

مقاله اصلی

## تعیین اثربخشی پروتکل مستخرج از مدل علی بخشودگی زناشویی بر صمیمیت زوجین، تعهد زناشویی و تعارضات زناشویی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۷/۰۲ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۹/۰۹

### خلاصه

**مقدمه:** بخشودگی زناشویی یکی از عوامل مرتبط با صمیمیت، تعهد و کاهش تعارضات زناشویی و بطور کلی یکی از مهم‌ترین عوامل موثر در رضایت زناشویی محسوب می‌شود؛ بنابراین، هدف اصلی این پژوهش، تعیین میزان اثربخشی پروتکل مستخرج از مدل علی بخشودگی زناشویی بر صمیمیت زوجین، تعهد زناشویی و تعارضات زناشویی بوده است.

**روش کار:** پژوهش حاضر آزمایشی از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد که ۴۰ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس، براساس معیارهای ورود پژوهش از بین کلیه زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر همدان در سال ۱۴۰۰ انتخاب شدند که به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۲۰ نفر) جایگزین شدند و گروه آزمایش مداخله‌ی بخشودگی طراحی شده مستخرج از مدل علی را به شیوه‌ی گروهی در ۸ جلسه‌ی ۱۲۰ دقیقه‌ای دریافت کردند. داده‌های جمع‌آوری از طریق پرسشنامه‌های صمیمیت ادراک شده آسوده و تیموری (۱۳۸۷)، پرسش‌نامه تعارضات زناشویی ثنایی ذاکر و براتی (۱۳۸۷)، تعهد زناشویی آدامز و جونز (۱۹۹۷)، واحدهای مورد پژوهش قبل و بعد از مداخله با استفاده از نرم افزار آماری SPSS22 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**نتایج:** یافته‌ها نشان داد که پروتکل مستخرج از مدل علی بخشودگی بر افزایش تعهد و صمیمیت زنان در زندگی به ترتیب به میزان (۰/۱۸، ۰/۱۶) و بر کاهش تعارضات زناشویی (۰/۵۶) اثرگذار بوده است.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان گفت که رویکرد آموزش گروهی پروتکل بخشودگی در کاهش تعارضات زناشویی و افزایش تعهد و صمیمیت زنان در زندگی اثربخش بوده است.

**کلمات کلیدی:** بخشودگی زناشویی، تمایز یافتگی، تعارضات، تعهد، صمیمیت

بهاره فامیل متقی<sup>۱</sup>

محمود گودرزی\*<sup>۲</sup>

کیوان کاکابرائی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری مشاوره، گروه روان‌شناسی، واحد سنندج،

دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران

<sup>۲</sup> گروه مشاوره خانواده، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی،

سنندج، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۳</sup> گروه روانشناسی و مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد

اسلامی، کرمانشاه، ایران

Email: mg.sauc@gmail.com

## مقدمه

بخشودگی زناشویی یکی از مهم‌ترین عوامل موثر در رضایت زناشویی محسوب می‌شود (۱). بخشودگی به عنوان متغیری موثر در حل تعارضات زناشویی و افزایش رضایت زناشویی در نظر گرفته می‌شود (۲). بخشودگی زناشویی تعاملات منفی زوجین را از میان می‌برد و آنها را در اتحادی دوباره به هم نزدیک می‌کند. نتیجه چنین اتحادی، افزایش رضایت از زندگی مشترک و تلاشی منطقی برای حل تعارضات اجتناب ناپذیر زندگی مشترک است که در نتیجه زوجین می‌توانند عملکرد سالم خود را ارزیابی کنند و این الگو علاوه بر تضمین سلامت روان در نسل‌های بعدی هم تدام یابد (۳). توانایی بخشش همسر می‌تواند به عامل پابرجایی رابطه و افزایش رضایت زناشویی منجر گردد (۴). در واقع رفتارهای بخشودگی می‌تواند با ایجاد تغییرات مثبت در پویایی‌های روابط زناشویی، امکان رشد شخصی و میان فردی را فراهم کند (۵). بخشودگی باعث افزایش تمایل فرد برای حفظ رابطه و کاهش تعارضات زناشویی، افزایش مصالحه و آشتی و سلامت روان زوج‌ها و در نتیجه ارتقاء کیفیت رابطه زناشویی شده و نبود آن می‌تواند به نارضایتی و بی‌رمقی میان زوج‌ها منجر شود (۶). بخشش فرآیندی است که شامل تغییر در احساسات و نگرش در مورد فرد خطاکار می‌شود. نتیجه این فرآیند، کاهش انگیزه برای اقدام تلافی‌جویانه و یا حفظ بیگانگی با فرد خاطی است و احساسات منفی نسبت به فرد خطاکار را از بین می‌برد. همچنین نظریه پردازان بر این باورند که بخشش نشان دهنده جایگزینی احساسات منفی با نگرش‌های مثبت از جمله شفقت و خیرخواهی است. در واقع تنفر ایجاد شده ناشی از خطاهای همسر، احتمالاً تقویت‌کننده تعارضات زوج‌ها و مانع حل موفقیت‌آمیز آن است. در مقابل بخشش همسر یکی از ابزارهای بالقوه فراهم‌کننده آشتی، علی‌رغم وجود یک رویداد دردناک و نگران‌کننده است، بنابراین بخشودگی می‌تواند کاربردهای قابل توجهی برای یک رابطه بلندمدت و همچنین الگوهای جهت تعاملات کوتاه مدت داشته باشد (۷). هنگامی فرد قادر به بخشش باشد، رابطه میان هتک حرمت و کیفیت رابطه زناشویی و رضایت زناشویی ضعیف،

تعدیل شود. هتک حرمت می‌تواند تأثیرات منفی بر روابط و رضایت زناشویی و همچنین بر فرد و خانواده داشته باشد. توانایی بخشش همسر می‌تواند به عامل پابرجایی رابطه و افزایش رضایت زناشویی منجر گردد (۸). افرادی که قادر به بخشش همسر خود هستند اعتقاد بر تقدس رابطه زناشویی خود دارند و این توانایی بخشش همسر به استحکام بیشتر رابطه زناشویی و افزایش رضایت زناشویی می‌انجامد (۹).

