مقاله پژوهشی
(Originalpaper)

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

۴- مربی، 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، مسأله‌ای 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 پاینز ۱۹۹۶(CBM) پاسخ دادند. برای شرکت‌کنندگان 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

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

مقدمه

پیمان شکنی زناشویی[1]، پدیده‌ای است که اغلب به خاطر برطرف شدن نیازهای عاطفی فرد با روابط خارج از حیطه‌ی زناشویی به وقوع می‌پیوندد (۱). دریگوتاس و بارتا[2]، پیمان شکنی را عبور فرد از مرز رابطه‌ی زناشویی با برقراری صمیمیت فیزیکی یا عاطفی با فردی، خارج از رابطه تعریف می‌کنند (۲). نایت[3]، 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، مرتکب 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 مخربی 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 مخرب، 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 اقدام‌کننده و احساسات درونی خجالت، افسردگی، 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[4] می‌دانند (۱۱). انباشته شدن سرخوردگی‌ها و تنش‌های ناشی از مسأله‌ی پیمان شکنی، می‌تواند منجر به دلزدگی زناشویی[5] 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). پاینز[6] 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[7] 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 کارگرفته شود. بسیاری از پژوهش‌های انجام شده در زمینه‌ی پیمان‌شکنی

1- Marital Infidelity
2- Drigotas & Barta
3- Knight
4- Post-Traumatic Stress Dsorder (PTSD)
5- Couple Burnout
6- Pines
7- Bravo & Lumpkin

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

زناشویی 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 پیمان شکنی زناشویی درگیر هستند؛ مدل‌های نظری مختلفی ارائه شده است که می‌توان به درمان هیجان مدار[8]، مدل بخشش درمانی[9]، درمان شناختی - رفتاری[10]، مدل تروماتیک[11]، مدل آیینی[12] و مدل بینش‌گرا[13] 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 خطا و خطاکار تغییر می‌کند. تعریفی که بیشتر در مورد آن توافق دارند؛ عبارت است از انگیزشی که سبب کاهش کناره‌گیری، خشم و انتقام نسبت به فرد خطاکار می‌گردد؛ احساسات مثبت را افزایش داده و جایگزین احساسات منفی می‌نماید (۱۹).

گوردون[14] و همکاران، یک مدل سه مرحله‌ای از بخشش (برخورد، جستجوی چرایی و بهبودی) را برای کمک به زوج‌های آسیب دیده از پیمان شکنی، بسط داده اند. در مرحله‌ی اول، ترومای بین فردی (پیمان شکنی) موجب شکسته شدن فرض‌های اساسی زندگی مشترک می‌شود. فرد آسیب دیده، از همسر و ارتباط با او کناره‌گیری می‌کند. این یک واکنش طبیعی به حوادث تروماتیک 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 بفهمد که چرا آن اتفاق افتاده است؟ درک علت 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[15] 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 سلز[16] در مطالعه‌ی خود نشان دادند که با انجام بخشش، توجه زوجین به ارزش‌ها، عقاید و حفظ روابط آنها افزایش و

1- Emotionally Focused Therapy
2- Forgiveness Therapy
3- Cognitive-Behavioral Therapy
4- Traumatic Model
5- Ritual Model
6- Insight Oriented
7- Gordon

1- Fincham
2- Hargrave & Sells

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

میزان انتقادگری، سرزنشگری، خشم و منفی‌گویی آنان به طور معنی‌داری کاهش یافته است (۲۳). مطالعه‌ی لیچ[17] 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 بخشودگی آن‌ها مشهود بود (۲۴). جیبونز[18] در پژوهش خود مشاهده کرد که مشاوره توانسته است؛ بخشودگی، 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). مامالاکیس[19] در مطالعه‌ای به بررسی تأثیر بخشودگی، به عنوان مداخله‌ی درمانی پیمان شکنی زناشویی پرداخت. نتایج این مطالعه از اثربخش بودن مداخلات بخشش محور، حکایت داشت (۲۷). آلمستید[20] 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[21] با بررسی تأثیر بخشودگی بر ایجاد صمیمیت و اعتماد در روابط زناشویی، روی ۲۰۱ آزمودنی که بیش از یک سال از زندگی زناشویی‌شان می‌گذشت؛ پی بردند که کاربرد بخشودگی 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 بخشش در 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 گزینی 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 اشتباهاتشان و بازگشت وضعیت به حالت عادی می‌باشد (۳۵). پدیده‌ی رنج‌آور 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

3- Leach
4- Jibonz
5- Mamalakis
6- Olmstead
7- Ripley & Worthington

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

قانون بپردازند؛ 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 روش‌کار

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 مسأله‌ی پیمان شکنی زناشویی همسر 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 وارده بر بخشش، مبنی بر اینکه بخشودن به دلایل غلطی چون حفظ نمودن روابط مخرب به اندازه عدم بخشش، مخرب است؛ صورت گرفت (۳۶).

