرد (زمانی که مراجع تحت‌فشار مشکل نبوده)/ تمرکز و تأکید بر جزئیات، احساسات، تفکرات و رفتارهای این موارد منحصر به فرد؛ بسط این موارد منحصر به فرد به زمان حال/ ادامه ساختشکنی/ بسط روایت جایگزین از طریق سوالات چشم‌انداز عمل و سوالات چشم‌انداز هوشیاری.
هفتم	بازگشت به رویدادهای آسیب‌زا/ در میان گذاشتن قصه خویش توسط اعضا با گروه/ گفتگو درباره افراد مهم زندگی‌اش در گذشته و اکنون جهت یادآوری مشکلات حل نشده/ انواع مهارت‌های عبارت‌اند از: ۱) مهارت‌های حرف زدن: هر یک از طرفین خودشان حرف بزنند/ اطلاعات حسی خودشان را توصیف کنند/ بیان افکار/ بیان احساسات/ طرح خواسته‌ها. ۲) مهارت‌های گوش دادن: توجه نشان دادن/ گوش دادن/ نگاه کردن/ تأیید تجربه‌ها/ برای اطمینان از صحت مطالب، گفته‌ها را خلاصه کنند/ باز پرسیدن سوال/ درخواست از مراجع جهت نوشتمن نامه‌های پست نشده. بخشیدن، فراموش کردن و یا رها کردن افراد زورگو و سوءاستفاده کننده و کسانی که در گذشته موجب خاطرات ناخوشایند برای مراجع بوده‌اند.
هشتم	مرور خاطرات و اقدامات احتمالی مراجع درباره مطالب جلسه قبل/ گفتگو در مورد تجربه‌های مثبت و روایت‌های جایگزین/ دوباره گویند و تشبیت روایت‌های جایگزین/ تأیید روایت‌های جایگزین مراجع/ ارزیابی نتایج حاصل از روایت درمانی و رفع نیاپیص/ بیشتر کار روایت درمانی شامل گفتن و دوباره گویندی است. درمان زمانی پایان می‌یابد که مراجع احساس کند روایتش تغییر کرده است.

یافته‌ها

یافته‌های پژوهش در مورد اطلاعات جمعیت شناختی نشان داد که ۱۵ نفر گروه تحلیل رفتار متقابل، ۱۵ نفر روایت‌درمانی و ۱۵ نفر گروه گواه (حضور داشتند که میانگین و انحراف استاندارد معیار سن برای گروه تحلیل رفتار متقابل به ترتیب $34/51$ و $5/29$ سال، برای گروه روایت‌درمانی $33/75$ و $5/61$ سال و برای گروه گواه $33/58$ و $5/48$ بود. همچنین جنسیت همه افراد شرکت‌کننده‌ها زن بود. در ادامه یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش ارائه می‌شود. برای توصیف داده‌ها از میانگین به عنوان شاخص گرایش مرکزی و انحراف معیار به عنوان شاخص پراکندگی استفاده شد.

جدول ۳. میانگین و انحراف استاندارد متغیر بخشنودگی بین فردی و مؤلفه‌های آن در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

بخشودگی روایت‌درمانی بین فردی تحلیل رفتار متقابل	پیش‌آزمون					
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
گواه	۲۹/۱۳	۴/۹۳	۲۸/۴۷	۴/۷۲	۲۸/۸۷	۴/۲۸
روایت‌درمانی	۳۰/۴۰	۶/۲۱	۳۴/۳۳	۵/۸۰	۳۴/۱۳	۵/۷۰
بین فردی	۲۹/۲۷	۳/۴۵	۴۶/۹۳	۹/۳۴	۴۷/۸۷	۹/۷۸

همان‌طور که در جدول ۳ ملاحظه می‌شود، بخشنودگی بین فردی برای سه گروه کنترل، تحلیل رفتار متقابل، روایت‌درمانی در سه مرحله سنجش (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) نشان داده شده است. همان‌طور که ملاحظه می‌گردد، در گروه کنترل میانگین نمره کل بخشنودگی بین فردی در پس‌آزمون و پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون تغییر چندانی را نشان نمی‌دهد. ولی در گروه‌های تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی افزایش قابل توجه بخشنودگی بین فردی در مرحله پس‌آزمون و پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون مشاهده می‌شود.

