



The Effectiveness of Affective–Reconstructive Couple Therapy on Cognitive Emotion Regulation in Women Affected by Infidelity

Hassan Gorjian Mehlabani¹, Ali Sheykholeslami², Ahmadreza Kiani³, Ali Rezaeisharif⁴

1. PhD candidate in counseling, department of counseling, university of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran

2. (Corresponding author)* Associate Professor, department of counseling, university of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

3. Associate Professor, department of counseling, university of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

4. Associate Professor, department of counseling, university of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

Abstract

Aim and Background: Among all the problems that can occur in a marital relationship, infidelity is the most severe and threatening point for the stability of the relationship. The purpose of this research was to investigate the effectiveness of Affective–Reconstructive Couple Therapy on the cognitive emotion regulation in women affected by infidelity.

Methods and Materials: The research method was semi-experimental with a pre-test, post-test and follow-up design. The statistical population of the study included all women affected by marital infidelity who referred to the counseling clinic of Eltiam and Mehrafza in Babolsar city in the years 2018, 2019 and 2020. The sample size included 24 couples, i.e. 12 couples of the experimental group (Affective-reconstructive couple therapy) and 12 couples of the control group, which were selected by available sampling method and randomly replaced in the groups. Garnefski et al.'s (2001) cognitive emotion regulation questionnaire was used to collect data. The method of data analysis was analysis of variance with repeated measurements.

Findings: The obtained results showed that affective-reconstructive couple therapy was effective in improving the emotional cognitive regulation strategies of women affected by infidelity ($p \leq 0.05$).

Conclusions: According to the findings, it can be said that affective- reconstructive couple therapy is effective in reducing emotional problems and improving emotional regulation strategies of women.

Keywords: affective-reconstructive couple therapy, women affected by infidelity, infidelity, cognitive emotion regulation.

Citation: Gorjian Mehlabani H, Sheykholeslami A, Kiani A, Rezaeisharif A. **The Effectiveness of Affective–Reconstructive Couple Therapy on Cognitive Emotion Regulation in Women Affected by Infidelity.** Res Behav Sci 2022; 20(3): 552-561.

* Ali Sheykholeslami,
Email: a_sheikholslamy@yahoo.com

اثربخشی زوج‌درمانی بازسازی عاطفی بر تنظیم شناختی هیجان در زنان آسیب‌دیده از خیانت

حسن گرجیان مهلبانی^۱، علی شیخ‌الاسلامی^۲، احمد رضا کیانی^۳، علی رضایی شریف^۴

۱- دانشجوی دکتری تخصصی مشاوره، گروه مشاوره، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۲- (نویسنده مسئول) * دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۳- دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۴- دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: در بین همه مشکلاتی که می‌تواند در یک رابطه زناشویی رخ دهد، خیانت شدیدترین و تهدید آمیزترین مسئله برای پایداری روابط است. هدف از تحقیق حاضر بررسی اثربخشی زوج‌درمانی بازسازی عاطفی بر تنظیم شناختی هیجان در زنان آسیب‌دیده از خیانت بود.

مواد و روش‌ها: روش تحقیق نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمام زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره التیام و مهرافزا شهر بابلسر در سال‌های ۱۳۹۹، ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱ بود. حجم نمونه شامل ۲۴ زوج یعنی ۱۲ گروه اول آزمایش (زوج‌درمانی مبتنی بر بازسازی عاطفی) ۱۲ زوج گروه کنترل بود که به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در گروه‌ها جایگزین شدند. برای گردآوری داده‌ها از آزمون تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) استفاده شد. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر بود.

یافته‌ها: نتایج به‌دست‌آمده نشان داد زوج‌درمانی بازسازی عاطفی در بهبود راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی زنان آسیب‌دیده از خیانت اثربخش بود ($p < 0/05$).

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌های به‌دست‌آمده می‌توان گفت زوج‌درمانی بازسازی عاطفی در کاهش مشکلات هیجانی و بهبود راهبردهای هیجانی زنان اثربخش است.

واژه‌های کلیدی: زوج‌درمانی بازسازی عاطفی، زنان آسیب‌دیده از خیانت، خیانت، تنظیم شناختی هیجانی.

ارجاع: گرجیان مهلبانی حسن، شیخ‌الاسلامی علی، کیانی احمد رضا، رضایی شریف علی. اثربخشی زوج‌درمانی بازسازی عاطفی بر تنظیم شناختی هیجان

در زنان آسیب‌دیده از خیانت. مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۴۰۱؛ ۲۰(۳): ۵۵۲-۵۶۱.

مقدمه

هسته اصلی خانواده، ازدواج و روابط زناشویی است. ازدواج فرایندی است که در آن زن و مرد به عنوان همسر روابط خود را علنی و رسمی می کنند. افراد به دلیل عشق، مسئولیت پذیری، پیشرفت شغلی و اقتصادی و رسیدن به احساس رضایت ازدواج می کنند. روابط زناشویی با گذشت زمان دچار تغییرات تدریجی می شود. بعضی اوقات موضوع خاصی ممکن است روابط همسران را تحت تأثیر قرار دهد. یکی از این موضوعات خیانت زناشویی است (۱). می توان گفت در بین همه مشکلاتی که می تواند در یک رابطه زناشویی رخ دهد، خیانت شدیدترین و تهدیدآمیزترین مسئله برای پایداری روابط است. با توجه به اینکه افراد سطوح بالایی از وفاداری و تعهد را از همسرشان انتظار دارند، همچنین با توجه به زمان و تلاش صرف شده زوجین برای حفظ این رابطه، وقوع خیانت عملی غیرقابل گذشت محسوب می شود. به عبارتی دیگر افراد با شریک زندگی خود تعهدات رابطه ای دارند یعنی دارای تجربیات، زمان و فرزندان مشترک هستند؛ بنابراین انتظار ندارند شریکشان دست به خیانت بزند (۲)؛ اما زمانی که چنین اتفاقی می افتد همسر آسیب دیده ممکن است سطوح بالایی از نشانگان بیماری روانی همچون اختلال استرس پس از سانحه، افسردگی و اضطراب را تجربه کند (۳).

