



## اثربخشی ایماگوتراپی بر بخشودگی و همدلی زناشویی در زوجین متقاضی طلاق

مطهره عرب خزائی<sup>۱\*</sup>، سهیلا سبوحی<sup>۲</sup>، الهام ابوالحسنی تفتی<sup>۳</sup>، آریتا کشاورز<sup>۴</sup>

۱. کارشناسی ارشد گروه روانشناسی، واحد تربت جام، دانشگاه آزاد اسلامی، تربت جام، ایران
۲. کارشناسی ارشد گروه روانشناسی، دانشگاه خيام، مشهد، ایران
۳. کارشناسی ارشد گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران
۴. استادیار گروه روانشناسی، واحد تربت جام، دانشگاه آزاد اسلامی، تربت جام، ایران

### چکیده

### نوع مقاله: پژوهشی اصیل

**مقدمه:** یکی از رویکردهای مداخله‌ای موثر در زمینه طلاق زوجین، رویکرد ایماگوتراپی است. مطالعه حاضر با هدف بررسی تاثیر ایماگوتراپی بر بخشودگی و همدلی زناشویی در زوجین متقاضی طلاق انجام شده است.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۲/۰۶

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۴/۲۳

**روش:** روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و با استفاده از طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل انجام گرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین متقاضی طلاق مراجعه کننده به بهزیستی شهر مشهد در سال ۱۴۰۲ بود. با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس براساس نمرات پیش‌آزمون پرسشنامه بخشودگی پولارد و همدلی زناشویی جولیف و فارینگتون ۳۲ نفر که دارای ملاک‌های ورود بودند انتخاب شدند. این ۳۲ نفر به طور تصادفی به ۲ گروه ۱۶ نفره آزمایش و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش آموزش‌های مبتنی بر رویکرد ایماگوتراپی را دریافت کردند و گروه کنترل مداخله‌ای نداشتند.

**\*نویسنده مسئول: مطهره عرب خزائی،** کارشناسی ارشد گروه روانشناسی، واحد تربت جام، دانشگاه آزاد اسلامی، تربت جام، ایران

تلفن: ۰۹۱۵۸۰۸۴۴۸۴

**یافته‌ها:** نتایج پژوهش نشان داد که ایماگوتراپی به طور معناداری منجر به افزایش بخشودگی و همدلی در زوجین متقاضی طلاق می‌شود. ( $P < 0/05$ ).

**نتیجه‌گیری:** در نتیجه می‌توان گفت ایماگوتراپی رویکرد مناسبی جهت افزایش بخشودگی و همدلی در زوجین می‌باشد.

پست الکترونیک:  
motaharekhazaei0@gmail.com

**کلیدواژه‌ها:** ایماگوتراپی، بخشودگی، زوجین متقاضی طلاق، همدلی زناشویی



## مقدمه

با توجه به گذار جامعه ما از جامعه سنتی به صنعتی و مدرنیسم، مشکلات خانواده و آسیب‌های ارتباطی یکی از معضلات مهم در حیطه بهداشت روان خانواده‌ها است (۱). مراجعات فراوان به مراکز خانواده‌درمانی و مداخله در بحران و افزایش رفتارهای کمک‌خواهانه تخصصی نشان از وجود یک معضل جدی در بهداشت روان خانواده است. طلاق<sup>۱</sup> برآیند حادث‌ترین و جدی‌ترین مشکلات ارتباطی خانواده است (۲). شواهد نشان می‌دهند که حدود نیمی از ازدواج‌های امروزی به طلاق می‌انجامد. بعد از طلاق حدود ۶۵٪ زنان و ۷۰٪ مردان احتمالاً دوباره ازدواج می‌کنند و حدود ۵۰٪ افرادی که برای بار دوم ازدواج کرده‌اند، دوباره طلاق می‌گیرند. طلاق یکی از آسیب‌های اجتماعی جامعه است که علاوه بر نهاد خانواده تمامی اقشار جامعه به نوعی درگیر عوارض سوء طلاق هستند (۳).

از متغیرهای مؤثر بر رضایت زناشویی و کاهش میل به طلاق، بالا بودن همدلی زناشویی<sup>۲</sup> در آن‌ها می‌باشد (۴). همدلی، عنصری ضروری برای عملکردهای موفقیت‌آمیز بین شخصی محسوب می‌شود و پاسخ عاطفی فرد به واکنش‌های عاطفی دیگران است (۵). همدلی دارای دو مؤلفه همدلی شناختی و همدلی عاطفی است. همدلی عاطفی به عنوان توانایی ارتباط با دیگران با حفظ فردیت تعریف می‌شود. این گونه تعاریف مبتنی بر خویشتن، حاکی از آن است که فرد به درجه‌ای از رشد فردی دست یابد تا بتواند با دیگران روابط احساسی برقرار کند. همدلی عاطفی را می‌توان به عنوان توانایی شناخت خود در حضور دیگران دانست که خودآگاهی و رشد هویت، برای ظرفیت و قابلیت شخص در جهت صمیمیت، بسیار ضروری است (۶). همدلی شناختی به معنای درک وضعیت یا حالات هیجانی دیگران و همدلی عاطفی به معنای دادن پاسخ مناسب به آن می‌باشد (۷). سطح بالایی از همدلی بین زوجین به طور چشمگیری پیش‌بینی کننده بهبود مهارت‌های سازگاری و

مقابله‌ای و در نتیجه افزایش رضایت در روابط آن‌ها است (۸).

