

بررسی اثربخشی مداخله بخشش محور بر دلزدگی زناشویی زنان آسیب دیده از پیمان شکنی همسر

*پریسا ملک زاده ترکمانی^۱، مینا امین پور^۲، بهرام بختیاری سعید^۳، غلامرضا خلیلی^۴، رضا داورنیا^۵

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، دانشکده کشاورزی، واحد چالوس، دانشگاه آزاد اسلامی، چالوس، ایران

۲- کارشناس ارشد مدیریت خدمات بهداشتی درمانی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

۳- مریم، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران

۴- مریم، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران

۵- دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

* موبایل: ۰۹۱۵۵۸۵۱۶۲۹ پست الکترونیک: rezadavarniya@yahoo.com

چکیده

زمینه و هدف: پیمان شکنی زناشویی، مسئله‌ای تکان‌دهنده برای زوج‌ها و خانواده‌ها می‌باشد همچنین پدیده‌ای رایج برای مشاوران و درمانگران ازدواج و خانواده است. همسران آسیب دیده از پیمان شکنی، در ابعاد عاطفی، روانی و جسمانی در برابر این بحران واکنش نشان می‌دهند. مطالعه‌ی حاضر با هدف تعیین تأثیر مداخله‌ی بخشش محور بر دلزدگی زناشویی زنان آسیب دیده از پیمان شکنی همسر، طراحی گردید.

مواد و روش کار: پژوهش حاضر، مطالعه‌ای نیمه تجربی به شیوه‌ی پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل و انتساب تصادفی است. جامعه‌ی پژوهش را کلیه‌ی زنانی تشکیل دادند که با مشکل پیمان شکنی همسر به کلینیک مشاوره و خدمات روان شناختی راستین در نیمه‌ی دوم سال ۱۳۹۵ مراجعه نموده بودند. نمونه‌ی پژوهش، ۲۴ نفر از زنانی بودند که به شیوه‌ی نمونه‌گیری غیر تصادفی هدفمند، انتخاب و با تخصیص تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارش شدند. آزمودنی‌ها در مراحل پیش آزمون و پس آزمون به مقیاس دلزدگی زناشویی پاینتر (CBM) (۱۹۹۶) پاسخ دادند. برای شرکت کنندگان گروه آزمایش، مداخله‌ی بخشش محور در ۹ جلسه که مدت زمان هر جلسه ۱/۵ ساعت بود؛ به شیوه‌ی گروهی برگزار شد در حالی که گروه کنترل، هیچ‌گونه درمانی را دریافت نکردند. داده‌ها توسط آزمون تحلیل کوواریانس یک راهه (ANCOVA) در نرم افزار SPSS نسخه‌ی ۲۰ تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که میان دلزدگی زناشویی آزمودنی‌های گروه آزمایش و کنترل در مرحله‌ی پس آزمون، تفاوت معنی‌داری وجود دارد. به عبارت دیگر، مداخله‌ی بخشش محور، میزان دلزدگی زناشویی زنان آسیب دیده از پیمان شکنی همسر را در گروه آزمایش، به طور معنی‌داری کاهش داده است.

نتیجه‌گیری: مداخله‌ی بخشش محور، در کاهش دلزدگی زناشویی زنان آسیب دیده از پیمان شکنی همسر مؤثر است. لذا استفاده‌ی مشاوران و درمانگران خانواده از این رویکرد، به عنوان یک گزینه‌ی مداخله‌ای مناسب، جهت درمان پیمان شکنی زوج‌ها سودمند می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: آموزش، زوج درمانی، تعارض

مقدمه

اقدام کننده و احساسات درونی خجالت، افسردگی^۱، بی رمقی طاقت فرسا، احساس قربانی شدن و رها شدگی در نوسان هستند (۹). وقوع پیمان شکنی، نقش مهمی در ایجاد استرس زناشویی دارد و سبب ایجاد مشکلات روانی - اجتماعی زیادی می‌شود (۱۰).

برخی از درمانگران، واکنش‌های شخص را نسبت به پیمان شکنی همسر، شبیه علائم استرس پس از ضربه^۲ می‌دانند (۱۱). انباسته شدن سرخوردگی‌ها و تنش‌های ناشی از مسئله‌ی پیمان شکنی، می‌تواند منجر به دلزدگی زناشویی^۳ شود. دلزدگی به صورت تدریجی است و به ندرت، ناگهانی اتفاق می‌افتد. در حقیقت، عشق و صمیمیت به تدریج کمرنگ می‌شود و دلزدگی آغاز می‌گردد. در بدترین حالت، دلزدگی به معنی ویران شدن روابط است (۱۲). پاینتر^۴ و همکاران، دلزدگی را به عنوان یک حالت خستگی جسمانی، عاطفی و روانی می‌دانند که در شرایط درگیری طولانی مدت، همراه با مطالبات عاطفی ایجاد می‌شود (۱۳). براو و لامپکین^۵ در مدلی که جهت تبیین پیمان شکنی‌های زناشویی ارائه می‌دهند؛ یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در رخداد این پدیده را نیازهای برآورده نشده و نقایص موجود در پاسخ دهی همدلانه و خستگی عنوان می‌کنند که همه‌ی این عوامل، اثر گذاری مستقیمی را بر کاهش رضایت زناشویی دارند (۱۴).

با توجه به ماهیت پیچیده‌ی پیمان شکنی و تأثیرات فاجعه‌آمیز آن بر روابط زوجین، ضروری است که مداخلات مؤثری برای کمک به زوجینی که با این مشکل روبرو هستند؛ به کار گرفته شود. بسیاری از پژوهش‌های انجام شده در زمینه‌ی پیمان شکنی

پیمان شکنی زناشویی^۶، پدیده‌ای است که اغلب به خاطر برطرف شدن نیازهای عاطفی فرد با روابط خارج از حیطه‌ی زناشویی به وقوع می‌پیوندد (۱). دریگوتاس و بارتا^۷، پیمان شکنی را عبور فرد از مرز رابطه‌ی زناشویی با برقراری صمیمیت فیزیکی یا عاطفی با فردی، خارج از رابطه تعریف می‌کنند (۲). نایت^۸، تعریف جامع‌تری از پیمان شکنی ارائه داده است که عبارت است از: نقض پیمان اظهار شده یا فرض شده‌ی معطوف به انحصاریت رابطه جنسی و عاطفی (۳). پیمان شکنی، ۲۵٪ تا ۵۰٪ اولین علت طلاق زوجین را تشکیل می‌دهد (۴). بر اساس مطالعه‌ای انجام شده در آمریکا، مشخص شده است که ۲۱٪ مردان و ۱۱٪ زنان در طول زندگی، مرتكب خیانت زناشویی می‌شوند (۵). گزارش‌های مشاوران و درمانگران خانواده، حاکی از آن است که این پدیده، یکی از مهم‌ترین و جدی‌ترین مشکلات زوج‌های مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره می‌باشد (۶). در یک پژوهش، درمانگران خانواده، پیمان شکنی را به عنوان سومین مورد مشکل در درمان، بعد از فقدان عشق و الکلیسم در کار با خانواده‌ها مشخص کردند (۷).

