DOI: *10.29252/rbs.19.2.342*

Journal of Research in Behavioral Sciences

Year 2021, Volume 18, Issue 3

Comparison of the Effectiveness of Commitment-Building Counseling Package and Emotionally-Focused Couple Therapy on Marital Boredom and Forgiveness of Women with Virtual Infidelity

Elham Ghafaralahi[1], Ozra Etemadi[2], Zahra Yousefi[3], Mohammadreza Abedi[4], Hajar Torkan[5]

1. Ph.D. Student, Department of Psychology, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran.
2. (Corresponding author)* Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
3. Professor, Department of Psychology, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran.
4. Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
5. Assistant Professor in Clinical Psychology, Department of Psychology, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran.

Abstract

Aim and Background Marital infidelity refers to any emotionally or sexual or virtual relationship beyond the framework of a committed relationship between two spouses, which is one of the most important factors threatening the performance, stability and continuity of married life. Therefore, the aim of this study was to Comparison of the effectiveness of Commitment-Building Counseling Package and Emotionally-Focused Couple Therapy on marital boredom and forgiveness of women with virtual infidelity.

Methods and Materials: Research method in terms of applied purpose and in terms of implementation method, quasi-experimental with pre-test-post-test design of two experimental groups and one group

The witness was accompanied by a follow-up test. From the community of married women with the experience of virtual infidelity in Isfahan, 45 people were selected by the available method and were randomly divided into three groups using the method. Marital boredom questionnaire (Pins, 1996) and interpersonal forgiveness questionnaire (Ehteshamzadeh, 2009) were used. Research data were analyzed using repeated measures analysis of variance and Bonferroni post hoc test.

Findings: The results of the analysis both commitment-making and emotionally-oriented couple therapy methods were effective in reducing marital boredom and forgiveness of women with virtual infidelity, and commitment-building Counseling package had a more significant effect (p<0.05).

Conclusions: According to the obtained results, it seems that the use of both commitment-making and emotion-oriented couple therapy methods to improve marital boredom and forgiveness of women with virtual infidelity experience has been effective and it is suggested to be used as therapeutic and educational approaches.

Keywords: Commitment, emotionally focused couple therapy, marital boredom, forgiveness, virtual infidelity

Citation: Ghfaralahi E, Etemadi O, Yousefi Z, Abedi M, Torkan H. **Comparison of the effectiveness of Commitment-Building Counseling Package and Emotionally-Focused Couple Therapy on Marital Boredom and Forgiveness of Women with Virtual Infidelity**. Res Behav Sci 2021; 19(2): 342-357.

* **Ozra Etemadi,**
Email: o.etemadi@edu.ui.ac.ir

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

مقایسه اثربخشی مشاوره مبتنی بر بسته آموزشی تعهدافزایی و زوج‌درمانی هیجان مدار بر دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان با مبتلا به خیانت مجازی

الهام غفرالهی[۱]، عذرا اعتمادی[۲]، زهرا یوسفی[۳]، محمدرضا عابدی[۴]، هاجر ترکان[۵]

۱- دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

۲- (نویسنده مسئول)* استاد گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۳- استادیار گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

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

۵- استادیار گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: خیانت زناشویی به هرگونه رابطه عاطفی یا جنسی یا مجازی فراتر از چهارچوب رابطه متعهدانه بین دو همسر اطلاق می‌شود که یکی از مهم‌ترین عوامل تهدیدکننده عملکرد، ثبات و تداوم زندگی زناشویی است؛ بنابراین هدف پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی مشاوره مبتنی بر تعهدافزایی و مشاوره مبتنی بر زوج‌درمانی هیجان مدار بر دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان مبتلا به خیانت مجازی بود.

مواد و روش‌ها: روش پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش اجرا، نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون – پس‌آزمون دو گروه آزمایش و یک گروه گواه به همراه آزمون پیگیری بود. از جامعه زنان متأهل مبتلا به خیانت مجازی شهر اصفهان، تعداد ۴۵ نفر به روش در دسترس انتخاب و با استفاده از روش تصادفی در سه گروه (دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل) جایگزین شدند. گروه‌های آزمایش مشاوره مبتنی بر زوج‌درمانی هیجان مدار و مشاوره مبتنی بر تعهدافزایی را در ۹ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت کردند و گروه کنترل هیچ مشاوره‌ای دریافت نکرد. ابزار مورد استفاده در پژوهش پرسشنامه دلزدگی زناشویی (پاینز، ۱۹۹۶) و پرسشنامه بخشودگی فردی (احتشام زاده، ۱۳۸۸). بود. داده‌های پژوهش با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بن فرونی تحلیل شد.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش نشان داد که هر دو روش تعهدافزایی و زوج‌درمانی هیجان مدار بر کاهش دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان مبتلا به خیانت مجازی مؤثر بوده است و بسته مشاوره‌ای تعهدافزایی اثر معنادارتری داشته است ($p<۰/۰۵$).

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج به‌دست‌آمده به نظر می‌رسد که استفاده از هر دو روش تعهدافزایی و زوج‌درمانی هیجان مدار به‌منظور بهبود دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان مبتلا به خیانت مجازی مؤثر بوده است و پیشنهاد می‌گردد به‌عنوان رویکردهای درمانی و مشاوره‌ای توسط روانشناسان و مشاوران خانواده استفاده گردد.

واژه‌های کلیدی: تعهدافزایی، زوج‌درمانی هیجان مدار، دلزدگی زناشویی، بخشودگی، خیانت مجازی.

ارجاع: غفرالهی الهام، اعتمادی عذرا، یوسفی زهرا، عابدی محمدرضا، ترکان هاجر. **مقایسه اثربخشی مشاوره مبتنی بر بسته آموزشی تعهدافزایی و زوج‌درمانی هیجان مدار بر دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان با تجربه خیانت مجازی.** مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۴۰۰؛ ۱۹(۲): ۳۴۲-۳۵۷.

*- **عذرا اعتمادی،**

رایانامه: o.etemadi@edu.ui.ac.ir

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]

[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

مقدمه

خانواده بنیان اصلی جامعه در بسیاری از کشورها به حساب می‌آید که همواره در معرض آسیب‌های جدی قرار دارد. یکی از آسیب‌هایی که ممکن است دامن‌گیر خانواده‌ها شود، خیانت زناشویی است(۱). خیانت، یکی از تکان‌دهنده‌ترین پدیده‌ها در روابط زوج و خانواده‌ها و نیز یکی از رایج‌ترین مشکلات حال حاضر میان زوج‌هایی است که به زوج درمانگران مراجعه می‌کنند (۲). در تعریف و توصیف ماهیت خیانت، متون گذشته بر تعریف خیانت سنتی متمرکز بود و تعاریف اولیه از آن بر روابط جنسی فرا زناشویی محدود می‌شد (۳). بعدها درگیری عاطفی هم به‌عنوان خیانت شناخته شد و تعریف آن به هر شکلی از صمیمیت جنسی یا عاطفی با شخصی غیر از شریک اولیه، تغییر یافت(۴). از طرفی با ظهور و پیشرفت فناوری، خیانت‌ها تنها در شکل سنتی خود باقی نمانده و به اشکال دیگر همانند خیانت اینترنتی گسترش‌یافته‌اند(۵, ۶)، خیانت اینترنتی علیرغم تفاوت‌هایش ممکن است شباهت‌هایی با سایر اشکال خیانت داشته باشد و چالش متخصصان بالینی در ارائه‌ی تعریف واحدی که معنای هر دو نوع خیانت را در بربگیرد، وجود دارد(۷). درمانگران توافق دارند که پنهان‌کاری، یک جنبه‌ی ثابت در انواع مختلف خیانت از جمله خیانت اینترنتی می‌باشد (۸, ۹). بااین‌حال در تعریف خیانت اینترنتی هم مثل تعریف سایر اشکال خیانت، دامنه‌ای از دیدگاه‌ها وجود دارد(۱۰). دراین‌بین، یکی از تعاریف مطرح‌شده از خیانت اینترنتی، آن را به سه‌طبقه‌ی جنسی، عاطفی و هرزه‌نگاری تقسیم می‌کند(۷). عده‌ای از زوجین به اشتراک‌گذاری جنبه‌های شخصی و عاطفی شریک زندگی خود با دیگران از طریق اینترنت را خیانت محسوب می‌کنند، درحالی‌که زوجین دیگری، فقط روابط جنسی فرازناشویی از طریق اینترنت را خیانت تلقی می‌کنند (۱۱). آمار پیمان‌شکنی زناشویی با توجه به تأثیرات منفی آن در جوامع مختلف رو به افزایش و امری نگران‌کننده است (۱۲). ۲۰ تا ۴۰ درصد مردان و ۱۴ تا ۲۵ زنان حداقل یک بار خیانت به همسرشان را گزارش کرده اند (۱۳, ۱۴)، و ۴۵ درصد مردان و ۲۶ درصد زنان داشتن رابطه خارج از ازدواج را تأیید می‌کنند (۱۵). براساس گزارش‌های درمانگران خانواده و زوج درمانگرها، در حدود ۵۰ درصد مردان، زنان خود را فریب می‌دهند و ۳۰ تا ۴۰ درصد زنان نیز این کار را با مردان خود انجام می‌دهند (۱۶). البته به دلیل ماهیت پنهانی، آمار دقیقی درباره میزان شیوع خیانت زناشویی وجود ندارد. اما نشان داده شده که در دهه‌های گذشته خیانت در زنان افزایش یافته است (۱۷). خیانت زناشویی، یک بحران برای زوج‌ها و خانواده هاست. خیانت زناشویی دارای شیوع قابل‌توجه در محیط‌های بالینی و عادی است که آشفتگی‌های قابل‌توجهی را برای افراد مرتکب آن و نیز همسران آن‌ها به وجود می‌آورد(۱۸). به همین لحاظ، بعضی تحقیقات به خطرات پیامد خیانت پرداخته اند؛ به عنوان مثال ۳۰ درصد قتل‌های خانوادگی، مربوط به زنانی است که به دلیل خیانت زناشویی و سوء ظن، توسط همسران خود به قتل رسیده اند. از سوی دیگر ۲۲ درصد از قتل‌های خانوادگی مربوط به قتل مردان توسط همسرانشان است که در ۴۰ درصد موارد زنان با همدستی معشوق خود شوهرانشان را به قتل رسانده اند(۱۹). در پیشینه های مرتبط با حوزه خیانت، پیمان‌شکنی زناشویی با کاهش سلامت روانشناختی پیوند خورده است (۲۰-۲۲) و نیز به عنوان عاملی تأثیرگذار در زمینه بیماری‌های مقاربتی شناسایی گردیده است، علاوه بر این، اطلاع از خیانت همسر می‌تواند واکنش های منفی از جمله تعرض جسمانی، خودکشی یا حتی قتل را در پی داشته باشد(۲۰)

