

بررسی نقش ایماگوتراپی بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین در زنان متاهل متقاضی طلاق در تهران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۰/۲۹ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۱/۲۸

خلاصه

مقدمه: این پژوهش با هدف بررسی تأثیر ایماگوتراپی بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین در زنان متأهل متقاضی طلاق در تهران انجام شد. هدف اصلی، ارزیابی نقش این مداخله در بهبود همدلی، مدیریت تعارض و ارتباط عاطفی در روابط زوجین بود.

روش کار: مطالعه به روش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری انجام شد. ۶۰ زن متأهل متقاضی طلاق به صورت هدفمند انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش (ایماگوتراپی) و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش تحت ۱۲ جلسه ایماگوتراپی قرار گرفت و گروه کنترل هیچ گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. ابزار جمع آوری داده، پرسشنامه استاندارد الگوهای ارتباطی زوجین بود و داده‌ها با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر تحلیل شدند.

نتایج: یافته‌ها نشان داد که میانگین نمرات الگوهای ارتباطی در گروه آزمایش پس از مداخله به طور معناداری افزایش یافت ($P < 0.05$)، در حالی که گروه کنترل تغییر معناداری را تجربه نکرد. این نتایج در مرحله پیگیری نیز پایدار ماند. بیشترین پیشرفت در ابعاد مدیریت تعارض ($+42\%$)، همدلی ($+35\%$) و ارتباط عاطفی ($+38\%$) مشاهده شد.

بحث: نتایج این پژوهش با مطالعات پیشین درباره اثربخشی ایماگوتراپی همخوانی داشت. این روش با فراهم کردن ابزارهای عملی برای شناسایی و جایگزینی الگوهای ناکارآمد، نقش مهمی در بهبود کیفیت روابط زوجین ایفا کرد. همچنین، مقایسه نتایج گروه کنترل نشان داد که تغییرات مثبت تنها ناشی از مداخله ایماگوتراپی بوده است.

نتیجه گیری: ایماگوتراپی تأثیر قابل توجهی بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین داشته و می‌تواند به عنوان روشی اثربخش برای کاهش تعارضات زناشویی و افزایش کیفیت زندگی مشترک به کار گرفته شود. گسترش این مداخلات در مراکز مشاوره خانواده می‌تواند نقشی کلیدی در کاهش میزان طلاق ایفا کند.

کلمات کلیدی: ایماگوتراپی، الگوهای ارتباطی، زنان متأهل، طلاق

نگین زینلی عراقی^۱

فرهاد کهرآزنی^{۲*}

سوفیا خانقاهی^۳

^۱ دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد زاهدان، دانشگاه آزاد اسلامی، زاهدان، ایران.

^۲ دانشیار، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، ایران. (نویسنده مسئول)

^۳ استادیار، گروه روانشناسی، واحد زاهدان، دانشگاه آزاد اسلامی، زاهدان، ایران.

نویسنده مسئول: فرهاد کهرآزنی، دانشیار، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، ایران

Email: Farhad_kahraz@ped.usb.ac.ir

مقدمه

رابطه زناشویی یکی از پیچیده‌ترین و مهم‌ترین انواع روابط انسانی است که بر سلامت روانی، اجتماعی، و حتی فیزیکی افراد تأثیر مستقیمی دارد. کیفیت این رابطه می‌تواند تأثیر زیادی بر احساس رضایت فردی و میزان موفقیت زندگی مشترک داشته باشد. اما، بسیاری از زوجین با چالش‌هایی روبه‌رو می‌شوند که اگر به‌درستی مدیریت نشود، ممکن است منجر به سردی روابط، نارضایتی زناشویی، و حتی درخواست طلاق شود. آمارها نشان می‌دهد که در دهه‌های اخیر، میزان طلاق در کلان‌شهرهایی مانند تهران به‌طور قابل توجهی افزایش یافته است و این موضوع هشدار برای نهاد خانواده و جامعه است.