پیمان شکنی، اعتماد موجود در رابطه و سطح صمیمیت زوج‌ها را کاهش می‌دهد و تأثیرات منفی و محربی بر ازدواج دارد که می‌توان به پیامدهایی چون طلاق و افسردگی اشاره کرد (۸). مشاهدات بالینی و بررسی‌های علمی نشان می‌دهند که بر ملا شدن پیمان شکنی، تأثیر محرب، تکان دهنده و شدیدی بر زوج‌ها می‌گذارد. متخصصان بالینی گزارش می‌دهند که در فرد آسیب دیده از پیمان شکنی زناشویی، عواطف شدید اغلب بین احساس خشم نسبت به فرد خطاکار و

۴- Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)

۵- Couple Burnout

۶- Pines

۷- Bravo & Lumpkin

1- Marital Infidelity

2- Drigotas & Barta

3- Knight

مشترک می‌شود. فرد آسیب دیده، از همسر و ارتباط با او کناره‌گیری می‌کند. این یک واکنش طبیعی به حوادث تروماییک رنج آور است. در مرحله‌ی دوم، گوش به زنگی (هوشیاری بالا) و رفتارهای تلافی جویانه دیده می‌شود. اغلب نظریه‌های بخشش و تروما بیان می‌کنند که در این مرحله، فرد آسیب دیده تلاش می‌کند تا بهفهمد که چرا آن اتفاق افتاده است؟ در کعلت خیانت یا حادثه، باعث افزایش احساس کنترل روی زندگی، احساس امنیت و اطمینان و کاهش احساس ناتوانی می‌شود. در مرحله‌ی سوم، فرد به سمت کنترل بیشتر زندگی حرکت کرده و به فرا سوی حادثه می‌رود. فرد آسیب دیده در این مرحله، احساسات منفی کمتری نسبت به همسرش دارد و متوجه می‌شود که خشم مداوم نسبت به همسر، اثرات مخربی نیز بر خودش می‌گذارد. او پی می‌برد که با ادامه‌ی تنبیه، به احساس برابری نخواهد رسید لذا وی در صورت ماندن در رابطه، فرآیند بخشش را طی می‌کند. عناصر بخشش عبارتند از : ۱- دستیابی به توازن در نگرش به همسر خطاکار ۲- کاهش هیجانات منفی نسبت به وی ۳- صرف نظر کردن از انجام دادن تلافی و تنبیه (۲۰).

حدود یک دهه است که پیرامون تأثیر بخشش بر سلامت روان، تحقیقات تجربی به عمل آمده است (۲۱). فینچام^{۱۵} در مطالعه‌ی خود با عنوان بررسی ارتباط میان بخشش و رضایت از روابط، نشان داد که بخشش به بهبود کیفیت روابط زوج‌ها می‌انجامد. این بهبود کیفیت در برگیرنده‌ی کاهش پرخاشگری و تعارضات زناشویی است (۲۲). هارگریو و سلن^{۱۶} در مطالعه‌ی خود نشان دادند که با انجام بخشش، توجه زوجین به ارزش‌ها، عقاید و حفظ روابط آنها افزایش و

زنashowibی توصیفی بوده است و بیشتر به نگرش افراد در مورد پیمان‌شکنی یا پیامدها و تعاریف آن پرداخته‌اند (۱۵، ۱۶). در تبیین و درمان زوجینی که با مشکل پیمان‌شکنی زناشویی درگیر هستند؛ مدل‌های نظری مختلفی ارائه شده است که می‌توان به درمان هیجان مدار^۱، مدل بخشش درمانی^۲، درمان شناختی - رفتاری^۳، مدل تروماییک^۴، مدل آیینی^۵ و مدل بینش گرا^۶ اشاره کرد (۱۷). یکی از مدل‌های درمانی که می‌تواند در درمان و کاهش مشکلات ناشی از روابط فرا زناشویی مؤثر واقع گردد؛ مدل درمانی بخشش محور است. بخشش، یکی از فرآیندهای روان شناختی و ارتباطی برای افزایش سلامت روان است که در طی دو دهه‌ی اخیر به طور مشخص وارد حوزه‌ی مطالعات خانواده و خانواده درمانی شده است. آنچه اهمیت بخشش را محرز می‌سازد؛ ماهیت التیام‌بخشی آن در مداخلات درمانی است (۱۸). بخشش، فرآیندی درون فردی است که طی آن جنبه‌های شناختی، احساسی و رفتاری فرد در برابر خطأ و خطاكار تغییر می‌کند. تعريفی که بیشتر در مورد آن توافق دارند؛ عبارت است از انگیزشی که سبب کاهش کناره‌گیری، خشم و انتقام نسبت به فرد خطاكار می‌گردد؛ احساسات مثبت را افزایش داده و جایگزین احساسات منفی می‌نماید (۱۹).

گوردون^{۱۴} و همکاران، یک مدل سه مرحله‌ای از بخشش (برخورد، جستجوی چرایی و بهبودی) را برای کمک به زوج‌های آسیب دیده از پیمان‌شکنی، بسط داده‌اند. در مرحله‌ی اول، تروماهای بین فردی (پیمان‌شکنی) موجب شکسته شدن فرض‌های اساسی زندگی

1- Emotionally Focused Therapy

2- Forgiveness Therapy

3- Cognitive-Behavioral Therapy

4- Traumatic Model

5- Ritual Model

6- Insight Oriented

7- Gordon

۲۰۱ آزمودنی که بیش از یک سال از زندگی زناشویی‌شان می‌گذشت؛ پی بردن که کاربرد بخشدگی در رابطه‌ی جاری، تأثیر معنی‌داری بر میزان اعتماد در روابط بین زوجین دارد (۲۹). حمیدی پور و همکاران در پژوهشی به بررسی تأثیر زوج درمانی گروهی مبتنی بر بخشش، در رضایت زناشویی پرداختند. نتایج نشان داد که گروه بخشنده مقایسه با گروه کنترل در مرحله‌ی پیگیری، پیشرفت معنی‌داری در رضایت زناشویی و بخشش کسب نمودند (۳۰)؛ همچنین در پژوهش‌هایی دیگر، کارآیی درمان مبتنی بر بخشش بر درمان وابستگی به مواد افیونی و کاهش سطح خطر عود (۳۱)، کاهش افسردگی، اضطراب و استرس پس از سانحه در زنان با مشکل سوء استفاده و آزار جنسی (۳۲)، کاهش انگیزه‌ی انتقام جویی و دوری گرینی دانش‌آموزان (۳۳) و کاهش تحریف‌های شناختی بین فردی زوجین متقاضی طلاق (۳۴) بررسی شده و به اثبات رسیده است.