از سوی دیگر یکی از متغیرهای پیش‌بینی کننده صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق، بالا بودن بخشودگی<sup>۳</sup> در آن‌ها می‌باشد (۹). بخشودگی از مباحث جدید در حوزه مطالعات خانواده درمانی است که طی چند دهه اخیر به طور مشخص وارد حوزه روانشناسی و مشاوره خانواده شده است و آن‌چه اهمیت بخشودگی را محرز می‌سازد، ماهیت التیام بخش آن در مداخلات درمانی است (۱۰). بخشودگی یکی از فرایندهای روانشناختی و ارتباطی و معنوی برای افزایش سلامت روان و التیام آزرده‌گی است که لازمه رشد ارتباطی، عاطفی و جسمانی است (۱۱).

یکی از مدل‌هایی که در زمینه بخشودگی مطرح شد مدل انرایت<sup>۴</sup> (۱۲) می‌باشد که چهار مرحله کشف، تصمیم، کار و تعمق را شامل می‌شود. درون هر مرحله زیر مرحله‌هایی وجود دارد. مرحله اول به فرد کمک می‌کند تا بی‌عدالتی تجربه شده را کشف کند، مقدار خشم و عصبانیتش را بسنجد و شیوه‌هایی را که از آن‌ها برای فرار یا حفظ خشمش به کار می‌گرفته است را کشف نماید. در دومین مرحله برانگیزش فرد متألم برای درنظر گرفتن بخشودگی به عنوان یک گزینه کار می‌شود. در سومین مرحله یک سری تمرینات فکری برای قرار دادن فرد متألم به جای فرد خاطی و مشاهده فرد متخلف در یک قالب‌بندی مجدد که او کیست؟ در اختیار فرد متألم قرار می‌دهد. سرانجام در مرحله تعمیق (نتیجه) مراحل وجود دارد که در آن مراحل فرد متألم معنا و مفهوم جدیدی برای رنج و درد تجربه شده خود در نظر می‌گیرد و همچنین در این مرحله نیاز به بخشودن و مورد بخشش قرار گرفتن و یافتن اهداف جدید در زندگی مدنظر قرار می‌گیرد. لازم به ذکر است کلور، ون در وال، ویسر و فینکنوئر<sup>۵</sup> (۱۳) در پژوهش خود نشان دادند که در زوجینی که قدرت بخشودگی بیشتر است، رضایت زناشویی نیز بالاتر است، به عبارت دیگر بخشودگی

4 Enright  
5 Kluwer, van der Wal, Visser & Finkenauer

1 divorce  
2 marital empathy  
3 forgiveness



مداخله در این خصوص و کاربرد ایماگوتراپی در این زمینه و همچنین نبود پژوهشی در خصوص موضوع، پژوهشی با عنوان اثربخشی ایماگوتراپی بر بخشودگی و همدلی زناشویی در زوجین متقاضی طلاق طراحی شد.

### روش

روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و با استفاده از طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل انجام گرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین متقاضی طلاق مراجعه کننده به بهزیستی شهر مشهد در سال ۱۴۰۲ بود. از میان جامعه آماری با استفاده از روش نمونه‌گیری دردسترس و داوطلبانه و براساس نمرات پرسشنامه‌های مربوطه در پیش‌آزمون، ۳۲ نفر که دارای ملاک‌های ورود بودند انتخاب شدند. این ۳۲ نفر به طور تصادفی در ۲ گروه ۱۶ نفره آزمایش و کنترل تقسیم شدند که گروه آزمایش، آموزش‌های مبتنی بر رویکرد ایماگوتراپی را دریافت کرد و گروه کنترل آموزش خاصی دریافت نکرد. پس از ۴۵ روز نیز گروه آزمایش مورد پیگیری قرار گرفت.

**معیارهای ورود شامل:** زوجین متقاضی طلاق، بالا بودن نمره خودسرزنشگری و پایین بودن نمره بخشودگی و همدلی زناشویی، تمایل و رضایت آگاهانه برای مشارکت در پژوهش.

**معیارهای خروج شامل:** شرکت همزمان در سایر برنامه‌های درمانی و دریافت مشاوره فردی یا دارو درمانی.

### ابزار گردآوری داده‌ها

#### مقیاس سنجش بخشودگی

این پرسشنامه توسط پولارد و همکاران (۱۹) ساخته و به وسیله سیف و بهاری (۱۹) برای خانواده‌های ایرانی هنجاریابی شد و پایایی آن ۰/۸۴ برآورد گردید که بطور کلی آنان در این پژوهش پایایی و اعتبار بالایی را برای این مقیاس بدست آوردند. این مقیاس ۴۰ ماده دارد و از دو قسمت تشکیل شده است. ۲۰ ماده اول مربوط به روابط خانواده اصلی است و ۲۰ ماده دوم که در این پژوهش به کار خواهد رفت مربوط به روابط زناشویی فعلی است. این مقیاس به روش طیف ساده لیکرت از ۱ تا ۴ نمره گذاری می‌شود. این بخش شامل ۵ خرده مقیاس (درک واقع بینانه، تصدیق خطا، جبران عمل ارتكابی، دلجویی کردن و احساس