پس از افشای پیمان‌شکنی، حل‌وفصل کردن، کنترل و درمان واکنش های پس آسیبی و افزایش بخشایش ویژگی‌های گریزناپذیر کار کردن با مسئله پیمان‌شکنی زناشویی برای زوج درمانگران می‌باشد (۲۳). به نظر می‌رسد متغیرهایی از قبیل بخشودگی و باورهای ارتباطی زوجین از جمله متغیرهایی است که در چگونگی روابط زوج‌ها و افزایش یا کاهش احتمال پیمان‌شکنی در آن مؤثر باشد (۱۶). یکی از عوامل مؤثر در پیمان‌شکنی زناشویی که باعث رضایت زوجین از یکدیگر می‌شود، بخشودگی است(۲۴). بخشودگی را رها شدن از آسیب و تلخی گذشته می‌دانند(۲۵). در یکی از تعاریف دیگر، بخشودگی به‌عنوان «تغییر میان‌فردی و اجتماعی مثبت در مقابل خطایی که در حوزه میان‌فردی قرار دارد»، بیان‌شده است. این تعریف به تغییراتی اطلاق می‌شود که می‌تواند تنها دربرگیرنده کاستن از احساسات منفی یا دربرگیرنده کاهش احساسات منفی همراه با افزایش احساسات مثبت باشد؛ هر دو صورت این تغییر، تغییری مثبت اجتماعی است که هدفش ایجاد تعاملات اجتماعی مثبت‌تر است (۲۶). بخشودگی، متغیری مؤثر در حل تعارضات زناشویی و افزایش رضایت زناشویی در نظر گرفته می‌شود و در روابط صمیمانه، رشد همدلی را بین زوج‌ها در پی دارد. افرادی که قادر به بخشش همسر خود هستند به تقدس رابطه زناشویی

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

اعتقاد دارند و این توانایی بخشش همسر به استحکام بیشتر رابطه زناشویی می‌انجامد(۲۷). بخشودگی در ازدواج و روابط می‌تواند کیفیت مراقبت از یکدیگر، ارتباط، پرخاشگری، دلزدگی و رضایت را پیش‌بینی نماید و همچنین همدلی، بخشودگی مردان و زنان را پیش‌بینی کند (۲۸). همچنین پذیرش دوجانبه مسئولیت همسر آسیب‌دیده و همسر خاطی به‌عنوان راهبردی مشارکتی به بهبود روابط میان زوجین کمک می‌کند و شفاف‌سازی همسر خاطی عامل مهمی در تسریع فرایند بخشش است(۲۸).

کشف خیانت و بحران ناشی از آن در صورتی که خاتمه نیابد تأثیرات منفی بلند مدتی به‌جا می‌گذارد. دلزدگی زناشویی از مؤلفه‌هایی است که بر اساس خیانت زناشویی در زوجین ایجاد می‌شود(۲۹). دلزدگی زناشویی مجموعه‌ای از علایم خستگی عاطفی، جسمانی و روانی، دلزدگی زناشویی را به وجود می‌آورد که پیامدهای غیرقابل جبرانی را برای زوجین به دنبال دارد (۳۰)، دلزدگی زناشویی حالت دردناک فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی است. هنگامی این حالت پیش می آید که زوجین متوجه می‌شوند علیرغم تلاششان، رابطه آن‌ها به زندگی گرمی نبخشیده و نخواهد بخشید. در ضمن فروپاشی رابطه، آگاهی و توجه نسبت به چیزهایی که به‌اندازه گذشته خوشایند نیستند، افزایش یافته و دلزدگی آغاز می‌شود و در این مرحله اگر فعالیتی برای جلوگیری از پیشرفت این روند صورت نپذیرد، همه چیز از بد به سطح بدتر تنزل می یابد. دلزدگی از انباشته شدن سرخوردگی‌ها و تنیدگی‌های زندگی روزمره به وجود آمده و سبب فرسایش رابطه زوجین می شود (۳۱). به نظر می‌رسد دلزدگی زناشویی می‌تواند متأثر از هیجاناتی باشد که افراد در برابر همسر خود تجربه می‌کنند(۳۲). پژوهشگران معتقد هستند بااینکه تمامی ازدواج‌ها به‌نوعی تجربه دلزدگی را دارند، بسیاری از آن‌ها با کیفیت ضعیف ادامه می‌دهند و زندگی متأهلی بی‌ثباتی را تشکیل می‌دهند که به فروپاشی و عهدشکنی متمایل است؛ همچنین به‌یقین با افکار و تصورات فراوانی درباره جدایی و سازگاری زناشویی ضعیف همراه است؛ لذا باتوجه به اینکه پیمان‌شکنی یکی از پدیده‌هایی است که زندگی زناشویی را به‌شدت تحت‌تأثیر قرار می‌دهد و در صورت نبود چاره‌اندیشی و درمان به‌موقع زمینه را برای طلاق عاطفی یا رسمی زوجین آماده می‌کند، جا دارد مداخلات درمانی به‌منظور بررسی و درمان به‌موقع، انجام شود (۳۳). امروزه رویکردهای گوناگون زوج‌درمانی با هدف کاهش تعارضات و آشفتگی ارتباطی میان زوج‌ها به‌وجود آمده است(۳۴). مشاوره هیجان‌مدار به‌عنوان واکنشی به فقدان مداخلات عهدشکنی زناشویی موفقیت‌آمیز ظهور یافت. جوهرهٔ مشاوره هیجان‌مدار این است که به همسران ناسازگار کمک می‌کند پاسخ‌های هیجانی‌شان را دوباره به جریان درآورند تا بتوانند به شیوه‌های جدیدی با یکدیگر تعامل داشته باشند(۳۵). این نظریه براساس نظریه سیستمی، درمان انسان‌گرا و تجربی و نظریه دل‌بستگی تدوین شده است. زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر عشق بزرگسالی، سبک‌های دل‌بستگی و آشفتگی زوجین استوار است. تأکید این رویکرد بر روش دل‌بستگی‌های سازگارانه از راه مراقبت، حمایت و توجه متقابل برای نیازهای خود فرد و همسر است. هدف این است که از طریق کمک به همسران برای دسترسی پیداکردن به هیجانات اصلی و نیازهای زیربنایی واکنش‌های خودحمایتی در روابط، تعاملات را بازسازی کنند و در نتیجه چرخه‌های جدیدی از درگیری رابطه‌ای خلق شود. این رویکرد نتایج درمانی مثبتی برابر با ۷۰ تا۷۳ درصد را در بهبودی مشکلات زوج‌ها نشان می‌دهد (۳۶, ۳۷). گلدنبرگ در پژوهشی رویکرد هیجان‌مدار را برای التیام آسیب‌های هیجانی زوجین به‌کار برد. نتایج بهبودی درخورتوجهی را در رضایت زوجی، اعتماد و بخشش نشان داد(۳۸, ۳۹). در پژوهش دیگری نشان داده شد با بررسی درمان جراحت‌های دلبستگی از طریق زوج‌درمانی هیجان‌مدار می‌توانند جراحت‌های دلبستگی زوجین را بهبود بخشد و باعث بالا رفتن صمیمیت زناشویی شود(۴۰).

یکی دیگر مداخلاتی که برای زنان مبتلا به خیانت مجازی تدوین شده است بسته‌ی مشاوره‌ای تعهدافزایی می‌باشد. این بسته مبتنی بر نظریه‌ی زمینه‌ای انگیزه‌های خیانت مجازی زنان متأهل است. بسته‌ی مشاوره تعهدافزایی، افزایش تعهد خانوادگی در بین زنان متاهل و کاهش میل به عهدشکنی را دربر می‌گیرد و محورهای آن شامل شناخت هیجانات مثبت و منفی نسبت به همسر، علل هیجانات ایجاد شده، نقش نیازها و نیازمندی در ایجاد هیجانات زیربنایی، معرفی شش نیاز خطرناک، فهم اثر این نیازها بر روابط زوج، آموزش روش های صحیح پاسخگویی به نیازها، فهم اثر متقابل نیاز و هیجانان بر یکدیگر، درک تفاوت هیجان مثبت و منفی خطرناک و غیرخطرناک، آشنایی با روش های بهبود یکنواختی هیجانی و هیجانات منفی در زندگی زوجی و کنار آمدن با تفاوت‌های فردی می‌شود. در این بسته آموزشی منبع مورد استفاده برای تجارب هیجانی مثبت و منفی و یکنواختی هیجانی فنون زوج‌درمانی گاتمن و نظریه هیجان‌مدار

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

می‌باشد(۴۱-۴۶). همچنین برای آموزش شناخت افکار و رفتارها و درک تفاوت‌ها و پذیرش ارزش‌ها از فنون نظریه‌ی شناختی و رفتاری و معنادرمانی استفاده شده است(۴۷, ۴۸). برای محتوای کشف نیازمندی‌های خطرناک و روش حل نیازها از فنون نظریه راه‌حل محور و روان پویشی خانواده استفاده شده است(۴۹, ۵۰) و در نهایت برای تهیه محتوای آموزشی مهارت‌های بین فردی و پذیرش خود از نظریه‌های بوئن و مینوچین و اکت استفاده شده است(۵۱). مرور پیشینه پژوشی نشان داد در ارتباط با موضوع خیانت زناشویی مداخلات گوناگونی انجام‌گرفته است(۵۲-۵۹). اما با توجه به اینکه بخش بزرگی از محتواهای آموزشی موجود در کشور برگرفته از منابع غیر ایرانی است و نمی‌توان نتایج پژوهش‌ها و محتواهای آموزشی انجام شده در خارج از کشور را به طور کامل به خانواده‌های ایرانی تعمیم داد، برای دستیابی به این مقصود لازم است یک مداخله مناسب و متناسب با فرهنگ ایرانی تدوین گردد. همچنین اکثر پژوهش‌های انجام شده مسئله خیانت را به صورت گسترده موردبررسی قرار داده اند و در زمینه خیانت مجازی فقر پژوهشی قابل ملاحظه‌ای وجود دارد. از طرف دیگر بیشتر تحقیقات انجام‌شده بر روی زنانی که زخم خورده یا اصطلاحاً قربانی خیانت همسر خویش شده اند انجام شده است و وجه تمایز پژوهش حاضر با پژوهش‌های پیشین در این مورد است که این مطالعه بر روی زنانی که خود تجربه خیانت مجازی داشتند تمرکز کرده است. بر این اساس مطالعه حاضر در پی پاسخ به این سوالات است که مشاوره مبتنی بر بسته‌ی تعهدافزایی در مقایسه با روش زوج‌درمانی هیجان مدار تا چه میزان می تواند بر روی دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان مبتلا به خیانت مجازی تأثیر داشته باشد؟