یکی از دلایل عمده طلاق، نبود الگوهای ارتباطی مؤثر بین زوجین است. سوء تفاهم‌ها، کمبود مهارت‌های ارتباطی، و درک نادرست از نیازهای طرف مقابل عواملی هستند که به تدریج می‌توانند رابطه را فرسوده کنند. بنابراین، یافتن راهکارهایی برای بهبود تعاملات بین زوجین و ارتقای کیفیت ارتباطی آن‌ها ضروری است. در این میان، روش‌های درمانی نوینی مانند ایماگوتراپی (Imagotherapy) یا تصویرسازی ارتباطی، به عنوان یکی از مؤثرترین مداخلات روان‌شناختی، مورد توجه محققان و درمانگران قرار گرفته است.

ایماگوتراپی یک روش درمانی مبتنی بر روان‌شناسی عمیق است که به زوجین کمک می‌کند تا به ریشه‌های ناخودآگاه مشکلات ارتباطی خود دست یابند. این رویکرد بر این باور است که مشکلات زناشویی اغلب ریشه در تجربیات و آسیب‌های دوران کودکی دارند و زوجین ناآگاهانه به دنبال برآورده کردن این نیازهای برآورده نشده از طریق رابطه خود هستند. از طریق فرآیند ایماگوتراپی، افراد می‌توانند به بینشی عمیق‌تر نسبت به خود و شریک زندگی‌شان دست یابند، آسیب‌های گذشته را التیام بخشند و الگوهای ارتباطی سازنده‌تری ایجاد کنند.

مطالعات پیشین نشان داده‌اند که استفاده از تکنیک‌های ایماگوتراپی می‌تواند منجر به کاهش دلزدگی زناشویی،

افزایش رضایت جنسی، و کاهش تعارضات شود. همچنین، این روش بر تقویت همدلی، شنیدن فعال، و ایجاد فضای امن برای بیان احساسات تمرکز دارد که همگی از عناصر کلیدی در حفظ و ارتقای رابطه زناشویی هستند. با توجه به افزایش میزان طلاق و مشکلات ارتباطی در میان زوجین، استفاده از رویکردهایی مانند ایماگوتراپی می‌تواند به عنوان یک ابزار مؤثر برای پیشگیری از فروپاشی خانواده‌ها مطرح شود.

ارتباطات مؤثر بین زوجین یکی از مهمترین عوامل در حفظ و تقویت رابطه زناشویی است. مشکلات ارتباطی می‌توانند به بروز تعارضات و حتی طلاق منجر شوند. تحقیقات نشان داده‌اند که ایماگوتراپی به طور مؤثری می‌تواند الگوهای ارتباطی زوجین را بهبود بخشد و منجر به کاهش تنش‌ها و مشکلات ارتباطی شود. به عنوان مثال، در مطالعه‌ای در بوشهر، ۴۰ زوج متقاضی طلاق به دو گروه آزمایشی و کنترل تقسیم شدند و گروه آزمایشی تحت درمان با ایماگوتراپی قرار گرفت. نتایج این تحقیق نشان داد که ایماگوتراپی به طور معناداری منجر به افزایش الگوهای ارتباطی سازنده و کاهش الگوهای اجتنابی و طلاق عاطفی شد (Mohannaee et al., 2019). همچنین مطالعه دیگری در مسجدسلیمان بر روی ۲۰ زوج انجام شد و نتایج نشان داد که ایماگوتراپی باعث بهبود مهارت‌های ارتباطی، حل تعارض و کاهش حساسیت به طرد در مقایسه با گروه کنترل شد. در این تحقیق از روش پیش‌آزمون و پس‌آزمون به همراه پیگیری استفاده شد که نشان‌دهنده اثربخشی طولانی‌مدت ایماگوتراپی بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین بود (Jalili et al., 2024).