از مؤلفه‌های مؤثر بر رضایت زناشویی می‌باشد. بخشودگی، هم به عنوان پاسخی به خطاهای بین فردی و هم به عنوان یک صفت شخصیتی، سازه‌ای است که ممکن است سلامت و بهزیستی را افزایش دهد و تغییرات مثبتی را در سلامت عاطفی ایجاد کند، حس قدرت و توان فردی را بازیابی کرده و بین صدمه دیده و صدمه زننده مصالحه ایجاد کند (۱۴). جهت افزایش بخشودگی و همدلی زناشویی در زوجین ناسازگار، ارائه مداخله‌های روانشناختی ضروری می‌باشد که یکی از رویکردهای مؤثر در زمینه عوامل مؤثر بر طلاق در زوجین، رویکرد ایماگوتراپی می‌باشد (۱۵). براساس نظریه هندریکس<sup>۱</sup> (۱۶)، رویکرد ایماگوتراپی، یک درمان کوتاه مدت است و بینش و مهارت‌های عملی را با یکدیگر ترکیب می‌کند. پیش‌زمینه این دیدگاه نظریه بین فردی، فلسفه من و تو و نظریه یادگیری اجتماعی بوده است. این دیدگاه بر تأثیر تعامل اشخاص با یکدیگر تأکید می‌کند و پارادایم دیدگاه فردی و سیستمی را زیر سؤال می‌برد و بر پارادایم رابطه تأکید می‌کند. این رویکرد اداره درمان را به زوجین محول می‌کند و از قدرت رابطه به عنوان به عنوان منبع التیام استفاده می‌کند. هدف این دیدگاه تلاش برای حفظ تماس است و هدف درمان را فرآیند تسهیل و حفظ دوباره تماس می‌داند. قلب این دیدگاه کمک به زوجین برای ایجاد تماس سالم با یکدیگر و همدلی بیشتر برای درک یکدیگر از طریق مکالمه و گفتگوی آگاهانه و ایجاد یک محیط امن برای ارضای نیازها و التیام زخم‌های دوران کودکی است (۱۷). دیدگاه ایماگوتراپی معتقد است که مراحل رشد دوران کودکی به خصوص روابط اولیه فرد با والدین، بر روابط زناشویی تأثیر دارد. انتخاب همسر در روابط زناشویی فقط یک فرآیند آگاهانه نیست، بلکه بخش مهمی از آن ناخودآگاه بوده و نتیجه نیاز به تکمیل مراحل ناتمام دوران کودکی و التیام زخم‌های عاطفی است. در این روش همسران می‌توانند با درک فرآیندهای ناخودآگاه در خود و همسرانشان، مهارت‌هایی را برای التیام زخم‌های کودکی و ایجاد رفتارهای سالم یاد بگیرند و با تبدیل ازدواج و رابطه ناخودآگاه به ازدواج آگاهانه، عشق و صمیمیت موردنیاز خود را به دست آورند (۱۸). با توجه به افزایش آمار طلاق و نقش بخشودگی و همدلی زناشویی بر زندگی زناشویی و لزوم



بهبودی و سبکبالی) و هر خرده مقیاس شامل ۴ سؤال است. نمرات آزمودنی‌ها از ۴ تا ۱۶ نمره گذاری می‌شود و نمره کل از مجموع این ۵ خرده مقیاس بین ۲۰ تا ۸۰ بدست می‌آید (۱۹).

#### مقیاس همدلی زناشویی

این مقیاس شامل ۲۰ ماده است که توسط جولیف و فارینگتون (۲۰) تدوین شده و شرکت کنندگان باید به ماده‌های آن در یک طیف ۵ گزینه‌ای لیکرت، از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) پاسخ دهند. همچنین ۷ ماده این مقیاس معکوس نمره گذاری می‌شوند. حداقل و حداکثر نمره آن مقیاس ۲۰ تا ۱۰۰ است و نمره پایین نشانه عدم همدلی و نمره بالا نشانه سطح بالای همدلی را نشان می‌دهد. این ابزار شامل دو عامل همدلی شناختی (۳، ۶، ۹، ۱۰، ۱۲، ۱۴، ۱۶، ۱۹، ۲۰) و همدلی عاطفی (۱، ۲، ۴، ۵، ۷، ۸، ۱۱، ۱۳، ۱۵، ۱۷ و ۱۸) است. در ماده‌های این مقیاس به جای استفاده از "کلمه دوستان" از "کلمه همسر" استفاده شده است. استیفانیاک، بیش-ریچارد، آمبروسیو و بن صالح<sup>۱</sup> (۲۱) ضریب پایایی آلفای کرونباخ برای مدل ۲ عاملی همدلی شناختی ۰/۷۱ و همدلی عاطفی ۰/۸۳ به دست آوردند. در پژوهش رجبی و همکاران (۱۳۹۶) ضریب پایایی آلفای کرونباخ مقیاس ۰/۹۰ و ضریب روایی همگرایی این ابزار با پرسشنامه ۸ ماده‌ای همدلی باستون ۰/۶۵ به دست آمد (۲۱).

#### عناوین جلسات ایماگوتراپی براساس برنامه درمانی هندریکس (۱۸)

**جلسه اول:** اهداف درمانی: ۱- ایجاد یک محیط ایمن به طوری که شرکت کنندگان بتوانند دستورات درمانی را در جلسات آتی پیگیری نمایند. ۲- آموزش کارکرد و اهمیت مغز در بروز تعارض، کاهش خودسرزنشگری، افزایش بخشودگی و همدلی زناشویی و تأکید بر اهمیت بخشودگی و خودشفقت ورزی در رابطه. ۳- آموزش گفتگوی آگاهانه و تأکید بر اینکه این ابزار می‌تواند زندگی زناشویی‌شان را دگرگون نماید.

**جلسه دوم:** اهداف درمانی: ۱- عادت دادن اعضای گروه به اینکه درمانگر هربار تکالیف شان را چک خواهد کرد. ۲- اطمینان از اینکه اعضای گروه قادرند با همسرشان از طریق گفتگوی آگاهانه، به طور فعال به گفت و شنود بپردازند و به پیام‌های هم گوش کنند. ۳- شرکت کنندگان درک کنند که تجارب کودکی شان چگونه بر فرایند انتخاب همسر آن‌ها تأثیر گذارده است.