مواد و روش‌ها

این پژوهش از نوع پژوهش‌های کاربردی و نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با دو گروه آزمایش و یک گروه گواه به همراه آزمون پیگیری بود. جامعه آماری این پژوهش را تمامی زنان شهر اصفهان با تجربه خیانت مجازی که به مراکز مشاوره شهر اصفهان مراجعه کرده بودند... در سال ۱۳۹۸ تشکیل دادند. ابتدا شرکت‌کنندگان داوطلب از طریق مشاوران و درمانگران خانواده به پژوهشگر معرفی شده سپس موردبررسی و انتخاب بر اساس ملاک‌های شمول قرار گرفتند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: ۱. سن بین ۲۰ تا ۴۵ سال، ۲. حداقل یک سال زندگی مشترک، ۳. همراهی همسران در جلسات آموزشی ۴. شرکت آگاهانه و داوطلبانه در پژوهش و ملاک‌های خروج از پژوهش شامل: ۱. غیبت بیش از دو جلسه ۲. انجام ندادن تکالیف بود. در نهایت از بین ۵۳ نفر شرکت کننده داوطلب ۴۵ نفر زن متاهل با تجربه خیانت مجازی به شیوه دردسترس انتخاب شدند. سپس به صورت تصادفی در سه گروه (آزمایش:۱۵ نفر)، (آزمایش: ۱۵ نفر) و (گواه:۱۵ نفر) قرار گرفتند و پرسشنامه‌های دلزدگی زناشویی و بخشودگی را تکمیل کردند سپس یکی از گروه های آزمایش، مشاوره مبتنی بر بسته تعهدافزایی را در ۹ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت کرد و گروه آزمایش دیگر آموزش زوج‌درمانی هیجان مدار در ۹ جلسه ۹۰ دقیقه دریافت کرد و گروه گواه هیچ گونه مشاوره‌ای را دریافت نکرد. پس‌ازآن در مرحله پس‌آزمون اعضای هر سه گروه به پرسشنامه‌های مذکور پاسخ دادند همچنین پس از یکماه نیز به عنوان پیگیری مجدد به پرسشنامه‌های پاسخ داده شد. لازم به ذکر است که برای به دست آوردن اعتبار محتوای بسته مشاوره-ای تعهدافزایی به منظور بررسی اعتبار محتوا و بودجه‌بندی زمان در خصوص محتوا از هفت متخصص مشاوره خانواده خواسته شد تا روی یک طیف پنج درجه‌ای محتوا و بودجه‌بندی زمان را بر اساس سوالات ارزیابی محتوا بررسی کنند، سپس اعتبار محتوا بر طبق نظر آنان به کمک ضریب CVR بررسی شد و (۰/۹۱ = CVR) به دست آمد که نشان از اعتبار محتوای این بسته دارد (۵۱). در این پژوهش از دو پرسشنامه بخشودگی و دلزدگی زناشویی استفاده شد.

مقیاس بخشودگی بین‌فردی: مقیاس بخشودگی بین‌فردی توسط احتشام‌زاده و همکاران ساخته شد(۶۰). این پرسشنامه مشتمل بر ۲۵ سوال ۴ گزینه‌ای می‌باشد که بر اساس طیف لیکرت(هرگز=۱ تا همیشه=۴) نمره‌گذاری شده است، البته نمره‌گذاری برای تعدادی از سوالات به شکل معکوس انجام شده است. همچنین این پرسشنامه دارای سه زیر مقیاس می‌باشد. از این مقیاس یک نمره کلی برای بخشودگی بین‌فردی و سه نمره برای خرده‌مقیاس‌های آن به دست می‌آید. بیشترین نمره برای کل مقیاس ۱۰۰ و کمترین نمره ۲۵ است. کسب نمره بیشتر در این مقیاس نشان‌دهنده توانایی بیشتر در بخشودن خطای دیگران است. برای خرده‌مقیاس اول یعنی ارتباط مجدد و کنترل انتقام‌جویی که شامل ۱۲ ماده است، بیشترین نمره ۴۸ و کمترین نمره ۱۲ است. کسب نمره بیشتر در

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

این خرده‌مقیاس نشان‌دهنده توانایی خوب فرد برای برقراری ارتباط مجدد با فرد خاطی و کم‌بودن میل به انتقام-جویی در برابر خطاهای دیگران است. برای خرده‌مقیاس دوم یعنی کنترل رنجش که دارای ۶ ماده است و بیشترین نمره ۲۴ و کمترین نمره ۶ است، کسانی که نمره بیشتری کسب می‌کنند، قادر به کنترل رنجش خود هستند و کمتر به نشخوار افکار مربوط به قربانی‌بودن خود می‌پردازند. برای خرده‌مقیاس سوم یعنی درک واقع‌بینانه که دارای ۷ ماده است، بیشترین نمره ۲۸ و کمترین نمره ۷ است. کسب نمره بیشتر در این خرده-مقیاس نشان‌دهنده توانایی درک ویژگی‌های انسانی و شرایط وقوع خطا است(۶۰). پایایی محاسبه‌شده برای مقیاس بخشودگی بین‌فردی از طریق آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۰ و برای خرده-مقیاس‌ها با استفاده از روش آلفای کرونباخ به‌ترتیب برای خرده‌مقیاس ارتباط مجدد و کنترل انتقام‌جویی ۰/۷۷، خرده-مقیاس کنترل رنجش ۰/۶۶ و برای خرده‌مقیاس درک واقع‌بینانه ۰/۵۷ محاسبه شده است؛ همچنین ازطریق روش بازآزمایی برای کل مقیاس ۰/۷۱ و برای خرده‌مقیاس‌های ارتباط مجدد و کنترل انتقام‌جویی ۰/۷۱، کنترل رنجش ۰/۶۸ و درک واقع‌بینانه ۰/۵۸ محاسبه شده است(۶۰).

مقیاس دلزدگی زناشویی: مقیاس دلزدگی زناشویی برای اندازه‌گیری میزان دلزدگی زوجین توسط پاینز طراحی شد(۶۱). این مقیاس دارای ۲۱ ماده مشتمل بر سه مؤلفه جسمی، عاطفی و روانی است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت ۷ درجه‌ای می‌باشد. (هرگز:۱) و (همیشه:۷). سطح ۱ معرف عدم تجربه و سطح ۷ معرف تجربه زیاد عبارت مورد نظر می‌باشد. ۱۷ ماده مقیاس شامل عبارت‌های منفی (مثل:خستگی، ناراحتی و بی‌ارزش‌بودن) و ۴ ماده آن شامل عبارات مثبت (مثل: خوشحال‌بودن و پرانرژی‌بودن) است. عبارات منفی به‌صورت مستقیم و عبارات مثبت به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. بیشترین امتیاز در کل مقیاس ۱۴۷ و کمترین ۲۱ است. در هریک از مؤلفه‌های مقیاس، بیشترین امتیاز ۴۹ و کمترین امتیاز ۷ است. نمره بیشتر در این مقیاس، دلزدگی بیشتر را نشان می‌دهد(۶۱). ضریب پایایی مقیاس با استفاده از روش بازآزمایی، برای یک دوره یک‌ماهه ۰/۸۹، برای دوره دوماهه ۰/۷۶ و برای دوره چهارماهه ۰/۶۶ و ضریب آلفای کرونباخ آن را بین ۰/۹۱تا۰/۹۳ گزارش شده است. همچنین همسانی درونی بین متغیرها در دامنه ۰/۸۴تا۰/۹۰ است(۶۲). در ایران، ضریب آلفای کرونباخ در نمونه ۲۴۰نفری شامل ۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم، ۰/۸۶ محاسبه شده است(۶۳).

شرح جلسات بسته‌ی مشاوره مبتنی بر تعهدافزایی(۵۱) بر روی زنان مبتلا به خیانت مجازی به شرح زیر می‌باشد.

جلسه‌اول: آشنایی و برقراری ارتباط، معرفی دوره و اهداف آن، بیان انتظارات و اعتمادسازی. توضیح تجارب هیجانی برای مراجع یا زوجین، کمک به مراجع برای شناخت خود درزمینه‌ی افکار و رفتارهایی که در همسر احساس تجربه می‌کنند، تمرکز بر تجربه یکنواختی هیجانی به عنوان زیرساز هیجانات منفی عامل مهم در کاهش ویژگی‌های مثبت خانوادگی.

جلسه دوم: کمک به مراجع برای شناخت خود درزمینه‌ی افکار و رفتارهایی که در همسر احساس تجربه می‌کنند تعریف نیازمندی و باورهای غلط به عنوان عامل مهم در شکل‌گیری هیجانات منفی نسبت به همسر، کشف انواع روش‌های فرد برای رفع ۶ نیازمندی خطرناک.

جلسه سوم: تمرکز بر تجربه یکنواختی هیجانی به عنوان زیرساز هیجانات منفی عامل مهم در کاهش ویژگی‌های مثبت خانوادگی، مراجع یا زوجین اثر نیازمندی را بر روابط زوجی و خانواده بفهمند، کشف و مرور شیوه‌های صحیح پاسخگویی به نیازها به مراجع یا زوجین.

جلسه چهارم: تعریف نیازمندی و باورهای غلط به عنوان عامل مهم در شکل‌گیری هیجانات منفی نسبت به همسر، کشف و فهم شیوه‌های صحیح رفع نیازها و کاهش نیازمندی، توضیح اثر متقابل نیازمندی بر تجارب هیجانی و تجارب هیجانی بر نیازمندی- تجربه هیجانی منفی.

