رویش روان شناسی، سال۱۳، شماره ۳، شماره پیاپی۹۶، خرداد ۱۴۰۳
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),13(3), 2024

مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی بر بخشودگی بین‌فردی زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی زناشویی همسران

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

نغمه فاضل همدانی
دانشجوی 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.

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.
M.oraki@pnu.ac.ir
Mehran Azadi
Assistant Professor, Department of Psychology, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

چکیده
هدف پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی بر بخشودگی بین‌فردی زنان آسیب‌دیده 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 آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی زناشویی از همسران مراجعه‌کننده 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 بخشودگی بین‌فردی احتشام زاده و همکاران (IFI ،۲۰۱۱) بود. مداخله تحلیل رفتار متقابل برن (۱۹۵۸) و پروتکل روایت‌درمانی وایت و اپستون (۱۹۹۰) در ۸ جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای هفته‌ای دو بار به‌صورت گروهی برای گروه آزمایش اول و دوم اجرا شد. داده‌ها با بهره‌گیری از تحلیل واریانس آمیخته تجزیه‌وتحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس مکرر نشان داد بین گروه‌ها در پس‌آزمون و پیگیری بخشودگی بین‌فردی تفاوت معناداری وجود دارد (P<۰/۰۵)، درمان تحلیل رفتار متقابل نسبت به روایت‌درمانی به‌طور معناداری بر بخشودگی بین‌فردی زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی زناشویی از همسران اثربخش‌تر بود (P<۰/۰۵) و هر دو درمان دارای ماندگاری اثر در دوره ی پیگیری بودند (P<۰/۰۵). بنابراین بین دو درمان تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی تفاوت معنادار وجود دارد و درمان تحلیل رفتار موثرتر بود.

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

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.*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت :** آبان ۱۴۰۲ | **پذیرش:** آبان ۱۴۰۲ | **ویرایش نهایی:** خرداد ۱۴۰۳

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-23]

مقدمه

پیمان‌شکنی[1] زناشویی مسئله‌ای آسیب‌زا برای همسران و خانواده‌ها و پدیده‌ای رایج برای درمانگران ازدواج و خانواده است (نازک‌تبر، ۲۰۲۰). پیمان‌شکنی زناشویی[2] 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[3]، ۲۰۲۰). و به دنبال پیمان‌شکنی، اعتماد ایجادشده در روابط دو نفره به‌سادگی موجب تخریب فرض‌های مشترک، باورها و انتظارات از این رابطه می‌شود (آپوستولو[4] و همکاران، ۲۰۲۲). 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، بااین‌حال یکی از علل اصلی طلاق در سال‌های ۱۳۹۵ و ۱۳۹۸ پیمان‌شکنی زناشویی گزارش شده که نشان‌دهنده شیوع بالای پیمان‌شکنی در ایران است (چوپانی و همکاران، ۱۳۹۸).

مطالعات نشان داده‌اند پیمان‌شکنی 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 پیمان‌شکنی و افشای بی‌وفایی داشته باشند که در این صورت بعد از افشای پیمان‌شکنی نحوه برخورد زوجین با این آسیب‌ها متفاوت می‌باشد (سوی[5] 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[6] 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 (لی[7] و همکاران، ۲۰۲۳). 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 برانگیزه قوی برای ادامه رابطه داشتن شبکه اجتماعی قوی و یافتن معنای عمیق در رابطه با یکدیگر و افزایش تعهد زناشویی[8] در زوجین مؤثر باشد (بلتران-مورلاز[9] 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[10] از جنبه وسعت کاربرد و عمق نظری برجسته است (فاضل همدانی و قربان جهرمی، ۱۳۹۷). این رویکرد توسط اریک برن[11] پایه‌گذاری شده و از نظر عملی یکی از بهترین شیوه‌های گروه‌درمانی است (انجذاب و همکاران، ۲۰۲۳). درمان تحلیل رفتار متقابل یک رابطه کمک‌کننده است که در آن درمانگر واجد 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[12]، 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 ابوالمعالی 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