**جلسه سوم:** اهداف درمانی: ۱- یاری به شرکت کنندگان جهت به خاطر آوردن خاطرات کودکی‌شان و استفاده از آن خاطرات جهت درک آگاهانه‌ی هدف از رابطه. ۲- ارائه روش‌هایی برای ثبت ایماگوی هر همسر/ ناکامی‌ها و خاطرات مثبت کودکی

**جلسه چهارم:** اهداف درمانی: ۱- اطمینان حاصل کردن درمانگر پیرامون اینکه اعضای گروه فرایند گفتگوی ایماگویی را کاملاً درک کرده‌اند. ۲- استفاده از فرم‌های ایماگویی، به طوری که آن‌ها بتوانند ببینند که انتخاب همسرشان به طور ناهشیار و براساس ویژگی‌های مثبت و منفی مراقبانش در کودکی صورت گرفته است. ۳- شرکت کنندگان وارد فرایندی شوند که آرام آرام بفهمند آن‌ها و همسرانشان دوستان یکدیگرند نه دشمنان. ۴- استفاده از فرایند خاصی که اعضاء طی آن بتوانند همدلی با همسران را توسعه دهند. ۵- تأکید بر اهمیت "خندیدن از ته دل" روزانه و اشاره به این که از ته دل خندیدن، احساس سلامت و بخشودگی و شفقت ورزی را زیاد می‌کند.

**جلسه پنجم:** اهداف درمانی: ۱- بررسی میزان همدلی ایجاد شده. ۲- تأکید بر اهمیت هیجانی و اشاره به این که لذت بردن، امنیت هیجانی را زیاد می‌کند. ۳- درست کردن لیستی از رفتارهای توجه آمیز توسط هر فرد و نشان دادن این که توجه و اعمال آنچه مطلوب همسرش است احساس اهمیت و در نتیجه احساس بخشودگی و شفقت ورزی را در رابطه زیاد می‌کند.

**جلسه ششم:** اهداف درمانی: ۱- شرح اهمیت ایجاد خودشفقت ورزی و بخشودگی برای بازسازی ناکامی‌ها و



کاهش دلزدگی. ۲- اشاره به این نکته مهم که ناکامی‌ها، آرزوهای بیان شده به صورت منفی هستند. ۳- درمانجویان کاملاً درک کنند که ناکامی‌هایشان در رابطه با همسران، مستقیماً به بخش‌های گم‌شده درون خودشان برمی‌گردد و حالا این بخش‌ها فرصت احیاء مجدد پیدا کرده‌اند. ۴- شرکت‌کنندگان مفهوم عبارت: "همسر شما نسخه رشد شماست" را به خوبی درک کنند و بفهمند که لیست درخواست تغییر رفتار که توسط همسر نوشته شده، همان نقشه‌ای رشد است.

**جلسه هفتم:** اهداف درمانی: ۱- تأکید بر این مهم که تغییر به آرامی صورت می‌گیرد و کار ساده‌ای نیست. زوج باید درک کنند برآوری نیازهای یک همسر، در حقیقت شفاف‌بخشی دیگری نیز هست و شفا بخشی مذکور، احیای بخش‌های گم‌شده خواهد بود. ۲- چک کردن دقیق "نردبان ناکامی‌ها". ۳- ارتباط دادن ناکامی‌ها به آرزوها، و تأکید بر درخواست برای تغییر رفتار. ۴- تأکید بر این که تغییر تمام رفتارهای درخواست شده، فرایندی طولانی مدت است ولی ممارست و تعهد نسبت به انجام و رها نکردن آن‌ها قطعاً ثمربخش خواهد بود.

**جلسه هشتم:** اهداف درمانی: ۱- آموزش ابراز خشم و غیظ در دامن ایمن فرایند مهار. ۲- شرکت‌کنندگان کاملاً متوجه شوند که زیرساختار خشم همیشه آسیب دیدگی است و آن‌ها باید یاد بگیرند که آسیب دیدگی‌های یکدیگر را بشنوند. ۳- مرور کلی برنامه پیگیری‌های پس از درمان و تأکید بر اهمیت این برنامه. در نهایت پس از ۴۵ روز، مجدداً پرسشنامه‌ها در قالب پیگیری به آزمودنی‌ها ارائه گردید.

#### یافته‌ها

در این بخش، به بررسی توصیفی و استنباطی داده‌ها پرداخته می‌شود. لازم به ذکر است آزمودنی‌های پژوهش شامل دو گروه هر کدام ۸ زوج بود که ۵ سال از زندگی مشترک آن‌ها گذشته بود.

در ادامه به بررسی سن آزمودنی‌ها در دو گروه و سپس میانگین و انحراف استاندارد نمرات آزمودنی‌ها در جلسات پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در پرسشنامه‌های بخشودگی و همدلی پرداخته شده و نتایج آزمون تحلیل واریانس مختلط در جدول نشان داده شده است.

جدول ۱: توزیع فراوانی نمونه بر حسب سن و به تفکیک گروه‌ها

| مقوله | فراوانی | درصد  | آزمایش  |      | گواه |
|-------|---------|-------|---------|------|------|
|       |         |       | فراوانی | درصد |      |
| ۲۰-۳۰ | ۹       | ۵۶/۲۵ | ۶       | ۳۷/۵ | کل   |
| ۳۱-۴۰ | ۷       | ۴۳/۷۵ | ۱۰      | ۶۲/۵ |      |
|       | ۱۶      | ۱۰۰   | ۱۶      | ۱۰۰  |      |