جلسه پنجم: کشف انواع روش های فرد برای رفع ۶ نیازمندی خطرناک، درک تفاوت هیجان‌های مثبت و خطرناک، هیجان مثبت غیر خطرناک، همچنین درک تفاوت هیجان‌های منفی خطرناک با هیجان‌های منفی غیر خطرناک، کشف شیوه های تحمل یکنواختی هیجانی و یا درد هیجانی ناشی از هیجانات منفی در موفقیت خانواده.

جلسه ششم: مراجع یا زوجین اثر نیازمندی را بر روابط زوجی و خانواده بفهمند، توضیح گام به گام موقعیت در مدیریت یکنواختی هیجانی و هیجانات منفی پس از گام اول پذیرش، توضیح گام به گام موفقیت در مدیریت یکنواختی هیجانی و هیجانات منفی قبل از دو گام پذیرش و بهترین کار.

جلسه هفتم: کشف و مرور شیوه های صحیح پاسخگویی به نیازها به مراجع یا زوجین، توضیح گام چهارم موفقیت در

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

مدیریت یکنواختی هیجانات منفی پس از گام‌های پذیرش، بهترین کار و تعدیل استانداردها، معرفی مقایسه کردن به عنوان یک مانع مهم پایبندی به ارزش‌های خانوادگی.

جلسه هشتم: کشف و فهم شیوه های صحیح رفع نیازها و کاهش نیازمندی، معرفی نقش الگوها در شکل‌گیری ارزش‌ها و نحوه‌ی روبه‌رویی با یکنواختی و درد هیجانی، بیان اهمیت وجود تفاوت بین زوجین، آشنایی با نحوه‌ی کنار آمدن یا تفاوت‌ها.

جلسه نهم: توضیح اثر متقابل نیازمندی بر تجارب هیجانی و تجارب هیجانی بر نیازمندی، آشنایی با اینکه همه‌ی مسئولیت رفع نیازها به عهده‌ی همسرم نیست، آشنایی باارزش‌های خانوادگی و اخلاقی و یافتن معنا برای رفع نیازها.

محتوای مشاوره‌ای جلسات زوج‌درمانی هیجان‌مدار (۶۴) بر روی زنان مبتلا به خیانت مجازی به شرح زیر می‌باشد.

جلسه اول: بیان قواعد، اهداف و تعداد جلسات و بستن قرارداد درمانی؛ اجرای پیش‌آزمون (پرسشنامه‌ی صمیمیت زناشویی، دلزدگی زناشویی، تجربه هیجانی نسبت به همسر و بخشودگی). ایجاد رابطه حسنه در بین اعضا.

جلسه دوم: ایجاد رابطه درمانی، تبیین و ارائه رویکرد هیجان‌مدار؛ ایجاد رابطه درمانی؛ ایجاد احساس امنیت؛ حمایت، درک شدن و پذیرفتن به وسیله درمانگر از طرف زوج؛ بازخورد و تکلیف.

جلسه سوم: بررسی رویداد اتفاق افتاده (خیانت زناشویی) خلاصه‌سازی جلسه قبل و بررسی تکلیف جلسه قبل، بحث و گفتگو در مورد رویداد اتفاق افتاده؛ تشویق همسر آسیب‌دیده برای توصیف رویداد رخ داده و بیان احساسات خود در مورد این رویداد؛ تشویق همسر فرد برای انکار نکردن احساسات همسر و دست کم نگرفتن موضوع؛ بازخورد و تکلیف.

جلسه چهارم: بررسی تأثیر خیانت زناشویی دلبستگی، خلاصه‌سازی جلسه قبل و بررسی تکلیف جلسه قبل؛ بحث تأثیر خیانت زناشویی بر دلبستگی ایمن توسط درمانگر، شرح رویداد اتفاق افتاده توسط همسری که مرتکب خیانت زناشویی شده است؛ تشویق برای ابراز یکپارچه و کامل جراحت و آسیب‌دیده؛ دسترسی به هیجانات دلبستگی؛ محور زیربنایی ناشناخته؛ بازخورد و تکلیف.

جلسه پنجم: قاب‌بندی مجدد مشکل بر اساس نیازهای دلبستگی و هیجانات زیربنایی چرخه که با آن همراه است خلاصه‌سازی جلسه قبل و بررسی تکلیف جلسه قبل؛ قاب‌بندی مجدد مشکل؛ افزایش آشنایی با نیازهای دلبستگی و جنبه‌هایی از خود که طرح و انکار شده؛ بررسی عوامل مربوط به رابطه زناشویی در خیانت زناشویی؛ تمرکز بر صمیمیت زناشویی زوجین و مؤلفه‌های آن؛ آگاهی از میزان صمیمیت زناشویی زوجین و کسب مهارت‌های لازم؛ بازخورد و ارائه تکلیف.

جلسه ششم: افزایش پذیرش هر یک از زوجین نسبت به تجربه، خلاصه‌سازی جلسه قبل و بررسی تکلیف جلسه قبل؛ افزایش پذیرش هر یک از زوجین از تجربه زوج دیگر؛ بازگو کردن علایم دلزدگی از طرف درمانگر و بررسی آن در رابطه زوجین؛ احساس نزدیکی با هیجانات طرد شده.

جلسه هفتم: تسهیل ابراز نیازها و خواسته‌ها برای بازسازی تعامل بر اساس درک جدید و خلق رویدادهای پیوند دهنده و اگاهی از احساسات و هیجانات یکدیگر، خلاصه‌سازی جلسه قبل و بررسی تکلیف جلسه قبل؛ تسهیل ابراز نیازها و خواسته‌ها؛ خلق رویدادهای پیوند دهنده، بازخورد و تکلیف.

جلسه هشتم: تسهیل ظهور راه‌حل‌های جدید به مشکلات قدیمی، خلاصه‌سازی جلسه قبل و بررسی تکلیف جلسه قبل؛ ایجاد راه‌حل‌های جدید به مشکلات قدیمی؛ زوجین به دلیل فضای ایمن و قابل اعتمادی که ایجاد شده به کشف راه‌حل‌های تازه می‌پردازند و از نظر هیجانی با هم درگیر می‌شوند و آرام‌آرام برای بخشیدن آماده می‌شوند؛ بازخورد، ارائه تکلیف.

جلسه نهم: ۸- تحکیم جایگاه‌ها و چرخه‌های جدید رفتار دلبستگی و خاتمه دادن به درمان خلاصه‌سازی جلسه قبل و بررسی تکلیف جلسه قبل؛ درمانگر پیشرفت‌های زوجین را مرور و از طریق برجسته ساختن چرخه‌های تعادلی مثبت و مقایسه آن با چرخه‌های ناکارساز قبلی این پیشرفت‌ها را یادآوری می‌کند، حمایت از توانمندی‌های زوجین برای تداوم تغییر است؛ بررسی اظهارنظر زوج‌ها در میزان دستیابی به اهداف تعیین‌شده؛ مرور بر مداخلات صورت گرفته، جمع‌بندی؛ خاتمه درمان، اجرای پیش‌آزمون‌ها، تعیین زمان مرحله پیگیری.

این پژوهش برخی اصول اخلاقی از جمله ارائه اطلاعاتی کتبی درباره پژوهش به شرکت‌کنندگان، دادن اطمینان خاطر به افراد درباره رعایت محرمانه بودن اطلاعات به‌دست‌آمده و استفاده از آن فقط در امور پژوهشی، داوطلبانه بودن مشارکت در مطالعه و عدم ثبت نام و نام خانوادگی ایشان به منظور رعایت حریم خصوصی، حق خروج از مطالعه، بدون ضرر بودن مداخلات درمانی، پاسخ به سوالات و در اختیار قرار دادن نتایج در صورت تمایل به شرکت‌کنندگان و ارائه جلسات مداخله به صورت فشرده به شرکت‌کنندگان گروه کنترل بعد از اجرای

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

مرحله پیگیری را رعایت نمود. افزون بر این این پژوهش با کد اخلاق به شماره IR.IAU.KHUISF.REC.1398.015 در دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان) به ثبت رسیده است. در این پژوهش از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی LSD) و نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

یافته‌ها

در این پژوهش ۴۵ زن مبتلا به خیانت زناشویی در سه گروه گواه، آزمایش ۱ و آزمایش ۲ شرکت داشتند که میانگین سن گروه گواه ۲۷/۰۰ (با انحراف معیار ۶/۷۶)، میانگین سن گروه آزمایش یک (تعهدافزایی) (۳۰/۳۳) برابر با (با انحراف معیار ۵/۸۶) و میانگین سن گروه آزمایش دو (هیجان مدار) برابر با ۲۸/۴۰ (با انحراف معیار ۴/۴۶) بود. همچنین، میانگین مدت ازدواج گروه گواه ۵/۴۴ (با انحراف معیار ۲/۴۵)، میانگین مدت ازدواج گروه آزمایش یک برابر با ۸/۹۳ (با انحراف معیار ۳/۱۹) و میانگین مدت ازدواج گروه آزمایش دو (هیجان مدار) برابر با ۶/۳۰ (با انحراف معیار ۴/۰۲) بود. میانگین سطح تحصیلات گروه گواه ۲/۵۵ (با انحراف معیار ۰/۷۲)، میانگین سطح تحصیلات گروه آزمایش یک برابر با ۲/۹۳ (با انحراف معیار ۰/۷۰)، میانگین سطح تحصیلات گروه آزمایش دو برابر با ۲/۷۰ (با انحراف معیار ۱/۰۳) بود.