در روابط زناشویی عوامل متعددی باعث رضایت همسران از یکدیگر می‌شود، یکی از عناوینی که می‌تواند بر رضایت زناشویی موثر باشد، صمیمیت است. صمیمیت به عنوان توانایی ارتباط با دیگران با حفظ فردیت تعریف می‌شود. صمیمیت را می‌توان به عنوان توانایی شناخت خود در حضور دیگران دانست که خودآگاهی و رشد هویت برای ظرفیت قابلیت شخص در جهت صمیمیت بسیار ضروری است. مفهوم پردازی رایج از صمیمیت سطح زندگی به همسر، به اشتراک‌گذاری ارزش‌ها و ایده‌ها، فعالیت‌های مشترک، روابط جنسی، شناخت از یکدیگر و رفتارهای عاطفی نظیر نوازش کردن است. فردی که میزان صمیمیت بالاتری را تجربه می‌کند قادر است خود را به شیوه مطلوب‌تری در روابط عرضه کند و نیازهای خود را به شکل موثرتری به شریک و همسر خود ابراز کند. رضایت زناشویی می‌تواند در زوج‌هایی که میزان صمیمیت بالاتری دارند، بیشتر باشد یا به عبارتی زوج‌هایی که صمیمیت بالاتری دارند ممکن است قابلیت بیشتری در مواجهه با مشکلات و تغییرات مربوط به رابطه خود داشته باشد و در نتیجه رضایت زناشویی بالاتری را تجربه کنند (۱۰). نوری احمدآبادی (۱۳۹۶)، در پژوهشی بین بخشودگی با صمیمیت هم‌بستگی مثبت و معنی‌دار وجود دارد. بخشودگی توانایی پیش‌بینی صمیمیت و تعارضات زناشویی را دارد. صمیمیت یک مقوله بسیار مهم در ثبات و استحکام روابط زوج‌ها به شمار می‌رود و یکی از نیازهای زندگی زناشویی است، همچنین از ویژگی‌های بارز یک ازدواج شاد و موفق نیز می‌باشد (۱۱). عدم صمیمیت یا کاهش آن منجر به بروز تعارضات زناشویی می‌گردد.

عمیق در روابط زوجین و ایجاد تنفر از همسر، دلخوری، حسادت، رقابت، حس انتقام‌گیری، تحقیر، نبود اعتماد به نفس و نظایر آن منجر شود.

تحقیقات متعددی در ارتباط با متغیرهای تحقیق در این راستا صورت گرفته است. فامیل متقی و همکاران (۱۴۰۰) با تدوین پروتکل بخشودگی زناشویی منتج از هوش هیجانی و هوش معنوی زوجین نشان دادند که سطح تمایز یافتگی زوجین بر رابطه بین هوش هیجانی، هوش معنوی و بخشودگی زناشویی اثر میانجیگری دارد (۲۱). گودرزی (۱۳۹۸) در ارتباط با پیش‌بینی میزان احتمال پیمان شکنی در روابط زناشویی بر اساس سطح تمایز یافتگی، عملکرد خانواده و دلزدگی زناشویی نشان داد که تمایز یافتگی و عملکرد خانواده پیش‌بین منفی برای خیانت زناشویی هستند ولی دلزدگی زناشویی نقش مثبتی در پیش‌بینی خیانت دارد (۲۲).

نقش بنیادین خانواده و تاثیرگذاری وضعیت خانواده در بخش‌های مختلف اجتماعی و همچنین کمبود پژوهش‌های جامع و کاربردی در زمینه بهبود کیفی روابط زن و مرد در خانواده‌ها، انجام این پژوهش را ضروری نموده است. بنابراین هدف از این پژوهش تعیین میزان اثربخشی پروتکل مستخرج از مدل علی بخشودگی زناشویی بر صمیمیت زوجین، تعهد زناشویی و تعارضات زناشویی بود.

### روش کار

پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی و از لحاظ روش اجرا نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری، زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر همدان بود و حجم نمونه ۴۰ نفری با روش نمونه‌گیری در دسترس، مورد مطالعه قرار گرفتند. شرایط ورود به مطالعه شامل ۱. شرط سنی ۲۵ تا ۴۵ سال ۲. علت مراجعه مشکلات خانوادگی مرتبط با زندگی زناشویی ۳. عدم بیماری حاد و مزمن ۴. دارای تحصیلات حداقل متوسطه بود که افراد به صورت داوطلبانه جهت آموزش پروتکل اعلام آمادگی کردند و به‌عنوان نمونه آماری به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و

تعارض زناشویی از ناهماهنگی زن و شوهر در نوع نیازها و روش ارضای آن‌ها، خودمحموری، اختلاف در خواسته‌ها، طرح‌های رفتاری و رفتار غیرمسئولانه نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج ناشی است (۱۲). تعارض زناشویی فرایندی تعاملی است که در آن یکی، یا هر دو همسر در مورد جنبه‌هایی از رابطه‌شان احساس ناراحتی می‌کنند و می‌کوشند به طریقی آن را حل کنند. به علاوه تعارض در روابط وقتی بروز می‌کند که رفتار یک شخص با توقعات شخص دیگر جور درنیاید (۱۳). پژوهش‌های اولیور و میلر (۱۹۹۴) این موضوع را نشان داد که زوج‌های متعارض سال‌هایی را به علت نداشتن مهارت‌های ارتباطی به صورت ناکارآمد سپری کرده‌اند. آن‌ها فکر می‌کردند که مشکل آن‌ها مسائل جنسی، مالی یا بستگان است، ولی منشاء بیشتر مشکلات آن‌ها فقدان برقراری ارتباط مناسب و هدایت کردن موضوع به نحوی موثر بود (۱۴). همچنین گودرزی و قبادی (۱۴۰۰) اثربخشی زوج درمانی با مدل EIS بر تعارضات زناشویی و دلزدگی زناشویی را نشان دادند که حاکی از نقش مخرب تعارضات زناشویی در روابط زوجین می‌باشد (۱۵). صمیمیت در ازدواج با ارزش است زیرا تعهد زوجین به ثبات رابطه را محکم می‌کند و به طور مثبتی با سازگاری و رضایت زناشویی همراه است (۱۶). در واقع تعهد زناشویی و صمیمیت بخش حیاتی یک ازدواج موفق می‌باشند. بدین معنا که زوجین برای خلق آینده‌ای مشترک تلاش می‌کنند و به وقت بحران و تعارض در کنار هم باقی می‌مانند (۱۷).