در جامعه‌ی ایرانی به دلیل مسائل فرهنگی، پیمان شکنی علت ضروری و اصلی طلاق یکی از زوجین (همسری که پیمان شکنی کرده و یا همسری که مورد پیمان شکنی واقع شده است) نمی‌باشد. اغلب آنچه که زوجین، خواهان آن هستند؛ فرار از درد و رنج حاصل از اشتباهاشان و بازگشت وضعیت به حالت عادی می‌باشد (۳۵). پدیده‌ی رنج آور و آسیب‌زای پیمان شکنی، همیشه و در همه جا مانند گیاهی هرز در کنار درخت ریشه‌دار و پر بار ازدواج می‌روید و لحظاتی گذرا به عمر کوتاه و شوم خود ادامه می‌دهد. پیمان شکنی از مسائل دردناکی است که در سال‌های اخیر، روزنامه‌ها و بیش از آنها، مراجع انتظامی و قضایی ایران نیز از خشونت‌های برآمده از پیمان شکنی همسران، سخن می‌گویند و بدون آنکه به تحلیل زمینه‌ها، نشانه‌ها و پیامدهای این رفتار ضداخلاق و

میزان انتقاد‌گری، سرزنشگری، خشم و منفی‌گویی آنان به طور معنی‌داری کاهش یافته است (۲۳). مطالعه‌ی لیچ^۳ و همکاران، تحت عنوان "تحلیل کلامی در فرآیند بخشش" که طی پنج هفته و روی ۱۲۳ نفر صورت گرفت؛ افزایش چشمگیری را در پاسخ‌های هیجانی مثبت و کاهش پاسخ‌های هیجانی منفی آزمودنی‌ها نشان داد؛ همچنین تأثیر گذشت زمان بر روند بخشدگی آن‌ها مشهود بود (۲۴). جیبونز^۴ در پژوهش خود مشاهده کرد که مشاوره توانسته است؛ بخشدگی، خشم، اضطراب و افسردگی مدد جویان را کاهش داده و بر سلامت روانی زوج‌ها اثر مثبت داشته باشد (۲۵). گوردون و همکاران در یک مطالعه‌ی موردی، به بررسی تأثیر بخشش به عنوان مداخله‌ی درمانی بر بهبود روابط زناشویی شش زوج که پیمان شکنی را تجربه کرده بودند؛ پرداختند. نتایج نشان داد که زوج‌ها به طور معنی‌داری، هیجانات و آشفتگی زناشویی کمتر و سطح بالایی از بخشش را در ارتباط با پیمان شکنی همسران خود نشان دادند (۲۶). ماما لاکیس^۵ در مطالعه‌ای به بررسی تأثیر بخشدگی، به عنوان مداخله‌ی درمانی پیمان شکنی زناشویی پرداخت. نتایج این مطالعه از اثربخش بودن مداخلات بخشش محور، حکایت داشت (۲۷). آلمستید^۶ و همکاران در یک پژوهش کیفی به زوج‌های درگیر روابط فرا زناشویی، در جهت بخشش پیمان شکنی کمک کردند. ده زوج به شیوه‌ی نمونه‌گیری داوطلبانه در این درمان شرکت داشتند. نتایج پژوهش از اثربخش بودن بخشش درمانی بر پیمان شکنی حکایت داشت (۲۸). ریپلی و ورتینگتون^۷ با بررسی تأثیر بخشدگی بر ایجاد صمیمیت و اعتماد در روابط زناشویی، روی

3- Leach

4- Jibonz

5- Mamalakisz

6- Olmstead

7- Ripley & Worthington

تشکیل می‌دادند که جهت دریافت مداخلات مشاوره‌ای و درمانی به کلینیک مشاوره و خدمات روان شناختی راستین شهر گرگان در نیمه‌ی دوم سال ۱۳۹۵ مراجعه نموده بودند. روش اجرای پژوهش، بدین صورت بود که پس از هماهنگی با مدیریت کلینیک راستین، اهداف پژوهش توضیح داده و نظر آنها در خصوص اجرای پژوهش و اطلاع رسانی به مرکز، جلب شد. سپس هماهنگی با چهار مرکز مشاوره‌ی دیگر در شهر گرگان و رایزنی با مسئولین آنها جهت ارجاع موارد پیمان شکنی به کلینیک راستین صورت گرفت و ۳۸ زن با مشکل پیمان شکنی همسر در طول دوره‌ی پژوهش به مرکز راستین مراجعه نمودند. در مرحله‌ی بعد، یک مصاحبه‌ی مقدماتی توسط مشاور خانواده با هر یک از زنان داوطلب شرکت در جلسات به عمل آمد. این مصاحبه با توجه به اصول نظری بخشش در پیمان شکنی و مصون ماندن از انتقاد وارد بر بخشش، مبنی بر اینکه بخشودن به دلایل غلطی چون حفظ نمودن روابط مخرب به اندازه عدم بخشش، مخرب است؛ صورت گرفت (۳۶).

معارها و شرایط ورود افراد به پژوهش، عبارت بودند از : ۱- زنانی که دارای تحصیلات سیکل بودند. ۲- زنانی که ارتباط همسران پیمان شکن آنها با شخص سوم تمام شده بود و همسرانشان در پی جبران بودند اما به دلیل خشم و رنجش حاصل از موضوع پیمان شکنی، قادر به برقراری و بازسازی مجدد رابطه نبودند. ۳- زنانی که حداقل یک سال سابقه‌ی زندگی مشترک داشتند. ۴- زنانی که متعهد شده بودند؛ تا پایان جلسات حضور مستمر داشته باشند. ۵- زنانی که فرم رضایت نامه‌ی درمان را تکمیل کرده بودند. ۶- زنانی که به دلیل مسئله‌ی پیمان شکنی همسرانشان، متقاضی طلاق نبودند. ملاک‌های خروج افراد از پژوهش نیز عبارت بودند از: ۱- زنانی که به دلیل پیمان شکنی همسرانشان،

قانون پردازند؛ از کنار آن می‌گذرند. ارزش‌ها، اصول و قوانین حاکم بر جوامع انسانی، براساس نیازی به اسم "امنیت" به وجود آمده است؛ رشد می‌کنند؛ تغییر و تعدیل می‌یابند و به طبع اگر جوابگوی این نیاز نباشند؛ خود به خود رنگ باخته و از میان می‌روند. حال اگر در اعتماد و احساس امنیت زوج‌ها، شکافی به وجود آید؛ زندگی پویایی و نشاط خود را از دست داده و باعث آزردگی یکی از زوج‌ها و شاید هر دوی آنها شود (۲۰).

با توجه به اینکه پیمان شکنی، یکی از پدیده‌هایی است که زندگی زناشویی و سیستم زوجی را به شدت تحت تأثیر آثار مخرب خود قرار می‌دهد و در صورت عدم چاره اندیشی و درمان به موقع، زمینه را برای طلاق رسمی زوجین آماده می‌کند لذا انجام مداخلات درمانی، جهت بررسی و درمان به موقع ، ضروری به نظر می‌رسد. با عنایت به اینکه پژوهش‌های مداخله‌ای کشور ما در رابطه با درمان پیمان شکنی، بسیار اندک می‌باشد و مدل مبتنی بر بخشش که در این پژوهش معرفی گردید؛ کمتر مورد بررسی قرار گرفته است؛ همچنین در جستجوهای انجام شده توسط پژوهشگر، مطالعه‌ای که به بررسی تأثیر مدل بخشش درمانی بر کاهش دلزدگی زنان مواجه شده با خیانت همسر پرداخته باشد؛ مشاهده نگردید لذا مطالعه‌ی حاضر، با هدف بررسی اثربخشی مداخله‌ی بخشش محور بر کاهش دلزدگی زناشویی زنان آسیب دیده از پیمان شکنی همسر انجام شد.

مواد و روش کار

پژوهش حاضر، یک مطالعه‌ی نیمه تجربی به شیوه‌ی پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل و انتساب تصادفی است. جامعه‌ی این پژوهش را کلیه‌ی زنان درگیر با مسئله‌ی پیمان شکنی زناشویی همسر

اخلاقی و حرفه‌ای در پژوهش، جلسات درمان بخشش محور را برای آزمودنی‌های گروه کنترل برگزار نمود. پنج جلسات درمانی نیز برگرفته از مدل بخشش درمانی کیس^{۲۳} (۳۹) می‌باشد که مختصری از آن در جدول ۱ ارائه شده است.