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 - اسپیرنوف جهت بررسی نرمال بودن توزیع نمرات بخشدگی بین فردی در مراحل سه گانه اندازه‌گیری (P<0.05) از آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس‌های بخشدگی بین فردی در سه مرحله اندازه‌گیری پیش‌آزمون (F=0.186, P=0.20), پس‌آزمون (F=0.263, P=0.123), و پیگیری (F=0.105, P=0.10) استفاده شد؛ که نتایج آزمون‌ها معنی دار نبود، همچنین به منظور بررسی پیش‌فرض کرویت از آزمون موچلی استفاده شد و نتایج نشان داد پیش‌فرض کرویت برای متغیر بخشدگی بین فردی رعایت نشده است. بنابراین برای تفسیر نتایج از روش گرینهاؤس - 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	F آماره	سطح معناداری	میزان اثر
بخشدگی بین‌فردي	زمان		۲۹۲/۹۸	۱/۳۳	۲۲۰/۵۳	۰/۴۶	۰/۵۶	۰/۰۱
	زمان × گروه	زمان	۵۸۱۲/۲	۲/۶۶	۲۱۸۷/۵	۴/۵۵	۰/۰۱	۰/۱۹
	خطا		۲۴۲۸۲/۱۹	۵۰/۴۸	۴۸۱/۰۲	-	-	-

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 بخشدگی بین‌فردي 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 بخشدگی بین‌فردي بین دو گروه تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی و گروه گواه تفاوت معناداری وجود دارد مقایسه دویه‌دروی 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 بخشدگی بین‌فردي

متغیر	گروه	تفاوت	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		متغیر	گروه	تفاوت	آماره	معناداری	آماره	معناداری	آماره	معناداری	آماره	معناداری	آماره	معناداری
			میانگین	آماره	میانگین	آماره													
بخشدگی	روایت	-۳۸/۰۶۷*	-۳۸/۷۳۳*	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	-۳۸/۰۶۷*	۱/۰۰۰	۵/۴۴۳	۵/۲۰۰	گواه	۰/۰۰۰۱	۴/۲۹۱	-۳۸/۰۰۰*	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	۴/۲۹۱	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱	
	درمانی	-۳/۰۴۰	-۳/۰۴۰	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	-۲۱/۱۳۳*	۱/۰۰۰	۵/۴۴۳	۳/۰۴۰	تحلیل	۰/۰۰۰۱	۴/۲۹۱	-۲۱/۰۶۷*	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	۴/۲۹۱	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱	
	متقابل	-۱/۰۸۰	-۱/۰۸۰	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	-۵۹/۲۰۰*	۱/۰۰۰	۵/۴۴۳	-۳/۰۴۰	گواه	۰/۰۰۰۱	۴/۲۹۱	-۶۰/۰۰۰*	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	۴/۲۹۱	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱	
بین‌فردي	درمانی	-۳/۰۴۰	-۳/۰۴۰	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	-۲۱/۱۳۳*	۱/۰۰۰	۵/۴۴۳	-۳/۰۴۰	رفتار	۰/۰۰۰۱	۴/۲۹۱	-۲۱/۰۶۷*	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	۴/۲۹۱	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱	
بین‌فردي	تحلیل	-۱/۰۸۰	-۱/۰۸۰	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	-۵۹/۲۰۰*	۱/۰۰۰	۵/۴۴۳	-۱/۰۸۰	گواه	۰/۰۰۰۱	۴/۲۹۱	-۶۰/۰۰۰*	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	۴/۲۹۱	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱	
بین‌فردي	روایت	-۳/۰۴۰	-۳/۰۴۰	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	-۲۱/۱۳۳*	۱/۰۰۰	۵/۴۴۳	-۳/۰۴۰	رفتار	۰/۰۰۰۱	۴/۲۹۱	-۲۱/۰۶۷*	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	۴/۲۹۱	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱	
بین‌فردي	درمانی	-۳/۰۴۰	-۳/۰۴۰	۱/۰۰۰	۴/۳۲۳	-۳/۰۴۰	۱/۰۰۰	-۳/۰۴۰	-۳/۰۴۰	متقابل	۰/۰۰۰۱	۴/۲۹۱	-۳/۰۴۰	-۳/۰۴۰	-۳/۰۴۰	-۳/۰۴۰	-۳/۰۴۰	-۳/۰۴۰	

با توجه به جدول ۵ ملاحظه می‌شود تفاوت معناداری بین گروه‌های روایت‌درمانی و گواه در متغیر بخشدگی بین‌فردي (P<0.05) و تحلیل رفتار متقابل و گواه در متغیر بخشدگی بین‌فردي (P<0.05) وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد بین روایت‌درمانی و تحلیل رفتار متقابل در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ اختلاف معنادار وجود دارد. مطابق با جدول ۵ اختلاف میانگین روش تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی برای متغیر بخشدگی بین‌فردي در مرحله پس‌آزمون و پیگیری به صورت مثبت معنادار شده است. درنتیجه روش تحلیل رفتار متقابل در افزایش بخشدگی بین‌فردي اثربخشی بیشتری نسبت به روایت‌درمانی داشته است (P<0.05).