نتایج تحقیقات نشان می‌دهد، تعهد زناشویی دومین عامل حفظ‌کننده ازدواج و فقدان آن مهم‌ترین عامل موثر در بروز طلاق به شمار می‌آید (۱۸). تعهد زناشویی را می‌توان احساس تداومی که در جاذبه و محدودیت‌ها پیدا می‌شود تعریف کرد، تعهد، ماهیت وابستگی فرد در رابطه را نشان می‌دهد، اینکه فرد در رابطه چقدر احساس امنیت می‌کند و تا چه حد احساس می‌کند که رابطه در درازمدت ارزشمند است (۱۹). تعهد به این معناست که فرد همسرش را دوست دارد، به او وفادار است و از انتخاب همسری دیگر به هر شکل و شمایلی که باشد اجتناب می‌کند (۲۰)، پایین بودن میزان تعهد زناشویی می‌تواند به مشکلات

تعهد زناشویی در تحقیق حاضر با اجرای آزمایشی و محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

پروتکل مدل علی بخشودگی بر اساس آموزش‌های مداخله‌ای پروتکل مستخرج از پژوهش فامیل متقی و گودرزی (۱۴۰۰) طراحی و مورد تأیید اساتید خبره در این زمینه قرار گرفته و در طی ۸ جلسه‌ی ۱۲۰ دقیقه‌ای گروهی به نمونه انتخابی از مراکز مشاوره ارائه شد و نتایج حاصل از آزمون پس از آموزش در گروه مداخله با گروه کنترل مورد مقایسه و تجزیه و تحلیل قرار گرفت. روایی آن به روش دلفی توسط ۱۰ نفر از اساتید خبره و متخصصین خانواده درمانی و زوج درمانی مورد مطالعه قرار گرفت و به آن استناد گردید. روایی محتوایی و صوری کل پروتکل با ضریب CVR قابل قبول ۰/۸۶ محاسبه گردید.

روش آماری: برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل کوواریانس با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۵ استفاده شده است.

### نتایج

میانگین میزان سن نمونه آماری برابر ۳۱/۶ سال بوده و انحراف معیار آن برابر ۴/۴۳ است.

در این پژوهش اثربخشی پروتکل مستخرج از مدل صمیمیت، تعهد و تعارضات زناشویی با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس مورد بررسی و مقایسه قرار گرفته است، برای این منظور پیش شرط‌های همتا بودن گروه‌ها در پیش‌آزمون؛ نرمال بودن داده‌ها، خطی بودن همسانی واریانس‌ها و همسانی کوواریانس‌ها مورد بررسی قرار گرفت. آزمون کوواریانس برای مقایسه گروه‌ها در پیش‌آزمون به شرح جدول زیر می‌باشد:

جدول ۱. آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره پژوهش

اثر	ارزش	مقدار F	درجه		معناداری sig
			آزادی فرضیه	آزادی خطا	
اثر پیلای	۰/۰۰۱	۰/۰۰۹	۳	۳۶	۰/۹۹
لامبدای ویلکز	۰/۹۹	۰/۰۰۹	۳	۳۶	۰/۹۹
اثر هوتلینگ	۰/۰۰۱	۰/۰۰۹	۳	۳۶	۰/۹۹
اثر بزرگترین ریشه روی	۰/۰۰۱	۰/۰۰۹	۳	۳۶	۰/۹۹

کنترل (۲۰ نفر) جایگزین شدند و پروتکل تدوین شده برای آنها اجرا گردید. معیارهای خروج از مطالعه نیز شامل عدم همکاری و غیبت بیشتر از ۲ جلسه در جلسات آموزشی پروتکل تدوین شده بود.

ابزارهای اصلی جهت جمع‌آوری اطلاعات شامل پرسشنامه‌های صمیمیت ادراک شده (آسوده و تیموری (۱۳۸۷)، تعارضات زناشویی ثنائی ذاکر و براتی (۱۳۸۷) و تعهد زناشویی آدامز و جونز (۱۹۹۷) بود.

پرسش‌نامه صمیمیت ادراک شده بر اساس نظریه وارینگک توسط آسوده و تیموری (۱۳۸۷) طراحی شده است. تعداد سؤالات این پرسش‌نامه ۳۳ ماده و بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق طراحی شده است و شامل ۸ زیر مقیاس (عاطفه، بیانگری، سازگاری، همبستگی، رابطه جنسی، حل تعارض، خودمختاری و هویت) می‌باشد و پایایی آن در تحقیق حاضر با اجرای آزمایشی و محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به دست آمد.

پرسش‌نامه تعارضات زناشویی (MCQ) ثنائی ذاکر و براتی (۱۳۸۷) شامل ۴۲ پرسش و باهدف سنجیدن هفت بُعد اصلی تعارضات زوجین (کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر) تدوین کردند که در چهار سطح: فاقد تعارض (۴۲ تا ۷۵)، تعارض در حد طبیعی (۷۵ تا ۱۱۴)، تعارض بیش از حد طبیعی (۱۱۴ تا ۱۳۴) و تعارض بسیار شدید (بالتر از ۱۳۵) طبقه‌بندی می‌کند. پایایی پرسش‌نامه تعارضات زناشویی در تحقیق حاضر با اجرای آزمایشی و محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۵ به دست آمد.

