تأثیر مشاوره زناشویی مبتنی بر امید، بخشش و ترکیبی از این دو بر میزان تحریف‌های شناختی بین فردی زوج‌های متقاضی طلاق*

فرشاد بهاری[1]، مریم فاتحی زاده[2]، سید احمد احمدی[3]، حسین مولوی[4]، فاطمه بهرامی[2]

چکیده

زمینه و هدف: طلاق و تعارض دو فرایند همپوش هستند و زوجین متناسب با سطح و میزان تعارضی که تجربه می‌کنند، اقدام به طلاق می‌نمایند. هدف این تحقیق، تعیین تأثیر مداخلات مبتنی بر امید، بخشش و ترکیبی بر میزان تحریف‌های شناختی بین فردی بود.

مواد و روش‌ها: این تحقیق از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون– پس‌آزمون با گروه شاهد بود. جامعه آماری آن از ۴۴۰ زوج ارجاعی به مرکز مداخله در بحران شهر اصفهان در سال ۱۳۸۷ تشکیل شده بود که از این میان تعداد ۶۰ زوج به صورت تصادفی ساده در چهار گروه امید، بخشش، ترکیبی و شاهد جایگزین شدند. اجرای مطالعه به صورت دو سرکور و ابزار تحقیق، پرسش‌نامه تحریف‌های شناختی بین فردی حمامچی و بیوک اوزترک بود که پایایی کلی آن ۰/۷۸ به دست آمد. با در نظر گرفتن زوج به عنوان واحد مطالعه، داده‌ها با روش‌های آماری آزمون Kruskal-wallis، Mann-Whitney's U و Wilcoxon مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. همچنین واحد مطالعه و واحد تحلیل زوج بود.

یافته‌ها: تحلیل و مقایسه اطلاعات به دست آمده از این مطالعه نشان داد که به طور کلی مداخلات امید محور و ترکیبی در مقایسه با گروه شاهد بر توقعات بین فردی غیر واقع بینانه و به طور کلی تحریف‌های‌شناختی بین فردی زوجین مؤثر بودند ($P < ۰/۰۵$). همچنین بین نمرات پس‌آزمون و پیش آزمون زوج‌های گروه‌های مداخله تفاوت معنی‌دار مشاهده شد.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌های تحقیقی پیشنهاد می‌شود که در مشاوره‌های زناشویی از رویکرد امید و ترکیب امید و بخشش برای کاهش تحریف‌های شناختی بین فردی زوج‌ها استفاده شود.

واژه‌های کلیدی: تحریف شناختی، مشاوره، امید، بخشش، طلاق، تعارض زناشویی.

نوع مقاله: تحقیقی

دریافت مقاله: ۸۸/۵/۱ پذیرش مقاله: ۸۸/۸/۳۰

مقدمه

گاه تحولات زندگی سیستم زناشویی را چنان بی‌ثبات می‌کنند که زن و شوهر از یکدیگر قطع امید کرده، قادر به *گذشت و بخشودن* اعمال، افکار و احساسات یکدیگر نیستند و در باور خود چاره‌ای جز وارد شدن به تعارضات زناشویی و گاه طلاق نمی‌بینند. *طلاق* شایع‌ترین جلوه تعارض شدید است که

* این مقاله حاصل بخشی از رساله در دوره دکتری مشاوره دانشگاه اصفهان می‌باشد.

۱- دکترای مشاوره، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران. (نویسنده مسؤول) E-mail:fbahari2002@yahoo.com

۲- استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۳- استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۴- استاد، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-10]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1389.8.1.3.3]

www.mui.ac.ir

سرانجام بالغ بر نیمی از زوج‌هایی که درصدد مشاوره هستند، طلاق می‌گیرند (۱).

از دیدگاه صاحب‌نظران شناختی افکار خودآیند، *تحریف‌های شناختی*، باورهای غیر منطقی مختص رابطه و طرح‌واره‌های شناختی علل اکثر مشکلات رفتاری و تعارضات بین فردی است (۳، ۲) این نظریه‌ها بهترین راه را برای درمان تعارضات زناشویی،کار کردن روی این باورها و تغییر دادن آن‌ها دانسته‌اند (۴). محققان برای رفع تعارضات زناشویی بر دو کانون اصلی *اصلاح تحریف‌های شناختی و تغییر شیوه‌های حل تعارضات* متمرکز شده‌اند.