معیارها 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 امّا 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 مسأله‌ی پیمان شکنی همسرانشان، متقاضی طلاق نبودند. ملاک‌های خروج افراد از پژوهش نیز عبارت بودند از: ۱- زنانی که به دلیل پیمان شکنی همسرانشان،

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

طلاق گرفته بودند. ۲- زنانی که ارتباط همسران پیمان شکن آنها با شخص سوم، منجر به ازدواج موقت 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[22] 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 سؤالات و در اختیار قرار دادن نتایج در صورت تمایل 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 امّا اعضای گروه کنترل تا پایان پژوهش، مداخله‌ای را دریافت ننمودند. پس از اتمام جلسات درمان، مجددا دو گروه توسط پرسشنامه‌ی پژوهش، مورد ارزیابی قرار گرفتند. پس از پایان مرحله‌ی پس آزمون، پژوهشگر جهت رعایت مسائل اخلاقی و حرفه‌ای در پژوهش، جلسات درمان بخشش محور را برای آزمودنی‌های گروه کنترل برگزار نمود. پکیج جلسات درمانی نیز برگرفته از مدل بخشش درمانی کیس[23] (۳۹) می‌باشد که مختصری از آن در جدول ۱ ارائه شده است.

در این مطالعه برای گردآوری داده‌ها از مقیاس ۲۱ سؤالی 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 نمره-های حاصل شده از پرسشنامه بر تعداد سؤالات (۲۱ سؤال) 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 انریچ[24]، همبسته کردند و ضریب همبستگی بین این دو پرسشنامه، ۴۰/- به دست آمد که در سطح $P < ۰/۰۰۱$ معنی‌دار می‌باشد (۴۱). در مطالعه‌ی حاضر نیز همسانی درونی پرسشنامه با بهره‌گیری از محاسبه‌ی

22- Helsinki

23- Case
24 - Enrich

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۸۱ به دست آمد. در این مطالعه، داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه‌ی ۲۰ و در دو سطح توصیفی و استنباطی، مورد تحلیل 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.

جدول ۱: خلاصه‌ای از محتوای جلسات مداخله‌ی بخشش محور

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

یافته‌ها

نتایج بررسی داده‌ها در بخش توصیفی نشان داد که در گروه آزمایش، ۴۱/۷٪ افراد در گروه سنی ۳۱ الی ۳۵ سال می‌باشند و بیشترین افراد گروه کنترل را شامل می‌شوند. مدت تأهل بیشتر افراد این گروه سنی، بین ۶ الی ۱۰ سال است و بیشتر این افراد (۵۸/۳٪) دارای یک فرزند می‌باشند. در گروه کنترل، بیشترین طبقه‌ی سنی مربوط به دو گروه ۲۵ الی ۳۰ سال و ۳۱ الی ۳۵ سال است و هر کدام دارای فراوانی ۴۱/۷٪ می‌باشند. بیشتر این افراد (۴۱/۷٪)، بین ۶ تا ۱۰ سال از ازدواج‌شان می‌گذرد و بیشتر آنها نیز دارای یک فرزند می‌باشند.

جدول ۲: اطلاعات جمعیت شناختی آزمودنی ها

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

براساس جدول ۳، میانگین دلزدگی زناشویی گروه آزمایش در پیش آزمون، ۴/۶۶±۸۵/۴۲ و در پس آزمون، ۳/۴۵±۷۳/۵۰ بوده است. در گروه کنترل نیز میانگین پیش آزمون دلزدگی زناشویی، ۴/۵۸±۹۲/۸۶ و میانگین پس آزمون، ۴/۷۳±۸۷/۰۸ بوده است. با مقایسه‌ی این دو میانگین پیش آزمون و پس آزمون

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

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 امّا پیش از اجرای این آزمون، پیش فرض‌های آن، یعنی نرمال بودن توزیع نمرات، همگن بودن 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>۰/۰۵)؛ بنابراین، توزیع نمرات در این مراحل نرمال می‌باشد.