علاوه بر تأثیر ایماگوتراپی بر بهبود الگوهای ارتباطی، این روش روان‌درمانی به بهبود سلامت روان و تاب‌آوری زنان نیز کمک کرده است. در مطالعه‌ای که در یکی از مراکز درمانی تهران انجام شد، ۳۰ زن متأهل به دو گروه آزمایشی و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایشی ۸ جلسه ایماگوتراپی دریافت کرد و نتایج نشان داد که این روش به طور معناداری منجر به بهبود سلامت روان، کاهش اضطراب و افسردگی، و افزایش تاب‌آوری در زنان شد (Karimi & Ganji, 2016). یکی از

مشکلات عمده‌ای که بسیاری از زوجها به ویژه در معرض طلاق تجربه می‌کنند، طلاق عاطفی و کاهش صمیمیت در رابطه است. ایماگوتراپی به عنوان یک روش موثر برای افزایش صمیمیت عاطفی، روانی و جنسی شناخته شده است. در مطالعه‌ای که در تهران انجام شد، نتایج نشان داد که ایماگوتراپی به طور معناداری باعث افزایش صمیمیت زناشویی در تمامی ابعاد آن شد. در این مطالعه ۳۰ زوج که از سطح پایینی از صمیمیت زناشویی برخوردار بودند، به صورت تصادفی به دو گروه تقسیم شدند و گروه آزمایشی تحت درمان با ایماگوتراپی قرار گرفت. نتایج نشان داد که این روش به طور قابل توجهی سطح صمیمیت عاطفی، روانی، جنسی، فکری و معنوی زوجین را افزایش داد (Sadat et al., 2016).

رضایت زناشویی یکی از عوامل مهم در حفظ رابطه سالم و پایدار است. ایماگوتراپی با تقویت روابط بین فردی و کاهش تعارضات می‌تواند به افزایش رضایت زناشویی منجر شود. در یک مطالعه دیگر، ۳۰ زن متأهل که به دلیل مشکلات زناشویی به مراکز مشاوره مراجعه کرده بودند، تحت درمان ایماگوتراپی قرار گرفتند. نتایج نشان داد که این روش به طور معناداری ابعاد مختلف رضایت زناشویی شامل رضایت رابطه، اعتماد، تعهد، و صمیمیت را بهبود بخشید (Matin et al., 2021). در یک مطالعه مقایسه‌ای که به بررسی اثربخشی ایماگوتراپی و تحلیل تبدالی در بهبود مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض پرداخته شد، مشخص شد که هر دو روش به طور مؤثری به بهبود مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض کمک کرده‌اند. با این حال، تحلیل تبدالی در برخی موارد مانند حساسیت به طرد، اثربخشی بیشتری نسبت به ایماگوتراپی نشان داد (Jalili et al., 2022).

یکی از چالش‌های بزرگ در روابط زناشویی، خیانت زناشویی است که تأثیرات منفی زیادی بر سلامت روان و کیفیت زندگی افراد می‌گذارد. در مطالعه‌ای که به بررسی اثربخشی ایماگوتراپی بر زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی پرداخت، نتایج نشان داد که این روش باعث بهبود

انعطاف‌پذیری شناختی و رشد پس از آسیب در این زنان شد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که ایماگوتراپی می‌تواند به عنوان یک روش موثر برای بهبود وضعیت روانی و کیفیت زندگی زنان درگیر در چنین موقعیت‌هایی استفاده شود (Nemati, 2024).

تحقیقی در شهر اصفهان نشان داد که ایماگوتراپی به بهبود رضایت زناشویی و تجربه‌های عاطفی مثبت در مردان متأهل که با تعارضات زناشویی روبرو بودند کمک کرد. این مطالعه با استفاده از روش شبه‌آزمایشی و با گروه کنترل انجام شد و نشان داد که ایماگوتراپی می‌تواند به طور معناداری به بهبود کیفیت روابط زناشویی کمک کند (Dehnavi et al., 2023). تحقیقی دیگر به مقایسه دو روش ایماگوتراپی و واقعیت‌درمانی پرداخت و نتایج نشان داد که هر دو روش به بهبود کیفیت زندگی و افزایش صمیمیت زناشویی در زنان آسیب‌دیده از خیانت کمک کردند، اما ایماگوتراپی در برخی جنبه‌ها اثربخشی بیشتری نشان داد (Jafari Nasab et al., 2022).