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مقایسه درمان تحلیل رفتار متقابل و روایتدرمانی بر بخشنودگی بین فردی زنان آسیب دیده از پیمانشکنی زناشویی همسران انجام شد. در مرحله اول یافته‌های پژوهش نشان داد تحلیل رفتار متقابل بر بخشنودگی بین فردی در زنان آسیب دیده از پیمانشکنی همسر مؤثر است. این یافته‌ها با نتایج پژوهش سکاکی و توزنده جانی (۲۰۱۷)، حسینی راوری زاده و همکاران (۱۴۰۲)، صفوی نیا و همکاران (۲۰۲۱)، جلینی و همکاران (۱۴۰۱)، شکوئی و ابوالمعالی الحسینی (۱۳۹۹) و فاضل همدانی و قربان چهرمی (۱۳۹۷) همسو بود.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت از شرایطی که موجب اعمال بخشنودگی در افراد می‌شود آگاه شدن از چگونگی ارتباط، عوامل دخیل در آن و کاستن از سوگیری‌های موجود در روابط انسانی است که رویکرد تحلیل رفتار متقابل به خوبی این هدف را دنبال می‌کند. شخص با داشتن نگاه سیستمی به ارتباط، با آگاه شدن از تأثیر نوع ارتباط خود بر دیگران که می‌تواند دلیلی بر افزایش صمیمیت و تعارضات باشد به سهم خود در ارتباطات واقع خواهد شد و باعث می‌شود تنها مخاطب خود را به عنوان مشکل در نظر نگیرد و از این‌رو با شرایط بهتری خطای دیگران را خواهد بخشید. درواقع شخص به این موضوع پی خواهد برد که در وضعیت ایجاد شده خود یکی از بازیگران ارتباط بوده و خود؛ هشیار یا ناهشیار، در آغاز و تداوم بازی‌های روانی که به کدورت ختم شده شرکت داشته است. تحلیل رفتار متقابل با آموزش چگونگی تحلیل روابط، به خصوص انواع روابط مکمل، متقاطع و نهفته‌ای، افراد را با نحوه برقراری ارتباط مؤثر آشنا می‌کند. به عبارتی افراد را به مهارت‌های ارتباطی مناسب مجذب می‌کند تا با تشخیص حالت من، خود و دیگران (کودک، والد و بالغ) بمویزه با توجه به سرنخ‌های کلامی و غیرکلامی، بتوانند ارتباط مناسب مکملی برقرار کنند. به علاوه با آموزش تکنیک‌های پس‌راندن والد طرف مقابل، فرد را قادر می‌سازد در موقعیت‌های احتمالی تعارض‌زا با نظرات بالغ خود، موقعیت را اداره کرده و شرایط را برای برقراری روابط سازنده فراهم کنند (رحمتی و همکاران، ۱۳۹۹).

همچنین یافته دیگر پژوهش نشان داد روایتدرمانی بر بخشنودگی بین فردی در زنان آسیب دیده از پیمانشکنی همسر مؤثر است. نتایج این پژوهش با پژوهش بهزادی و همکاران (۱۴۰۱)، ناصری و همکاران (۱۴۰۱) خواجه و همکاران (۱۴۰۱) و احمدی و همکاران (۱۳۹۸) همسو بود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت فرآیند روایت درمانی شامل گفتن، گوش دادن، دوباره گفتن و دوباره شنیدن داستان‌های است. این داستان‌ها مواد و منابعی برای ترسیم معنی، فهم و بینش به دست می‌دهد. بخش اصلی درمان کمک به افراد است که رابطه داستان‌هایش را با دیگران و زندگی خود بهفهمد. درواقع آنچه مهم است کشف سبک داستان است. تأکید اولیه روایتدرمانی بر تفسیرها یا معناهایی است که افراد به اتفاقات رویدادهای زندگی خود نسبت می‌دهند. فهم تفسیری که افراد از رویدادها دارند می‌توانند اعمال آنها را محدود کرده و یا گسترش دهد. روایت به مراجعان کمک می‌کنند تا به تفسیرهای جامع تر و وسیع تر از حدود و موقعیت‌ها برسند. وقتی از یک درک روایت وسیع تری به آن نگاه کرند جنبه‌هایی از خودشان که به وسیله تفسیرهای محدود‌کننده پوشیده شده‌اند، اجازه می‌یابند که به نظر برستند.