افشای خیانت یک چالش قابل توجه برای اکثر زوجها به ویژه برای زوجین در فرهنگ ایرانی است. متأسفانه در جامعه و فرهنگ ایران، خیانت مردان قابل قبول تر از خیانت زنان است و اگر مردی خیانت کند از همسرانشان خواسته می شود تا به زندگی مشترک ادامه دهند درحالی که خیانت زنان بدون بررسی علت آن ها از سوی جامعه و فرهنگ پذیرفته نیست. این موضوع فشار روحی و روانی بیشتری را به زنان در مواجهه با خیانت همسرشان در جامعه ما وارد می کند (۴). درحالی که اغلب مردان در مواجهه با خیانت همسرشان پرخاشگری بیشتری نشان می دهند، اما زنان در مواجهه با خیانت همسرشان واکنش های عاطفی شدیدتر (۱) همچون افسردگی، اضطراب، سردرگمی احساس ناامنی نشان می دهند (۵) و احساس گناه بیشتری می کنند (۶).

مطالعات بیانگر آن است که افرادی که قربانی خیانت همسرشان هستند، تنظیم شناختی ضعیف تر و در نتیجه عملکرد ضعیف تر و مشکلات هیجانی دارند و عمدتاً از راهبردهای ناسازگارانه استفاده می کنند و دارای افکار ناخواسته مانند نشخوار

فکری هستند (۷). تنظیم شناختی هیجانات را می توان به عنوان راهبردهای ذهنی و هشیارانه که افراد برای مدیریت اطلاعات تحریک کننده هیجان بکار می گیرند تعریف کرد (۸). نظریه پردازان مدت ها است به این نتیجه رسیده اند که تجربه احساسات و بیان احساسات دربرگیرنده عوامل شناختی است. راهبردهای تنظیم هیجانات، مستقیم (پیامدهای بین فردی) و غیرمستقیم (پیامدهای شناختی) می تواند روی رشد رابطه، احساسات نسبت به همسر، سطح صمیمیت و عملکرد بین فردی و همه عواملی که به نحوی با خیانت مرتبط می باشد اثرگذار است. افرادی که از راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجانات که معمولاً به دنبال رویدادهای منفی مانند خیانت در زندگی زناشویی رخ دهد، استفاده می کنند تعاملات بین فردی کمتری با همسرشان دارند و حضور واقعی شان در زندگی کم رنگ است و احتمالاً منجر به کاهش تعاملات رضایت بخش، قطع رابطه و صمیمیت کمتر می شود (۹).

بنابراین تبعات حاصل از خیانت از یکسو و از طرفی دیگر بررسی های زوج درمانگران که نشان می دهد خیانت و روابط فرازناشویی پیچیده ترین و تعارض آمیزترین مسئله ای است که در درمان با آن مواجه می شوند منجر شده تا زوج درمانگران مدام به دنبال مداخله ای باشند که در درمان خیانت زناشویی مؤثر است (۱۰). یکی از رویکردهایی که اخیراً در درمان مشکلات زناشویی به کارگیری شده است «زوج درمانی مبتنی بر بازسازی عاطفی» است که رویکردی بینش مدار، یکپارچه نگر و کثرت-گرایانه است. این رویکرد با تغییراتی توسط اسنایدر در سال ۲۰۰۸ معرفی شده است. نظریه بازسازی عاطفی به تفسیر الگوی روابط ناسازگارانه پایدار می پردازد که ریشه در تجارب رشدی قبلی دارد. در زوج درمانی مبتنی بر بازسازی عاطفی یک منبع مهم از مشکلات فعلی زوجین آسیب های قبلی رابطه به ویژه در خانواده اصلی می داند که منجر به آسیب پذیری های پایدار بین فردی و راهبردهای دفاعی مرتبط می شود و زمینه تداخل در صمیمیت عاطفی فراهم می آورد. در این روش زوج درمانی رویکردهای متعدد نظری برای بررسی الگوهای رابطه ای ناسازگار می تواند در پیوستار آن قرار گیرد. از فنون رویکردهای روان تحلیلی سنتی بخصوص نظریه روابط شیء گرفته تا مداخلات مبتنی بر طرحواره که ریشه در شناخت درمانی دارد. این رویکرد تا حدود زیادی روی ماهیت ناخودآگاه الگوهای ارتباطی افراد، دوره های رشدی در طول این الگوهای ناسازگارانه، میزان اضطراب های بین فردی که از ناکامی

بنابراین در این رویکرد «تجارب عاطفی اصلاحی» با قطع راهبردهای بین فردی آسیب‌زای قبلی و ارتقا الگوهای رابطه‌ای عملکردی، رابطه فرد با همسرش را بهبود می‌بخشد (۱۱).

با توجه به آنچه بیان شد و نیاز روزافزون به مداخله درمانی مؤثر برای درمان تبعات حاصل از روابط فرازنشویی این پژوهش به دنبال آن است که آیا زوج‌درمانی بازسازی عاطفی بر تنظیم شناختی هیجان مؤثر است؟

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر یک طرح آزمایشی پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش شامل تمام زنان آسیب‌دیده از خیانت زنشویی مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره التیام و مهرافزا شهر بابل در سال‌های ۱۳۹۹ و ۱۴۰۰ بود. حجم نمونه شامل ۲۴ زوج یعنی ۱۲ زوج گروه اول آزمایش (زوج‌درمانی مبتنی بر بازسازی عاطفی) ۱۲ زوج گروه کنترل بود که به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در گروه‌ها جایگزین شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: حداقل تحصیلات دیپلم، عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی، عدم دریافت مداخله‌های درمانی دیگر به‌طور هم‌زمان، عدم تصمیم به طلاق، تکمیل فرم رضایت‌نامه کتبی جهت حضور در پژوهش است. ملاک‌های خروج در این پژوهش شامل غیبت در بیش از دو جلسه مشاوره و عدم انجام تکلیف بدون دلیل مشخص است.

ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران (۱۲) بود.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان: این پرسشنامه

توسط گارنفسکی و همکاران (۱۲) تهیه‌شده که یک ابزار چندبعدی و خود اظهاری و شامل ۳۶ ماده است. این پرسشنامه ۹ راهبرد شناختی خودسرزنشگری، پذیرش، نشخوار فکری، بازتمرکز مثبت، بازتمرکز بر برنامه‌ریزی، بازاریابی مثبت، دیدگاه‌پذیری، فاجعه‌انگاری و سرزنش دیگران را ارزیابی می‌کند. طیف نمرات آن از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) است. هر خرده‌مقیاس شامل ۴ گویه است. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های این ابزار توسط گارنفسکی و همکاران در سال ۲۰۰۱، در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۱ گزارش شده است. در ایران نسخه فارسی این پرسشنامه توسط حسنی و همکاران (۱۳۸۹) هنجاریابی شده است. در این پژوهش، اعتبار

سائق‌های درونی نشأت می‌گیرد تأکید می‌کند. با این حال همه این رویکردها فرض می‌کنند که الگوی روابط ناسازگارانه تا زمانی که در بافت رشدی درک نشوند، ادامه خواهند یافت. این درک و یافته جدید به‌منظور کاهش اضطراب فعلی زوجین در تعاملات فعلی به‌کارگیری می‌شود و به زوجین کمک می‌کند تا الگوی رابطه‌ای سالم‌تری را جایگزین نمایند (۱۱).

رویکرد کثرت‌گرایانه بازسازی عاطفی وظایف درمانی را به‌صورت پیشرفت متوالی که در سلسله‌مراتب سطوح کلی عملکرد زوجین منعکس می‌شود، مفهوم‌سازی می‌کند که از آشفته‌ترین رابطه که ریشه در کنترل شدید رفتاری یک یا هر دو همسر دارد تا رابطه نسبتاً صمیمانه اما ناکامل که در آن تعارضاتی شامل خودمختاری دیده می‌شود، در برمی‌گیرد. این شش وظیفه درمانی شامل ایجاد اتحاد درمانی مشترک، محدود کردن بحران‌های ناتوان‌کننده، تقویت کردن یک یا هر دو زوج، ارتقای مهارت‌های ارتباطی مناسب، به چالش کشیدن مؤلفه‌های شناختی رابطه و بررسی منابع رشدی آشفستگی رابطه می‌باشد. پیشرفت در این مدل بدین شرح است: مداخلات مرتبه پایین‌تر با هدف ایجاد اتحاد درمانی و مهار بحران، مداخلات میانی شامل تکنیک‌های تبادل مثبت و ایجاد مهارت و مداخلات سطوح بالاتر منابع رشدی و شناختی آشفستگی رابطه را هدف قرار می‌دهند (۱۰).

با این حال مسئله مهم این است که این رویکرد بر اساس چه مکانیسمی به درمان مشکلات زنشویی به‌ویژه خیانت می‌پردازد. اسنایدر معتقد است درک تأثیر نیازها و خواسته‌های گذشته در انتخاب‌های فعلی فرد و اینکه چرا فرد خیانت را در این مقطع انتخاب کرده و همچنین همسر آسیب‌دیده چگونه به خیانت واکنش نشان می‌دهد، در درمان خیانت می‌تواند مؤثر باشد. اغلب تصمیم برای انتخاب خیانت به‌عنوان راه حل احتمالی برای مشکلات فعلی تحت تأثیر راهبردهایی است که در گذشته مؤثر بوده‌اند و یا تحت تأثیر نیازهای رشدی است که در گذشته برآورده نشده‌اند. به‌طور مثال زن یا مردی که در اوایل نوجوانی و بزرگسالی بارها و بارها از نظر جنسی طرد شده و در نتیجه خودش را فردی نامحبوب و ناخوشایند می‌داند، ممکن است به‌ویژه در انتخاب رابطه جنسی برای حل احساس طرد شدن و کنار گذاشتن در ازدواج آسیب‌پذیر باشد. هدایت هر دو زوج برای بررسی این تأثیرات به آن‌ها کمک می‌کند تا درک عمیق‌تری نسبت به آسیب‌پذیری‌های یکدیگر داشته باشند و ممکن است به ارتقای سطح همدلی و شفقت بین آن‌ها کمک کند (۱۰)؛

جلسه سوم. تقویت هر دو زوج. کاهش تعارضات از طریق افزایش تعاملات مثبت، ترسیم سازمان سلسله مراتبی مسئولیت‌پذیری و نفوذپذیری سیستم خانواده و ایجاد مرزهای مناسب.

جلسه چهارم. ارتقای مهارت‌های ارتباطی. آموزش پاسخگویی عاطفی، گوش دادن همدلانه، حل تعارض، تصمیم‌گیری، آموزش مهارت‌های لازم در تبادلات جنسی، مذاکره در خصوص خواسته‌های رقابتی.

جلسه پنجم. به چالش کشیدن مؤلفه‌های شناختی آشفتگی رابطه. بازسازی فرایندهای شناختی که مانع از تلاش زوجین برای تغییر می‌شود. کمک به زوجین برای بررسی و اصلاح تحریف‌های شناختی، بررسی طرحواره‌های شناختی زوجین بخصوص طرحواره‌های ناسازگارانه که در کودکی شکل گرفته‌اند و اکنون به‌عنوان فرایند قالب در پردازش اطلاعات است.