در این پژوهش به منظور بررسی تغییرات هر آزمودنی در هر گروه طی زمان (از پیش‌آزمون تا پیگیری) از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر تکراری استفاده شد؛ بنابراین، جهت کاربرد این روش آماری به بررسی پیش فرض‌های آن پرداخته شد. جهت بررسی نرمال بودن نمرات داده‌ها از آزمون شاپیرو ویلک استفاده شد. نتایج برای پیش‌آزمون دلزدگی زناشویی در سه گروه آزمایش یک، دو و کنترل به ترتیب ۰/۹۱۸ (P=۰/۱۷۸)، ۰/۸۹۷ (P=۰/۰۸۵) و ۰/۹۸۵ (P=۰/۹۹۱) و برای پس‌آزمون ۸۷۹ دلزدگی زناشویی در سه گروه آزمایش یک، دو و کنترل به ترتیب ۰/۸۹۹ (P=۰/۰۹۲)، ۰/۸۹۴ (P=۰/۰۷۷) و ۰/۹۸۷ (P=۰/۹۹۷) و پس‌آزمون مرحله پیگیری برای دلزدگی زناشویی در سه گروه آزمایش یک، دو و کنترل به ترتیب ۰/۹۱۱ (P=۰/۱۳۹)، ۰/۹ (P=۰/۰۹۶) و ۰/۹۸۶ (P=۰/۹۹۵) بود. همچنین، نتایج این آزمون برای پیش‌آزمون بخشودگی در سه گروه آزمایش یک، دو و کنترل به ترتیب ۰/۹۵۸ (P=۰/۶۶)، ۰/۹۳۸ (P=۰/۳۵۴) و ۰/۹۱۲ (P=۰/۱۴۳) و برای پس‌آزمون بخشودگی در سه گروه آزمایش یک، دو و کنترل به ترتیب ۰/۹۴۷ (P=۰/۴۸۳)، ۰/۹۴، (P=۰/۳۸) و ۸۹۱ (P=۰/۰۷) بود و برای مرحله پیگیری بخشودگی در سه گروه آزمایش یک، دو و کنترل به ترتیب ۰/۹۵ (P=۰/۵۳)، ۰/۹۳۹ (P=۳۷۴) و ۰/۹۶ (P=۰/۰۹۴) بود که نشان می دهد نمرات دلزدگی و بخشودگی در هر سه گروه نرمال است و این پیش‌فرض استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری رعایت شده است. به منظور بررسی پیش‌فرض برابری واریانس ها از آزمون لوین استفاده شد. نتایج آن برای پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دلزدگی زناشویی به ترتیب ۰/۴۲۲ (P=۰/۶۵۹)، ۱/۱۷۰ (P=۰/۳۲۰) و ۱/۳۹۷ (P=۰/۲۵۹) و برای پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری بخشودگی به ترتیب ۲/۴۰۱ (P=۰/۱۸۵)، ۱/۶۵۰ (P=۰/۲۹۵) و ۲/۴۳۳ (P=۰/۱۶۰) بود که نشان می دهد واریانس دلزدگی زناشویی و بخشودگی با هم تفاوت معنادار ندارد و این پیش‌فرض استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری رعایت شده است. به منظور بررسی برابری واریانس متغیر وابسته از آزمون باکس استفاده شد. نتیجه این آزمون برای دلزدگی زناشویی ۴/۷۲ (P=۰/۱۵۴) و برای بخشودگی ۴/۰۰ (P=۰/۲۸۲) بود که نشان می دهد تفاوت واریانس دلزدگی زناشویی و بخشودگی گروه‌ها در سه بار اندازه‌گیری غیر معنادار است و این پیش‌فرض استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری نیز رعایت شده است. همچنین، به منظور برابری واریانس نمرات متغیر وابسته در گروه‌ها در سه مرحله اندازه‌گیری درکل از آزمون ماچلی استفاده شد که نتیجه آن برای دلزدگی ۰/۱۴۰ (P=۰/۱۶۲) و برای بخشودگی ۰/۰۷۶ (P=۰/۰۵۵) بود که نشان می‌دهد که واریانس متغیرهای وابسته در سه مرحله در کل با هم تفاوت معناداری ندارد و این پیش‌فرض استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری رعایت شده است؛ بنابراین، از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر به منظور بررسی تغییرات هر آزمودنی در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری استفاده شد. در جدول ۱ نتایج تحلیل واریانس اندازه‌های مکرر دلزدگی زناشویی و بخشودگی بر حسب گروه‌ها نشان داده شده‌است.

جدول ۱. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌های مکرر دلزدگی زناشویی و بخشودگی بر حسب گروه

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

منبع تغییرات	متغیرها		SS	df	MS	F	*p*	مجذور اتا	توان آزمون
دلزدگی زناشویی	درون آزمودنی‌ها	عامل ۱(زمان)	۱۰۰۵/۳۳۷	۱	۱۰۰۵/۳۳۷	۲۱۷/۴۵۱	۰/۰۰۰	۰/۸۳۸	۱/۰۰۰
		عامل ۱*گروه	۵۴۸/۹۸۵	۲	۲۹۲/۴۹۳	۶۳/۲۶۵	۰/۰۰۰	۰/۷۵۱	۱/۰۰۰
		خطا	۱۹۴/۱۷۸	۴۲	۴/۶۲۳				
	بین آزمودنی‌ها	گروه	۱۱۳۵۱/۳۰۴	۲	۵۶۷۵/۶۵۲	۱۲/۱۹۷	۰/۰۰۰	۰/۳۶۷	۰/۹۹۳
بخشودگی	درون آزمودنی‌ها	عامل ۱(زمان)	۱۳۶۴/۶۲۶	۱	۱۳۶۴/۶۲۶	۲۴۸/۹۰۴	۰/۰۰۰	۰/۸۵۶	۱/۰۰۰
		عامل ۱*گروه	۹۹۰/۲۷۴	۲	۴۹۵/۱۳۷	۹۰/۳۱۲	۰/۰۰۰	۰/۸۱۱	۱/۰۰۰
		خطا	۲۳۰/۲۶۷	۴۲	۵/۴۸۳				
	بین آزمودنی‌ها	گروه	۹۸۲۶/۲۳۷	۲	۴۹۱۳/۱۱۹	۴۷/۷۱۶	۰/۰۰۰	۰/۶۹۴	۱/۰۰۰

جدول ۲. نتایج تحلیل آزمون LSD به منظور مقایسه تفاوت میانگین گروه‌ها در دلزدگی زناشویی و بخشودگی

متغیرها	گروه	تفاوت میانگین	SD	*p*	کران پایین	کران بالا
دلزدگی زناشویی	گروه بسته مشاوره مبتنی بر تعهدافزایی- روش هیجان‌مدار	-۱۳/۴۰۰*	۴/۵۴۸	۰/۰۰۵	-۲۲/۵۷۸	-۴/۲۲۲
	گروه بسته مشاوره مبتنی بر تعهدافزایی-گروه کنترل	-۲۲/۳۱۱*	۴/۵۴۸	۰/۰۰۰	-۳۱/۴۸۹	-۱۳/۱۳۴
	مشاوره به روش هیجان مدار-گروه کنترل	-۸/۹۱۱	۴/۵۴۸	۰/۰۵۷	-۱۸۰/۰۸۹	۰/۲۶۶
بخشودگی	گروه بسته مشاوره مبتنی بر تعهدافزایی- روش هیجان‌مدار	۱۳/۴۴۴*	۲/۱۳۹	۰/۰۰۰	۹/۱۲۷	۱۷/۷۶۲
	گروه بسته مشاوره مبتنی بر تعهدافزایی -گروه کنترل	۲۰/۵۷۸*	۲/۱۳۹	۰/۰۰۰	۱۶/۲۶۱	۲۴/۸۹۵
	مشاوره به روش هیجان مدار-گروه کنترل	۷/۱۳۳*	۲/۱۳۹	۰/۰۰۲	۲/۸۱۶	۱۱/۴۵۰

همان طوری که در جدول ۱ مشخص است، بر حسب نمرات حاصل از (گروه‌ها) اثر اصلی عامل زمان برای متغیرهای دلزدگی زناشویی و بخشودگی معنادار می‌باشد؛ به عبارت دیگر، میانگین‌های برآورده شده‌ی نمرات دلزدگی زناشویی و بخشودگی از مرحله پیش‌آزمون به مرحله‌ی پس‌آزمون و پیگیری در کل، تفاوت معناداری را نشان می‌دهد ($p<۰/۰۵$). اثر اصلی عامل عضویت گروهی (گروه‌ها) برای متغیرهای دلزدگی زناشویی و بخشودگی معنادار به دست آمد. بدین معنی که گروه‌های پژوهشی در مجموع، از نظر نمرات دلزدگی زناشویی و بخشودگی تفاوت معناداری را نشان می‌دهد ($p<۰/۰۵$). تعامل عامل زمان و عضویت گروهی (شرایط پژوهشی) برای تمام متغیرهای از نظر آماری معنادار به دست آمد؛ به عبارت دیگر، روند تغییرات نمرات متغیرها از پیش‌آزمون به پس‌آزمون در بین گروه‌ها تفاوت معناداری داشته است ($p<۰/۰۵$). به منظور مشخص شدن تفاوت بین گروه‌ها از آزمون تعقیبی LSD استفاده شد. این آزمون یکی از قدیمی ترین و قوی ترین آزمون‌ها برای مقایسه پس از تجربه است. درصورتی که تعداد میانگین‌ها از سه تا بیشتر نباشد، بهتر است از این آزمون استفاده شود؛ اما اگر میانگین‌های مورد مقایسه بیش از سه مورد باشد، بهتر است سایر آزمون‌ها مورد استفاده قرار گیرد. آزمون حداقل تفاوت معنی‌دار (LSD) بسیار مشابه آزمون تفاوت معنی‌دار راستین (HSD) است. آزمون حداقل تفاوت معنی‌دار (LSD) از روش مرسوم تفاوت معنادار راستین HSD روش سخت‌گیرانه‌تری است (۶۵). این آزمون مناسب ترین آزمون است و با دقت و توان بالا تفاوت میانگین بین سه گروه و نیز جهت تفاوت را از طریق علامت‌های حد بالا و پایین خود تشخیص می‌دهد (۶۶). برای اجرای این آزمون توجه به دو نکته دارای اهمیت است؛ اول آنکه این آزمون بهتر است زمانی استفاده شود که مقدار F در جدول آنالیز واریانسی معنی‌دار شده باشد و دوم تعداد گروه ها زیاد نباشد. کارمر و اسوانسن در مطالعه‌ای که در مورد تعدادی از روش های مقایسه‌ای چندگانه انجام دادند، اعلام کردند که روش بسیار مؤثری برای نشان دادن اختلاف‌های واقعی میانگین‌ها می‌باشد، مشروط بر اینکه تنها پس از معنی‌دار بودن آزمون F تجزیه واریانس استفاده شود (۶۷). لازم به ذکر است که آزمون بونفرونی توان اندکی در قابلیت تشخیص تفاوت و تمایز بین گروه ها دارا است؛ یعنی تفاوت باید بسیار آشکار و چشمگیر باشد تا بتوان توسط این آزمون، معناداری تفاوت بین گروه های مستقل را تأیید نمود. این دلیلی محکم بر محافظه‌کار بودن این آزمون است. البته به دلیل انعطاف بالا و سادگی محاسبات در دسته آزمون‌های تعقیبی متداول قرار می‌گیرد. (۶۵). جدول ۲ نتایج این تحلیل را نشان می‌دهد.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