در آخر نیز یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که درمان تحلیل رفتار متقابل اثر بیشتری بر بخشنودگی بین فردی نسبت به روایتدرمانی در زنان آسیب دیده از پیمانشکنی از همسران دارد و این تغییر در مرحله‌ی پیگیری نیز حفظ شد. نتایج این پژوهش با پژوهش سکاکی و توزنده جانی (۲۰۱۷)، حسینی راوری زاده و همکاران (۱۴۰۲)، صفوی نیا و همکاران (۲۰۲۱)، جلینی و همکاران (۱۴۰۱)، شکوئی و ابوالمعالی الحسینی (۱۳۹۹) و فاضل همدانی و قربان چهرمی (۱۳۹۷) به صورت ضمنی همسو بود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان بیان نمود زنانی که تجربه پیمانشکنی همسر را دارند، خواهان ارتباط بین شخصی هستند ولی از طرد شدن و پیمانشکنی دوباره می‌ترسند. در درمان تحلیل رفتار متقابل زنان موردمطالعه در این پژوهش با شناخت حالت‌های من، به این آگاهی می‌رسند که در موقعیت‌های گوناگون چگونه این حالت‌های من در همسر و فرزندان خود نمود پیدا می‌کنند و یاد می‌گیرند که با ایجاد یک رابطه صحیح، رضایت از رابطه را افزایش داده و تعارضات و مسائل را حل کنند که موجب افزایش همبستگی و نزدیکی بین اعضای خانواده می‌شود و باعث می‌شود که از خطای دیگران چشم پوشی کند. درواقع با آموزش تحلیل رفتار متقابل، افراد با کسب خودشناصی (سیو^۱ و همکاران، ۲۰۲۲) و آگاهی از حالت‌های من و فعل و افعال موجود در رابطه، ارتباطات سازنده‌ای در محیط خانواده برقرار می‌کنند که موجب تغییر وضعیت «تو خوب نیستی» می‌شود؛ وضعیتی که به خاطر خطای عضو دیگر به وجود آمده بود و وضعیت «من خوب هستم - تو خوب هستی» را در فرد ایجاد

می‌کند که این عمل موجب پیوند و نزدیکی عاطفی خانواده می‌شود. به این صورت که وقتی فرد از دیگری رنجیده و ناراحت است این دیدگاه را پیدا می‌کند که «تو خوب نیستی» و حتی ممکن است به خاطر فعل و افعالات ایجاد گرفته دیدگاه «من خوب نیستم» را در خود شکل دهد. حال وقتی فرد تحت آموزش قرار می‌گیرد و با مفاهیم تحلیل رفتار متقابل آشنا می‌شود سعی در تغییر این دیدگاه‌های شکل گرفته شده می‌کند. وقتی فرد دیدگاه «من خوب هستم» را شکل می‌دهد، متوجه می‌شود یکی از مصادق‌های خوب بودن، پذیرش و بخشنیدن است. همچنین وقتی با حالات نفسانی، آسیب ساختاری و پیش‌نویس‌های زندگی شخص خطاکار آشنا می‌شود، موجب می‌شود تغییر نگرش «تو خوب هستی» راحت‌تر صورت بگیرد.