تحریف شناختی بین فردی باورهای اغراق‌آمیز، بسیار خشک، غیر عقلانی و مطلق‌نگر نسبت به رابطه یا طرف رابطه در زندگی است (۵). به طور معمول تغییر دادن باورهای شخص با تأکید بر غیر منطقی بودن باورهای وی با مقاومت قابل توجهی همراه است و مدل ABX الیس روش مستقیم اما دشوارتری را در تغییر باورها در پیش می‌گیرد (۶). به نظر می‌رسد مداخلات درمانی که باورهای مراجع را با روش مثبت‌تری بتواند تغییر دهد مؤثرتر بوده، همکاری مراجع را افزایش می‌دهد. *رویکرد امید درمانی* که ریشه در *روان‌شناسی مثبت* دارد و مدل ABX (خوش‌بینی آموخته شده) Seligman، که برای تغییر باورهای غیر منطقی طراحی شده است، دیدگاه خوشبینانه‌تری را برای تغییر باورهای غیر منطقی مراجعان پیشنهاد می‌دهد؛ چرا که عاملی که ضامن تغییر یا درمان است، "امید" است و به طور تقریبی در تمامی حرفه‌های یاوری "امید به بهبود" وضع یاورجو وجود دارد (۷).

امروزه رویکردهای نوینی برای مشاوره زناشویی مطرح شده است. *نظریه امید* و *نظریه بخشش* در مشاوره ازدواج و اختلافات زناشویی رفته رفته جای خود را بین سایر نظریه‌ها باز کرده‌اند. *هدف از مشاوره امید محور تقویت ازدواج و کاهش طلاق است* (۱). از طرفی، *بخشش* به عنوان یک *رویکرد درمانی*در زوج درمانی، برای کمک به فرونشانی خشم و رنجش ناشی از صدماتی که باعث جدایی زن و شوهر می‌شود، توصیه شده است (۶).

اگرچه از منظر شناختی– رفتاری خشم و رنجش به عنوان هیجان زیر بنایی تعارضات زناشویی، پاسخی غیر منطقی است (۲)، اما به نوبه خود یک *نشانه* است و "*دلیل و سبب*" آن احساس بی‌انصافی و بی‌عدالتی است. از این روی، فرایند بخشش "دلیل تعارض" را نشانه می‌رود (۸). به علاوه، خشم و ناراحتی زوج‌ها از یکدیگر می‌تواند موجه و منطقی باشد. بنابراین، به مداخلاتی غیر از اصلاح باورهای تحریف شده آن‌ها، مانند *بخشش*، نیاز است تا بتوانند از دام جدایی و طلاق رها شوند؛ گرچه با افزایش اتکا به باورهای غیر منطقی عمومی، میزان سازگاری زناشویی کاهش می‌یابد اما با افزایش اتکا به باورهای غیر منطقی مختص رابطه، میزان سازگاری زناشویی افزایش می‌یابد (۹).

بخشش و امید از جمله استراتژی‌هایی هستند که در کاهش تعارضات خانوادگی مؤثرند (۱۰). Ripley و Worthington در تحقیقی با مقایسه دو نوع مداخله پربار سازی زناشویی متمرکز بر امید و مبتنی بر بخشش پی بردند که هم گروه مداخلات امید و هم گروه مداخلات بخشش در مقایسه با گروه شاهد لیست انتظار، ارتباط مثبت‌تری را برقرار می‌کنند. به علاوه، گروه روان آموزشی پربار سازی زناشویی امید به ویژه در افزایش تعاملات زناشویی مؤثرتر بودند (۱۱).

برخی تحقیقات از تأثیر امید درمانی به صورت مداخلات دوتایی (زناشویی) حمایت و برخی نیز از تأثیر آموزش گروهی امید پشتیبانی می‌کنند (۱۲، ۱۱). تأثیر درمان به شیوه آموزش بخشش برای حل مسایل خانواده و مشکلات زناشویی بررسی و معلوم گردید که این شیوه بسیار مؤثر است (۱۳).

از سوی دیگر، عده‌ای نیز بخشش را دارای ماهیتی اضدادی دانسته‌اند، یعنی هم موجب تقویت رفتار فرد خاطی و هم موجب رشد شخصی می‌شود. به همین دلیل گرچه مداخلات روان آموزشی برای ارتقای بخشش مؤثرند (۱)، اما پژوهش‌های دیگری از تأثیر بخشش به صورت مداخلات دوتایی (زناشویی) حمایت نمی‌کنند (۱۴، ۱۲).

در داخل کشور نیز نتایج برخی مطالعات بر تأثیر بخشش تأکید کرده‌اند. برای نمونه، بین بخشش و سلامت روان

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-10]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1389.8.1.3.3]
www.mui.ac.ir

زوجین و نیز بین میزان بخشش در خانواده اصلی، خانواده هسته‌ای و رضایت زناشویی رابطه معنی‌داری مشاهده شد (۱۵، ۹). همچنین، در بررسی ارتباط بین میزان بخشش و رضامندی زناشویی زوجین، در تحقیقی که روی ۲۰۰ زوج انجام شد، رابطه معنی‌داری (P = ۰/۰۵) بین میزان بخشش با رضامندی زناشویی، سن، مدت زمان ازدواج و سطح تحصیلات زوجین به دست آمد (۱۶).