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-23]

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[1]، ۲۰۱۹). روایت‌درمانی[2] فرایند کمک 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 درک شده توسط راوی به‌عنوان مسائل مهم زندگی است (هیوود[3] 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 مراجعان برای گسترش حیطه واژگانشان، توانایی آنها را در روایت تجاربشان افزایش می‌دهد، درنتیجه به این درک 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، به‌تبع آن احتمال بی‌وفایی زناشویی کاهش می‌یابد، در چنین شرایطی زوج دیگر تمایلی به جدایی ندارد (بهرادفر 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 روایت درمانی تاثیر معناداری بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه، کیفیت زندگی و رضایت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق داشته است.. علت مقایسه درمان‌های تحلیل رفتار متقابل 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 متقابل بوده است، زیرا رویکرد تحلیل رفتار متقابل یکی از مؤثرترین روش‌ها برای بهبود ارتباطات درون‌فردی و بین‌فردی 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 متقابل، اقتصادی‌تر است، همچنین مرور پژوهش‌های پیشین به تأثیر بیشتر رویکرد تحلیل رفتار متقابل با رویکردهای دیگر تأکید کردند و تاکنون مقایسه‌ای بین این دو رویکرد در هیچ جامعه آماری 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. بسیاری 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 تنیدگی و افزایش تعهد زناشویی و انگیزه‌های بین‌فردی، نشان می‌دهد هر یک از روش‌های درمانی برحسب 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 متقابل و روایت‌درمانی بر بخشودگی بین‌فردی، 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 خلأ پژوهشی وجود دارد، بنابراین پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی بر بخشودگی بین‌فردی 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 تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه (گروه آزمایش درمان تحلیل رفتار متقابل، ۱۵ نفر)، (گروه آزمایش روایت‌درمانی، ۱۵ نفر) و (گروه گواه، ۱۵ نفر)

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

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-23]

قرار گرفتند. ملاک‌های ورود افراد به پژوهش شامل رضایت آگاهانه، جنسیت زن، آسیب‌دیده از پیمان شکنی 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 سؤالات 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 به‌عنوان پیش‌آزمون پاسخ دادند. گروه آزمایشی اول، درمان تحلیل رفتار متقابل و گروه آزمایشی دوم، روایت‌درمانی 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

سیاهه بخشودگی بین‌فردی[1] (IFI): این سیاهه توسط احتشام زاده و همکاران در سال ۱۳۸۹ به منظور سنجش بخشودگی 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 سؤالات عامل سوم یعنی ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵ به شکل معکوس صورت می‌گیرد. حداکثر 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 بخشودگی 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 روایی پرسشنامه، مقیاس پرخاشگری اهواز[2] (زاهدی‌فر و دیگران، ۱۳۹۹)، خرده‌مقیاس توافق‌پذیری NEO-FFI[3] (کاستا و مک‌کری[4]، ۱۹۹۲)، خرده‌مقیاس بخشودگی در خانواده اصلی (پولارد[5] و دیگران، ۱۹۹۸) بودند. ضرایب همبستگی بین مقیاس بخشودگی بین‌فردی با سه مقیاس ملاک ذکرشده به ترتیب عبارت بودند از ۰/۶۲، ۰/۲۷، و ۰/۴۵، که همگی در سطح ۰/۰۵ تا ۰/۰۰۰۱ معنی‌دار 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

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-23]

پروتکل تحلیل رفتار متقابل[1]: برای مداخله‌ی درمان تحلیل رفتار متقابل از پروتکل درمانی بر پایه برن[2] (۱۹۵۸) بر روی شرکت‌کنندگان 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 شرکت‌کننده 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 اعضای گروه مورد بررسی قرار گرفت و در این جلسه اعضای گروه با آلودگی‌ها و نقش الگوهای ارتباطی در زندگی‌های شخصی و اجتماعی آشنا شدند. روابط متقابل مکمل و متقاطع 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 تو نبود و بازی به من لگد بزن).
هشتم	ابتدا مبحث پیش‌نویس زندگی و تعاریف آن به شرکت‌کنندگان 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 شرکت‌کنندگان، در سطح تحلیل رفتار متقابل مقدماتی شد و به این ترتیب جلسات به پایان رسید. در نهایت، مرور کامل بر تمام مباحث ارائه‌شده در طول این ۸ جلسه انجام شد.