این پژوهش با هدف بررسی تأثیر ایماگوتراپی بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین در زنان متأهل متقاضی طلاق در تهران انجام شده است. این تحقیق تلاش دارد نشان دهد که چگونه می‌توان با استفاده از این روش، سطح رضایت زناشویی را افزایش داد و از میزان دلزدگی و نارضایتی جنسی کاست. یافته‌های این پژوهش می‌تواند گامی مؤثر در راستای توسعه برنامه‌های آموزشی و درمانی برای خانواده‌ها باشد و به سیاست‌گذاران کمک کند تا با ارائه خدمات مشاوره‌ای مؤثر، از میزان طلاق در جامعه بکاهند.

روش کار

پژوهش از نوع مطالعات نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری بود که به بررسی تأثیر ایماگوتراپی بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین در زنان متأهل متقاضی طلاق در تهران پرداخت. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی زنان متأهلی بود که به دلیل مشکلات ارتباطی با همسر، درخواست طلاق داده و به مراکز مشاوره خانواده در تهران مراجعه کرده

گروه کنترل

گروه کنترل در طول دوره پژوهش هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد و تنها در زمان‌های پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری، پرسشنامه‌ها را تکمیل کرد. این گروه برای مقایسه با گروه آزمایش و ارزیابی اثرات مستقل ایماگوتراپی در نظر گرفته شد.

تحلیل داده‌ها

پس از تکمیل پرسشنامه‌ها در سه مرحله، داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS و آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر تحلیل شدند. پیش از انجام تحلیل‌ها، پیش‌فرض‌هایی مانند نرمال بودن توزیع داده‌ها و همگنی واریانس‌ها مورد بررسی قرار گرفت. همچنین، آزمون لون برای ارزیابی تساوی واریانس گروه‌ها در پیش‌آزمون انجام شد. تحلیل‌های آماری به گونه‌ای طراحی شدند که تفاوت بین گروه آزمایش و کنترل در مراحل پس‌آزمون و پیگیری مشخص شود.

ملاحظات اخلاقی

در طول پژوهش، اصول اخلاقی از جمله رضایت آگاهانه کتبی شرکت‌کنندگان، تضمین محرمانگی اطلاعات، و امکان خروج از پژوهش در هر زمان رعایت شد. همچنین، نتایج پژوهش تنها به صورت کلی گزارش شده و هویت شرکت‌کنندگان محفوظ ماند.

یافته‌ها

یافته‌های این مطالعه نشان داد که اجرای جلسات ایماگوتراپی تأثیرات قابل توجهی بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین در گروه آزمایش داشته است. مقایسه میانگین نمرات در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در گروه آزمایش و کنترل حاکی از تأثیر مثبت مداخلات ایماگوتراپی بود. در مرحله پیش‌آزمون، میانگین نمرات الگوهای ارتباطی در گروه آزمایش برابر با 9.11 ± 4.78 بود، در حالی که گروه کنترل میانگین نمره 11.11 ± 4.85 را کسب کرد. این نتایج نشان می‌دهد که گروه‌ها در ابتدا از شرایط مشابهی برخوردار بوده‌اند و تفاوت معناداری بین آن‌ها مشاهده نشد.

بودند. این زنان دارای معیارهای مشخصی از جمله سابقه مشکلات ارتباطی زناشویی و فقدان مداخلات درمانی موازی در طول پژوهش بودند.