در تحقیقی نیمه آزمایشی روی ۳۰ زوج مشخص شد که آموزش بخشش به شیوه گروهی بر افزایش سازگاری زناشویی و کاهش تعارض زناشویی زوج‌های مورد مطالعه مؤثر است (۱۷). با استفاده از روش درمانی عفو با تأکید بر دیدگاه اسلامی در یک مطالعه موردی کاربرد بخشش در اصلاح افکار، احساسات و رفتار افراد رنجیده و بهبودی روابط با دیگران مؤثر شناخته شد (۱۸).

با این حال یافته‌های مغایری نیز در تحقیقات دیگر مشاهده شده است. برای نمونه،در بررسی رابطه بین میزان بخشش و رضامندی زناشویی، سن، مدت زمان ازدواج، سطح تحصیلات و میزان بخشش همبستگی منفی به دست آمد (۱۹). با توجه به یافته‌های شبهه‌آمیز درباره تأثیر امید و بخشش چه از منظر ماهیت تأثیرگذاری و چه از منظر روش اجرای مداخلات (فردی، زوجی یا گروهی) پژوهشگران به دنبال پاسخ به این سؤال بودند که آیا روش‌های نوین مداخلاتی در عرصه روان‌شناسی مثبت (مانند امید و بخشش) بر تحریف‌های شناختی زوجین مؤثر است؟

مواد و روش‌ها

در این پژوهش نیمه آزمایشی از طرح پیش آزمون– پس‌آزمون با گروه شاهد و جایگزینی تصادفی استفاده شد. واحد مطالعه و تجزیه و تحلیل زوج بود و جامعه آماری آن را کلیه زنان و شوهران ارجاعی به مرکز مداخله در بحران در سال ۱۳۸۷، که به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شده بودند، تشکیل می‌دادند. نمونه آماری ۶۰ زوج بود که با استفاده از روش جایگزینی در چهار گروه امید محور، بخشش محور، ترکیبی از امید و بخشش و گروه شاهد (لیست انتظار) به طور مساوی قرار گرفتند.

گروه‌ها پیش آزمون را زیر نظر مددکار مرکز مداخله در بحران تکمیل و در هشت جلسه ۴۵ تا ۶۰ دقیقه‌ای در هفته شرکت کردند. سپس سه هفته پس از اتمام جلسات دوباره به پس‌آزمون‌ها پاسخ دادند (مطالعه دو سر کور). معیارهای ورود آزمودنی‌ها عبارت از تأهل زوج‌ها در زمان پژوهش، نداشتن اختلالات حاد روان‌پزشکی، حداقل یک سال زندگی مشترک، داشتن حداقل تحصیلات اول متوسطه، تمایل داشتن زوج‌ها به اصلاح روابط خود، دچار بودن یکی از زوج‌ها به رفتار اعتیادی یا خشونت خانگی و ابتلا به اختلال روانی– جسمی مزمن مانع ادامه زندگی زناشویی بود. معیارهای خروج عبارت از شرکت نامنظم در جلسات و عدم شرکت یکی از زوجین در جلسات بود.

ابزار سنجش

مقیاس تحریف‌های شناختی بین فردی (ICDS): این ابزار حاصل مطالعه و بررسی ماده سؤالات پرسش‌نامه باورهای رابطه (Eidelson و Epstein، ۱۹۹۲)، پرسش‌نامه باورهای مختص رابطه (Romance و De Borde، ۱۹۹۵) که تحریف‌های شناختی را بین زوجین اندازه می‌گیرد و پرسش‌نامه باورهای خانوادگی (Rohiling و Rubin، ۱۹۸۶)، که تحریف‌های شناختی را در مادران، پدران و نوجوانان با توجه با روابط آن‌ها می‌سنجد، است. این مقیاس دارای ۱۹ سؤال و ۳ سه خرده مقیاس طرد بین فردی، توقعات غیر واقع بینانه از رابطه و سوء تعبیر بین فردی است که شدت تحریف‌های شناختی کلی را، که هر کسی در روابطش با دیگران نشان می‌دهد، اندازه می‌گیرد (۲۰). نمره بالا در این مقیاس حاکی از تحریف‌های شناختی بالا و نمره پایین نشان دهنده تحریف‌های شناختی پایین است. پایایی کلی این ابزار از طریق بازآزمایی در نمونه اصلی برابر با ۰/۶۷ و برای خرد مقیاس‌ها به ترتیب معادل ۰/۷، ۰/۷۶ و ۰/۷۵ گزارش شده است (۲۰). در مطالعه حاضر نیز آلفای محاسبه شده برابر با

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-10]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1389.8.1.3.3]
www.mui.ac.ir

۰/۷۸ به دست آمد. داده‌ها با شاخص‌های آمار توصیفی ارایه گردید و تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون Wilcoxon برای مقایسه‌های درون گروهی (قبل و بعد) و از آزمون Mann-Whitney's U برای انجام مقایسه‌های بین گروهی انجام گرفت.