پروتکل روایت‌درمانی[3]: در این پژوهش پروتکل روایت‌درمانی به شیوه گروهی بر پایه الگوی وایت و اپستون[4] (۱۹۹۰) بر روی شرکت‌کنندگان 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 وایت 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 مشکل‌دار/ 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 مشکل‌دار با جزئیات بیشتر و به‌طور کامل‌تر 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 برونی‌سازی و جداسازی مشکل از هویت و ارتباطات مراجع/ بررسی روایت بیان‌شده هر یک از اعضا از دید دیگر اعضاء.

1. Transactional Analysis Protocol
2. Berne
3. Narrative Therapy Protocol
4. White & Epston

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-23]

چهارم	تشویق مراجع به توصیف روایت‌های کوچک و برونی‌سازی مشکل (که فرد بین خود و مشکل تفاوت قائل می‌شود) و روش: پرسیدن سؤالاتی بود که افراد صفاتی را که به خود نسبت می‌دادند تغییر دهند. و به کار بردن استعاره/ تشویق مراجع به روشن‌سازی عکس‌العمل 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 منحصربه‌فرد/ تشویق اعضا به رفتارهای مغایر با داستان سرشار از مشکل در فاصله‌ی بین جلسات/ ارائه تکلیف: زوجین ۵ مورد از مواردی که در زندگی در طول هفته به‌عنوان مشکل برایشان اتفاق می‌افتد را یادداشت کنند و برچسب جدید بزنند.
ششم	پرسش از مراجع درباره استثناها و موارد منحصربه‌فرد (زمانی که مراجع تحت‌فشار مشکل نبوده)/ تمرکز و تأکید بر جزئیات، احساسات، تفکرات و رفتارهای این موارد منحصربه‌فرد؛ بسط این موارد منحصربه‌فرد به زمان حال/ ادامه ساخت‌شکنی/ بسط روایت جایگزین از طریق سؤالات چشم‌انداز عمل و سؤالات 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 حل‌نشده/ انواع مهارت‌ها 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 سؤال/ درخواست از مراجع جهت نوشتن 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 گویی و تثبیت روایت‌های جایگزین/ تأیید روایت‌های جایگزین مراجع/ ارزیابی نتایج حاصل از روایت درمانی و رفع نقایص/ بیشتر کار روایت درمانی شامل گفتن و دوباره‌گویی است. درمان زمانی پایان می‌یابد که مراجع احساس کند روایتش تغییر کرده است.

یافته ها

یافته‌های پژوهش در مورد اطلاعات جمعیت شناختی نشان داد که ۴۵ نفر (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 ۳۴/۵۱ و ۵/۲۹ سال، برای گروه روایت‌درمانی ۳۳/۷۵ و ۵/۶۱ سال و برای گروه گواه ۳۳/۵۸ و ۴۸/ ۵ بود. همچنین جنسیت همه افراد شرکت‌کننده‌ها زن 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
	روایت‌درمانی	۳۰/۴۰	۶/۲۱	۳۴/۳۳	۵/۸۰	۳۴/۱۳	۵/۷۰
	تحلیل رفتار متقابل	۲۹/۲۷	۳/۴۵	۴۶/۹۳	۹/۳۴	۴۷/۸۷	۹/۷۸

همان‌طور که در جدول ۳ ملاحظه می‌شود، بخشودگی بین‌فردی 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 بخشودگی بین‌فردی در پس‌آزمون و پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون تغییر چندانی را نشان نمی‌دهد. ولی در گروه‌های تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی افزایش قابل‌توجه بخشودگی بین‌فردی در مرحله پس‌آزمون و پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون مشاهده می‌شود.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-23]