مطابق با یافته‌های گزارش شده در جدول ۲، تفاوت میانگین متغیرهای دلزدگی زناشویی و بخشودگی بین گروه آزمایش روش بسته مشاوره زناشویی برگرفته از نظریه تعهدافزایی با گروه آزمایش روش زوج‌درمانی هیجان مدار معنادار است. در نتیجه تغییرات میانگین دلزدگی زناشویی و بخشودگی در گروه آزمایش روش بسته تعهدافزایی دال بر اثربخشی بیشتر این روش نسبت به سایر گروه‌هاست. در نتیجه می‌توان گفت روش بسته تعهدافزایی در مقایسه با روش زوج‌درمانی هیجان مدار موثرتر است. با توجه به معنادار شدن نتایج آزمون اندازه‌های مکرر، از طریق پس‌آزمون، آزمون t – زوجی به منظور مقایسه زوجی نمرات میانگین متغیرهای وابسته در سه مرحله زمانی (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) به تفکیک هر یک از سه رویکرد (کنترل، هیجان‌مدار و بسته‌ی تعهد افزایی) انجام شد که نتایج آن در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳. نتایج مقایسه آزمون t -زوجی نمرات میانگین متغیرهای وابسته در سه مرحله زمانی

متغیرهای وابسته	گروه‌ها	مراحل زمانی	تفاوت میانگین	خطای استاندارد	p
بخشودگی	کنترل	پیش‌آزمون . پس‌آزمون	-۰/۰۷	۰/۳۳	۰/۸۴
		پیش‌آزمون-. پیگیری	-۰/۲۰	-۱/۰۴	۰/۶۲
		پس‌آزمون- پیگیری	-۰/۱۳	-۰/۶۴	۰/۵۸
	هیجان مدار	پیش‌آزمون . پس‌آزمون	۱۲/۳۳	۹/۸۸	۰/۰۰
		پیش‌آزمون-. پیگیری	۱۲/۴۰	۹/۸۸	۰/۰۰
		پس‌آزمون- پیگیری	۰/۰۷	-۰/۳۲	۰/۷۲
	تعهد افزایی	پیش‌آزمون . پس‌آزمون	۲۸/۱۳	۲۳/۴۱	۰/۰۰
		پیش‌آزمون-. پیگیری	۲۸/۱۳	۲۳/۴۵	۰/۰۰
		پس‌آزمون- پیگیری	۰/۰۰	-۰/۵۹	۱/۰۰
دلزدگی زناشویی	کنترل	پیش‌آزمون . پس‌آزمون	۰/۲۷	-۰/۱۲	۰/۱۶
		پیش‌آزمون-. پیگیری	۰/۳۳	-۰/۲۵	۰/۲۴
		پس‌آزمون- پیگیری	۰/۰۷	-۰/۳۲	۰/۷۲
	هیجان مدار	پیش‌آزمون . پس‌آزمون	-۱۳/۷۳	-۱۶/۱۴	۰/۰۰
		پیش‌آزمون-. پیگیری	-۱۳/۶۰	-۱۶/۲۵	۰/۲۲
		پس‌آزمون- پیگیری	۰/۱۳	-۰/۲۸	۰/۵۰
	تعهد افزایی	پیش‌آزمون . پس‌آزمون	-۲۱/۰۰	-۲۵/۶۵	۰/۰۰
		پیش‌آزمون-. پیگیری	-۲۰/۹۳	-۲۵/۷۴	۰/۰۰
		پس‌آزمون- پیگیری	۰/۰۷	-۰/۳۳	۰/۷۲

مطابق با یافته‌های گزارش شده در جدول ۳ سطح معناداری در رویکرد هیجان‌مدار در مقایسه گروه های پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون برای هر دو متغیر بخشودگی و دلزدگی تفاوت معناداری داشته است ($p<۰/۰۵$). بطوریکه افزایش بخشودگی و کاهش دلزدگی را نتیجه می دهد. همچنین سطح معناداری در رویکرد تعهدافزایی نیز در مقایسه گروه های پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون برای هر دو متغیر بخشودگی و دلزدگی تفاوت معناداری داشته است ($p<۰/۰۵$). بطوریکه افزایش بخشودگی و کاهش دلزدگی را نتیجه می دهد و در مقایسه با رویکرد هیجان تفاوت بیشتری قابل مشاهده است. به طور کلی نتایج گروه پیگیری نشان از پایداری نتایج متاثر از مداخله درمانی بر اثر گذشت زمان دارد و سطح معناداری در رویکرد کنترل در مقایسه دوبه دو در سه گروه برای هر دو متغیر بخشودگی و دلزدگی تفاوت معناداری نداشت.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی بسته مشاوره مبتنی بر تعهدافزایی و روش زوج‌درمانی هیجان مدار بر بخشودگی و دلزدگی زناشویی در زنان متأهل مبتلا به خیانت مجازی انجام شد. اولین نتیجه پژوهش حاضر نشان داد که بسته تعهد افزایی و روش هیجان مدار بر کاهش دلزدگی زناشویی و افزایش بخشودگی در زنان مبتلا به خیانت زناشویی مجازی تاثیر

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

معنی‌داری و پایداری دارد. این نتیجه به طور غیر مستقیم با نتایج پژوهش (۶۸-۷۱) که از روش های درمانی متفاوت اما دارای عوامل مشترکی، برای بهبود تعهد و دلزدگی زناشویی استفاده کرده اند، همسو است.

روش تعهد افزایی که روش آموزشی مبتنی بر الگوی بافت، فنون نظریه هیجان مدار و نظریه گاتمن است با به‌کارگیری فنونی، موجب می‌شود فرد با دید بازتری با مشکل برخورد کند، بر زندگی خود کنترل بیشتری داشته باشد و از این طریق احساس امیدواری بیشتری نماید؛ بنابراین، این امید و کنترل در زندگی می تواند بر بهبود جنبه‌های متفاوت افراد مؤثر باشد. ازجمله این فنون می‌توان به روشن‌سازی تجارب هیجانی، شناخت افکار و رفتارهای ناشی از دلزدگی، نقش نیازها در شکل‌گیری دلزدگی، بیان تفاوت نیاز و نیازمندی، نیازهای خانواده موفق و تفاوت آن با نیازهای فردی و مدیریت یکنواختی هیجانی اشاره کرد. در زمینه اثربخشی روش تعهدافزایی بر بخشودگی می‌توان گفت ازآنجاکه بخشودگی توانایی فرد برای درک رنج دیگران، رنج خود و کاهش خشم و نفرت نسبت به خود، دیگران و موقعیت‌هاست و مستلزم آرامش و فروکش کردن هیجانات داغ در افراد است؛ بنابراین، به نظر می‌رسد بکارگیری فنونی نظیر پردازش هیجانات منفی باعث می‌شود که فرد بدون اجتناب از درد آن را عمیق‌تر تجربه کند و با شناخت نیازهای اساسی خود و شناخت راه‌های خطرناکی که برای رفع آن‌ها برگزیده بود بتواند همدلی، درک دنیای دیگران، فهم نقش خود در موقعیت‌های ناراحت‌کننده را داشته باشد (۷۲). همچنین در این روش سازوکارهایی مانند پردازش تجارب هیجانی، مدیریت یکنواختی شناخت افکار ناشی از دلزدگی شناخت نیازها و روش های مخرب رفع نیازها کمک کرده تا زنان بتوانند از ابعاد دیگری به زندگی نگاه کنند و شناخت منعطف‌تری داشته باشند برای مثال آنان با شش نیازمندی خطرناک که عبارت بودند از نیاز به امنیت، به نداشتن اضطراب، عدم احساس تنهایی، نیاز به توجه، تفریح و تجربه‌های لذت‌بخش نو که عدم ارضای درست آن‌ها موجبات تجربه هیجانات منفی در فرد را فراهم کرده و در نتیجه به نظر می‌رسد، توان فرد را برای بخشش خود و دیگران کاهش و دلزدگی از روابط را افزایش می‌دهد؛ اما آموزش فنون کاهش نیازمندی، انتظارات و توقعات فرد را کاهش داده و در نتیجه فرد را مستعد کاهش استرس و پریشانی کرده است. ازاین‌رو به نظر می‌رسد فنون کاهش نیازمندی بر بهبود بخشودگی و کاهش دلزدگی زنان مبتلا به خیانت مؤثر بوده است(۷۲). نتیجه بعدی پژوهش نشان داد که روش هیجان مدار بر کاهش دلزدگی زناشویی و افزایش بخشودگی زنان مبتلا به خیانت زناشویی تاثیر معنی‌دار و پایداری دارد. این نتیجه با یافته‌های پژوهش‌های قبلی(۲۴, ۳۵, ۵۴, ۷۳, ۷۴) همسو است. به طور کلی نتایج پژوهش‌های مذکور و پژوهش حاضر نشان می دهد که به طور کلی نتایج پژوهش‌های مذکور و پژوهش حاضر نشان می دهد که درمان هیجان مدار موجب تغییراتی در پردازش و درک هیجانات، پذیرش هیجانات خود، درک هیجانات و نیازهای خود و همسر و بخشش و تغییر الگوهای تعاملی زوجین می شود. زوج‌درمانی هیجان‌مدار خیانت زناشویی را نوعی جراحت دلبستگی در ارتباط می‌داند. جراحت دلبستگی به رخدادی حیاتی برمی‌گردد که ضمن آن همسر درمی‌یابد نمی‌تواند روی طرف مقابل حساب کند. جراحت‌های دلبستگی به‌عنوان تخطی‌های صورت‌گرفته از پیوند انسانی در نظر گرفته می‌شوند که به شکل ترک‌شدگی‌ها و خیانت در مواقع بحرانی بروز می‌یابند؛ آنگاه این تخطی‌ها موجب ایجاد یا تشدید ناامنی در یک پیوند دلبستگی می‌شوند (۷۵). برنامه غنی‌سازی ازدواج هیجان‌مدار در جلسات پایانی خود به بخشش آسیب‌ها و زخم-های دلبستگی می‌پردازد. در واقع با آشکارسازی هیجانات و نیازهای دلبستگی در طی جلسات و پاسخ‌گویی شریک صمیمی به نیازها و ابراز پشیمانی و تقاضای بخشش، موجبات کاهش دلزدگی زناشویی (۳۵)، بخشش و ایجاد مجدد پیوند هیجانی می‌شود (۷۶). به عبارت دیگر، همسر آسیب‌زننده با در دسترس بودن و پاسخگو بودن واکنش نشان می‌دهد که این امر موجب ایجاد درک و تفاهم بین زوجین می‌شود و پذیرش اشتباه و بخشش می‌شود (۶۴). هدف عمده این رویکرد این است که به زوجین کمک کند تا نیازها و گرایش‌های اصلی و نگرانی‌های دلبستگی یکدیگر را شناسایی کرده و ابراز کنند (۷۷). در واقع، این الگو درمانی پیوندهای بسیار محکمی میان زوجین ایجاد می‌کند که در آن هر دو زوجی قدری از نظر هیجانی درگیر نیازهای یکدیگر می‌شوند و به نیازهای یکدیگر پاسخ می‌دهند که بنای اعتماد، صمیمت و همبستگی در میان آن‌ها گذاشته می‌شود (۳۸). بدین طریق فرد آسیب‌دیده نشخوارهای فکری و هیجاناتی که باعث آشفتگی‌اش می‌شوند را با تجربه‌های درمانی جایگزین می‌کند (۲۴)و رضایت زناشویی بیشتری را در رابطه تجربه می‌کنند (۳۵). نتیجه مقایسه دو روش تعهد افزایی و هیجان مدار نشان داد که روش تعهد افزایی بر افزایش میزان بخشودگی و کاهش دلزدگی زناشویی زنان مبتلا به خیانت