یافته‌ها

به منظور اطمینان از کاربست آزمون‌های پارامتری یا ناپارامتری، آزمون همگنی واریانس‌ها انجام شد که نتایج آن در جدول ۱ گزارش شده است (۲۱). دامنه سنی زنان ۵۳-۲۳ (۷/۴۱۱ ± ۳۵/۵۵)، مردان ۶۳-۲۴ (۹/۱۴ ± ۳۸/۰۵) و میانگین مدت ازدواج ۱۰/۹۷ سال بود؛ میانگین تحصیلات فوق دیپلم و حداقل تعداد فرزند یک بود.

جدول ۱. آزمون لوین برای برابری واریانس‌های گروه‌ها در قدر مطلق تفاضل نمرات پس‌آزمون زوج‌ها

متغیر	آماره لوین	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی‌داری
تحریف‌های شناختی بین فردی	۲/۸۱۹	۳	۵۶	۰/۰۴۷

همان طور که اطلاعات جدول ۱ نشان می‌دهد و با توجه به سطح معنی‌داری به دست آمده از مقایسه واریانس‌های گروه‌ها، که همه کوچک‌تر از $P < ۰/۰۵$ می‌باشد، می‌توان گفت که شرط کافی برای استفاده از آزمون‌های پارامتری برقرار نیست و باید از آزمون‌های ناپارامتری استفاده کرد.

جدول ۲. سطوح معنی‌داری آزمون Kruskal-wallis برای گروه‌ها در مقیاس تحریف‌های شناختی زناشویی و ابعاد آن (زوج n = ۶۰)

متغیر وابسته و ابعاد آن	طرد بین فردی	توقعات غیر واقع بینانه	سوء تفاهم بین فردی	کل مقیاس
χ^2	۴/۲۴۷	۱۰/۳۵۰	۰/۶۱۹	۷/۷۷۰
درجه آزادی	۳	۳	۳	۳
سطح معنی‌داری	۰/۲۳۶	۰/۰۱۶	۰/۸۹۲	۰/۰۵۱

اطلاعات جداول ۲ و ۳ نشان می‌دهد که بین توزیع نمرات زوجین متقاضی طلاق در خرده مقیاس توقعات بین فردی غیر واقع بینانه و کل تحریف‌های شناختی بین فردی در سطح ($P < ۰/۰۵$) تفاوت معنی‌داری وجود دارد. بنابراین برای تعیین وجود تفاوت بین گروه‌ها از آزمون Mann-Whitney's U استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ آمده است.

با توجه به اطلاعات جدول ۴ می‌توان گفت که بین توزیع نمرات زوج‌های گروه‌های امید و شاهد در خرده مقیاس توقعات غیر واقع بینانه بین فردی ($P < ۰/۰۵$) و نیز گروه‌های ترکیبی (امید و بخشش) با گروه شاهد به طور کلی در تحریف‌های شناختی بین فردی تفاوت معنی‌دار ($P < ۰/۰۵$) وجود دارد. یعنی مداخلات امید محور و ترکیبی از امید و بخشش توانسته‌اند توقعات بین فردی غیر واقع بینانه و به طور کلی تحریف‌های‌شناختی بین فردی زوج‌های متقاضی طلاق را در مقایسه با زوج‌های لیست انتظار به طور معنی‌داری کاهش دهند.

جدول ۳. نتایج آزمون Kruskal-wallis برای مقایسه گروه‌ها در مقیاس تحریف‌های شناختی زناشویی و ابعاد آن (زوج n = ۶۰)

متغیر وابسته	طرد بین فردی				توقعات غیر واقع بینانه				سوءتفاهم بین فردی				کل مقیاس تحریف‌های شناختی بین فردی			
گروه‌ها	ترکیبی	امید	بخشش	شاهد	ترکیبی	امید	بخشش	شاهد	ترکیبی	امید	بخشش	شاهد	ترکیبی	امید	بخشش	شاهد
فراوانی	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵	۱۵
میانگین رتبه‌ها	۳۶/۰۳	۳۳/۹۰	۲۴/۷۳	۲۷/۳۳	۴۳	۲۶/۱۷	۲۶/۹۷	۲۵/۸۷	۲۹/۳۳	۳۳/۵۳	۲۹/۵۷	۲۹/۵۷	۴۱/۳۳	۲۷/۵۷	۲۶/۸۳	۲۶/۲۷