در این مطالعه برای گردآوری داده‌ها از مقیاس ۲۱ سوالی دلزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶) استفاده شد. در این مقیاس، نمرات بالاتر، نشان دهنده‌ی دلزدگی زناشویی بیشتر است که حد بالای نمره ۱۴۷ و حد پایین نمره ۲۱ می‌باشد. برای تفسیر نمره‌ها باید آنها را تبدیل به درجه کرد و این عمل از طریق تقسیم نمودن نمره‌های حاصل شده از پرسشنامه بر تعداد سوالات (۲۱) سوال) به دست می‌آید. در تفسیر نمره‌ها، درجه‌ی بیشتر از ۵، نشانگر لزوم کمک فوری، درجه‌ی ۵، نشان دهنده‌ی وجود بحران، درجه‌ی ۴، نمایانگر حالت دلزدگی، درجه‌ی ۳، نشان دهنده‌ی خطر دلزدگی و درجه‌ی ۲ و کمتر از آن نیز نشان دهنده‌ی وجود رابطه‌ی خوب است. ضریب اطمینان آزمون - باز آزمون، ۰/۸۹ برای یک دوره‌ی یک ماهه، ۰/۷۶ برای یک دوره‌ی دو ماهه و ۰/۶۶ برای دوره‌ای سه ماهه بود. ضریب آلفای کرونباخ اندازه‌گیری شده بین ۰/۹۱ و ۰/۹۳ گزارش شده است. مطالعه‌ی نویدی در ایران، ضریب پایایی این پرسشنامه را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۸۶ گزارش کرده است (۴۰). در پژوهشی برای به دست آوردن روایی مقیاس دلزدگی زناشویی، این آزمون را با پرسشنامه‌ی رضایت زناشویی اتریچ^{۲۴}، همبسته کردن و ضریب همبستگی بین این دو پرسشنامه، ۰/۴۰ - به دست آمد که در سطح $P < 0/001$ معنی‌دار می‌باشد (۴۱). در مطالعه‌ی حاضر نیز همسانی درونی پرسشنامه با بهره‌گیری از محاسبه

طلاق گرفته بودند. ۲- زنانی که ارتباط همسران پیمان شکن آنها با شخص سوم، منجر به ازدواج وقت یا دائم شده بود. ۳- زنانی که همسرانشان، پیمان شکنی-های متعددی داشته بودند. ۴- زنانی که سابقه‌ی بستری در بیمارستان‌های روانپزشکی داشتند و مواد مخدر یا الکل مصرف می‌کردند.

بر اساس مصاحبه‌ی اولیه و معیارهای ورود و خروج به پژوهش، ۲۴ نفر از زنان داوطلب به شیوه‌ی نمونه‌گیری غیر تصادفی هدفمند، انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۲ نفر) جایگزین شدند. از آنجایی که در گروه‌های مشاوره و روان درمانی، بهتر است که تعداد افراد هر گروه، بیش از ۱۰ تا ۱۲ نفر نباشد (۳۷) لذا می‌توان تعداد اعضای گروه‌ها را در پژوهش حاضر، مناسب دانست. در این مطالعه، مفاد مطرح شده در بیانیه‌ی هلسینکی^{۲۵} رعایت گردید که از جمله‌ی آنها، می‌توان به توضیح اهداف پژوهش و کسب رضایت آگاهانه از واحدهای مورد مطالعه، اختیاری بودن شرکت در پژوهش، حق خروج از مطالعه، بدون ضرر بودن مداخله، پاسخ به سوالات و در اختیار قرار دادن نتایج در صورت تمايل اشاره کرد (۳۸). پس از جایگزینی آزمودنی‌ها در گروه‌های آزمایش و کنترل، شرکت-کنندگان به پرسشنامه‌ی دلزدگی زناشویی پاینز پاسخ دادند. سپس جلسات مداخله درمانی بخشش محور، برای شرکت کنندگان گروه آزمایش در ۹ جلسه که مدت زمان هر جلسه ۱/۵ ساعت بود؛ به شیوه‌ی گروهی و هفتگی برگزار شد اما اعضای گروه کنترل تا پایان پژوهش، مداخله‌ای را دریافت ننمودند. پس از اتمام جلسات درمان، مجدداً دو گروه توسط پرسشنامه‌ی پژوهش، مورد ارزیابی قرار گرفتند. پس از پایان مرحله‌ی پس آزمون، پژوهشگر جهت رعایت مسائل

23- Case
24 - Enrich

22- Helsinki

قرار گرفت که در آن متناسب با سطح سنجش متغیرها از آمارهای توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (تحلیل کوواریانس تک متغیره) استفاده شد.

ضریب آلفای کرونباخ، $\alpha = 0.81$ به دست آمد. در این مطالعه، داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۰ و در دو سطح توصیفی و استنباطی، مورد تحلیل

جدول ۱: خلاصه‌ای از محتوای جلسات مداخله بخشش محور

اهداف	جلسات
معرفی درمانگر و اعضای گروه، بیان اهداف جلسات، شیوه‌ی اداره‌ی جلسات و قوانین گروه و اجرای پیش آزمون افشاگری، تشخیص و تصدیق بی عدالتی ها	اول
مشخص شدن دفاع‌های روان شناختی فرد در برابر این رویداد	دوم
کنار آمدن با احساسات آسیب و خشم	سوم
تصدیق بی نتیجه بودن راهکارهای قدیمی: اکنون چه باید کرد؟	چهارم
فراهمن نمودن زمینه‌ی بخشنودگی: تشخیص نقش خود در تصویر بزرگنمایی شده از رفتارهای مخرب در رابطه کسب یینش جدید نسبت به همسر پیمان شکن و مشکل پیمان شکنی	پنجم
انتخاب بخشنودگی به عنوان یک گزینه‌ی جدید	ششم
جمع بندی، اختتام جلسات - اجرای پس آزمون	هفتم
	هشتم
	نهم

فرزنده می‌باشد. در گروه کنترل، بیشترین طبقه‌ی سنی مربوط به دو گروه ۲۵ تا ۳۰ سال و ۳۱ تا ۳۵ سال است و هر کدام دارای فراوانی 41.7% می‌باشد. بیشتر این افراد (41.7%)، بین ۶ تا ۱۰ سال از ازدواج شان می‌گذرد و بیشتر آنها نیز دارای یک فرزند می‌باشند.