جلسه ششم و هفتم. بررسی منابع رشدی آشفتگی رابطه. بررسی تاریخچه رابطه همسران، بررسی تجرب رشدی زوجین بخصوص بر اساس نظریه‌های روابط شی، دلپستگی، نظریه نقش بین فردی، بررسی ماهیت ناخودآگاه الگوهای ارتباطی، بررسی مضامین بین فردی و تظاهرات آن در روابط.

جلسه هشتم. بازسازی عاطفی و کمک به فرایند بخشش. کمک به زوجین برای اینکه دیدگاه متعادل‌تری در خصوص همسرشان به دست آورند، ارزیابی واقع‌بینانه از جنبه‌های مثبت و منفی قطع یا تداوم رابطه، توصیف مدل بخشودگی، باورهای عمومی در خصوص بخشودگی، پیامدهای بخشش و عدم بخشش، توجه به موانع بخشودگی.

جلسه نهم. جمع‌بندی و نتیجه‌گیری. ارزیابی جلسات، دریافت بازخورد، اخذ پس‌آزمون.

یافته‌ها

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد برای متغیر تنظیم شناختی هیجان را به تفکیک گروه‌ها در سه مرحله ارزیابی نشان می‌دهد. جدول ۱ اطلاعات توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد را برای متغیر تنظیم شناختی هیجان ناسازگارانه و سازگارانه در سه گروه و در سه مرحله ارزیابی نشان می‌دهد. همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، هر چه نوبت اندازه‌گیری بیشتر می‌شود میزان تنظیم شناختی هیجان ناسازگارانه در سه مرحله ارزیابی در گروه زوج‌درمانی بازسازی عاطفی کاهش

مقیاس بر اساس روش‌های همسانی درونی با دامنه آلفای کرونباخ ۰/۷۶ تا ۰/۹۲ و بازآزمایی با دامنه همبستگی ۰/۵۱ تا ۰/۷۷ و روایی پرسشنامه فوق به روش تحلیل مؤلفه اصلی به شیوه چرخش واریماکس، همبستگی خرده مقیاس‌ها با دامنه همبستگی ۰/۳۲ تا ۰/۶۷ و روایی ملاکی مناسب گزارش شده است (۱۳).

شیوه اجرا.

شیوه اجرای پژوهش بدین شکل بود که بعد از انجام مصاحبه اولیه و رعایت ملاک‌های ورود و خروج، انتخاب و جایگزینی تصادفی، زوجینی که تمایل به شرکت در مطالعه را دارند ابتدا پیش‌آزمون‌ها روی آن‌ها اجرا شد سپس زوجین گروه آزمایش اول طی ۹ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت مداخله زوج‌درمانی بازسازی عاطفی قرار گرفتند. درحالی‌که زوجین گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای را دریافت نکردند. جلسات درمانی به‌صورت زوجی یعنی با حضور زن و شوهر انجام گرفت. پس از پایان جلسات درمان پس‌آزمون روی همه آزمودنی‌ها اجرا شد همچنین پس از یک‌ماه از پایان درمان در مرحله پیگیری به‌منظور بررسی میزان پایداری روش درمان پس‌آزمون مجدداً اجرا گردید. همچنین به‌منظور رعایت مسائل اخلاقی به آزمودنی‌ها اطمینان کافی در خصوص محرمانه بودن اطلاعات پرسشنامه و محتوای جلسات درمانی داده شد و پس از پایان پژوهش برای زوجین گروه کنترل نیز مداخله درمانی اجرا شد. برای تجزیه تحلیل داده‌ها از روش تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر مورد استفاده قرار گرفت

خلاصه زوج‌درمانی مبتنی بر بازسازی عاطفی (۱۰).

جلسه اول. آشنایی و ایجاد رابطه درمانی مشترک. ایجاد فضای پذیرش از طریق ارزیابی مناسب، شفاف‌سازی خط و مشی‌های حاکم بر فضای مشاوره مانند رازداری، سرمشق قراردادن رفتارهای ارتباطی مناسب، کاهش تبادلات منفی، تقویت اتحاد درمانی، تعریف راهبردهای اساسی درمان، تعریف نقش همه شرکت‌کنندگان در جلسه درمان.

جلسه دوم. محدود کردن بحران‌های ناتوان‌کننده. ایجاد راهبردهای سازگارانه از طریق تمایز بین استرسورهای بیرونی و ویژگی‌های رابطه، ارتقای راه‌حل‌های میانجی‌گرایانه، محدود کردن رفتارهای مخرب مانند پرخاشگری فیزیکی، تداوم خیانت و یا آسیب‌های روانی جدی.

نمی‌دهد. باین حال، برای آزمون معناداری تفاوت‌ها از آمار استنباطی و بر اساس شرایط داده‌ها از آزمون مناسب استفاده می‌گردد.

می‌یابد؛ همچنین هر چه نوبت اندازه‌گیری بیشتر می‌شود میزان تنظیم شناختی هیجان سازگاران در سه مرحله ارزیابی در گروه زوج‌درمانی بازسازی عاطفی افزایش می‌یابد؛ اما میانگین تنظیم شناختی هیجان سازگاران در گروه کنترل تفاوت زیادی نشان

جدول ۱. اطلاعات توصیفی برای تنظیم شناختی هیجان در سه نوبت اندازه‌گیری به تفکیک سه گروه