پرسش‌نامه تعهد زناشویی توسط آدامز و جونز (۱۹۹۷) تهیه شده است و سه بُعد تعهد زناشویی (شخصی، اخلاقی و ساختاری) را با ۴۴ سوال اندازه‌گیری می‌کند. هر سؤال دارای طیف پنج درجه‌ای لیکرت بوده و شامل گزینه‌های خیلی موافقم تا کاملاً مخالفم می‌باشد که دامنه نمرات آن از ۱ تا ۱۷۲ است و پایایی پرسش‌نامه

باتوجه به داده‌های جدول شماره ۱ مقدار لامبادای ویلکز (۰/۰۰۹) و  $f = ۰/۹۹$  (sig) است، بنابراین تفاوت معناداری بین گروه‌های مورد مطالعه پژوهش در پیش‌آزمون وجود ندارد از این رو می‌توان گفت دو گروه در پیش‌آزمون هم‌تا هستند.

جدول ۲. مقایسه خرده‌مقیاس‌های دو گروه در پیش‌آزمون

منابع تغییر	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	نسبت f	سطح معناداری sig
	تعهد	۰/۲۲	۱	۰/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۹۷
اثر گروه	صمیمیت	۴/۲۲	۱	۴/۲۲	۰/۰۱	۰/۹۲
	تعارضات زناشویی	۰/۰۰۰۱	۱	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۱
	تعهد	۹۶۳۲/۵۵	۳۸	۲۵۳/۴۸		
خطا	صمیمیت	۱۶۸۴۰/۷۵	۳۸	۴۴۳/۱۷		
	تعارضات زناشویی	۲۷۶۱/۹	۳۸	۷۲/۶۸		
	تعهد	۷۰۵۸۰۱	۴۰			
جمع	صمیمیت	۴۸۵۳۵۱	۴۰			
	تعارضات زناشویی	۳۵۱۳۸	۴۰			
	تعهد	۹۶۳۲/۷۷۵	۳۹			
جمع تصحیح شده	صمیمیت	۱۶۸۴۴/۹۷۵	۳۹			
	تعارضات زناشویی	۲۷۶۱/۹	۳۹			

گروه اثر معناداری بر هر یک از متغیرها در پیش‌آزمون نداشته است و دو گروه در پیش‌آزمون هم‌تا بوده‌اند. برای آگاهی از نرمال بودن داده‌های پژوهش از آزمون ناپارامتریک کولموگراف اسمیرونف (K-S) استفاده شده، جدول ۳ نتیجه تحلیل را گزارش می‌کند.

باتوجه به داده‌های جدول ۲ مقادیر آزمون (f و sig) به دست آمده در مورد هر یک از متغیرها به ترتیب زیر می‌باشد: تعهد ( $f = ۰/۰۰۱$  و  $sig = ۰/۹۷$ )، صمیمیت ( $f = ۰/۰۱$  و  $sig = ۰/۹۲$ )، تعارضات زناشویی ( $f = ۰/۰۰۰$  و  $sig = ۱$ ) که نشان می‌دهد

جدول ۳. آزمون کلموگراف اسمیرونف (K-S) برای بررسی نرمال بودن داده‌ها

مراحل آزمون	خرده‌مقیاس‌ها	مقادیر آماری	گروه آزمایش	گروه کنترل
	تعهد	مقدار (K-S)	۰/۵۵	۰/۷۹
		معناداری P	۰/۹۲	۰/۵۶
پیش‌آزمون	صمیمیت	مقدار (K-S)	۰/۵۸	۰/۷۴
		معناداری P	۰/۸۷	۰/۶۵
	تعارضات زناشویی	مقدار (K-S)	۰/۶۸	۰/۶۲
		معناداری P	۰/۷۴	۰/۸۳
پس‌آزمون	تعهد	مقدار (K-S)	۰/۵۶	۰/۷۲

۰/۶۷	۰/۹۱	معناداری P	صمیمیت
۰/۸۱	۰/۵۵	مقدار (K-S)	
۰/۵۲	۰/۹۱	معناداری P	تعارضات زناشویی
۰/۵۲	۰/۵۴	مقدار (K-S)	
۰/۹۵	۰/۹۲	معناداری P	

نتایج ضریب همبستگی بین متغیرهای تعهد، صمیمیت، تعارضات زناشویی دو گروه در پیش‌آزمون بیانگر عدم وجود رابطه خطی بین متغیرها قبل از اجرای طرح است.

باتوجه به وجود پیش‌فرض‌های موردنیاز (شرط برابری واریانس‌ها با استفاده از آزمون لون و شرط همسانی کوواریانس‌ها با استفاده از ام باکس) برای اجرای تحلیل کوواریانس با استفاده از این آزمون تأثیر پروتکل استخراجی از مدل علی بخشودگی بر صمیمیت، تعهد و رضایت زناشویی زوجین بررسی می‌شود.

باتوجه به مقادیر (K-S) و مقدار (P) در مورد هر یک از آزمون‌ها، توزیع داده‌ها نرمال است و وجود نرمال بودن داده‌ها مورد تأیید قرار گرفته است.

برای واریانس عدم وجود هم‌خطی چندگانه بین داده‌های پیش‌آزمون تعهد، صمیمیت و تعارضات زناشویی گروه آزمایش و کنترل از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج در جدول شماره ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. ضریب همبستگی نمرات پیش‌آزمون گروه‌های مورد مطالعه

متغیرها	تعهد		صمیمیت		تعارضات زناشویی	
	P	r	P	r	P	R
تعهد	۰	۰/۳۸	۰/۰۱۶	۰/۰۸۱	۰/۶۲	-۰/۰۸۱
صمیمیت	۰/۰۱۶	۱	۰	۰/۶۸	۰/۰۰۰۱	-۰/۶۸
تعارضات زناشویی	-۰/۰۸۱	۰/۶۲	-۰/۶۸	۰/۰۰۰۱	۰	۱

جدول ۵. آزمون کوواریانس

اثر	ارزش	مقدار F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	معناداری sig	مجذور ایتا
اثر پیلایی	۰/۶۵	۲۳/۰۵۸	۳	۳۶	۰/۰۰۰۱	۰/۶۵
لامبادای ویلکز	۰/۳۴	۲۳/۰۵۸	۳	۳۶	۰/۰۰۰۱	۰/۶۵
اثر هوتلینگ	۱/۹۲	۲۳/۰۵۸	۳	۳۶	۰/۰۰۰۱	۰/۶۵
اثر بزرگترین ریشه روی	۱/۹۲	۲۳/۰۵۸	۳	۳۶	۰/۰۰۰۱	۰/۶۵

پروتکل استخراجی از مدل علی بخشودگی بر صمیمیت، تعهد و تعارضات زناشویی زوجین تأثیر دارد. برای بررسی اثر اجرای طرح بر هر یک از متغیرهای وابسته از جدول ۶ استفاده شده است.