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-10]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1389.8.1.3.3]

www.mui.ac.ir

جدول ۴. نتایج آزمون Mann-Whitney's U برای مقایسه بین گروهی توزیع نمرات زوج‌های متقاضی طلاق (زوج ۶۰ = n)

شاخص‌ها / متغیرها	گروه‌ها	میانگین رتبه‌ها	مجموع رتبه‌ها	آزمون Mann-hitney's U	Z	سطح معنی‌داری (دو دامنه)
طرد بین فردی	ترکیبی	۲۰	۳۰۰	۷۹	-۱/۳۹۹	۰/۱۶۲
	شاهد	۱۱	۱۶۵			
توقعات بین فردی غیر واقع بینانه	امید	۱۷/۷۳	۲۶۶	۵۰/۵۰	-۲/۵۸۶	۰/۰۱۰
	شاهد	۱۳/۲۷	۱۹۹			
سوء تعبیر بین فردی	بخشش	۱۹/۶۳	۲۹۴/۵۰	۱۱۲/۵۰	۰/۰۰۰	۱/۰۰۰
	شاهد	۱۱/۳۷	۱۷۰/۵۰			
کل تحریف‌های شناختی بین فردی	ترکیبی	۱۵/۵۰	۲۳۲/۵۰	۴۵	-۲/۸۰۹	۰/۰۰۵
	شاهد	۱۵/۵۰	۲۳۲/۵۰			

سرانجام به منظور بررسی احتمال تفاوت معنی‌دار درون‌گروهی از آزمون Kruskal-wallis استفاده شد که نتایج آن در جداول ۵ و ۶ نشان داده شده است.

از اطلاعات جداول ۵ و ۶ می‌توان استنباط کرد که بین توزیع نمرات (مجموعه رتبه‌های) پیش آزمون و پس‌آزمون مقیاس تحریف‌های شناختی زوج‌های متقاضی طلاق در هر سه خرده مقیاس طرد بین فردی، توقعات بین فردی غیر واقع بینانه و سوء تعبیرات بین فردی آن‌ها در سطح ($P < ۰/۰۵$) تفاوت معنی‌دار وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

در تفسیر یافته‌های به دست آمده، توجه به ویژگی‌های جمعیت شناختی زوجین مورد بررسی می‌تواند راه‌گشا باشد. شایان ذکر است که میانگین تحصیلات زوجین فوق دیپلم،

جدول ۵. آزمون Wilcoxon برای مقایسه درون گروهی زوج‌های متقاضی طلاق (زوج ۶۰ = n)

متغیر وابسته		طرد بین فردی	توقعات غیر واقع بینانه	سوء تعبیر بین فردی	کل مقیاس
رتبه‌های منفی	فراوانی	۳۲	۳۸	۵۳	۳۳
رتبه‌های مثبت		۲۵	۱۹	۳	۲۴
گره‌ها		۳	۳	۴	۳
کل		۶۰	۶۰	۶۰	۶۰
	میانگین رتبه‌ها	۳۳/۱۷	۳۲/۳۸	۲۹/۵۷	۲۷/۷۳
		۲۳/۶۶	۲۲/۲۴	۲۹	۳۰/۷۵
	مجموع رتبه‌ها	۱۰۶۱/۵۰	۱۲۳۰/۵۰	۱۵۶۷	۹۱۵
		۵۹۱/۵۰	۴۲۲/۵۰	۲۹	۷۳۸

جدول ۶. سطوح معنی‌داری آزمون Wilcoxon برای مقایسه‌های درون گروهی در مقیاس تحریف‌های شناختی زناشویی و ابعاد آن (زوج ۶۰ = n)

آماره آزمون	طرد بین فردی	توقعات بین فردی غیر واقع بینانه	سوء تعبیرات بین فردی	کل تحریف‌های شناختی بین فردی
Z	-۱/۸۷۳	-۳/۲۱۷	-۶/۲۹۷	-۰/۷۰۴
سطح معنی‌داری (دو دامنه)	۰/۰۶۱	۰/۰۰۱	< ۰/۰۰۱	۰/۴۸۱

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-10]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1389.8.1.3.3]

www.mui.ac.ir

میانگین طول عمر ازدواج در حدود ۱۱ سال، میانگین سنی زوجین ۳۶ سال و هشت ماه و به طور میانگین دارای یک فرزند بودند. به علاوه دامنه سنی زوج‌ها بین یک تا ۳۵ سال بود. با توجه به میانگین مدت ازدواج که بالای ده سال است، وجود تعارضات طولانی بین زوجین حاکی از تعارض زناشویی بسیار شدید می‌تواند باشد.