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی بخشودگی و همدلی بر حسب مراحل آزمون و به تفکیک گروه‌ها

| متغیرها      | گروه   | پیش آزمون |              | پس آزمون |              | پیگیری  |              |
|--------------|--------|-----------|--------------|----------|--------------|---------|--------------|
|              |        | میانگین   | انحراف معیار | میانگین  | انحراف معیار | میانگین | انحراف معیار |
| بخشودگی      | آزمایش | ۳۰/۲۰     | ۱/۳۹۷        | ۳۷/۱۲    | ۱/۵۳         | ۳۷/۰۷   | ۱/۰۵         |
|              | کنترل  | ۲۹/۲۵     | ۱/۴۵۵        | ۲۹/۲۵    | ۱/۰۴۰        | ۲۹/۰۰   | ۱/۶۶۶        |
| همدلی شناختی | آزمایش | ۲۲/۰۷     | ۱/۵۳۵        | ۲۴/۲۵    | ۰/۵۲۶        | ۱۵/۲۵   | ۱/۵۹۰        |
|              | کنترل  | ۲۱/۵۸     | ۱/۱۱         | ۲۴/۴۵    | ۱/۸۵۴        | ۲۴/۲۵   | ۱/۹۹۶        |
| همدلی عاطفی  | آزمایش | ۱۸/۶۲     | ۱/۲۲۴        | ۲۱/۸۸    | ۱/۵۸۶        | ۲۱/۵۰   | ۱/۵۷۰        |
|              | کنترل  | ۱۸/۸۸     | ۱/۴۷۹        | ۱۸/۷۵    | ۱/۵۵۹        | ۱۸/۶۲   | ۱/۶۵۳        |
| نمره کل      | آزمایش | ۴۰/۱۲     | ۲/۱۱۴        | ۴۵/۲۵    | ۲/۱۴۶        | ۱۵/۱۲   | ۱/۰۶۰        |
|              | کنترل  | ۳۹/۵۷     | ۲/۰۷۶        | ۳۹/۳۳    | ۲/۸۴۵        | ۳۸/۸۷   | ۱/۶۵۵        |



نتایج جدول ۲، نشان می‌دهد که در گروه آزمایش ایماگوتراپی، میانگین نمرات از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیگیری تغییر داشته است. اما از پس‌آزمون به پیگیری نمرات آزمودنی‌های این گروه‌ها تغییر چشمگیری نداشته است.

جهت پاسخگویی به این فرضیه پژوهشی، از تحلیل واریانس چند متغیره با اندازه گیری مکرر و تعقیبی بن‌فرونی استفاده شد. پیش از آن به بررسی پیش‌فرض‌های تحلیل واریانس پرداخته می‌شود. نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف جهت بررسی بهنجاری توزیع متغیرها، نشان داد که توزیع تمامی متغیرها به تفکیک گروه‌ها بهنجار است ( $P > 0.05$ ). جهت بررسی همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین، استفاده گردید که مفروضه تساوی خطای واریانس‌ها نیز رعایت گردید. ( $P > 0.05$ ). آزمون ام‌باکس نیز نشان داد که همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس محقق شده است ( $P > 0.05$ ).

$(Box^M = 2/635, F = 0/401)$ .

جدول فوق نشان می‌دهد که در متغیرهای بخشودگی و همدلی از پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیش‌آزمون به پیگیری میانگین‌ها تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < 0.01$ ). اما از پس‌آزمون به پیگیری، تغییرات معناداری مشاهده نمی‌شود ( $P > 0.05$ ).

### بحث

نتایج پژوهش نشان داد که ایماگوتراپی به طور معناداری منجر به افزایش بخشودگی و همدلی در زوجین متقاضی طلاق می‌شود. این یافته با بسیاری از پژوهش‌های مشابه همخوانی داشته است. نتایج به دست آمده با مطالعات پیشین همچون پژوهش هاشمی همکاران (۲۴)، همسو بوده است که نشان دادند که ایماگوتراپی منجر به کاهش مشکلات و آسیب‌های روانشناختی زوجین پس از خیانت زناشویی می‌شود. همچنین پژوهش سالاری‌فر و همکاران (۲۵) نشان داد که ایماگوتراپی باعث بهبود الگوهای

جدول ۳: نتایج تحلیل واریانس اندازه گیری تکرار شده (مکرر) برای بخشودگی و همدلی در گروه‌های آزمایش و کنترل

| متغیرها | منبع تغییرات | مجموع مجزورات | درجات آزادی | میانگین مجزورات | F      | سطح معناداری | مجذور اتای |
|---------|--------------|---------------|-------------|-----------------|--------|--------------|------------|
| بخشودگی | زمان         | ۷۰/۹۳۹        | ۱           | ۷۰/۹۳۹          | ۵۷/۹۲۸ | ۰/۰۰۰۱       | ۰/۶۷۴      |
|         | زمان*گروه    | ۳۲/۹۳۹        | ۱           | ۳۲/۹۳۹          | ۲۶/۸۹۸ | ۰/۰۰۰۱       | ۰/۴۹۰      |
|         | خطا (زمان)   | ۳۴/۲۸۹        | ۳۰          | ۱/۲۲۵           |        |              |            |
| همدلی   | زمان         | ۴۵/۰۶۷        | ۱           | ۴۵/۰۶۷          | ۲۴/۴۸۶ | ۰/۰۰۰۱       | ۰/۴۶۷      |
|         | زمان*گروه    | ۳۸/۴۰۰        | ۱           | ۳۸/۴۰۰          | ۲۰/۸۶۴ | ۰/۰۰۰۱       | ۰/۴۲۷      |
|         | خطا (زمان)   | ۵۱/۵۳۳        | ۳۰          | ۱/۸۴۰           |        |              |            |

ارتباطی زوجین و افزایش مهارت‌های همدلی در آن‌ها می‌شود. در جهت تبیین نتایج پژوهش می‌توان گفت در ایماگوتراپی مشکلی که رابطه با مغز کهنه وجود دارد؛ این است که راهبر ندارد. در جهت تبیین نتایج پژوهش می‌توان گفت، رویکرد ایماگوتراپی هر دو مقوله تحلیل‌های درون

جدول ۳ نشان می‌دهد که میان دو گروه ایماگوتراپی و کنترل در بخشودگی و همدلی بر حسب آزمون و اثر تعامل آزمون، عضویت گروهی بر حسب زمان گروهی تفاوت معناداری وجود دارد و ایماگوتراپی بر بخشودگی و همدلی زنان متقاضی طلاق موثر است ( $P < 0.01$ ).