متغیر	گروه‌ها	میانگین			انحراف استاندارد		
		نوبت اندازه‌گیری			نوبت اندازه‌گیری		
		پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیگیری	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیگیری
سازگاران	زوج‌درمانی بازسازی عاطفی	۷۶/۷۵	۱۰۷/۷۵	۱۰۸/۵۸	۱۵/۷۶	۱۱/۷۳	۱۱/۴۹
	کنترل	۷۸/۲۵	۷۸/۹۱	۷۸/۸۳	۱۸/۲۴	۱۸/۲۳	۱۸/۶۱
ناسازگاران	زوج‌درمانی بازسازی عاطفی	۸۳/۵۸	۵۷/۶۶	۵۶/۹۱	۱۲/۳۳	۶/۰۹	۵/۲۹
	کنترل	۷۹/۰۰	۷۸/۰۰	۷۷/۵۰	۱۶/۴۵	۱۶/۰۱	۱۵/۷۷

جدول ۲. نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای اثرات اصلی و تعاملی تنظیم شناختی هیجان

متغیر	منابع تغییرات	MS	F	df	p	اندازه اثر	توان آزمون
ناسازگاران	اثر گروه	۶۵۱۷/۰۱	۸/۶۹	۱	۰/۰۰۷	۰/۲۸	۰/۸۰
	اثر زمان	۳۶۹۳/۱۱	۲۵۷/۳۰	۱/۱۸	۰/۰۰۱	۰/۹۲	۱/۰۰
	تعامل زمان*گروه	۳۴۱۱/۴۵	۲۳۷/۶۷	۱/۱۱	۰/۰۰۱	۰/۹۱	۱/۰۰
سازگاران	اثر گروه	۳۱۸۶/۶۸	۶/۱۸	۱	۰/۰۲۱	۰/۲۲	۰/۶۶
	اثر زمان	۳۲۵۷/۶۵	۱۰۶/۷۱	۱/۰۴	۰/۰۰۱	۰/۸۳	۱/۰۰
	تعامل زمان*گروه	۲۷۱۲/۰۷	۸۸/۸۴	۱/۰۴	۰/۰۰۱	۰/۸۰	۱/۰۰

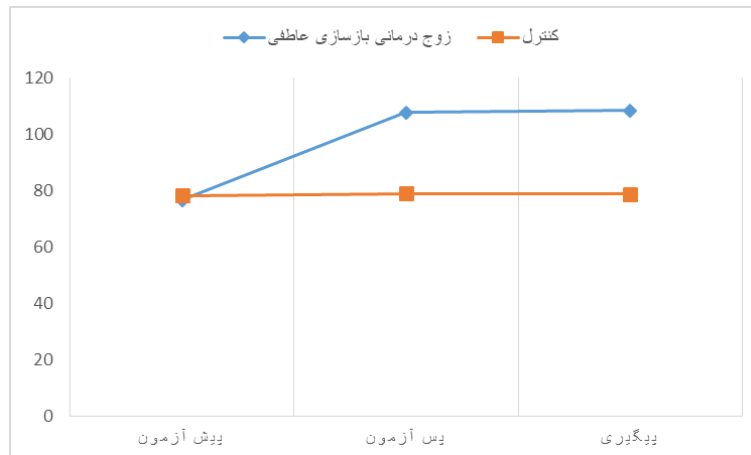
گروه ۰/۹۱ است که نشان می‌دهد ۹۱ درصد تغییرات واریانس تنظیم شناختی هیجان ناسازگاران ناشی از تغییرات زمانی در حداقل یکی از دو گروه است.

همچنین نتایج نشان می‌دهد که اثر اصلی زمان معنادار است ($p < ۰/۰۰۱$). تعامل زمان و گروه معنادار است ($p < ۰/۰۰۱$). اثر اصلی گروه نیز معنادار است ($p < ۰/۰۰۱$). اثر زمان نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری وجود دارد. اندازه اثر در اثر اصلی گروه نشان می‌دهد که ۲۲ درصد تغییرات متغیر تنظیم شناختی هیجان سازگاران شرکت‌کنندگان ناشی از عضویت گروهی است. همچنین اندازه اثر در متغیر زمان نشان می‌دهد که ۸۳ درصد تغییرات متغیر تنظیم شناختی هیجان سازگاران ناشی از تغییرات زمانی است. همچنین اندازه اثر تعامل زمان و گروه ۰/۸۰ است که نشان می‌دهد ۸۰ درصد تغییرات واریانس تنظیم شناختی هیجان سازگاران ناشی از تغییرات زمانی در حداقل یکی از دو گروه است.

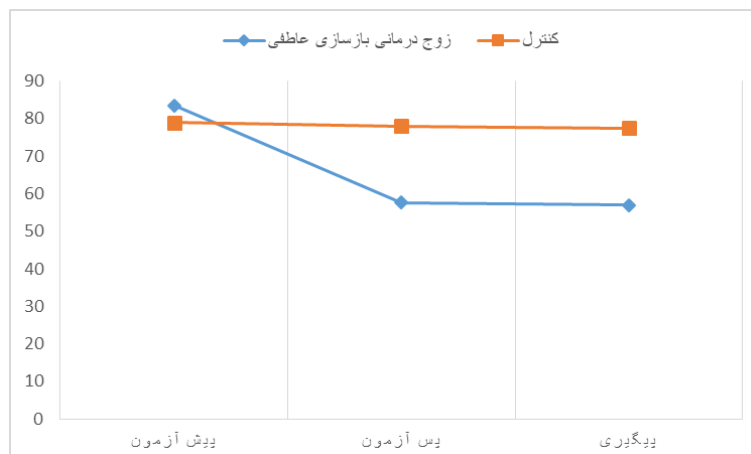
جدول ۲ نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر را برای بررسی اثرات اصلی گروه، زمان و اثر تعاملی زمان و گروه در متغیر تنظیم شناختی هیجان سازگاران و ناسازگاران با اصلاح درجات آزادی با استفاده از آزمون گرین هاوس- گایزر را نشان می‌دهد.