پیمان‌شکنی زناشویی یکی از مخرب‌ترین مشکلات یک رابطه و نیز یکی از موضوعاتی است که به‌طور معمول به طلاق منجر می‌شود و به عنوان 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 پیمان‌شکنی و افسایی‌بی‌وفایی داشته باشند، که در این صورت بعد از افسای پیمان‌شکنی 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 تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی بر بخشودگی بین‌فردی زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی از همسران بود و این گونه نتیجه گرفته شد که هر دو مداخله تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی بر بهبود بخشودگی بین‌فردی زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی همسر تأثیر داشته اما مداخله درمان تحلیل رفتار متقابل اثر بیشتری بر بخشودگی بین‌فردی نسبت به روایت‌درمانی در زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی از همسران داشته است. درنهایت نتایج از تأثیر دو روش مداخله حمایت می‌کند و توجه به این دو روش درمانی برای زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی از اهمیت خاصی برخوردار است. بنابراین نتایج این پژوهش می‌تواند زمینه‌ساز مداخلاتی برای کمک به زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی همسر شود.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به انتخاب نمونه‌گیری هدفمند از میان زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی از همسران یک منطقه خاص در شهر تهران 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 متقابران 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 نوازی نژاد، ش. (۱۴۰۰). بررسی نقش واسطه‌ای بخشش در رابطه بین احساس تنها و رضایت جنسی با افسردگی و احساس حقارت در زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی همسر. *دوفصیلاته روانشناسی خانواده*, ۲(۸)، ۱۵۳-۱۴۱.
- https://www.ijfpjournal.ir/article_253576.html
- احتشام زاده، پ.، احمدی، ح.، عنایتی، م.، و حیدری، ع. (۱۳۸۹). ساخت و اعتبار یابی مقیاسی برای بخشودگی بین‌فردی. *روانشناسی بالینی ایران*, ۱۶(۴)، ۴۴۳-۴۵۵.
- <http://ijcpc.iums.ac.ir/article-1-1209-fa.html>
- احمدی، س.، ماردپور، ع.، و محمودی، ا. (۱۳۹۸). اثربخشی طرحواره درمانی بر طرحواره های ناسازگار اولیه، افزایش کیفیت زندگی و رضایت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق در شهر شیراز. *روش‌ها و مدل‌های روانشناسی*, ۱۱(۴۱)، ۷۰-۵۳.
- https://jpmm.marvdasht.iau.ir/article_4529.html
- بهزادفر، ر.، جزایری، ر.، بهرامی، ف.، عابدی، م.، اعتمادی، ع.، و فاطمی، س. (۱۴۰۱). بررسی تطبیقی اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌محور (EFCT) و زوج‌درمانی روایتی (NCT) بر کیفیت زناشویی و کارکردهای مختلط هیجانی، شناختی و رفتاری زوجین آشفته. *دوفصیلاته روانشناسی خانواده*, ۱۳(۱)، ۳-۱۶.
- https://www.ijfpjournal.ir/article_245507.html?lang=fa
- جلینی، م.، آقایی، ح.، و شریفی درآمدی، پ. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی افراد متأهل مراجعه کننده به مرکز مشاوره شهر تهران. *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*, ۶(۱)، ۷۰-۶۹۲.
- <http://islamiclifej.com/article-1-1790-fa.html>
- چوپانی، م.، سهرابی فرد، م.، محمدی، ف.، اسماعیلی، ن.، و صمدی فرد، ا. (۱۳۹۸). ادراک مردان بی‌وفا (پیمان‌شکنی) از علل و عوامل بازدارنده از روابط فرازناشویی: یک مطالعه کیفی. *پژوهش‌های مشاوره*, ۱۱(۶۹)، ۷۹-۱۰۵.
- <http://iran counseling .ir/journal/article-1-498-fa.html>

مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل و روایتدرمانی بر بخشودگی بین فردی زنان آسیب دیده از پیمان شکنی زناشویی همسران
Comparing the effectiveness of transactional analysis therapy and narrative therapy on interpersonal forgiveness of ...