نمونه‌گیری

برای انتخاب نمونه، از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. تعداد ۶۰ نفر از زنان متأهل متقاضی طلاق که معیارهای ورود به پژوهش را داشتند، انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه ۳۰ نفری آزمایش و کنترل قرار گرفتند. معیارهای ورود شامل حداقل یک سال زندگی مشترک، نمرات پایین در پرسشنامه الگوهای ارتباطی زوجین، تمایل به شرکت در جلسات درمانی، و نبود بیماری روانی شدید بود. معیارهای خروج شامل عدم شرکت منظم در جلسات و استفاده از درمان‌های موازی بود.

ابزارهای جمع‌آوری داده

برای جمع‌آوری اطلاعات، از پرسشنامه استاندارد الگوهای ارتباطی کریستنسن و سالاری (CPQ) استفاده شد. این ابزار دارای روایی و پایایی مناسبی در تحقیقات پیشین بوده و ابعاد مختلفی از روابط زناشویی، شامل همدلی، مدیریت تعارض، و ارتباط عاطفی را می‌سنجد. پرسشنامه در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری تکمیل شد.

مداخله ایماگوتراپی

گروه آزمایش طی ۸ جلسه ایماگوتراپی که هر جلسه به مدت ۹۰ دقیقه برگزار می‌شد، تحت درمان قرار گرفت. این جلسات شامل مداخلاتی برای بازسازی روابط زناشویی، تقویت مهارت‌های ارتباطی، و شناسایی نیازهای عاطفی و روانی افراد بود. فرآیند درمان شامل مراحل مختلفی از جمله ایجاد فضای امن، شناسایی محرک‌های ارتباطی، بازتاب احساسات همسر، و ایجاد الگوهای جدید ارتباطی بود. جلسات توسط یک درمانگر مجرب در حوزه زوج‌درمانی و با رعایت پروتکل‌های استاندارد ایماگوتراپی اجرا شد.

در مرحله پس‌آزمون، میانگین نمرات در گروه آزمایش به طور قابل توجهی به 14.45 ± 4.68 افزایش یافت، در حالی که میانگین گروه کنترل تغییر چندانی نکرده و به 11.61 ± 5.85 رسید. این امر نشان‌دهنده تأثیر مثبت ایماگوتراپی بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین در گروه آزمایش بود. در مرحله پیگیری، نمرات گروه آزمایش همچنان بالا باقی ماند و میانگین 14.15 ± 5.17 ثبت شد. این در حالی است که گروه کنترل در این مرحله به میانگین 11.71 ± 5.76 رسید. این داده‌ها نشان‌دهنده پایداری اثرات درمانی ایماگوتراپی در طول زمان بود.

تحلیل‌های آماری نشان داد که تفاوت معناداری بین میانگین نمرات گروه آزمایش در مراحل پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون وجود دارد ($P < 0.05$). همچنین، آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر بیانگر تفاوت معنادار بین گروه آزمایش و کنترل در مراحل پس‌آزمون و پیگیری بود. این نتایج تأیید می‌کند که ایماگوتراپی نقش مؤثری در بهبود روابط زوجین ایفا می‌کند.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمرات گروه آزمایش و کنترل را در سه مرحله

گروه	پیش‌آزمون (میانگین $\pm$ انحراف معیار)	پس‌آزمون (میانگین $\pm$ انحراف معیار)	پیگیری (میانگین $\pm$ انحراف معیار)
آزمایش (ایماگوتراپی)	9.11 ± 4.78	14.45 ± 4.68	14.15 ± 5.17
کنترل	11.11 ± 4.85	11.61 ± 5.85	11.71 ± 5.76

این داده‌ها تأکید می‌کنند که ایماگوتراپی نه تنها به بهبود فوری روابط زوجین در گروه آزمایش کمک کرد، بلکه این اثرات در طول زمان نیز پایدار باقی ماند. در مقابل، گروه کنترل تغییر معناداری را تجربه نکرد که به اهمیت مداخلات هدفمند ایماگوتراپی اشاره دارد.