جدول ۲ نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر را برای متغیر تنظیم شناختی هیجان ناسازگاران با اصلاح درجات آزادی نشان می‌دهد. نتایج نشان می‌دهد که اثر اصلی زمان معنادار است ($p < ۰/۰۰۱$). همچنین تعامل زمان و گروه معنادار است ($p < ۰/۰۰۱$). اثر اصلی گروه نیز معنادار است ($p < ۰/۰۰۱$). اثر زمان نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری وجود دارد. اندازه اثر در اثر اصلی گروه نشان می‌دهد که ۲۸ درصد تغییرات متغیر تنظیم شناختی هیجان ناسازگاران شرکت‌کنندگان ناشی از عضویت گروهی است. همچنین اندازه اثر در متغیر زمان نشان می‌دهد که ۹۲ درصد تغییرات متغیر تنظیم شناختی هیجان ناسازگاران ناشی از تغییرات زمانی است. همچنین اندازه اثر تعامل زمان و

نمودار ۱ و ۲ اثرات اصلی گروه و زمان را به شکل هندسی نشان می‌دهد.



نمودار ۱. نمودار تغییرات تنظیم شناختی هیجان سازگارانه در طول زمان به تفکیک گروه‌ها



نمودار ۲. نمودار تغییرات تنظیم شناختی هیجان ناسازگارانه در طول زمان به تفکیک گروه‌ها

جدول ۳. تفاوت نمرات میانگین تنظیم شناختی هیجان سازگارانه بین دو گروه در سه مرحله ارزیابی

گروه‌ها	مرحله مبنا (میانگین)	مرحله مورد مقایسه (میانگین)	تفاوت میانگین	خطای استاندارد	p
بازسازی عاطفی	پیش‌آزمون (۷۶/۷۵)	پس‌آزمون (۱۰۷/۷۵)	-۳۱/۰۰	۱/۳۹	۰/۰۰۱
		پیگیری (۱۰۸/۵۸)	-۳۱/۸۳	۱/۳۰	۰/۰۰۱
	پس‌آزمون (۱۰۷/۷۵)	پیگیری (۱۰۸/۵۸)	-۰/۸۳	۰/۴۲	۰/۳۷۵
گروه کنترل	پیش‌آزمون (۷۸/۲۵)	پس‌آزمون (۷۸/۹۱)	-۰/۶۶	۰/۸۶	۰/۱۴۰
		پیگیری (۷۸/۸۳)	-۰/۵۸	۰/۶۰	۰/۸۵۳
	پس‌آزمون (۷۸/۹۱)	پیگیری (۷۸/۸۳)	۰/۰۸	۰/۵۲	۰/۹۵۷
بازسازی عاطفی	پیش‌آزمون (۷۶/۷۵)	پس‌آزمون (۵۷/۶۶)	۲۵/۹۲	۱/۳۹	۰/۰۰۱
		پیگیری (۵۶/۹۱)	۲۶/۶۷	۱/۳۰	۰/۰۰۱
	پس‌آزمون (۱۰۷/۷۵)	پیگیری (۵۶/۹۱)	۰/۷۵	۰/۴۲	۰/۲۴۴
گروه کنترل	پیش‌آزمون (۷۸/۲۵)	پس‌آزمون (۷۸/۰۰)	۱/۰۰	۰/۸۶	۰/۱۵۷
		پیگیری (۷۷/۵۰)	۲/۵۰	۰/۶۰	۰/۸۴۶
	پس‌آزمون (۷۸/۹۱)	پیگیری (۷۸/۸۳)	۰/۰۹	۰/۵۲	۰/۹۶۷

نتایج به دست آمده نشان داد که بین دو گروه زوج درمانی بازسازی عاطفی و گروه کنترل نمرات تنظیم شناختی هیجان سازگارانه تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به جدول میانگین ها، زنانی که مداخله زوج درمانی بازسازی عاطفی را دریافت کرده بودند، نسبت به زنانی که هیچ مداخله ای دریافت نکرده بودند، تنظیم شناختی هیجان سازگارانه بیشتری دارند. از این رو، می توان گفت رویکرد زوج درمانی بازسازی عاطفی در کاهش میزان تنظیم شناختی هیجان سازگارانه زنان آسیب دیده از خیانت اثربخش است.

بحث و نتیجه گیری

هدف از تحقیق حاضر بررسی تأثیر زوج درمانی بازسازی عاطفی بر تنظیم شناختی هیجان در زنان آسیب دیده از خیانت بود. یافته ها نشان داد رویکرد زوج درمانی بازسازی عاطفی در کاهش میزان تنظیم شناختی هیجان سازگارانه و افزایش میزان تنظیم هیجانی ناسازگارانه زنان آسیب دیده از خیانت اثربخش است.

پژوهش های مشابه پیشین با یافته های تحقیق حاضر همخوان بودند. رجبی، خشنود، سودانی و خجسته مهر (۱۴) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی مبتنی بر بازسازی عاطفی باعث افزایش اعتماد در روابط نزدیک و رضایت زناشویی شده است. نماگردی، فرزاد و نورانی پور (۱۵) نیز در پژوهشان به این نتیجه دست یافتند که زوج درمانی رفتاری یکپارچه و زوج درمانی بازسازی عاطفی در افزایش متعارف سازی زناشویی و کاهش پریشانی مؤثر است.

همچنین سایر روش های درمانی مشابه نیز نشان داد که زوج درمانی مبتنی بر بازسازی عاطفی در بهبود تنظیم هیجانی مؤثر است. در تحقیق دیگر خجسته مهر، شیرالی نیا، رجبی و بشلیده (۱۶) اثربخشی زوج درمانی شناختی رفتاری را بر بهبود تنظیم هیجانی زوجین آشفته مورد مطالعه قرار دادند. نتایج این تحقیق نیز نشان داد زوج درمانی شناختی - رفتاری بر بهبود تنظیم هیجانی زوجین اثربخش است. قاصدی (۱۷) اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر تنظیم هیجانی زنان آسیب دیده از خیانت همسر را مورد مطالعه قرار داد. یافته های آن ها نشان داد که این مداخله بر تنظیم هیجان زنان آسیب دیده از خیانت به طور معناداری تأثیر مثبتی داشته است.