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

مجازی مؤثرتر از روش هیجان مدار بود و تفاوت معنی‌داری بین این دو روش وجود داشت. هر چند که پژوهش‌ها (۳۵) نیز نشان می‌دهند که درمان هیجان مدار بر بخشودگی زناشویی تاثیر چندانی دارد و این روش دارای مفاهیم مشترکی با روش تعهدافزایی است؛ اما این پژوهش نشان داد که روش تعهدافزایی بر بخشودگی تاثیر بیشتری دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت، ازآنجاکه بسته آموزشی تعهدافزایی برگرفته از تجارب زنانی ایرانی بود که خود مبتلا به خیانت مجازی شده بودند، پس اطلاعات بکر و دقیقی را در اختیار قرار دادند که منتج به بسته آموزشی تعهدافزایی متناسب با تجربه خیانت و معنای آن نزد زنان ایرانی شد. بنابراین، ازآنجاکه این روش مبتنی بر بافت بومی و فرهنگی خانواده در ایران و سبک زوجی زندگی ایرانی بود، به نظر می‌رسد که متناسب با نیازهای این زنان در درمان باشد؛ نیازها، باورها و افکاری که ممکن است در روش درمان هیجان مدار نادیده گرفته شده باشند. همچنین، این پژوهش نشان داد که روش هیجان مدار بر بهبود دلزدگی زناشویی زنان مبتلا به خیانت مجازی نسبت به روش تعهدافزایی برگرفته از نظریه‌ای زمینه‌ای تاثیر بیشتری داشته است. ازآنجاکه درمان هیجان مدار با تمرکز بر رابطه عاطفی زوجین به رفع مشکلات ارتباطی آن‌ها می‌پردازد؛ چراکه زیربنای الگوهای ارتباطی طبق این رویکرد، دلبستگی است؛ در واقع در زندگی زناشویی وقتی دلبستگی یکی از زوجین آسیب می‌بیند، آشفتگی در روابط ایجاد می‌شود. در درمان هیجان مدار زمانی که چرخه تعاملی زوجین تغییر یابد به‌سوی پیوند ایمن پیش می‌روند و آشفتگی و روابطی که منجر به دلزدگی زناشویی زوجین می شود کاهش می‌یابد (۵۱). درنهایت، به منظور نتیجه‌گیری نهایی پژوهش حاضر می‌توان گفت که هر دو رویکرد بر بهبود دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان مبتلا به خیانت مجازی مؤثر بوده اند. همچنین، بین دو روش تعهدافزایی و هیجان مدار از لحاظ میزان اثرگذاری بر دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان مبتلا به خیانت مجازی تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ به‌طوری‌که روش تعهدافزایی از روش هیجان مدار بر دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان مبتلا به خیانت مجازی اثربخشی بیشتری داشته است. درنهایت، به منظور نتیجه‌گیری نهایی پژوهش حاضر می‌توان گفت که هر دو رویکرد بر بهبود دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان مبتلا به خیانت مجازی مؤثر بوده اند. همچنین، بین دو روش تعهدافزایی و هیجان مدار از لحاظ میزان اثرگذاری بر دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان مبتلا به خیانت مجازی تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ به‌طوری‌که روش تعهدافزایی از روش هیجان مدار بر دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان مبتلا به خیانت مجازی اثربخشی بیشتری داشته است. پژوهش حاضر مانند سایر پژوهش‌ها دارای محدودیت‌هایی بوده است. ازآنجاکه زنان آزمودنی متعلق به شهر اصفهان بودند در تعمیم‌یافته‌ها به سایر شهرها باید محتاط بود. بنابراین، پیشنهاد می‌شود که در دیگر مناطق و شهرهای کشور این پژوهش تکرار شود. همچنین، روش نمونه‌گیری پژوهش حاضر به صورت نمونه‌گیری در دسترس بوده است؛ پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آتی از روش نمونه‌گیری تصادفی جهت تعمیم دهی بهتر استفاده شود. به علاوه، ازآنجاکه روش تعهدافزایی نسبت به روش هیجان مدار بر دلزدگی زناشویی و بخشودگی زنان متأهل مبتلا به خیانت مجازی مؤثرتر بوده است؛ بنابراین، پیشنهاد می‌شود که این روش با دیگر روش های مطرح در درمان خیانت زناشویی مجازی و غیر مجازی مقایسه شود و همچنین اثربخشی آن بر دیگر متغیرهای خانوادگی و زناشویی بررسی گردد. در نهایت، به مشاوران و درمانگران خانواده پیشنهاد می‌شود که از یافته‌های این پژوهش در راستای مداخلات بالینی، پیشگیری و آموزشی استفاده کنند و از این روش درجهت کاهش تعارضات زناشویی و بهبود روابط زوجین بهره برند.

تقدیر و تشکر

گروه پژوهش بر خود لازم می‌داند از تمامی زوجینی که نهایت همکاری را با پژوهشگران داشته‌اند، کمال تشکر و قدردانی را داشته باشد.

References

1. Leeker O, Carlozzi A. Effects of sex, sexual orientation, infidelity expectations, and love on distress related to emotional and sexual infidelity. Journal of marital and family therapy. 2014;40(1):68-91.
2. Staples JM. Couples' Process of Healing from Infidelity While in Therapy: UNLV Theses, Dissertations, Professional Papers, and Capstones. 1779.; 2012.
3. Adams AN. Social networking sites and online infidelity: Walden University; 2017.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

4. Antolik B, Zander A. College student's definitions of infidelity. 2010.
5. Abdi MR, Khoshkonesh A, Porebrahim T, Mohammadi R. A survey of Attachment Style and Marital Satisfaction of Those Who are involved in Internet Infidelity. Journal of Psychological Studies. 2012;8(3):135-58.
6. Hertlein KM, Blumer ML. The couple and family technology framework: Intimate relationships in a digital age: Routledge; 2013.
7. Moller NP, Vossler A. Defining Infidelity in Research and Couple Counseling: A Qualitative Study. Journal of Sex & Marital Therapy. 2015;41(5):487-97.
8. Whitty MT. Pushing the wrong buttons: Men's and women's attitudes toward online and offline infidelity. CyberPsychology & Behavior. 2003;6(6):569-79.
9. Sahni SP, Jain G. Internet infidelity: An interdisciplinary insight in a global context: Springer; 2018.
10. Hertlein KM, Piercy FP. Internet Infidelity: A Critical Review of the Literature. The Family Journal. 2006;14(4):366-71.
11. Millner VS. Internet Infidelity: A Case of Intimacy With Detachment. The Family Journal. 2008;16(1):78-82.
12. Alavi M, Kye Mei T, Mehrinezhad SA. The Dark Triad of personality and infidelity intentions: The moderating role of relationship experience. Personality and Individual Differences. 2018;128:49-54.
13. Allen ES, Atkins DC. The Association of Divorce and Extramarital Sex in a Representative U.S. Sample. Journal of Family Issues. 2012;33(11):1477-93.
14. MALEKASGAR S, MAZAHERI M, Fata L, MOOTABI F, Heydari M. Schema Therapists Views about the Role of Schema Component in Marital Infidelity: a Qualitative Study. 2020.
15. Ignat R. 704 Infidelity, impulsivity, attachment and distorted cognitions. The Journal of Sexual Medicine. 2018;15(7):S401.
16. Miller SL, Maner JK. Sex differences in response to sexual versus emotional infidelity: The moderating role of individual differences. Personality and Individual Differences. 2009;46(3):287-91.
17. kamalju a, Narimani M, atadokht a, Abolghasami A. The prediction of affairs based on spiritual intelligence, moral intelligence, marital satisfaction, and use of virtual social networks with moderating role of gender. Family Counseling and Psychotherapy. 2017;6(2):39-67.
18. SOUDANI M, KARIMI J, MEHRABIZADEH M, NEISI A. Effectiveness of emotion oriented couple therapy on reducing the damage caused by marital infidelity. 2012.
19. Enayat Gholampour M, Abdollahzadeh H. Relationship between Personality Traits, Early Maladaptive Patterns, Optimism and Pessimism with Justification of Infidelity in Married Couples. Journal of Nursing Education. 2017;5(2):8-14.
20. Jackman M. Understanding the Cheating Heart: What Determines Infidelity Intentions? Sexuality & Culture. 2015;19(1):72-84.
21. Gordon KC, Baucom DH, Snyder DK. An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. Journal of marital and family therapy. 2004;30(2):213-31.
22. Samadi Kashan S, Pourghnad M, zamani ms. Marital Infidelity: Exploring Views, Factors and Consequences. Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ). 2019;8(4):165-76.
23. Oppenheimer M. Recovering from an extramarital relationship from a non-systemic approach. American journal of psychotherapy. 2007;61(2):181.
24. iamni rad a, Golmohmmadian M, Moradi o, Godarzi m. The effectiveness of emotion-oriented couple therapy on forgiveness and communication beliefs of couples involved in marital infidelity. The Journal Of Psychological Science. 2021;20(100):653-65.
25. Sandage SJ, Williamson I. Forgiveness in cultural context. Handbook of forgiveness: Routledge; 2007. p. 65-80.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