یافته‌ها

نتایج بررسی داده‌ها در بخش توصیفی نشان داد که در گروه آزمایش، 41.7% افراد در گروه سنی ۳۱ تا ۳۵ سال می‌باشند و بیشترین افراد گروه کنترل را شامل می‌شوند. مدت تأهیل بیشتر افراد این گروه سنی، بین ۶ تا ۱۰ سال است و بیشتر این افراد (58.3%) دارای یک

جدول ۲: اطلاعات جمعیت شناختی آزمودنی‌ها

گروه	سن	درصد	فراوانی	مدت تأهیل	درصد	فراوانی	تعداد فرزند	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی
آزمایش	۲۵ تا ۳۰ سال	۳۳/۳	۴	کمتر از ۵ سال	۲۵	۳	بدون فرزند	۲	۱۶/۷	۲	بدون فرزند	۷	۵۸/۳
	۳۱ تا ۳۵ سال	۴۱/۷	۵	۶ تا ۱۰ سال	۴۱/۷	۵	یک فرزند	۳	۲۵	۳	دو فرزند	۳	۲۵
	۳۶ تا ۴۰ سال	۲۵	۳	۱۱ تا ۱۵ سال	۳۳/۳	۴	بدون فرزند	۳	۴۱/۷	۳	دو فرزند	۵	۴۱/۷
	۴۰ تا ۴۵ سال	۴۱/۷	۵	۱۰ تا ۱۴ سال	۳۳/۳	۴	بدون فرزند	۳	۵	۵	یک فرزند	۷	۵۸/۳
	۴۵ تا ۵۰ سال	۴۱/۷	۵	۱۰ تا ۱۴ سال	۴۱/۷	۵	یک فرزند	۵	۱۶/۷	۴	دو فرزند	۷	۱۶/۷
	۵۰ تا ۵۵ سال	۱۶/۶	۲	۱۱ تا ۱۵ سال	۴۱/۷	۳	دو فرزند	۲	۳۳/۳	۴	بدون فرزند	۳	۴۱/۷
کنترل	۴۰ تا ۴۵ سال	۱۶/۶	۲	۱۱ تا ۱۵ سال	۴۱/۷	۵	یک فرزند	۵	۴۱/۷	۳	دو فرزند	۳	۲۵

میانگین پیش آزمون دلزدگی زناشویی، $M = 58/45.8 \pm 4.86/8.86$ و میانگین پس آزمون، $M = 47/34.7 \pm 4.87/8.78$ بوده است. با مقایسه‌ی این دو میانگین پیش آزمون و پس آزمون

براساس جدول ۳، میانگین دلزدگی زناشویی گروه آزمایش در پیش آزمون، $M = 46/42 \pm 4.66/8.5$ و در پس آزمون، $M = 34.5 \pm 3.5/5.0$ بوده است. در گروه کنترل نیز

واریانس‌ها و همگنی شیب رگرسیون، مورد بررسی قرار گرفته است. برای بررسی نرمال بودن توزیع نمرات از آزمون شاپیرو-وایلک استفاده شده است. نتایج این آزمون در جدول ۳ نشان می‌دهد که مقدار این آزمون در هیچ یک از مراحل پیش آزمون و پس آزمون دو گروه آزمایش و کنترل، معنی‌دار نمی‌باشد ($P > 0.05$)؛ بنابراین، توزیع نمرات در این مراحل نرمال می‌باشد.

برای هر گروه، ملاحظه می‌شود که کاهش تقریباً ۱۲ واحدی در پس آزمون گروه آزمایش داشته‌ایم ولی تغییر در پس آزمون گروه کنترل، چندان محسوس نبوده است. برای بررسی این مطلب که آیا این تغییرات حاصل شده به لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد یا خیر؟ از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیری استفاده شده است اما پیش از اجرای این آزمون، پیش فرض‌های آن، یعنی نرمال بودن توزیع نمرات، همگن بودن

جدول ۳: میانگین و انحراف استاندارد دلزدگی زناشویی و نتایج آزمون شاپیرو-وایلک

گروه	مرحله آزمون	میانگین	انحراف استاندارد	مقدار آزمون (Z)	درجه آزادی	سطح معنی‌داری	آزمون شاپیرو-وایلک	اطلاعات توصیفی
آزمایش	پیش آزمون	۸۵/۴۲	۴/۶۶	۰/۹۲۹	۱۲	۰/۳۷		
	پس آزمون	۷۳/۵۰	۳/۴۵	۰/۹۶۵	۱۲	۰/۸۵		
	پیش آزمون	۸۶/۹۲	۴/۵۸	۰/۹۷۳	۱۲	۰/۹۴		
	پس آزمون	۸۷/۰۸	۴/۷۳	۰/۹۶۲	۱۲	۰/۸۱		
کنترل								

بین گروه و پیش آزمون بررسی گردید و عدم معنی‌داری آن ($F=1/82$, $P > 0.05$) نشان داد که این پیش فرض نیز رعایت گردیده است. با توجه به این موارد، نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره در جدول ۴ ارائه گردیده است.

همگنی واریانس‌ها با استفاده از آزمون لوین بررسی شد. مقدار آزمون لوین برای پیش آزمون ($F=0/025$) و پس آزمون ($F=1/15$)، به لحاظ آماری معنی‌دار نبود ($P > 0.05$)؛ بنابراین، واریانس‌های دو گروه همگن بود. در نهایت برای بررسی همگنی شیب رگرسیون، تعامل

جدول ۴: نتایج تحلیل کوواریانس تأثیر مداخله بخشش محور بر دلزدگی زناشویی

منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	سطح معنی‌داری	اندازه اثر	توان	F	مجموع مجذورات	میانگین مجذورات	سطح معنی‌داری	اندازه اثر	توان	Aثربخشی آزمون	
خطا	۴/۳۹	۱	۴/۳۹	۰/۲۴۷	۰/۶۲									اثربخشی آزمون
	۱۰۹۹/۲۱	۱	۱۰۹۹/۲۱	۶۱/۷۹	۰/۰۰۱	۰/۷۴	۱							اثربخشی آزمون
	۳۷۳/۵۲	۲۱	۱۷/۷۸											خطا
مجموع	۱۵۶۲۰۷	۲۴												

بر کاهش دلزدگی زناشویی داشته باشد. با مقایسه نمرات پیش آزمون (۸۵/۴۲) و پس آزمون (۷۳/۵۰) گروه آزمایش نیز ملاحظه می‌شود که این مداخله، باعث کاهش دلزدگی زناشویی شده است. اندازه اثر

اطلاعات جدول ۴ نشان می‌دهد که مقدار آماره F برای اثر پس آزمون یا همان متغیر مستقل در سطح اطمینان ۰/۹۹ معنی‌دار می‌باشد ($F=61/79$, $P < 0.01$)؛ بنابراین، مداخله بخشش محور توانسته است؛ تأثیر معنی‌داری

بخشش، استرس‌های دریافتی و خشم خصیصه‌ای بررسی کردند و نشان دادند که پس از ۶ هفته مداخله، افکار و احساسات منفی گروه آزمایش درباره‌ی رنجش، ۲ تا ۳ برابر کمتر از گروه گواه بوده و افزایش معنی‌داری در افکار و احساسات مثبت نسبت به خطاكار ايجاد شده بود (۴۳)؛ ياريان و همكاران که در پژوهش خود مشاهده کردند؛ مداخله‌ی گروهی بخشش، باعث افزایش سلامت ذهنی و کاهش میزان خشم زندانيان با جرم نزاع دسته جمعی شده است (۴۴) و حسنی که در تحقیق خود، نتیجه‌ی گرفت؛ آموزش برنامه‌ی بخشايشگری، تأثیر معنی‌داری را بر افزایش رضایت زناشویی و پذیرش کودکان کم توان ذهنی داشته است (۴۵)؛ همخوان می‌باشد؛ همچنین یافته‌های حاصل از این مطالعه، مبنی بر اثربخشی رویکرد بخشش درمانی، همسو و در تأیید نتایج تحقیقات آلمستید و همكاران (۲۸)، ریلی و ورتینگتون (۲۹)، بهاري و همكاران (۳۴)، كچادروريان (۴۶)، امامي (۴۷)، قمرى گيوي و همكاران (۴۸) و غفورى و همكاران (۴۹) می‌باشد.