وجود تفاوت معنی‌دار در میزان کلی تحریف‌های شناختی بین فردی زوجین گروه ترکیبی و امید در مقایسه با گروه شاهد (جداول ۵-۱) نشان داد که مداخلات ترکیبی یا امید محور در کاهش توقعات غیر واقع بینانه بین فردی و کاهش کلی تحریف‌های شناختی بین فردی زوجین متقاضی طلاق تأثیر معنی‌داری داشته است. این یافته با نتایج تحقیقاتی که نشان داده‌اند مداخلات دوتایی امید محور و بخشش محور در کاهش مشکلات زناشویی مؤثرند (۱۳، ۱۱، ۱۰)، همسو است. در تبیین این یافته باید گفت که به طور معمول اصلاح تحریف‌های شناختی زوجین از طریق در افتادن با آن‌ها با تأکید بر غیر منطقی بودن باورهایشان با مقاومت قابل توجهی همراه است و مداخلات درمانی که باورهای زوجین را با روش مثبت‌تری بتواند تغییر دهد، مؤثرتر بوده، همکاری مراجع را افزایش می‌دهد (۷). اما این مداخلات در کاهش سوء تعبیرات و طرد بین فردی مؤثر نبوده‌اند. برخی از دلایل آن را می‌توان چنین بیان کرد: اول، انتخاب نمونه تحقیق نقش مؤثری در یافته‌های تحقیق دارد. برای نمونه، زوجینی که در مراحل ۱ و ۲ تعارضات زناشویی هستند و هنوز راه‌های ارتباطی بین زوج‌ها به طور کامل قطع نشده است، تلاش بیشتری را برای کاهش تعارضات خواهند کرد تا زوج‌هایی که در مراحل ۳ و ۴ تعارضند و به سمت طلاق با شتاب در حرکت هستند (۲۳، ۲۲).

دوم، هدف گزینی نقش مؤثری در تأثیر مداخلات امید محور دارد. برای نمونه، زوج‌هایی که عزت نفس و موفقیت خود را تنها در از بین بردن تعارضات با همسر خود جستجو می‌کنند (هدفی منفی) نه در بهبود روابط خود با همسر با وجود برخی مشکلات زناشویی (هدفی مثبت)، یا راه‌کار رفع تعارضات را در تغییر کردن شریک زندگی خود می‌بینند (جهتی کاملاً منفی) نه در ایجاد تغییرات مثبت در خود به امید تغییر همسرشان در آینده (مسیری کاملاً مثبت)، در ادامه با مشکل مواجه می‌شوند؛ چرا که احساس ارزش (عزت نفس) تنها پس از کسب موفقیت دلخواه حاصل می‌شود نه قبل از آن، اما امید قبل از رسیدن به هدف باید وجود داشته باشد (۲). پس داشتن درک صحیح از نظریه امید و آموزش امید به مراجعان شرط لازم در کاهش تعارضات است.

همچنین نتایج مندرج در جدول ۵ نیز حاکی از فقدان تفاوت معنی‌دار در میزان تحریف‌های شناختی بین فردی زوجین گروه بخشش محور در ابعاد طرد بین فردی، توقعات غیر واقع بینانه و سوء تعبیر بین فردی در مقایسه با گروه شاهد متقاضی طلاق است؛ یعنی مداخلات بخشش در کاهش میزان تحریف‌های شناختی بین فردی زوجین در حال طلاق تأثیری نداشته است. این یافته با نتیجه تحقیقاتی که از تأثیر بخشش به صورت مداخلات دوتایی حمایت نمی‌کنند (۱۴، ۱۱)، همسو است. دلیل دیگر عدم تأثیر بخشش بر کاهش میزان تحریف‌های شناختی، ماهیت اضدادی بخشش است. یعنی بخشش هم موجب تقویت رفتار فرد خاطی و هم موجب رشد شخصی می‌شود.

سرانجام، اطلاعات مندرج در جدول ۶ حاکی از تأثیر معنی‌دار درون گروهی مداخلات مشاوره‌ای امید، بخشش و ترکیبی بر خرده مقیاس‌های تحریف‌های شناختی بین فردی زوجین متقاضی طلاق است؛ بدین معنی که موجب کاهش این تحریف‌های شناختی زناشویی زوج‌های مورد مطالعه شده‌اند. این یافته با یافته‌های برخی دیگر از پژوهش‌ها (۱۳، ۱۱، ۱۰، ۷، ۶) مطابقت دارد. به عبارت دیگر، مداخلات درمانی که باورهای مراجع را با روش مثبت‌تری بتوانند تغییر دهند، مؤثرتر هستند و همکاری مراجع را افزایش می‌دهند.