26. Backus LN. Establishing links between desecration, forgiveness, and marital quality during pregnancy: Bowling Green State University; 2009.
27. Chuick CD. Gender and infidelity: a study of the relationship between conformity to masculine norms and extrarelational involvement. 2009.
28. Fincham FD, Beach SR, Davila J. Forgiveness and conflict resolution in marriage. Journal of family Psychology. 2004;18(1):72.
29. Modarresi F, Zahedian H, Hashemi Mohammad Abad S. The Rate of Marital Fidelity and Quality of Love in Divorce Applicants with and Without Marital Infidelity Precedent. Armaghane danesh. 2014;19(1):78-88.
30. Vladut CI, Kállay É. WORK STRESS, PERSONAL LIFE, AND BURNOUT. CAUSES, CONSEQUENCES, POSSIBLE REMEDIES:-A theoretical review. Cognition, Brain, Behavior. 2010;14(3):261.
31. Amato PR, Keith B. Parental divorce and adult well-being: A meta-analysis. Journal of Marriage and the Family. 1991:43-58.
32. Ziaee T, Jannati Y, Mobasheri E, Taghavi T, Abdollahi H, Modanloo M, et al. The relationship between marital and sexual satisfaction among married women employees at Golestan University of Medical Sciences, Iran. Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences. 2014;8(2):44.
33. Bakker AB, Demerouti E, Schaufeli WB. The crossover of burnout and work engagement among working couples. Human Relations. 2005;58(5):661-89.
34. Rostami M, Taheri A, Abdi M, Kermani N. The Effectiveness of Instructing Emotion-focused Approach in Improving the Marital Satisfaction in Couples. Procedia - Social and Behavioral Sciences. 2014;114:693-8.
35. Ghafarolahi E, Etemadi O, Yousefi Z, Abedi M, Torkan H. The Effects of Emotion-Focused Couple Therapy on Marital Burnout and Forgiveness of Married Women's Online Marital Infidelity. Middle Eastern Journal of Disability Studies. 2020;10:189-.
36. Allan R. The Use of Emotionally Focused Therapy with Separated or Divorced Couples. Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy. 2016;50(3s).
37. Tanbakouchian R, Zanganeh F, Bayat MR. Compare the Effectiveness of Emotion-Focused and Schema Therapy Approaches on Ambiguity Resilience, and Self-Control of Women with Marital Burnout. Journal of Research in Behavioural Sciences. 2021;19(1):1-12.
38. Goldenberg I, Stanton M, Goldenberg H. Family therapy: An overview. Cengage learning. 2017.
39. Farshidmanesh F, Davoudi H, Heidari H, Zare Bahramabadi M. Comparison of the Effectiveness of Mindfulness Education and Emotional Focused Therapy on Couple Intimacy, Commitment and Happiness Women with Couple Burnout. Journal of Research in Behavioural Sciences. 2019;17(1):56-67.
40. Andersson LG, Butler MH, Seedall RB. Couples' Experience of Enactments and Softening in Marital Therapy. The American Journal of Family Therapy. 2006;34(4):301-15.
41. Gottman JM. Marital interaction: Experimental investigations: Elsevier; 2013.
42. Gottman J, Gottman J. The natural principles of love. Journal of Family Theory & Review. 2017;9(1):7-26.
43. Gottman JM. Gottman method couple therapy. Clinical handbook of couple therapy. 2008;4(8):138-64.
44. Johnson S. Love sense: The revolutionary new science of romantic relationships: Hachette UK; 2013.
45. Johnson S. Attachment in action—changing the face of 21st century couple therapy. Current Opinion in Psychology. 2019;25:101-4.
46. Johnson SM, Brubacher LL. Emotionally focused couple therapy: Empiricism and art. 2016.
47. Epstein N. Cognitive-Behavioral Therapy With Couples: Empirical Status. J Cogn Psychother. 2010(4):299-310.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

48. Kalantarkousheh SM, Hassan SA, editors. Sparkle of Existential Time as a Sanctuary in Couple Therapeutic Process. International Conference on Quality, Productivity and Performance Measurement, Malaysia; 2009.

49. Walton E. A conceptual framework for family-centered services. Balancing Family-Centered Services and child Well-Being: Exploring Issues in Policy, practice, Theory, and Research. 2001:69-92.

50. Ackerman NW. The psychodynamics of family life. 1958.

51. Ghafaralahi E. Development of A Commitment-Building Training Package and Determining Its Effectiveness on Marital Burnout and Forgiveness of married women online marital infidelity in Comparison with Emotion-Focused Couple Therapy Method.: Isfahan, Iran:, Islamic Azad University Khorasgan Branch; 2020.

52. Alipour S, Ezazi Bojnourdi E, Honarmand Dorbadam M, Moosavi S, DashtBozorgi Z. Effectiveness of Imago Therapy Training on Perspective Taking and Forgiveness in Females Damaged by Marital Infidelity. Journal of Health Promotion Management. 2018;6(6):46-52.

53. Samadi Kashan S, Hajhosseini M, Behpajooh A, Ejei J. The Effectiveness of Acceptance and Commitment Group Counseling on Emotion Regulation of Women with the Infidelity Trauma. Quarterly Journal of Social Work. 2020;9(1):32-9.

54. Dehghani M, Aslani K, Amanelahi A, Rajabi G. The Effectiveness of Attachment Injury Resolution Model (AIRM) on Increasing Trust among the Injured Women with Marital Infidelity: A Case Study Approach. The American Journal of Family Therapy. 2020;48(3):283-97.

55. Shahabi S, SANAGOUYE MOHARER G. The Effectiveness of Emotional Focused Couple Therapy on Marital Burnout and Attitudes toward Infidelity of Couples. COMMONITY HEALTH. 2020;7(1 #r001256):-.

56. Malek Zadeh Torkamani P, Aminpoor M, Bakhtiari Said B, Khalili G, davarniya r. The Effectiveness of Forgiveness-based Intervention on Couple Burnout in Women Affected by Infidelity of Spouse. Zanko Journal of Medical Sciences. 2018;19(60):31-45.

57. Shomaliahamadabadi M, Aghaee meybodi F, Mohamadiahmadabadi N, Barkhordariahmadabadi A. The Effectiveness of Emotional Literacy Skills Training on Reducing Emotional Divorce and Loneliness in Betrayed Women. Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ). 2020;9(6):67-76.

58. Alibabaei M, Vahhabi Homabadi J, Khaleghipour S. The Effectiveness of Eclective Method of Kindness and Positive Self-talk on Resiliency, Hostility and Positive Feeling towards Spouse in Betrayed Women. Positive Psychology Research. 2019;5(2):47-64.

59. Shabani J, Abdi H. The Effectiveness of Mindfulness-Based Cognitive Therapy on Sexual Disorders and Sexual Satisfaction in Women with spouses' extra-marital relationships. Journal of Research in Behavioural Sciences. 2020;18(1):60-9.

60. Ehteshamzadeh P, Ahadi H, Enayati MS, Heidari A. Construct and Validation of A Scale for Measuring Interpersonal Forgiveness. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2011;16(4):443-55.

61. Pines A. Malach. Couple Burnout: Causes and Cures. New York, Routledge; 1996.

62. Pines AM. The female entrepreneur: Burnout treated using a psychodynamic existential approach. Clinical Case Studies. 2002;1(2):170-80.

63. F N. Barraai va moghyese rabete delzadegi zanashouie ba avamel jav sazmani dar kakonan edarat amoozesh va parvaresh va parastaran bimarestanhaye shahre Tehran sar sal 1384 [Study and comparison of couple burnout relationship with organizational atmosphere factors in employee education and nurses of Tehran hospitals]: Shahid Beheshti University of Medical Sciences; 2005.

64. Johnson SM. The Contribution of Emotionally Focused Couples Therapy. Journal of Contemporary Psychotherapy. 2007;37(1):47-52.

65. H. SPSS training book (complete training video booklet). Pars Electronic Publishing Manager.2006.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]

[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]

66. Moradi M MA. Pragmatic research method (quantitative and qualitative research) (first). . Tehran: Iranian Academy of Statistical Analysis (School of Quantitative and Qualitative Research; 2019.
67. DC M. A summary of the design and analysis of the experiments: Eyelid 2006.
68. HONARPARVARAN N. The efficacy of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) on forgiveness and marital adjustment among women damaged by marital infidelity. 2014.
69. Gholizadeh F, Fadaei M, Soleymani N, Khorooshi M. The Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on Interpersonal Forgiveness and Marital Intimacy in Women Affected by Marital Infidelity. medical journal of mashhad university of medical sciences. 2019;62(5):1825-33.
70. Amini P, Nejad RK. The Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on Marital Burnout and Self-Compassion in Unsupervised Women under the Cover of NGOs of Tehran. The Journal of Tolooebehdasht. 2021.
71. Pour Farahani M, Zamani nia F, Ariyan Moghadam Z, Aghamohammadian Sherbaf H. Effectiveness of cognitive-behavioral eight-stage therapy on the body image and martial commitment. Pathology, counseling and family enrichment. 2018;4(1):63-76.
72. Chan DW. Subjective well-being of Hong Kong Chinese teachers: The contribution of gratitude, forgiveness, and the orientations to happiness. Teaching and Teacher Education. 2013;32:22-30.
73. Sayadi M, Shahhosseini tazik S, Madani Y, Gholamali lavasani M. Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Marital Commitment and Couple Burnout in Infertile Couples. Journal of Education and Community Health. 2017;4(3):26-37.
74. Raghibi M, Sanatnama M. The Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy in Reducing Couples' Marital Burnout and Women's Body Image. Community Health Journal. 2019;13(1):21-32.
75. Vossler A. Internet Infidelity 10 Years On: A Critical Review of the Literature. The Family Journal. 2016;24(4):359-66.
76. Goldman RN, Greenberg L. Working with identity and self-soothing in Emotion-Focused Therapy for Couples. Family process. 2013;52(1):62-82.
77. Johnson SM. The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection: Routledge; 2012.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-29]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.2.3.2]
[DOI: 10.52547/rbs.19.2.342]