برخی از افراد در تنظیم هیجانات خود مشکل دارند و در پاسخ به رویدادهای نسبتاً کوچک زندگی، سطوح بالایی از

همان طور که نمودار ۱ و ۲ نشان داده شده است، به نظر می رسد تفاوت معناداری بین نمرات تنظیم شناختی هیجان سازگارانه و ناسازگارانه در دو گروه وجود داشته باشد. از آنجایی که اثر گروه با توجه به جمع نمرات سه مرحله ارزیابی یا میانگین کلی محاسبه شده است و با توجه به اینکه اثر اصلی زمان و گروه و همچنین اثر تعاملی زمان و گروه معنادار است. برای بررسی دقیق تر تفاوت های دو گروه میانگین های سه مرحله را به تفکیک با استفاده از آزمون اندازه گیری مکرر مورد بررسی قرار گرفت. جدول ۳ تفاوت نمرات سه مرحله ارزیابی تنظیم شناختی هیجان سازگارانه و ناسازگارانه را در دو گروه نشان می دهد.

همان طور که جدول ۳ نشان می دهد، نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر نشان داد که در گروه زوج درمانی بازسازی عاطفی نیز بین پیش آزمون و پس آزمون و پیش آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود داشت ($p < 0.001$). همچنین بین پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود نداشت ($p = 0.100$). در گروه کنترل نیز بین پیش آزمون و پس آزمون ($p = 0.140$) و پیش آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود نداشت ($p = 0.853$). همچنین بین پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود نداشت ($p = 0.109$).

نتایج به دست آمده نشان داد که بین دو گروه زوج درمانی بازسازی عاطفی و گروه کنترل نمرات تنظیم شناختی هیجان ناسازگارانه تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به جدول میانگین ها، زنانی که مداخله زوج درمانی بازسازی عاطفی را دریافت کرده بودند، نسبت به زنانی که هیچ مداخله ای دریافت نکرده بودند، تنظیم شناختی هیجان ناسازگارانه کمتری دارند. از این رو، می توان گفت رویکرد زوج درمانی بازسازی عاطفی در افزایش میزان تنظیم شناختی هیجان ناسازگارانه زنان آسیب دیده از خیانت اثربخش است. لذا فرضیه فرعی پنجم تأیید می گردد.

همچنین نتایج آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر نشان داد که در گروه زوج درمانی بازسازی عاطفی نیز بین پیش آزمون و پس آزمون و پیش آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود داشت ($p < 0.001$). همچنین بین پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود نداشت ($p = 0.100$). در گروه کنترل نیز بین پیش آزمون و پس آزمون ($p = 0.157$) و پیش آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود نداشت ($p = 0.846$). همچنین بین پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود نداشت ($p = 0.967$).

بررسی شواهدی بپردازد که از باورهای اساسی فرد حمایت می-کند و تلاش می کند تا از زوجین بخواهد دیدگاه دیگری را اتخاذ کنند که در تجربه و بیان هیجانی تنظیم شده می تواند منجر به سلامت روان شناختی و جسمی شود.

با توجه به یافته های تحقیقات پیشین و یافته های تحقیق حاضر، می توان گفت زوج درمانی به شیوه بازسازی عاطفی با کار روی هیجانات زنان آسیب دیده از خیانت از طریق مهار بحران در مراحل اولیه درمان، آموزش مهارت های اساسی جهت بهبود تبادلات رفتاری و اصلاح باورهای بنیادین و غلط در روابط زناشویی، بررسی مسائل رشدی در خانواده اصلی، بررسی سبک های دلبستگی و آسیب های بین فردی که ریشه در گذشته فرد دارد و همچنین کمک به تسریع فرآیند بخشودگی و ارتقای راهبردهای سازگاران تنظیم هیجان و کاهش راهبردهای ناسازگارانه می تواند در تنظیم هیجانات زنان آسیب دیده از خیانت مؤثر باشد.

محدودیت های تحقیق حاضر عبارت بودند از: تعداد کم نمونه ها و استفاده از پرسشنامه خودگزارشی، ایجاد فاصله در مابین جلسات به دلیل شرایط خاص کرونا و ابتدای بعضی از مراجعین به این بیماری است. پیشنهاد می شود در پژوهش های آتی تعداد نمونه بالاتر انتخاب شده و محدودیت انتخاب تصادفی رفع گردد. همچنین در صورت امکان بهتر است در کنار پرسشنامه های خودگزارشی، از ابزار مصاحبه ساختاریافته نیز استفاده گردد.

تقدیر و تشکر

بدین وسیله از تمامی زوجین شرکت کننده در تحقیق حاضر و افرادی که برای انجام این پژوهش با ما همکاری کردند، تقدیر و تشکر می کنیم. لازم به ذکر است بین نویسندگان، تضاد منافع وجود ندارد.

هیجانات را تجربه می کنند. هیجانات تنظیم نشده مانند اضطراب و غم می تواند رضایت فرد را از روابط زناشویی کاهش دهد و می تواند در تعاملات فرد با همسرش تعارضات را افزایش دهد. عواملی که منجر به عدم تنظیم هیجانی می شوند ممکن است به دلیل آسیب شخصی گذشته (به عنوان مثال بدرفتاری، ترک)، بزرگ شدن در خانواده ای که در تنظیم هیجانی شان مشکل دارند و یا انواع آسیب های روانی باشد. لذا زوج درمانی مبتنی بر بازسازی عاطفی از طریق بررسی مشکلات رشدی و آسیب های گذشته زوجین، بررسی سبک های دلبستگی و آسیب های پایدار بین فردی و راهبردهای دفاعی حاصل از مسائل گذشته می تواند نقش مهمی در تنظیم هیجانی زوجین ایفا کند.