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

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

همگنی واریانس‌ها با استفاده از آزمون لوین بررسی شد. مقدار آزمون لوین برای پیش آزمون (F=۰/۰۲۵) و پس آزمون (F=۱/۱۵)، به لحاظ آماری معنی‌دار نبود (P>۰/۰۵)؛ بنابراین، واریانس‌های دو گروه همگن بود. در نهایت برای بررسی همگنی شیب رگرسیون، تعامل بین گروه و پیش آزمون بررسی گردید و عدم معنی‌داری آن (F=۱/۸۲، P>۰/۰۵) 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.

جدول ٤: نتایج تحلیل کوواریانس تأثیر مداخله‌ی بخشش محور بر دلزدگی زناشویی

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

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=۶۱/۷۹، P<۰/۰۱)؛ بنابراین، مداخله‌ی بخشش محور توانسته است؛ تأثیر معنی‌داری بر کاهش دلزدگی زناشویی داشته باشد. با مقایسه‌ی نمرات پیش آزمون (۸۵/۴۲) و پس آزمون (۷۳/۵۰) گروه آزمایش نیز ملاحظه می‌شود که این مداخله، باعث کاهش دلزدگی زناشویی شده است. اندازه‌ی اثر

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

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

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش، به بررسی اثربخشی مداخله‌ی بخشش محور بر کاهش دلزدگی زنانشویی زنان آسیب 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)؛ مامالاکیس که در مطالعه‌ی خود، نتیجه گرفت؛ مداخلات بخشش محور در درمان زوج‌های پیمان شکن، مؤثر بوده است (۲۷)؛ افخمی که بیان کرد؛ آموزش بخشش به شیوه‌ی گروهی بر افزایش سازگاری زناشویی و کاهش تعارضات زناشویی زوج-ها، تأثیرمعنی‌داری داشته است (۴۲)؛ هاریس و همکاران که اثربخشی مداخله‌ی گروهی بخشش را بر 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 خطاکار ایجاد شده بود (۴۳)؛ یاریان و همکاران که در پژوهش خود مشاهده کردند؛ مداخله‌ی گروهی بخشش، باعث افزایش سلامت ذهنی و کاهش میزان خشم زندانیان با جرم نزاع دسته جمعی شده است (۴۴) و حسنی که در تحقیق خود، نتیجه گرفت؛ آموزش برنامه‌ی بخشایشگری، 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 همکاران (۲۸)، ریپلی و ورتینگتون (۲۹)، بهاری و همکاران (۳۴)، کچادوریان (۴۶)، امامی (۴۷)، قمری گیوی و همکاران (۴۸) و غفوری و همکاران (۴۹) می-باشد.

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 بخشایش به طور ضمنی به این نکته اشاره دارد که شخص خیانتکار از مجازات معاف می‌شود. ممکن است؛ تصور همسر زخم خورده این باشد که" بخشایش 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 فرآیند بین فردی است که احساس اعتماد زوج‌ها در طی آن، مجدداً بازسازی می‌شود ولی بخشایش، فرآیندی درون فردی است که همسر آسیب دیده، خود را از تأثیر انتقام جویی رها می‌سازد. تصحیح این برداشت غلط، ممکن است که فرآیند بخشش را

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

تسریع بخشد (۵). طبق تعریف ورتینگتون، نابخشودگی ترکیبی از هیجانات منفی از قبیل انزجار، 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 امّا 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).

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 روی 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؛ متمرکز 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 مقصر 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

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

تا با بخشش پیمان شکنی همسرانشان و رهایی 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 می-دهد 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، یافته-های 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 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 طرح های پژوهشی موردی، فرآیندهای مختلف درمان را مورد مطالعه قراردهند.

تشکر و قدردانی

گروه پژوهشی بر خود لازم می‌دانند تا از همکاری مدیریت محترم مرکز مشاوره و خدمات روان شناختی 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.

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, Weeksb 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.

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

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. Forgibeness 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.

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

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].

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

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.

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]

Original paper

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

Parisa MalekZadeh Torkamani[1], Mina Aminpoor[2], Bahram Bakhtiari Said[3], Gholamreza Khalili[4], 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

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-12]