باتوجه به داده‌های جدول شماره ۵ مقدار لامبادای ویلکز ( $f = ۲۳/۰۵۸$  و  $sig = ۰/۰۰۰۱$ ) و مجذور ایتا ( $= ۰/۶۵$ ) گروه اثر معناداری بر متغیرهای وابسته داشته است، بنابراین می‌توان گفت

## جدول ۶. جدول خلاصه تحلیل کوواریانس به منظور اثر بین گروهی

منابع تغییر	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	نسبت f	سطح معناداری sig	مجذور ای تا
	تعهد	۲۱۱۷/۰۲۵	۱	۲۱۱۷/۰۲۵	۸/۳۴	۰/۰۰۶	۰/۱۸
اثر گروه	صمیمیت	۳۵۱۵/۶۲۵	۱	۳۵۱۵/۶۲۵	۷/۱۱	۰/۰۱۱	۰/۱۶
	تعارضات زناشویی	۲۱۱۷/۰۲۵	۱	۲۱۱۷/۰۲۵	۴۸/۹۶	۰/۰۰۰۱	۰/۵۶
	تعهد	۹۶۴۷/۷۵	۳۸	۲۵۳/۸۸۸			
خطا	صمیمیت	۱۸۷۹۸/۱۵	۳۸	۴۹۴/۶۸۸			
	تعارضات زناشویی	۱۶۴۲/۹۵	۳۸	۴۳/۲۳۶			
	تعهد	۷۹۴۹۲۵	۴۰				
جمع	صمیمیت	۵۸۳۲۹۳	۴۰				
	تعارضات زناشویی	۲۱۸۶۵	۴۰				
	تعهد	۱۱۷۶۴/۷۷۵	۳۹				
جمع شده	صمیمیت	۲۲۳۱۳/۷۷۵	۳۹				
	تعارضات زناشویی	۳۷۵۹/۹۷۵	۳۹				

گودرزی و رستمی (۱۴۰۰)، دعاغله، عسگری و حیدری (۱۳۹۱)، نوری تیرتاشی، شفیع آبادی و کرمی (۱۳۹۰)، استاپ و پرلمن (۲۰۱۹)، ماگیار (۲۰۱۵)، ایمانی راد و همکاران (۱۴۰۰) و باکوس (۲۰۰۹)، همخوانی دارد. در تبیین این یافته می توان گفت: بخشودگی در زنان باعث می شود حس نزدیکی، اشتیاق و علاقه شدید که سه ویژگی از صمیمیت زناشویی هستند تبدیل به یک مانع قوی در برابر نگرش افراد به خیانت زناشویی شوند، زیرا وقتی از صمیمیت زناشویی بالای همسران صحبت می شود در واقع این باور وجود دارد که آنها اولاً معنویت و اخلاقیات را در زندگی اولویت می دهند و به یکدیگر متعهد هستند و ثانیاً فرض بر این است که زوجین صمیمی اشتیاق و علاقه شدیدی به یکدیگر دارند. ایجاد و افزایش صمیمیت بین زوجین، ریشه در ویژگی های شخصیت و رفتاری زیادی دارد که در مدل پیشنهادی باتوجه به آن ویژگی ها صمیمیت افزایش یافت. مجموعه آموزش های منطبق بر مدل بخشودگی، موجب ارتقاء سطح صمیمیت و بهبود وضعیت صمیمیت بین زوجین می گردد و بر این اساس زوجینی دارای صمیمیت بیشتر خواهند شد که به راحتی احساسات یکدیگر را درک می کنند، نسبت به یکدیگر متعهد خواهند بود.

باتوجه به داده های جدول،  $f = 7/11$  و  $sig = 0/011$  و مجذور ای تا  $= 0/16$  می باشد، که نشان می دهد آموزش مدل علی بخشودگی زناشویی باعث بهبود صمیمیت زوجین شده است. باتوجه به داده های جدول،  $f = 8/34$  و  $sig = 0/006$  و مجذور ای تا  $= 0/18$  می باشد، که نشان می دهد آموزش مدل علی بخشودگی زناشویی باعث بهبود تعهد زناشویی زوجین شده است. باتوجه به داده های جدول،  $f = 48/96$  و  $sig = 0/0001$  و مجذور ای تا  $= 0/56$  می باشد، که نشان می دهد آموزش مدل علی بخشودگی زناشویی باعث کاهش تعارضات زناشویی زوجین شده است.

## بحث و نتیجه گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر تعیین میزان اثربخشی پروتکل مستخرج از مدل علی بخشودگی زناشویی بر صمیمیت زوجین، تعهد زناشویی و تعارضات زناشویی بوده است. نتایج نشان داد که آموزش مدل علی بخشودگی زناشویی باعث بهبود صمیمیت زوجین شده است. این یافته ها با نتایج قلی زاده و همکاران (۱۳۹۹)، نوری احمدآبادی (۱۳۹۶)، محمدی (۱۳۹۳)،

روابط مطلوب‌تر و رضایت بیشتر و تعارضات زناشویی کمتری را تجربه خواهند کرد.