جدول ۴: مقایسه میانگین بخشودگی و همدلی بر حسب زمان

| متغیرها | پیش آزمون- پس آزمون |              | پیش آزمون- پیگیری |              | پس آزمون- پیگیری |              |
|---------|---------------------|--------------|-------------------|--------------|------------------|--------------|
|         | اختلاف میانگین      | سطح معناداری | اختلاف میانگین    | سطح معناداری | اختلاف میانگین   | سطح معناداری |
| بخشودگی | ۲/۱۵۰               | ۰/۰۰۰۱       | ۲/۲۵۰             | ۰/۰۰۰۱       | ۱۰۰              | ۱/۰۰۰        |
| همدلی   | ۲/۸۰۰               | ۰/۰۰۰۱       | ۲/۲۷۵             | ۰/۰۰۰۱       | ۰/۵۲۵            | ۰/۲۸۲        |



عشق و صمیمیت مورد نیاز خود را به دست آورند. در این رویکرد باور بر این است که در زوج درمانی باید بر این واقعیت تاکید کرد که گذشته در زمان حال فعال است و حضور دارد. برای مثال تجربیات اولیه دوران کودکی می-تواند بر فرد و خانواده در زمان حال تأثیر داشته باشد. تجربیات نخستین ناشی از پیوند و ارتباط عاطفی بخصوص مهم هستند. خاطره‌های این دوران و الگوهای اولیه تعامل از نو برقرار می شوند و سپس تأثیر خود را بر سطوح فعلی عملکرد به طریقه‌های گوناگون ادامه می دهند. ایماگوتراپی برنامه آموزش و درمان را برای کمک به زوجین در جهت اصلاح روابطشان ترکیب می‌کند (۱۷). یکی از تکنیک‌های این روش درمانی، تصویرسازی مجدد از همسر است، که این تکنیک زوج ها را قادر می‌سازد تا آسیب دیدگی های تحولی و زیرساختاری رفتارکنونی خود و همسرشان را درک و متعاقبا نسبت به یکدیگر همدلی نمایند (۲۷). وقتی همسران دردهای درونی یکدیگر را بشناسند، دیگر هرگز نمی‌توانند مانند گذشته به تصویرسازی هم پردازند.

### نتیجه‌گیری

ایماگودرمانی جهت اجرای صحیح تکنیک بازتصویرسازی از همسر و یاری رساندن دراین زمینه به همسران، از دو ابزار استفاده می‌کند: "گفتگوی کودک-والد" و "تمرین در آغوش گرفتن". بنابراین این روش درمانی و آموزشی به افراد کمک می‌کند تا مهارت‌های ارتباطی خود همچون همدلی را بهبود بخشند (۱۵).

پژوهش مورد نظر با محدودیت‌هایی روبه رو بود، از جمله محدود بودن نمونه پژوهش به زوجین متقاضی طلاق مراجعه کننده به بهزیستی شهر مشهد بود که امکان تعمیم نتایج به سایر افراد و سایر مکان‌ها با مشکل روبه رو می‌کند. سایر محدودیت‌ها نیز شامل: محدودیت در انتخاب گروه نمونه با توجه به برخی از متغیرهای روانشناختی (مانند دانش و نگرش مراجعان درباره مداخلات درمانی، انتظارات و ذهنیت روانشناختی آن‌ها) و جمعیت‌شناختی (مانند سطح تحصیلات و شرایط اقتصادی) از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر محسوب می‌شود، لذا پیشنهاد می‌گردد که پژوهش حاضر بر روی دیگر افراد

روانی و روابط میان فردی مورد توجه قرار می‌دهد و ریشه تمام دشواری‌های کنونی رابطه را گسیختگی‌های پیوندهای مورد انتظار در کودکی می‌دانند که در روابط صمیمانه همسران پدیدار خواهد شد. هدف اصلی رویکرد تصویرسازی ارتباطی (ایماگوتراپی) بازگرداندن تجربه گمشده هر فرد از یکپارچگی است که در کودکی آن را از دست داده است. لذا هدف ایماگوتراپی، آشنایی پیرامون رشد و تجارب کودکی، تصویر هدایت شده ذهنی و اینکه زوجین درک کنند که تجارب کودکی‌شان چگونه بر فرایند انتخاب همسر آن‌ها تأثیر گذارنده است؛ یاری به زوجین جهت به خاطر آوردن خاطرات کودکی‌شان و استفاده از آن خاطرات جهت درک آگاهانه هدف از رابطه می‌باشد که در تصویرسازی ارتباطی (ایماگوتراپی) به زوجین آگاهی و اطلاعات می‌دهد و مهمتر اینکه به آن‌ها در مورد جنبه‌های ناخودآگاه روابطشان و بررسی اساسی ریشه تعارضاتشان آموزش می‌دهد. همچنین به زوجین کمک می‌کند که همسر را به عنوان یک فرد متفاوت و بدون دردهای ناشی از فراق‌کنی‌های ناهشیار درک کنند، توقعات خود را از همسر تعدیل کرده و به جنبه‌های انکار شده و مخفی شخصیت خود پردازند و در نهایت به رابطه مشترک هشیار دست پیدا کنند. چهارچوب نظریه ایماگوتراپی فنونی مثل گفتگوی ایماگویی، زوجین دارای تعارضات زناشویی را قادر می‌سازد که از سوی طرف دیگری درک شوند و تجربه این احساس می‌تواند به حل مشکلات آن‌ها منجر شود. به طوراختصاصی‌تر، عواملی که این رویکرد برای حفظ روابط سالم و طولانی آن‌ها را لازم می‌داند، توانایی حل مشکلاتی است که برای هر دو همسر به عنوان عامل فشارزا به حساب می‌آید. در واقع تصویرسازی ارتباطی (ایماگوتراپی) با ایجاد جو حمایتی در هنگام گفتگو، توانایی درک دیدگاه دیگری و ارتباط با همسر، دیدن خود و همسر به روشنی (بدون تحریف)، مدیریت تبادل ارتباط منفی و کنترل خشم، توانایی برای حل مشکل را در افراد تقویت می‌کند (۲۶).