همچنین مهم است شناخت های خاصی که منجر به ابراز شدید هیجانات و عدم تنظیم هیجانی می شود را شناسایی کنیم. برخی از افراد نیز تمایلی برای تنظیم هیجان خود ندارند، به ویژه زمانی که می خواهند خشمگین بودن خود را توجیه کنند. برداشت آنان این است که اگر هیجانات خود را به شیوه شدید و مستقیم تخلیه نکنند، بیمار خواهند شد یا همسرشان آنان را نادیده خواهد گرفت. علاوه بر این زوجینی که ابراز هیجانات به صورت تنظیم نشده است، معمولاً این نوع ابرازگری هیجانات را ناراحت کننده می دانند و به شیوه پرخاشگرانه پاسخ می دهند و یا کناره گیری می کنند. اگر ابراز هیجانات به صورت افسارگسیخته و به منظور جلب توجه دیگران برای برآورده شدن نیازهایش باشد، اغلب نتیجه عکس می دهد. بخصوص زوجینی که به دلیل خیانت آسیب دیده هستند این مسئله نمود بیشتری دارد و ابراز هیجانات به صورت شدید خواهد بود. مطالعات قبلی نشان می دهد زوجینی که خیانت را تجربه می کنند علاوه بر داشتن علائمی مانند اضطراب و افسردگی، در تنظیم شناختی هیجان خود با دشواری هایی مواجه می شوند و میل به استفاده از راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان بر آثار سوء روانی ناشی از این تجربه می افزاید (۱۸). در چنین مواردی، زوج درمانگری که با رویکرد بازسازی عاطفی کار می کند تلاش می کند تا به

References

1. TaghiPour M, Ismail A, Wan Jaafar W, Yusop YM. Infidelity in marital relationships. *Psychology & Psychological Research International Journal*. 2019;4(2):1-14.
2. Beltrán-Morillas AM, Valor-Segura I, Expósito F. Unforgiveness motivations in romantic relationships experiencing infidelity: negative affect and anxious attachment to the partner as predictors. *Frontiers in Psychology*. 2019;10:434.
3. Shrout MR, Weigel DJ. Coping with infidelity: The moderating role of self-esteem. *Personality and individual differences*. 2020;154:109631.

4. Mainpour A, Kafi M, Kavianfar H. The effect of cognitive-behavioral therapy on the self-esteem of women affected by marital infidelity in Iranian culture. The first international conference on the culture of psychopathology and education; Tehran 2017.
5. Toplu Demirtaş E, Hatipoğlu-Sümer Z, Fincham FD. Intimate partner violence in Turkey: The Turkish intimate partner violence attitude scale-revised. *Journal of Family Violence*. 2017;32:349-56.
6. Urooj A, Anjum G. Perception of Emotional and Sexual Infidelity among Married Men and Women. *Pakistan Journal of Psychological Research*. 2015;30(2).
7. Teymouri Z, Mojtabaei M, Rezazadeh SMR. The effectiveness of emotionally focused couple therapy on emotion regulation, anger rumination, and marital intimacy in women affected by spouse infidelity. *Caspian Journal of Health Research*. 2020;5(4):78-82.
8. Garnefski N, van Rood Y, De Roos C, Kraaij V. Relationships between traumatic life events, cognitive emotion regulation strategies, and somatic complaints. *Journal of clinical psychology in medical settings*. 2017;24:144-51.
9. Amidon AD. Intimate relationships: Adult attachment, emotion regulation, gender roles, and infidelity: The University of Texas at Austin; 2008.
10. Snyder DK, Mitchell AE. Affective-reconstructive couple therapy: A pluralistic, developmental approach. In: Gurman AS, editor. *Clinical handbook of couple therapy*: The Guilford Press.; 2008. p. 353–82.
11. Gasbarrini MF, Snyder DK. Affective reconstructive approach to couple therapy. In: Lebow JL, Chambers AL, Breunlin DC, editors. *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*: Springer; 2019. p. 61-7.
12. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual differences*. 2001;30(8):1311-27.
13. Fazel Hamedani N, Ghorban Jahromi R. Effectiveness of Group Therapy using Transactional Analysis (TA) on Cognitive Emotion Regulation and Marital Intimacy of Betrayed Women. *The Journal Of Psychological Science*. 2018;17(70):745-53.
14. Rajabi G, Khoshnoud G, Sodani M, Khojastehmehr R. The Effectiveness of Affective-reconstructive Couple Therapy in Increasing the Trust and Marital Satisfaction of Couples With Remarriage. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2020;26(1):114-29.
15. Danlian Namagardi H, Farzad V, Nooranipoor R. Comparing the effectiveness of Integrative Behavioral Couple Therapy (IBCT) and Affective Reconstructive Couple Therapy (ARCT) on couples marital conventionalization and global distress. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2022;24(1):39-46.
16. Khojasteh Mehr R, Shiralinia K, Rajabi GR, Bashlide Q. Effectiveness of Cognitive–Behavioral Couple Therapy on Depression Reduction and Enhancing Emotional Regulation in Distressed Couples. *Jundishapur Scientific Medical Journal*. 2014;13(2):202-12.
17. Ghasedi m. The Effectiveness of Mindfulness-Based Cognitive Therapy on forgiveness, emotional regulation, and marital intimacy of women injured with infidelity. *Scientific Journal of Social Psychology*. 2019;7(52):41-50.
18. Golestani S. Effectiveness of Group Therapy Based Performance Art on Improvement of Emotional Regulation and Reducing Symptoms of Post Traumatic Stress Disorder in Women Affected by Marital Infidelity. *Journal of Family Research*. 2018;15(2):197-211.