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	-	-	-

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 تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی 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		
	متغیر	گروه	تفاوت میانگین	آماره	سطح معناداری	تفاوت میانگین	آماره	سطح معناداری	تفاوت میانگین	آماره	سطح معناداری
بخشودگی بین‌فردی	روایت درمانی	گواه	۵/۲۰۰	۵/۴۴۳	۱/۰۰۰	-۳۸/۰۶۷*	۴/۳۲۳	۱/۰۰۰	-۳۸/۷۳۳*	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱
		تحلیل رفتار متقابل	۳/۴۰۰	۵/۴۴۳	۱/۰۰۰	۲۱/۱۳۳*	۴/۳۲۳	۱/۰۰۰	۲۱/۲۶۷*	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱
	تحلیل رفتار متقابل	گواه	۱/۸۰۰	۵/۴۴۳	۱/۰۰۰	-۵۹/۲۰۰*	۴/۳۲۳	۱/۰۰۰	-۶۰/۰۰۰*	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱
		روایت درمانی	-۳/۴۰۰	۵/۴۴۳	۱/۰۰۰	-۲۱/۱۳۳*	۴/۳۲۳	۱/۰۰۰	-۲۱/۲۶۷*	۴/۲۹۱	۰/۰۰۰۱

با توجه به جدول ۵ ملاحظه می‌شود تفاوت معناداری بین گروه‌های روایت‌درمانی و گواه در متغیر بخشودگی بین‌فردی (P<۰/۰۵) و تحلیل رفتار متقابل و گواه در متغیر بخشودگی بین‌فردی (P<۰/۰۵) وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد بین روش 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 بخشودگی بین‌فردی در مرحله پس‌آزمون و پیگیری به‌صورت مثبت معنادار شده است. درنتیجه روش تحلیل رفتار متقابل در افزایش بخشودگی بین‌فردی اثربخشی بیشتری نسبت به روایت‌درمانی داشته است (P<۰/۰۵).

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-23]

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مقایسه درمان تحلیل رفتار متقابل و روایت‌درمانی بر بخشودگی بین‌فردی زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی زناشویی همسران انجام شد. در مرحله اول یافته‌های پژوهش نشان داد تحلیل رفتار متقابل بر بخشودگی بین‌فردی در زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی همسر مؤثر است. این یافته‌ها با نتایج پژوهش سکاکی و توزنده جانی (۲۰۱۷)، حسینی راوری زاده و همکاران (۱۴۰۲)، صفی 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 بخشودگی 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 واقف خواهد شد و باعث می‌شود تنها مخاطب خود را به‌عنوان مشکل در نظر نگیرد و ازاین‌رو با شرایط بهتری خطای دیگران را خواهد بخشید. درواقع شخص به این موضوع پی خواهد برد که در وضعیت ایجادشده 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، به‌خصوص انواع روابط مکمل، متقاطع و نهفته، افراد را با نحوه برقراری ارتباط مؤثر آشنا می‌کند. به عبارتی افراد را به مهارت‌های ارتباطی مناسب مجهز می‌کند تا با تشخیص حالت من، خود و دیگران (کودک، والد و بالغ) به‌ویژه با توجه به سرنخ‌های کلامی و غیرکلامی، بتوانند ارتباط مناسب مکملی برقرار کنند. به‌علاوه با آموزش تکنیک‌های پس‌راندن والد طرف مقابل، فرد را قادر می‌سازد در موقعیت‌های احتمالی تعارض‌زا با نظارت 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 بخشودگی بین‌فردی در زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی همسر مؤثر است. نتایج این پژوهش با پژوهش بهرادفر 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 داستان‌هاست. 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 بفهمد. 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 جامع‌تر و وسیع‌تر از حدود و موقعیت‌ها برسند. وقتی از یک درک روایت وسیع‌تری به آن نگاه کردند جنبه‌هایی از خودشان که به‌وسیله تفسیرهای محدودکننده پوشیده شده‌اند، اجازه می‌یابند که به نظر برسند.