### نتیجه‌گیری

به طور کلی می‌توان چگونگی اثرات مدل بخشودگی بر صمیمیت، تعهد زوجین و تعارضات زناشویی را به صورت زیر تشریح کرد:

عامل بخشودگی یکی از متغیرهایی است که امروزه در حوزه تعارضات زوجها توجه محققان را به خود جلب کرده است. به عقیده دیویس تعارض در روابط وقتی بروز می‌کند که رفتار یک شخص با توقعات شخص دیگر هماهنگ نباشد. وجود تعارض زناشویی از واکنش نسبت به تفاوت‌های فردی ناشی است و زمانی قوت می‌گیرد که احساس خشم، خصومت، کینه، نفرت، حسادت، سوء رفتار کلامی و فیزیکی بر روابط زوجها حاکم شود (دیویس، ۱۳۸۲). ورنینگتون (۲۰۰۰) معتقد است که اعضای خانواده یکدیگر را آزار می‌دهند، این بدان معنی است که در روابط خانوادگی دل آزرده‌گی اجتناب‌ناپذیر است، اینجاست که موضوع بخشودگی مطرح می‌شود. بخشودگی به عنوان یک تجربه هیجانی در موقعیت‌های درون فردی، میان فرد خاطی و فرد قربانی خود را نشان می‌دهد. به این دلیل می‌توان گفت که افرادی که در روابط درون فردی و برون فردی توانایی بیشتری دارند، در مواجهه با عوامل آزرده‌گی به گونه‌ای مفید و مؤثرتر عمل می‌کنند و هرچه این توانایی بیشتر باشد، صمیمیت بین طرفین افزایش خواهد یافت و نزدیکی بین زوجین بیشتر خواهد شد. وجود صمیمیت در رابطه، باعث شکل‌گیری اعتماد و اطمینان می‌شود و کارکرد بهنجار رابطه زناشویی را در پی خواهد داشت، زیرا صمیمیت بین همسران موجبات توجه به خواسته‌های همسر، صرف وقت و توجه بالا را فراهم می‌سازد که این عوامل در تعهد زناشویی بالا نقش بسزایی دارند.

با توجه به نکات ذکر شده؛ وقتی بر اساس مدل بخشودگی زناشویی، زوجین تحت آموزش قرار می‌گیرند، در رشد بخشودگی زناشویی و چگونگی شناسایی، کنترل و ابراز هیجانات مهارت‌هایی کسب می‌کنند و همچنین یاد می‌گیرند که باید سطح بالایی از صمیمیت داشته باشند و باید در مسیر

نتایج دیگر تحقیق نشان داد که آموزش مدل علی بخشودگی زناشویی باعث بهبود تعهد زناشویی زوجین شده است. این یافته‌ها با نتایج رحمانی، گودرزی و آراسته (۱۳۹۹)، گشتاسبی زاده (۱۳۹۶)، محمدی، حیدرنیا و عباسی (۱۳۹۵) و هیل (۲۰۲۰)، همخوانی دارد. در تبیین این یافته می‌توان بیان داشت که تعهد زناشویی از جمله متغیرهایی است که به متغیرهای شخصیتی و رفتاری فراوانی وابسته است. فردی که دارای بخشودگی بالایی است می‌داند که باید بر روی هیجانات مختلف خود و چگونگی ابراز و مدیریت آن کنترل داشته باشد و از آن هیجانات در مسیر جلب اعتماد همسر خود استفاده کند. وقتی بخشودگی افزایش پیدا کند، نزدیکی و همدلی بین زوجین را رشد می‌دهد. مجموعه این اقدامات منجر به احساس دلبستگی و افزایش تعهد زوجین می‌گردد که در مدل بخشودگی مورد توجه و آموزش قرار گرفت و در اینجا نشان داد که می‌تواند تعهد زناشویی را افزایش دهد.

از دیگر نتایج تحقیق، نشان داد که آموزش مدل علی بخشودگی زناشویی باعث کاهش تعارضات زناشویی زوجین شده است. این یافته‌ها با نتایج یاری (۱۳۹۷)، نوری احمدآبادی (۱۳۹۶)، احمدی (۱۳۹۵)، ارجمند (۱۳۹۳)، صلاحیان و همکاران (۱۳۸۹)، آراتینکال و وانستونگن (۲۰۲۰)، والاس، اکسلاین و بامیستر (۲۰۱۹)، مک نالتی (۲۰۱۸)، فینچام (۲۰۱۸) و رانسلی و اسپای (۲۰۱۶)، همخوانی دارد. برای تبیین همسویی نتایج بهتر است که به تعریف بخشودگی توجه شود بخشودگی فرایند چشم‌پوشی ارادی از حق عصبانیت و انزجار از یک عمل ارتكابی پرگزند است که شخص متألم رفتاری گرم و محبت‌آمیز را با فرد خاطی در پیش می‌گیرد، پس کسانی که در متغیر بخشودگی نمره بالاتری را کسب می‌کنند، بیشتر از خطاهای همسر خود چشم‌پوشی می‌کنند و تعارضات زناشویی کمتری را خواهند داشت. زنانی که از بخشودگی بالاتری برخوردارند، توانایی درک همسر خود را در شرایط تعارض و اختلاف نظر خواهند داشت، و عواطف و احساسات خود را آسانتر بروز خواهند داد و مانع از طولانی شدن تعارض می‌شوند، در نتیجه



ویژگی‌های مدل علی بخشودگی زناشویی نظیر تفکر نقادانه، معناسازی، آگاهی معنایی، تکنیک‌های خودآگاهی و هوش هیجانی در آنان رشد داده شود. به پژوهشگران آتی پیشنهاد می‌گردد در مورد میزان توجه والدین در آموزش مهارت‌های همسرمداری به فرزندان به ویژه ترغیب آنان به بخشودگی و گذشت در زندگی مشترک آینده پژوهش شود.

### تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از رساله دکتری مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد سنجید می‌باشد. بدین وسیله از اساتید راهنما و مشاور و تمامی کسانی که در انجام این پژوهش مشارکت داشتند، قدردانی و تشکر می‌گردد.

### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

دستیابی به نقاط مشترک با همسر خود تلاش کنند و در نتیجه افزایش بخشودگی زناشویی موجب می‌شود تا رفته‌رفته تعارضات زناشویی کاهش یابد و زوجین از انتظارات نامعقول خود بکاهند، تعارضات را به خانواده‌ها گسترش ندهند، برای کاهش تعارضات پیش‌قدم شوند و برای حل تعارضات و دستیابی به رضایت تلاش کنند و نتیجتاً متعهدتر خواهند شد؛ بنابراین آموزش مدل بخشودگی زناشویی موجب افزایش صمیمیت و تعهد در زوجین و کاهش تعارضات زناشویی می‌شود.

از جمله محدودیت‌های انجام این پژوهش می‌توان به محدودیت مراجعه حضوری برخی از افراد نمونه به مراکز به دلیل شرایط قرنطینه کرونا، وجود تفاوت‌های اجتماعی، شخصیتی و اقتصادی متأثر بر متغیرهای وابسته و در نهایت به عدم دسترسی همزمان به زوجین اشاره نمود. پیشنهاد می‌گردد با برگزاری دوره‌های آموزش زوجین قبل و بعد از ازدواج در زمینه روش‌های شناسایی و مدیریت بخشودگی آنان افزایش یابد. همچنین با ارائه آموزش‌های مجازی و کارگاه‌های آموزشی زوجین،

### References

1. Allemand M, Amberg I, Zimprich D, Fincham FD. The role of trait forgiveness and relationship satisfaction in episodic forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2007;26(2):199-217.
2. Chung MS. Pathways between attachment and marital satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*. 2014 Nov 1; 70:246-51.
3. Rajabi S, Alimoradi K, Moradi N. The relationship between structural of spiritual well-being and marital satisfaction with the mediating role of emotional intelligence and self-differentiation. *Psychological Methods and Models*. 2017;8(28):19-48. [Persian].
4. Backus, L. N. Establishing links between desecration, forgiveness and marital quality during pregnancy. Master of arts dissertation, graduate college of Bowling green State University. 2009.
5. Leo, K. M. The experience of forgiving in the marital relationship. Dissertation for Doctor of Philosophy, Nursing Seton Hall University. 2011.
6. Kazemian M, Mehrabizadeh, M, Kiyamanesh, A, Hosseinian, S The Role of Differentiation, Life Meaningfulness and Forgiveness in Predicting Marital Disaffection in The Married Female Students. *Scientific Research Quarterly of Woman and Culture*. 2017;9(33):35-50. [Persian].
7. Fincham FD, Hall J, Beach SR. Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Family Relations*. 2006;55(4):415-27.
8. Yari, M. The effectiveness of forgiveness education on religious attitude and reducing marital conflict and increasing marital satisfaction of those who refer to the court of dispute resolution council in Zahedan city. (Master's Thesis). University of Sistan and Baluchistan, Faculty of Literature and Humanities. 2017.
9. Magyar, G. M. Violating the sacred: An initial study of desecration in romantic relationship among college students and its implication for mental and physical health. Master dissertation, Bowling Green State University. 2001.
10. Patrick, S., Sells, J. N. Giordano, F. G. & Tollerud, T. R. Intimacy, differentiation, and personality

- variables as predictors of marital satisfaction. *The Family Journal*, 2007; 15: 359-367.
11. Asadpour I, Nazari A M, Sanai B, Tabrizi M. The effectiveness of self-discipline couple therapy on increasing marital intimacy of couples, *Counseling Research*, 2018; Volume 11, Number 41, pp: 45-70. [Persian].
  12. Farahbakhsh, K. Comparing the effectiveness of marital counseling with Ellis's cognitive method, Glaser's reality therapy and a combination of the two in reducing marital conflicts, (Doctoral Thesis), Tehran: Tabatabaei University, Faculty of Educational Sciences. 2004. [Persian].
  13. Davis, K. *The Family: A Guide to Concepts and Techniques for Helping Professionals*, 1999. translated by Bahari et al. Tehran: Tazkieh Publications, 2012.
  14. Mozafariya, R. The relationship between documentary styles, marital forgiveness and marital compatibility, the second international conference on law, psychology, educational and behavioral sciences, Tehran. 2021. [Persian].
  15. Goudarzi M, Ghobadi, S. The effectiveness of couple therapy with the EIS model on marital conflicts and marital burnout in infertile women during the quarantine caused by the covid-19 disease. *Applied Family Therapy Quarterly*. 2020; 25. [Persian].
  16. Shahrastani M, Dostkam M, Rehbardar H, Mashhadhi A. Prediction of marital satisfaction based on the variables of communication beliefs and marital intimacy in divorce seeking and normal women of Mashhad, *Scientific and Research Quarterly of Women and Culture*, 2017; Year 4, Number 14, pp. 19-41. [Persian].
  17. Hosseini Ghidari A, Goudarzi M, Ahmadian H, YarAhmadi Y. Presenting a causal model of divorce in married men referred to counseling centers based on irrelevant communication beliefs and individual differentiation with the mediating role of sexual function and marital frustration. *Journal of Psychological Science*. 2020; 19(87): 361-74. [Persian].
  18. Reynold J. Mansfield P. The effect of changing attitudes to marriage on its stability: Lord chancellors Department, 1999. High Divorce rates: the state of the evidence on Reasons and Remedies, 1, 1-3. Research series No. 2/99.
  19. Nelson, J.A., Kirk, A.M., Ane, P. & Serres, S.A. Religious and Spiritual Values and moral Commitment in Marriage: Untapped Resources in Couples Counseling? *Journal of Counseling and Values*, 2011; 55: 228-246.
  20. Clark Warren, Neil, in search of life's love, (translated by Mehdi Karacheh Daghi), 2009. Tehran: Ohadi Publishing House, (date of publication in the original language, 2000).
  21. Famil Motaghi B, Goudarzi M, Kakabaraei K. Development of a Causal Model of Marital Forgiveness based on Emotional Intelligence and Spiritual Intelligence with a Mediating role of Differentiation. *RBS*. 2021; 19 (3) :529-539. [Persian].
  22. Goudarzi M. Predicting the Probability of Marital Infidelity based on Self-differentiation, Family Function & Couple Burnout. *Journal of counseling research*. 2019; 18(71): 80-99. [Persian].
  23. Asoudeh, Mohammad Hossein and Timouri, Ali. *Perceived Intimacy Questionnaire: Tehran: Age*. 2009. [Persian].
  24. Barati, I., and Sanai Zakir, B. Marital conflict questionnaire in b. Sanai (collector), family and marriage measurement scales (pp. 55-58). 2009. Tehran: Ba'ath Publications Institute.
  25. Adams, J. M., & Jones, W. H. (1997). The conceptualization of marital commitment: An integrative analysis. *Journal of personality and social psychology*, 72(5), 1177.
  26. Qolizadeh, F, Soleimani N, Khoroshi, M, Fadaei M. The effectiveness of acceptance and commitment therapy on interpersonal forgiveness and marital intimacy of women affected by marital infidelity, 6th International Conference on Psychology, Educational Sciences and Lifestyle. 2019. [Persian].
  27. Nouri Ahmadabadi, A. the relationship between the level of forgiveness and marital conflicts and intimacy among couples in Shahrabak, Islamic Azad University, Maroodasht Branch, Faculty of Educational Sciences and Psychology. 2016. [Persian].
  28. Mohammadi, B. Investigating the relationship between marital intimacy and forgiveness with marital commitment in married female employees working in education in Shahrood city. (Master's Thesis). Bojnord University, Faculty of Humanities. 2013. [Persian].
  29. Goudarzi M, Rostami Y. Comparison of attachment styles, level of differentiation in married