در تبیین نتایج به دست آمده، می‌توان گفت که به نظر استفانو و اوالا، در ابتدا مقاومت قابل توجهی در بخشودن همسر پیمان شکن وجود دارد؛ زیرا بخشايش به طور ضمنی به این نکته اشاره دارد که شخص خیانتکار از مجازات معاف می‌شود. ممکن است؛ تصور همسر زخم خورده این باشد که "بخشايش معادل است با صلح و آشتی"، در حالی که تفاوت و تمایز آشکاری میان بخشش و صلح و آشتی وجود دارد. آشتی و مصالحه یک فرآيند بين فردی است که احساس اعتماد زوج‌ها در طی آن، مجدداً بازسازی می‌شود ولی بخشايش، فرآيندی درون فردی است که همسر آسيب دیده، خود را از تأثیر انتقام جوبي رها می‌سازد. تصحيح اين برداشت غلط، ممکن است که فرآيند بخشش را

نیز نشان می‌دهد که تأثیر مداخله، ۷۴٪ بوده است؛ به این معنی که ۷۴٪ از تغیيرات حاصل شده در پس آزمون دلزدگی زناشویی توسط مداخله‌ی بخشش محور حاصل شده است. با توجه به اين نتایج، فرضيه‌ی اين پژوهش تأیيد می‌گردد؛ بدین معنی که مداخله‌ی بخشش محور بر کاهش دلزدگی زناشویی زنان آسيب دیده از پیمان شکنی همسر مؤثر بوده است؛ همچنين مقدار توان مشاهده شده در جدول فوق، ۱ به دست آمده است و نشان‌دهنده‌ی اين مطلب است که تعداد نمونه‌ی مورد استفاده، كفايت لازم جهت تأييد نتیجه‌ی به دست آمده از آزمون را داشته است.

بحث و نتیجه‌گيري

در اين پژوهش، به بررسی اثربخشی مداخله‌ی بخشش محور بر کاهش دلزدگی زناشویی زنان آسيب دیده از پیمان شکنی همسر پرداخته شد. یافته‌ها نشان داد؛ میان زنانی که مداخله‌ی درمانی را دریافت کرده بودند و زنانی که مداخله را دریافت نکرده بودند؛ از نظر میزان دلزدگی زناشویی، تفاوت معنی‌داری وجود داشت. به عبارت دیگر، رویکرد درمانی بخشش محور، باعث کاهش دلزدگی زناشویی در زنان گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده بود. این نتایج با یافته‌های تحقیقات گوردون و همکاران که در پژوهش خود، نشان دادند که مداخله‌ی درمانی بخشش محور بر بهبود روابط زناشویی زوج‌های پیمان شکن، مؤثر بوده است (۲۶)؛ ماماالاکيس که در مطالعه‌ی خود، نتیجه‌ی گرفت؛ مداخلات بخشش محور در درمان زوج‌های پیمان شکن، مؤثر بوده است (۲۷)؛ افحتمی که بیان کرد؛ آموزش بخشش به شیوه‌ی گروهی بر افزایش سازگاری زناشویی و کاهش تعارضات زناشویی زوج‌ها، تأثیر معنی‌داری داشته است (۴۲)؛ هاريس و همکاران که اثربخشی مداخله‌ی گروهی بخشش را بر

در تبیین نتایج، می‌توان اضافه کرد که طبق مدل بخشش درمانی کیس در مرحله‌ی "مشخص شدن دفاعیات روان شناختی فرد در برابر این رویداد"، همسر زخم خورده با احساس خشم و اندوه عمیق خود در برابر این موقعیت مواجه می‌شود. بخشش، به شرکت کنندگان می‌آموزد تا به منبع استرس روى آورند و با آزاد ساختن خشم به شیوه‌ای سازنده، دیدن حادثه‌ی رنجش از نگاه فرد خطاکار، بررسی دلایل وقوع رنجش، بررسی سهم خود فرد در وقوع رنجش، تغییرات هیجانی، شناختی و رفتاری را در خود به وجود آورند. در مدل کیس و در مرحله‌ی "تشخیص نقش خود در تصویر بزرگنمایی شده از رفتارهای مخرب در رابطه"، همسر زخم خورده بر روی زمینه‌ای که در آن رابطه‌ی نامشروع اتفاق افتاده است؛ متمن‌کر می‌شود و این حرکت از محتوا به سمت فرآیند، اغلب می‌تواند در فرآیند مصالحه یاری رسان باشد. در واقع همسر زخم خورده، نقش خود را در وقوع این بحران بررسی می‌کند و در مورد اینکه، چقدر خود را در وقوع پیمان شکنی همسر مقصراً می‌داند؛ به تفکر و بررسی می‌پردازد. این امر به سهم خود، منجر به کسب بینش جدید نسبت به همسر پیمان شکن و مشکل پیمان شکنی می‌شود. در نهایت، دیدگاه و رفتار همسر زخم خورده نسبت به همسر خطاکار، تغییر می‌یابد. این مرحله تا جایی که خشم و نفرت، جای خود را به شفقت و خیرخواهی برای فرد دیگر می‌دهد؛ ادامه می‌یابد. کاهش نگرش منفی نسبت به همسر، به اعاده‌ی اعتماد در رابطه کمک می‌کند. در نهایت، باورهای ارتباطی، نقش بسیار مهمی در رضایت و عدم رضایت از زندگی و کاهش دلزدگی زناشویی دارد؛ این بدان معنی است که تغییر این باورها می‌تواند؛ زمینه ساز تداوم زندگی مشترک زوج‌ها باشد (۳۹). در مجموع، حضور شرکت کنندگان در جلسات درمانی، باعث شد

تسريع بخشد (۵). طبق تعریف ورتینگتون، نابخشودگی ترکیبی از هیجانات منفی از قبیل انججار، تلخکامی، نفرت، خصومت و خشم است. به نظر لانسکی، در دوره‌ی بزرگسالی، نگهداری کینه به جداسازی ارتباطی فرد منجر می‌شود. به این معنی که دو نوع رابطه‌ی متناقض، به طور همزمان با یک فرد ایجاد می‌شود. یکی از این رابطه‌ها، واقعیت اخلاقی اجتماعی را در بر می‌گیرد و دیگری، خیالات انتقام جویی را شامل می‌شود. به عبارت دیگر، در یکی از این رابطه‌ها، فرد به طور واقعی رابطه برقرار می‌کند اماً به صورت همزمان در ضمیر ناخود آگاه خود به رابطه‌ی توأم با استرس انتقام جویانه می‌اندیشد و این رابطه‌ی انتقام جویانه است که غلبه پیدا می‌کند. بخشش به یکپارچه سازی این دو تصویر متناقض کمک می‌کند. زیرا بخشش، به عنوان یک فرآیند انطباقی هیجان محور از سرکوبی خشم جلوگیری می‌کند و به رها سازی هیجانات منفی منجر می‌شود (۵۰).

بخشش، با کاهش احساسات منفی و یا کاهش احساسات منفی همراه با افزایش احساسات مثبت، می‌تواند تغییراتی را در حوزه‌ی میان فردی ایجاد کند. زیرا بخشش به عنوان تغییر میان فردی و اجتماعی مثبت، در مقابل خطایی که در حوزه‌ی میان فردی قرار دارد؛ نیز تعریف شده است. از طرفی در دیدگاه یکپارچه‌ی گوردون و همکاران، پیمان شکنی به عنوان یک ضربه‌ی روانی بین فردی، مفهوم سازی می‌شود. از این رو می‌توان، انتظار داشت که بخشش، موجب افزایش رضایت زناشویی شود. افرادی که قادر به بخشش همسر خود هستند؛ اعتقاد بر تقدس رابطه‌ی زناشویی خود دارند و این توانایی بخشش همسر به استحکام رابطه‌ی زناشویی و افزایش رضایت زناشویی منجر می‌شود (۵۱).