از سوی دیگر در تبیین این فرضیه می‌توان گفت در این روش همسران می‌توانند با درک فرآیندهای ناخودآگاه در خود و همسرشان مهارت‌هایی را برای التیام زخم های کودکی و ایجاد رفتارهای سالم یاد بگیرند. همسران با تبدیل ازدواج و رابطه ناخودآگاه به ازدواج آگاهانه میتوانند



جامعه و همچنین زوجین در اوایل ازدواج نیز انجام شود تا از آسیب‌های جامعه و طلاق کاسته شود.

### تشکر و قدردانی

نویسندگان مقاله وظیفه خود می‌دانند که از تمامی همکاران و شرکت‌کنندگان که ما را در انجام پژوهش یاری کردند سپاس و قدردانی کنند.

### تعارض منافع

بدین وسیله نویسندگان اعلام می‌کنند که این اثر حاصل یک پژوهش مستقل بوده و هیچگونه تضاد منافی با

سازمان‌ها و اشخاص دیگری ندارد.

### ملاحظات اخلاقی و کد اخلاق

در این پژوهش ملاحظات اخلاقی شامل این موارد بود: اطلاعات کتبی در مورد پژوهش به شرکت‌کنندگان، دادن اطمینان خاطر به آزمودنی‌ها در مورد محرمانه بودن اطلاعات و استفاده از آن فقط در امور تحقیقی، داوطلبانه بودن مشارکت افراد در مطالعه و اخذ رضایت کتبی از افراد شرکت‌کننده لازم به ذکر است مقاله مورد نظر دارای کد اخلاق به شماره IR.IAU.TJ.REC.1402.096 می‌باشد.

### References:

- 1- Kadhimi NS, Shreef NS, Abdulrahman DM. Impact of Parental Divorce on Juvenile Delinquency: A Review. Indonesian Journal on Health Science and Medicine. 2025;2(1):10.21070/ijhsm. v2i1. 90-10. /ijhsm. v2i1. 90.
- 2- Shita NG, Zeleke LB. Predictors of divorce and duration of marriage among first marriage women in Dejen administrative town. Scientific Reports. 2024;14(1):8728.
- 3- Hajiheydari Z, Pourshahriari M. Marriage and divorce: A qualitative study from the perspective of Iranian academic experts, counselors, and clients. Family Transitions. 2024;65(5):381-402.
- 4- Tabar FS, Soorshjani MA, Forouzesh M, Farahani H. Attachment Style Changes in Iranian Women under Domestic Violence, Subject to Divorce and High Marital Satisfaction. International Journal of Psychological Studies. 2025;17(1):1-20.
- 5- Kishor K, Sreenivas M. Level of Empathy among Married Men and Women: An Exploratory Study.
- 6- KavehFarsani Z, Worthington Jr EL. Direct Effects of Marital Empathy, Body Image, and Perceived Social Support on Quality of Life of Married Women with Breast Cancer and the Mediating Role of Perceived Marital Quality. Iranian Journal of Psychiatry. 2024;19(1):70.
- 7- Rieffe C, Li Z, Tsou Y-T. Development and validation of the short parent-child emotion communication questionnaire. European Journal of Developmental Psychology. 2024;21(6):952-65.
- 8- Mitrović M, Kostić JO, Janković I, Ćirović N, Šnele MS, Guberinić M, editors. EDUCATION OF HEALTHCARE PROFESSIONALS IN FERTILITY CLINICS: "EMPATHY AND EXPERTISE". INTED2025 Proceedings; 2025: IATED.
- 9- Kasprzak A, Martínez-Díaz MP. Assessment of forgiveness in couple relationships: Adaptation of the Marital Offense-Specific Forgiveness Scale (MOFS) to a Spanish sample. Journal of Marital and Family Therapy. 2025;51(1):e12738.
- 10- Li Q, Guo J, Chen Z, Ju X, Lan J, Fang X. Reciprocal associations between commitment, forgiveness, and different aspects of marital well-being among Chinese newlywed couples. Family process. 2024;63(2):879-96.
- 11- van der Wal RC, Levelt L, Kluwer E, Finkenauer C. Exploring Associations Between Children's Forgiveness Following Parental Divorce and Psychological Well-Being. Family Transitions. 2024;65(3):248-70.
- 12- Enright R, Rique J, Lustosa R, Song JY, Komoski MC, Batool I, et al. Validating the Enright Forgiveness Inventory-30 (EFI-30). European Journal of Psychological Assessment. 2021.
- 13- Kluwer ES, van der Wal RC, Visser M, Finkenauer C. Predictors of forgiveness among divorced parents. Journal of Family Psychology. 2021;35(4):566.
- 14- Kaleta K, Jaśkiewicz A. Forgiveness in marriage: From incidents to marital satisfaction. Journal of Family Issues. 2024;45(7):1764-88.