محدودیت‌های ملاحظه شده در این پژوهش شامل نگرش منفی زوج‌ها به آینده زندگی مشترک، دشواری حضور یکی از زوج‌ها در جلسات در وقت اداری، حضور همزمان زوج‌ها در جلسات و قرار داشتن آن‌ها در سطوح بالای

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-10]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1389.8.1.3.3]

www.mui.ac.ir

تعارضات زناشویی و نیز محدود بودن حجم نمونه بود. ضمن این که شرایط بسیار بحرانی زوج‌های در حال طلاق، امکان مطالعه پیگیرانه را سلب کرد.

بر اساس یافته‌ها توصیه می‌شود که برای کاهش تحریف‌های شناختی و کاهش مقاومت زوجین از مدل خوش‌بینی Seligman و مداخلات ترکیبی از امید و بخشش استفاده شود؛ همچنین، پیشنهاد می‌شود که این مداخلات با توجه به رویکرد تحولی تعارضات زناشویی، در مراحل قبل از اقدام قانونی برای طلاق (دادخواست طلاق یا گرفتن وکیل) به اجرا درآیند.

با توجه به نتایج شبهه‌آمیز مداخلات بخشش محور، پیشنهاد می‌شود که این مداخلات در سطوح فردی، زوجی، و گروهی روی نمونه‌های همگن اجرا گردد. با توجه به نوین بودن رویکرد امید درمانی و فرانظریه‌ای بودن این رویکرد، تلفیق خلاقانه از رویکردهای پست مدرن، مدرن و کلاسیک در کار با مراجعان پیشنهاد می‌شود. تعلیم مهارت‌های امید و بخشش، به عنوان مهارت‌های پایه برای زندگی، از سنین پایین نیز توصیه می‌شود.

در نهایت با توجه به تأکید امید بر تقویت قدرت اراده، قدرت راهیابی، قدرت صبر و قدرت تشخیص موانع رسیدن به اهداف مثبت، توصیه می‌شود آموزش امید برای اقشار آسیب‌دیده مانند مراجعان افسرده، افراد روشندل، بیماران دچار بیماری‌های صعب العلاج و نیز برای علاقمندان به کسب موفقیت‌های تحصیلی و ورزشی، سالمندان و کودکان توسعه یابد.

سپاسگزاری

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند از آقای سعید صادقی مدیر محترم معاونت امور اجتماعی سازمان بهزیستی استان اصفهان، آقای مجید فروزانی رئیس مرکز مشاوره خانواده و کلیه پرسنل روان‌شناس و مددکار آن مرکز تشکر نمایند.

References

1. Worthington EL, Jr. Hope-Focused Marriage Counseling Recommendations for Researchers, Clinicians and Church workers. Journal of Psychology and Theology 2005; 31(3): 231-9.
2. Farahbakhs K. Comparing effectiveness of rational-emotive-behavior marital counseling, reality marital counseling and combination of them on marital conflicts. [PhD Thesis]. Tehran: School of Education and Psychology, The University of Allameh Tabatabaee; 2004.
3. Seif S, Bahari F. Normalization and Standardization of Relation-specific irrational Beliefs. Tehran: School of Education and Psychology, Alzahra University; 2004.
4. Islami M. The role of relational beliefs in family functioning and marital adjustment of couples referred to family court in Tehran. [MSc thesis]. Tehran: School of Education and Psychology, Alzahra University; 2004.
5. Hamamci Z. Relationship Beliefs in Marital Conflict. Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy 2005; 23(3): 431-8.
6. Enright RD. Forgiveness is a choice: A Step by Step Progress for Resolving Anger. APA Life Tools*:* New York: American Psychological Association; 2005.
7. Snyder CR. Handbook of Hope: Theory, Measures, and Applications. London: Academic Press; 2000.
8. Enright RD, Fitzgibons PR. Helping clients Forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope. 2nd ed. New York: American Psychological Association; 2000.
9. Seif S, Bahari F. A study on students' forgiveness and their general health. Psychological Studies Quarterly 2001; 1(1): 9-18.
10. Vilaythong AP, Arnau RC, Rosen DH, Mascaro N. Humor and Hope: Can humor increase hope? Journal of Humor 2001; 16(1): 79-89.
11. Ripley JS, Worthington EL. Hope-Focused and Forgiveness-Focused Group Interventions to Promote Marital Enrichment. Journal of Counseling and Development 2002; 80(4): 452-63.
12. Worthington EL, Hight TL, Ripley JS, Perrone KM, Kurusu TA, Jones DR. Strategic hope-focused relationship enrichment counseling with individual couples. Journal of Counseling Psychology 1997; 44(4): 381-9.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-10]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1389.8.1.3.3]