- students with and without relationship before marriage and their attitude towards marriage. Quarterly journal of applied research in counseling. 2021; 2 (4). [Persian].
30. Daghighleh F, Asgari P, Heydari A. Relationship of forgiveness, love, intimacy with marital satisfaction. New findings in psychology (social psychology). 2011; Volume 7, Number 24, pp. 57-69. [Persian].
  31. Nouri Tirtashi E, Shafiabadi A, Karmi A. The effectiveness of forgiveness training on increasing the intimacy of couples. Bi-Quarterly Journal of Applied Counseling. 2011; Year 1, Number 2, pp. 17-30. [Persian].
  32. Magyar, G. M. Violating the sacred: An initial study of desecration in romantic relationship among college students and its implication for mental and physical health. Master dissertation, Bowling Green State University. 2015.
  33. Gastasbizadeh S. Investigating the mediating role of psychological well-being in the relationship between marital forgiveness and marital commitment of married female teachers in Noorabad Mamsani city. (Master's Thesis). Islamic Azad University, Gachsaran branch. 2016. [Persian].
  34. Imani rad A, Golmohmmadian M, Moradi O, Goudarzi M. The effectiveness of emotion-oriented couple therapy on forgiveness and communication beliefs of couples involved in marital infidelity. Scientific Research Quarterly Journal of Psychological Sciences. 2021; 20 (100): 653-665. [Persian].
  35. Mohammadi B, Heydarnia A, Abbasi H. Predicting marital commitment based on marital intimacy and forgiveness. Development of psychology. 2016; 5 (3): 31-50. [Persian].
  36. Hill, E. Wayne. (2019). Understanding Forgiveness as Discovery: Implications for Marital and Family Therapy. Contemporary Family Therapy. 23, 369- 384.
  - 37- Orathinkal J, Vansteenwegen A. The effect of forgiveness on marital satisfaction in relation to marital stability. Contemporary family therapy. 2020;28(2):251-60.

## Original Article

### Determining the effectiveness of the protocol extracted from the causal model of marital forgiveness on marital intimacy, marital commitment and marital conflicts

Received: 20/02/2022 - Accepted: 06/04/2022

Bahareh Famil Motaghi<sup>1</sup>  
Mahmoud Goudarzi<sup>2\*</sup>  
Kaivan Kakabaraei<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Ph.D. Student in Counseling,  
Department of Psychology, Sanandaj  
Branch, Islamic Azad University,  
Sanandaj, Iran.

<sup>2</sup> Department of Family Counseling,  
Sanandaj Branch, Islamic Azad  
University, Sanandaj, Iran.  
(Corresponding Author)

<sup>3</sup> Department of Psychology and  
Consulting, Kermanshah Branch,  
Islamic Azad University, Kermanshah,  
Iran.

Email: mg.sauc@gmail.com

#### Abstract

**Introduction:** Marital forgiveness is one of the factors related to intimacy, commitment and reduction of marital conflicts and in general is one of the most important effective factors in marital satisfaction; Therefore, the main purpose of this study was to determine the effectiveness of the protocol extracted from the causal model of marital forgiveness on marital intimacy, marital commitment and marital conflicts.

**Methods:** The present research is experimental of pre-test and post-test type with a control group, which 40 people were selected by the available sampling method, based on the research entry criteria, from among all the women who referred to the counseling centers of Hamedan city in 1400. who were randomly replaced in two experimental and control groups (20 people in each group) and the experimental group received the designed forgiveness intervention extracted from the causal model in a group manner in 8 sessions of 120 minutes. Collected data through Asoudeh and Timuri's Perceived Intimacy Questionnaires (1387), Sanai Zakir and Barati's Marital Conflict Questionnaire (2008), Adams and Jones's Marital Commitment (1997), the research units before and after the intervention using SPSS22 statistical software was analyzed.

**Results:** The findings showed that the protocol derived from the causal model of forgiveness was effective on increasing women's commitment and intimacy in life by (0.18, 0.16) and reducing marital conflicts (0.56).

**Conclusion:** According to the obtained results, it can be said that the forgiveness protocol group training approach has been effective in reducing marital conflicts and increasing the commitment and intimacy of women in life.

**Keywords:** Marital Forgiveness, Differentiation, Conflict, Intimacy, Commitment