- 15- Dehnavi TG, Yousefi Z, Farhadi H. The effectiveness of imago therapy on marital satisfaction and emotional experience towards the spouse among the men with marital conflicts. *Journal of Education and Health Promotion*. 2023;12(1):418.
- 16- Levine PA. Interview Peter A. Levine.
- 17- Ghaffari A, Zomorodi S, Ghodrati S. The Effectiveness of Imago Therapy on Love Styles and Communication Problems in Married Women. *Preventive Counseling*. 2025;6(1).
- 18- Brehm ME, Brehm MFK. IMAGO EIN BEZIEHUNGSELIXIER.
- 19- Rahmani Shams H, Nejat H, Toozandehjan H, Zende del A, Bagherzadeh Golmakanih Z. Effectiveness of Compassion-Focused Therapy on Metacognitive Beliefs, Forgiveness, and Psychological Well-Being of Women Applying for Divorce. *Avicenna Journal of Neuro Psycho Physiology*. 2022;9(1):17-22.
- 20- Jolliffe D, Farrington DP. Is low empathy related to bullying after controlling for individual and social background variables? *Journal of adolescence*. 2011;34(1):59-71.
- 21- Amini O, Naser Shariati MA. The Effectiveness of Bowen's style Family Therapy on Increasing the Happiness and Empathy marital of Couples Referring to Isfahan Counseling Center. *Journal of Family Relations Studies*. 2021;1(3):23-31.
- 22- Hashemi SM, Shiroudi SG, Khalatbari J, Abolghasemi S. The effectiveness of communication imagery training (imago therapy) approach on post-traumatic growth and development in couples with spouse infidelity. *International journal of applied behavioral sciences*. 2021;8(4):19-26.
- 23- Salarifar M, Dasht Bozorgi Z, Jadidi M. Comparing the Effectiveness of Imagotherapy Psychological Training and Acceptance and Commitment Therapy on Improving the Communication Patterns of Couples Seeking Divorce. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2022;11(8):79-90.
- 24- Hashemi SM, Shiroudi SG, Khalatbari J, Abolghasemi S. The effectiveness of communication imagery training (imago therapy) approach on post-traumatic growth and development in couples with spouse infidelity. *International journal of applied behavioral sciences*. 2021;8(4):19-26.
- 25- Salarifar M, Dasht Bozorgi Z, Jadidi M. Comparing the Effectiveness of Imagotherapy Psychological Training and Acceptance and Commitment Therapy on Improving the Communication Patterns of Couples Seeking Divorce. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2022;11(8):79-90.
- 26- Lambert E. *Doing Imago Relationship Therapy in the Space Between*: by Harville Hendrix, PhD and Helen LaKelly Hunt, PhD. New York: WW Norton & Company, 2021, 512 pages, \$47.50 (hardcover). Taylor & Francis; 2022.
- 27- Nazarpour D, Zahrakar K, Pouryahya M, Davarniya R. Effectiveness of couple therapy based on imago relationship therapy: Its impact on couple burnout. *The neuroscience journal of Shefaye Khatam*. 2019;7(4):51-60.



## The Effectiveness of Imago Therapy on Forgiveness and Marital Empathy in Couples Applying for Divorce

Motahareh Arab Khazaei<sup>1</sup>, Soheyla Saboohi<sup>2</sup>, Elham Abolhasani Tafti<sup>3</sup>, Azita Keshavarz<sup>4</sup>

1. Master's degree, Department of Psychology, Torbat Jam Branch, Islamic Azad University, Torbat Jam, Iran
2. Master's degree, Department of Psychology, Khayyam University, Mashhad, Iran
3. Master's degree, Department of Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran
4. Assistant Professor, Department of Psychology, Torbat Jam Branch, Islamic Azad University, Torbat Jam, Iran

### Type of Article Original Research

Received: 2025/04/26

Accepted: 2025/07/14

**\*Corresponding Author:**  
**Motahareh Arab Khazaei,**  
**Master's degree,**  
**Department of Psychology,**  
**Torbat Jam Branch,**  
**Islamic Azad University,**  
**Torbat Jam, Iran**

TEL: 09158084484

Email:  
(motaharekhazaei0@gmail.com)

### Abstract

**Introduction:** The purpose of this study was to investigate the effectiveness of Imago therapy on forgiveness and marital empathy in couples seeking divorce.

**Methods:** The research method was semi-experimental design using a pre-test-post-test design with a control group. The statistical population induced all couples applying for divorce who referred to the Welfare Department of Mashhad in 2023. From this statistical population, using a convenience and voluntary sampling method and based on the scores of the Forgiveness Questionnaire (Pollard et al., 1998) and the Marital Empathy Questionnaire (Jolliffe and Farrington, 2006) in the pre-test, 30 individuals who met the inclusion and exclusion criteria were selected to form the sample.

**Results:** The results of the study showed that Imago therapy significantly increased forgiveness and empathy in couples seeking divorce ( $p < 0.05$ ).

**Conclusion:** Therefore, we can say that Imago therapy is an appropriate approach to improve the relationships of couples.

**Keywords:** Imago Therapy, Couples Seeking Divorce, Forgiveness, Marital Empathy

► **Please cite this article as:** Arab Khazaei M, Saboohi S, Abolhasani Tafti E, Keshavarz A. The Effectiveness of Imago Therapy on Forgiveness and Marital Empathy in Couples Applying for Divorce. J Neyshabur Univ Med Sci 2024;12(2):21-30.