www.mui.ac.ir

13. Diblassio FA, Benda BB. Practitioners, Religion and Use of Forgiveness in Clinical Settings. Journal of Psychology and Christianity 1991; 10(2): 166-72.
14. Teresa MM, Vinsonneau J, Neto F, Gerard M, Mullet E. Forgiveness and Satisfaction with Life. Journal of Happiness Studies 2003; 4: 323-35.
15. Seif S, Bahari F, Khosravi Z. Forgiveness Scale Extended to the Iranian Families. Peer Reviewed Quarterly Journal of Woman's Studies 2006; 6(3): 97-112.
16. Hosseini AS. The correlation of forgiveness between original families and nuclear ones and its relationship with couples' marital satisfactions. [MSc Thesis]. Tehran: University of well-being and rehabilitation; 2003.
17. Afkhami I. The effect of Forgiveness-training on couples' marital adjustment, marital satisfaction and marital conflicts. [MSc Thesis]. Isfahan: School of Education and Psychology, The University of Isfahan; 2006.
18. Khodayari-fard M, Ghobari-Bonab B, Faghihi AN, Vahdat S. Islamic-based forgiveness-therapy procedure: case studies. Andishe va Raftar 2008; 8(1): 31-48.
19. Heidari EA. Study on relationship between forgiveness and marital satisfaction. [BSc Thesis]. Khomein, Iran: Khomein Branch, Islamic Azad University; 2005.
20. Hamamci Z, Buyuk Oz Turk S. The Interpersonal Cognitive Distortions Scale: Development of the scale and investigation of its psychometric characteristics. Psychological Reports 2004; 95(1): 291-303.
21. Molavi HA. Practical Manual of SPSS -10-13-14 in Behavior Sciences. Isfahan: Poyesh Andishe Publication; 2007.
22. Guerin PJ, Jr., Fay LF, Burden LS, Kautto GJ. The evaluation and treatment of marital conflict: A four–stage approach. New York: Basic Books; 1985.
23. Young ME, Long LL. Counseling and Therapy for Couples. California: Brooks/Cole Publishing Company; 2007.
24. Valle MF. An Analysis of Hope as a Psychological Strength. [PhD Thesis]. California: University of South California; 2006.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-10]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1389.8.1.3.3]

www.mui.ac.ir

The effect of hope, forgiveness and combined marital counseling on interpersonal cognitive distortions of divorcing couples

Bahari F[1], Fatehizadeh M[2], Ahmadi SA[3],
Molavi H[4], Bahrami F[2]

Abstract

Aim and Background: Divorce and conflict processes are overlapped. Then, couples do attempt to divorce based on experiencing the conflict levels. Hope and forgiveness interventions are aimed at reinforcing marriage and reducing divorce rates. This study aimed at examining the impact of hope-focused, forgiveness-oriented marital counseling and the mixed one on decreasing interpersonal cognitive distortions of applicant couples to divorce in Isfahan, Iran.

Method and Materials: It was a semi-experimental and double-bind design with pre- and post-tests and control group. Statistical population was 440 couples referred to Divorce Crisis Intervention Center (DCIC). The sample size was 60 divorcing couples. They were replaced randomly in four groups: hope-focused group, forgiveness-oriented group, mixed group, and control group. Couples as a unit were studied and analyzed. The research tool was Interpersonal Cognitive Distortions Scale (ICDS) which reliability with 3-items deleted was estimated 0.87, using Cronbach's alpha. The data was analyzed with non-parametric Kruskal-wallis and Wilcoxon and Mann-Whitney's U tests.

Findings: In general, hope and mixed interventions reported meaningful effects on total decrease of couples' interpersonal unrealistic expectations and interpersonal cognitive distortions in comparison of control group. All three interventions showed meaningful decrease in all three subscales of ICDS in comparison of their scores in pre-test scores as well.

Conclusions: It is suggested to apply hope and combination of hope and forgiveness interventions to decrease couples' interpersonal cognitive distortions. In order to determining appropriate interventions, it's so important to rate levels of marital conflicts in which couples are.

Keywords: cognitive distortions, hope, forgiveness, marital conflicts, divorce.

Type of article: Research

Received: 23.07.2009 *Accepted: 21.11.2009*

1. PhD in Counseling, School of Educational Sciences and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran. (Corresponding Author) E-mail: fbahari2002@yahoo.com
2. Assistant Professor, Department of Counseling, School of Educational Sciences and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
3. Professor, Department of Counseling, School of Educational Sciences and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
4. Professor, Department of Psychology, School of Educational Sciences and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-10]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1389.8.1.3.3]
www.mui.ac.ir