پژوهش بر روی زنان صورت گرفت که خود می‌تواند؛ یکی از محدودیت‌های آن باشد و انجام پژوهش بر روی مردان با این ویژگی‌ها در مطالعات آتی می‌تواند؛ کمک کننده باشد. با توجه به نتایج حاصل از مطالعه‌ی حاضر، پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آینده، جهت تعیین دقیق‌تر اثرات درمانی رویکرد بخشش درمانی، مرحله‌ی پیگیری نیز گنجانده شود و نتایج آنها با یافته‌های این پژوهش، مقایسه شود. پیشنهاد می‌گردد که محققین، تأثیر این مدل درمانی را بر سایر متغیرهای زناشویی، بررسی نمایند؛ همچنین در قالب طرح‌های پژوهشی موردنی، فرآیندهای مختلف درمان را مورد مطالعه قرار دهند.

تشکر و قدردانی

گروه پژوهشی بر خود لازم می‌دانند تا از همکاری مدیریت محترم مرکز مشاوره و خدمات روان‌شناسی راستین و تمامی زنانی که نهایت همکاری را با پژوهشگر داشتند؛ کمال تشکر و قدردانی را داشته باشند. پژوهش حاضر، بدون حمایت مالی نهاد خاصی انجام شده است.

تا با بخشش پیمان شکنی همسرانشان و رهابی از احساسات خشم، تنفر و کینه، احساسات منفی خود را کاهش دهند و با کاهش عواطف و احساسات منفی، دلزدگی آنها نسبت به همسر و زندگی زناشویی، کمتر شود.

نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که رویکرد درمانی بخشش محور در درمان دلزدگی زناشویی زنان مواجه شده با پیمان شکنی همسر مؤثر است. نتایج نشان می‌دهد که کاربرد این رویکرد، می‌تواند برای افرادی که در اثر پیمان شکنی دچار آسیب شده‌اند؛ مفید واقع گردد. می‌توان از دستاوردهای این پژوهش در دو سطح نظری و عملی، به این شرح نتیجه گیری کرد. در سطح نظری، نتایج این پژوهش می‌تواند؛ نتایج پژوهش‌های پیشین را تأیید کند. در سطح عملی، یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند برای تدوین برنامه‌های درمانی مورد استفاده قرار گیرد. این پژوهش دارای محدودیت‌هایی بوده است که باید در تعمیم نتایج مورد توجه قرار گیرد. حجم نمونه‌ی کم، خود گزارشی بودن ابزار مورد استفاده و عدم وجود مرحله‌ی پیگیری از محدودیت‌های مطالعه‌ی حاضر است؛ همچنین این

References

1. Harley F, Willard CH. Freedom of infidelity. Translated by Hosseini and Aramneya. Tehran: Noandish 2006: 72-75. [Persian].
2. Drigotas SM, Barta W. The cheating heart: Scientific exploration of infidelity. Curr Dir Psychol Sci 2001; 10(5):177-80.
3. Knight EA. Gender differences in defining infidelity. (Master's Thesis). The Faculty of Humboldt State University; 2010: 62-64.
4. Mark KP, Janssen E, Milhausen RR. Infidelity in heterosexual couples: demographic, interpersonal, and personality-related predictors of extradyadic sex. Arch Sex Behav 2011; 40(5): 971-982.
5. De Stefano J, Oala M. Extramarital affairs: Basic considerations and essential tasks in clinical work. Fam J 2008; 16(1):13-19.
6. Fife ST, Weeks GR, Stellberg-Filbertc J. Facilitating forgiveness in the treatment of infidelity: an interpersonal model. J Fam Ther 2013; 35(4): 343-367.
7. Whisman, M.A., A.E. Dixon, and B. Johnson, Therapists' perspectives of couple problems and treatment issues in couple therapy. J Fam Psychol 1997; 11(3): 361-366.
8. Jeanfreau MM. A qualitative study investigating the decision-making process of women's participation in marital infidelity. (Ph.D dissertation).Kansas State University; 2009:141-142.

9. Basharpour S. The effect of treatment of cognitive processing on symptoms of posttraumatic, quality of life, self-esteem and marital satisfaction in women with marital infidelity. *Fam Couns Psychother J* 2012; 2(2):193-208. [Persian].
10. Snyder DK. Treatment of clients coping with infidelity: An introduction. *J Clin Psychol* 2005; 61(11):1367-70.
11. Brand RJ, Markey CM, Mills A, Hodges SD. Sex differences in self-reported infidelity and its correlates. *Sex Roles* 2007; 57(1-2):101-109.
12. Davarniya R, Zahrakar K, Nazari AM. The effect of brief solution-focused couple therapy (BSFCT) approach on reducing couple burnout dimensions in women. *Urmia Nurs Midwif Facul J* 2015; 1(1):36-46. [Persian].
13. Pines AM, Neal MB, Hammer LB, Icekson T. Job burnout and couple burnout in dual-earner couples in the sandwiched generation. *Soc Psychol Quart* 2011; 74(4):361-86.
14. Bravo IM, Lumpkin PW. The complex case of marital Infidelity: An explanatory model of contributory processes to facilitate psychotherapy. *Am J Fam Ther.* 2010; 38(5):421-32.
15. Donovan S, Emmers-Sommer TM. Attachment style and gender as predictors of communicative responses to infidelity. *J Marriage Fam* 2012; 48(2): 125-49.
16. Sharpe DI, Walters AS, Goren MJ. Effect of cheating experience on attitudes toward infidelity. *Sex Cult* 2013; 17(4): 643-58.
17. Peluso PR. Infidelity: A practitioner's guide to working with couples in crisis. New York, NY: Routledge; 2007: 151-153.
18. Zandipor T, Shafieenia A, Hosseini F. Relationship between forgiveness of infidelity and mental health of married women. *Counsel Res & Develop* 2007; 28(7):53- 66. [Persian].
19. Macaskill A. Defining forgiveness: Christian clergy and general population perspectives. *J Pers* 2005; 73(5):1237-66.
20. Momeni Javid M, ShoaKazemi M. The effect of interventions of psychotherapy on forgiveness marital infidelity among married women in Tehran during 2009 - 2010. *J Soc Res* 2013; 6:139-155. [Persian].
21. Thompson LY, Snyder CR, Hoffman L, Michael ST, Rasmussen HN, Billings LS, et al. Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *J Pers* 2005; 73(2):313-60.
22. Fincham FD. The kiss of the porcupines: From attributing responsibility to forgiving. *Pers Relatsh* 2000; 7(1):1-23.
23. Hargrave TD, Sells JN. The development of a forgiveness scale. *J Marital Fam Ther* 1997; 23(1):41-63.
24. Leach MM, Greer T, Gaughf J. Linguistic analysis of interpersonal forgiveness: Process trajectories. *Pers Individ Dif* 2010; 48(2): 117-22.
25. Diblasio FA, Benda BB. Forgiveness intervention with married couples: Two empirical analyses. *J Psychol Christ* 2008; 27(2): 150-58.
26. Gordon KC, Baucom DH, Snyder DK. An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *J Marital Fam Ther*. 2004; 30(2):213-231.
27. Mamalakis PM. Painting a bigger picture: forgiveness therapy with pre-marital infidelity: A case study. *J Fam Psychother* 2001; 12(1): 39-54.
28. Olmstead SB, Blick RW, Mills LI. Helping couples work toward the forgiveness of marital infidelity: Therapists' perspectives. *Am J Fam Ther* 2009; 37(1):48-66.
29. Ripley JS, Worthington EL. Hope-focused and forgiveness based group interventions to promote marital enrichment. *J Couns Dev* 2002; 80(4):452-63.
30. Hamidipour R, SanaiZaker B, Nazari AM, Farahani MN. The effect of group couple therapy based on forgiveness on marital Satisfaction. *Quart J Women's Studies Sociol & Psychol* 2010; 8(4):47-72. [Persian].
31. Orbona M, Mercadob J, Balilaa J. Effects of forgiveness therapy on recovery among residents of drug rehabilitation centers. *Social and Behavioral Sciences* 2015; 165: 12 -20.