- حسینی راوری زاده، ن، نظری، ق، داوودی، ا، و فتح، ن. (۱۴۰۲). اثربخشی تحلیل رفتار متقابل بر استنادهای ارتباطی، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و تمایز یافتنگی زوجین ناسازگار. روش روان شناسی، ۱۲(۲)، ۱۱۷-۱۲۸.
- خواجه، ا، فرهادی، م، و اصغر آقایی، ا. (۱۴۰۱). تعیین اثربخشی روایتدرمانی بر کیفیت زندگی زناشویی و دلبستگی زوجین ناتوان مراجعت کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان. مطالعات ناتوانی، ۱۲، ۱-۹.
- رحمتی، ص، هوشمندی، ر، موسوی ازهایی، ا، و دهاقین، و. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر تحمل پریشانی و حل مسئله اجتماعی نوجوانان بزرگوار. پژوهش‌های روانشناسی / جامعی، ۱۰(۳۷)، ۴۵-۶۴.
- https://www.socialpsychology.ir/article_109696.html?lang=fa
- شکوفی، ف، و ابوالمعالی الحسینی، خ. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر وابستگی و صمیمیت زناشویی کارمندان متاهل. مجله دانشکده پژوهشی، ۶۳، ۴۳-۵۰.
- فضل همدانی، ن، و قربان جهرمی، ر. (۱۳۹۷). اثربخشی گروه درمانگری به روش تحلیل رفتار متقابل بر نظم جوی شناختی هیجان و صمیمیت زناشویی زنان آسیب دیده از پیمان شکنی همسران. مجله علوم روانشناسی، ۱۷(۷۰)، ۷۴۵-۷۵۳.
- <http://psychologicalscience.ir/article-1-285-fa.html>
- ناصری، ص، درویشی، م، اسلامی شادآباد، س، کرمی، گ، و محمودی، ف. (۱۴۰۱). اثربخشی روایتدرمانی بر رضابتمندی زناشویی و سلامت روان زوجین. خانواده و بهداشت، ۱۲(۳)، ۱۱۴-۱۰۴.
- https://journal.astara.ir/article_704022.html
- نصراصفهانی، م، حیاتی، م، و لطیفی، ز. (۱۴۰۱). اثربخشی رویکرد خودشفابخشی بر تحریف‌های شناختی و بخشودگی بین فردی زنان دچار پریشانی روان‌شناختی. خانواده‌درمانی کاربردی، ۳(۲)، ۳۰۵-۲۸۵.
- https://www.aftj.ir/article_152279.html
- Apostolou, M., Constantinou, C., & Zalaf, A. (2022). How people react to their Partners' infidelity: An explorative study. *Personal Relationship*, 29(4), 913-932. <https://doi.org/10.1111/pere.12457>
- 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.2019.000434>
- Berne, E. (1958). Transactional analysis: A new and effective method of group therapy. *American Journal of Psychotherapy*, 12 (4), 735-743. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1958.12.4.735>
- Bowen, M. (2020). *Family treatment in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- Enjezab, B., Yousofvand, F., Dehsorkhi, H. N., & Sorkhani, T. M. (2023). Communication skills training with the transactional analysis approach developed menopausal women's marital adjustment - a quasi-experimental study. *Przeglad menopauzalny = Menopause review*, 22(2), 64-70. <https://doi.org/10.5114/pm.2023.127772>
- Ghavibazou, E., Hosseiniyan, S., Ghamari kivi, H., & Ale Ebrahim, N. (2021). Narrative therapy, Applications, and Outcomes: A Systematic Review. *Preventive Counseling*, 2(4), 1-11. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.4119920>
- Heywood, L., Conti, J., & Hay, P. (2022). Paper 1: a systematic synthesis of narrative therapy treatment components for the treatment of eating disorders. *Journal of eating disorders*, 10(1), 137. <https://doi.org/10.1186/s40337-022-00635-5>
- Li, Q., Guo, J., Chen, Z., Ju, X., Lan, J., & Fang, X. (2023). Reciprocal associations between commitment, forgiveness, and different aspects of marital well-being among Chinese newlywed couples. *Family process*, e12909. <https://doi.org/10.1111/famp.12909>
- Monk, G., & Zamani, N. (2019). Narrative therapy and the affective turn: Part I. *Journal of Systemic Therapies*, 38(2), 1-19. <https://doi.org/10.1521/jsyt.2019.38.2.1>
- Nazoktabar, H. (2020). Predicting marital infidelity based on family conditions of couples referred to social emergency. *Fundamentals of Mental Health*, 22(3), 179-184. https://jfmh.mums.ac.ir/article_16430.html?lang=en
- Safinia, G., Ebrahimi Moghadam, H., & Abolmaali, Kh. (2021). Effect of Transactional Analysis Training on Communication Skills and Attribution Beliefs of Incompatible Women. *Women's Health Bulletin*, 8(3), 170-178. <https://doi.org/10.30476/whb.2021.90920.1116>
- Sakaki, S., & Toozandehjani, H. (2017). Effectiveness of Group Therapy Based on Transactional Analysis (TA) in Marital Burnout and Forbearance of Female Students. *Journal of Medical Psychology*, 6(02), 76-85. <https://doi.org/10.4236/ojmp.2017.62006>
- Selberman, 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>
- Seow, H. Y., Wu, M. H. L., Mohan, M., Mamat, N. H. B., Kutzsche, H. E., & Pau, A. (2022). The effect of transactional analysis training on emotional intelligence in health professions students. *BMC medical education*, 22(1), 383. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03455-y>
- Sevi, B., Urgancı, 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>
- Torkaman, M., Farokhzadian, J., Miri, S., & Pouraboli, B. (2020). The effect of transactional analysis on the self-esteem of imprisoned women: a clinical trial. *BMC Psychol*, 8(3), 3. <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0369-x>
- 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>
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: W. W. Norton