در آخر نیز یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که درمان تحلیل رفتار متقابل اثر بیشتری بر بخشودگی بین‌فردی نسبت به روایت‌درمانی در زنان آسیب‌دیده 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)، صفی 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 بین‌شخصی 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 چشم‌پوشی کند. درواقع با آموزش تحلیل رفتار متقابل، افراد با کسب خودشناسی (سیو[1] و همکاران، ۲۰۲۲) و آگاهی از حالت‌های من و فعل‌وانفعالات 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

1. Seow

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-23]

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 فعل‌وانفعالات 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 گرفته‌شده می‌کند. وقتی فرد دیدگاه «من خوب هستم» را شکل می‌دهد، متوجه می‌شود یکی از مصداق‌های خوب بودن، پذیرش و بخشیدن 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 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 پیمان‌شکنی و افشای بی‌وفایی داشته باشند، که در این صورت بعد از افشای 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 این‌گونه 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 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 آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی همسر. *دوفصلنامه روانشناسی خانواده*، *۸*(۲)، ۱۵۳-۱۴۱. https://www.ijfpjournal.ir/article_253576.html

احتشام زاده، پ.، احدی، ح.، عنایتی، م.، و حیدری، ع. (۱۳۸۹). ساخت و اعتبار یابی مقیاسی برای بخشودگی بین‌فردی. *روانشناسی بالینی ایران*، *۱۶*(۴)، ۴۵۵-۴۴۳. http://ijpcp.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 روانشناختی*، *۱۱*(۴۱)، ۷۰-۵۳. https://jpmm.marvdasht.iau.ir/article_4529.html

بهرادفر، 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 مختل هیجانی، شناختی و رفتاری زوجین آشفته. *دوفصلنامه روانشناسی خانواده*، ۳(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 مراکز مشاوره شهر تهران. *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، *۶*(۱)، ۷۰۱-۶۹۲. http://islamiclifej.com/article-1-1790-fa.html

چوپانی، م.، سهرابی فرد، م.، محمدی، ف.، اسمعیلی، ن.، و صمدی فرد، ا. (۱۳۹۸). ادراکِ مردانِ بی‌وفا (پیمان شکنی) 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

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-23]

حسینی راوری زاده، ن.، نظیری، ق.، داودی، ا.، و فتح، ن. (۱۴۰۲). اثربخشی تحلیل رفتار متقابل بر اسنادهای ارتباطی، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و تمایزیافتگی زوجین ناسازگار. *رویش روان شناسی*، *۱۲*(۲)، ۱۲۸-۱۱۷. http://frooyesh.ir/article-1-4426-fa.html

خواجه، ا.، فرهادی، ه.، و اصغر آقایی، ا. (۱۴۰۱). تعیین اثربخشی روایت‌درمانی بر کیفیت زندگی زناشویی و دلبستگی زوجین ناتوان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان. *مطالعات ناتوانی*، *۱۲*، ۹-۱. https://jdisabilstud.org/article-1-2587-fa.html

رحمتی، ص.، هوشمندی، ر.، موسوی انزهایی، ا.، و دهاقین، و. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر تحمل پریشانی و حل مسئله اجتماعی نوجوانانِ بزهکار. *پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی*، *۱۰*(۳۷)، ۶۴-۴۵. https://www.socialpsychology.ir/article_109696.html?lang=fa

شکوئی، ف.، و ابولمعالی الحسینی، خ. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر وابستگی و صمیمیت زناشویی کارمندان متاهل. *مجله دانشکده پزشکی*، *۶۳*، ۵۰-۴۳. https://mjms.mums.ac.ir/article_16177.html

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

ناصری، ص.، درویشی، م.، اسلامی شادآباد، س.، کرمی، گ.، و محمودی، ف. (۱۴۰۱). اثربخشی روایت‌درمانی بر رضایتمندی 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.2019.00434

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., Hosseinian, 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

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

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., 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

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

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-23]