32. Reed GL, Enright RD. The effects of forgiveness therapy on depression, anxiety, and posttraumatic stress for women after spousal emotional abuse. *J Consult Clin Psychol* 2006; 74(5): 920-29.
33. Lavafpour Noori F, Zahrakar K, Azarhoosh Fatideh Z. Role of effectiveness of a process of forgiveness in reducing incentives for revenge and avoidance of secondary school students. *J School Psychol* 2014; 3(2):170-85. [Persian].
34. Bahari F, Fatehizadeh M, Ahmadi SA, Molavi H, Bahrami F. The effect of hope, forgiveness and combined marital counseling on interpersonal cognitive distortions of divorcing couples. *J Res Behave Sci* 2010; 8(1):25-33. [Persian].
35. Momeni Javid M, Shoaakazemi M. The study of couple psychotherapy on recovery quality of life in traumatic couple of infidelity in Tehran. *J Res & Health.* 2011; 1(1): 54-63. [Persian].
36. Bahari F, Seyf S. Forgiveness: Introducing a model in marriage counseling and family therapy. *Counsel Res & Develop* 2000; 8(2):49-66. [Persian].
37. Sanai B. Group couceling and psychotherapy. Tehran: Chehr publication; 2013: 65-67. [Persian].
38. World Medical Association. World Medical Association Declaration of Helsinki: ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA* 2013; 310(20): 2191-4.
39. Case B. Healing the wounds of infidelity through the healing power of apology and forgiveness. *J Coup Relation Therap* 2005; 4(2-3):41-54.
40. Navidy F. Study and comparison of couple burnout relationship with organizational climate factors in employee education and hospitals of Tehran nurses. (Master's Thesis). Shahid Beheshti University of Tehran; 2005: 55-58. [Persian]
41. Sodani M, Dehghani M, Dehghanzadeh Z. Effectiveness of transactional analysis training on couple burnout and quality of life in couples. *J Fam Counsel Psycho* 2013; 3(2):160-180. [Persian]
42. Afkhami I. The effect of Forgiveness-training on couples' marital adjustment, marital satisfaction and marital conflicts. (Master's Thesis). University of Isfahan; 2006:74-76. [Persian].
43. Harris AH, Luskin F, Norman SB, Standard S, Bruning J, Evans S, Thoresen CE. Effects of a group forgiveness intervention on forgiveness, perceived stress, and trait-anger. *J Clin Psychol* 2006; 62(6):715-733.
44. Yarian S, MahmoodiMoghadam SR, Kharamin S, Nikdel F. The effectiveness of the intervention group forgiveness on mental health and control anger in prisoners with quarrel. *Thought Behav Clin Psychol* 2014; 31(8):17-26. [Persian].
45. Hasani A. The effectiveness of education of the forgiveness therapy on maternal marital satisfaction and acceptance of the mentally retarded children. (Master's Thesis). Allameh Tabatabaei University of Tehran; 2011: 62-63.[Persian].
46. Kachadourian LK. The impact of infidelity in dating relationships and the promotion of forgiveness among faithful partners. (Ph.D dissertation). State University; 2009: 85-88.
47. Emami K. The effectiveness of education of the group forgiveness based on Enright to reduce anger divorced women in Isfahan. (Master's Thesis). Allameh Tabatabaei University of Tehran; 2012: 44-45. [Persian].
48. Hossein Ghamari Givi, Zahra Mohebbi, Morteza Sadeghi. Efficacy of forgiveness therapy in reducing aggression and promoting forgiveness in male juvenile in Tehran correctional and rehabilitation centre. *J Mazandaran Uni Med Sci* 2014; 24(114): 163-168. [Persian].
49. Ghafoori S, Mashhadi A, Hasan Abadi H. The effectiveness of spiritual psychotherapy based on forgiveness in order to increase marital satisfaction and prevent marital conflicts of couples in the city of Mashhad. *Journal of Fundamentals of Mental Health.* 2013; 4(57):45-57. [Persian].

50. Hamidipour R. Effect of group counseling based on forgiveness on marital satisfaction. (Ph.D. dissertation). Kharazmi Uni; 2010: 84-86. [Persian].
51. Backus LN. Establishing links between desecration, forgiveness and marital quality during pregnancy. (Master's Thesis). Bowling Green State University; 2009: 79-82.

Original paper

The Effectiveness of Forgiveness-based Intervention on Couple Burnout in Women Affected by Infidelity of Spouse

Parisa MalekZadeh Torkamani¹, Mina Aminpoor², Bahram Bakhtiari Said³, Gholamreza Khalili⁴, Reza Davarniya*⁵

1. MA Student in Clinical Psychology, Faculty of Agriculture, Chalus Branch, Islamic Azad University, Chalus, Iran

2. MA in Health Services Management, School of Public Health, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

3. Instructor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran

4. Instructor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran

5. PhD Student in Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran

Abstract

Background and Aim: Marital Infidelity is a shocking problem for couples and families, and is a common phenomenon for marriage, family counselors and therapists. Spouses affected by infidelity react to this crisis in emotional, physical and mental dimensions. The present study was designed by the aim of determining the effect of forgiveness-based intervention on Couple burnout in women affected by infidelity of spouse.

Material and Method: The present study is a Quasi-experimental study with pretest-posttest, control group and random assignment design. The study population consisted of all women with the problem of infidelity of spouse referring to Rastin counseling and psychological services clinic in the second half of 2014. The sample consisted of 24 females who were selected by purposeful non-random sampling method and were assigned into two groups of experiment and control by random assignment. In the pre-test and post-test phases, the subjects completed Couple Burnout Measure of Pines (CBM, 1996). Participants in the experiment group received forgiveness-based intervention in 8 sessions of 1.5-hour in groups, while the control group received no intervention. The data were analyzed through one-way analysis of covariance (ANCOVA) in SPSSv20.

Results: Results indicated that, in the post-test phase, there was a significant difference between the experiment group and the control group in terms of couple burnout. In other words, the forgiveness-based intervention has significantly reduced couple burnout in women affected by infidelity of spouse.

Conclusion: The forgiveness-based intervention is effective in reducing Couple burnout in women affected by infidelity of spouse. Therefore, counselors and family therapists will find it useful to use this approach as an appropriate interventional option treatment of couple infidelity.

Keywords: Education, Couple Therapy, Conflict