بحث

نتایج پژوهش نشان داد که ایماگوتراپی تأثیر معناداری بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین در گروه آزمایش داشته است. این بهبود نه تنها در پس‌آزمون مشاهده شد، بلکه در مرحله پیگیری نیز اثرات مثبت مداخلات پایدار باقی ماند. در این بخش به تحلیل عمیق‌تر نتایج، مقایسه با مطالعات پیشین و تفسیر علمی داده‌ها می‌پردازیم.

یکی از مهم‌ترین نتایج پژوهش حاضر، افزایش معنادار در میانگین نمرات الگوهای ارتباطی در گروه آزمایش بود که پس از مداخله ایماگوتراپی به دست آمد. در مقابل، گروه

کنترل تغییر چندانی را در این ابعاد تجربه نکرد. این امر بیانگر اثربخشی مستقیم و قابل توجه ایماگوتراپی در بهبود مهارت‌های ارتباطی و کاهش تعارضات زناشویی است. ایماگوتراپی با ایجاد فضایی امن برای تبادل احساسات و آموزش مهارت‌های شنیداری فعال، توانست به زنان کمک کند تا نیازها و خواسته‌های خود را به شکلی سالم‌تر بیان کنند. از سوی دیگر، این روش با تمرکز بر بازتاب احساسات همسر، همدلی و درک متقابل را در روابط تقویت کرد. نتایج مطالعه حاضر با یافته‌های پژوهش‌های قبلی که نشان‌دهنده اثربخشی ایماگوتراپی در بهبود روابط زناشویی بودند، همسو است. برای مثال، مطالعات پیشین نشان داده‌اند که ایماگوتراپی می‌تواند موجب افزایش مهارت‌های حل تعارض و کاهش رفتارهای مخرب در روابط شود. در پژوهش حاضر نیز مدیریت تعارض بهبود چشمگیری را در گروه آزمایش نشان داد که این موضوع از افزایش میانگین نمرات در این گروه تأیید شد.

جدول ۲. تغییرات درصدی در سه بعد اصلی الگوهای ارتباطی را در گروه آزمایش و کنترل

ابعاد الگوهای ارتباطی	تغییرات در گروه آزمایش (%)	تغییرات در گروه کنترل (%)	تفسیر
همدلی	۳۵%+	۵%+	بهبود قابل توجه در توانایی درک احساسات و دیدگاه همسر
مدیریت تعارض	۴۲%+	۷%+	افزایش مهارت‌های حل تعارض به صورت سازنده
ارتباط عاطفی	۳۸%+	۶%+	تقویت بیان عواطف و کاهش سردی در روابط

نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که ایماگوتراپی به طور معناداری موجب بهبود الگوهای ارتباطی زوجین در زنان متاهل متقاضی طلاق در تهران شد. مداخلات ایماگوتراپی توانستند به بهبود همدلی، مدیریت تعارض و ارتباط عاطفی میان زوجین کمک کرده و تغییرات مثبت و پایداری را در روابط آنها ایجاد کنند. این روش درمانی با ایجاد فضایی امن و آموزش مهارت‌های شنیداری و بیان احساسات، به افراد کمک کرد تا نیازها و خواسته‌های خود را به شیوه‌ای سازنده مطرح کرده و به درک متقابل دست یابند.

با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، می‌توان نتیجه گرفت که ایماگوتراپی یک ابزار مؤثر در کاهش تعارضات زناشویی و بهبود کیفیت زندگی مشترک است. اجرای این روش در مراکز مشاوره خانواده می‌تواند به کاهش میزان طلاق و افزایش پایداری روابط زوجین کمک کند. با این حال، نیاز به مطالعات بیشتر برای بررسی اثرات بلندمدت این روش و تعمیم آن به سایر گروه‌های جمعیتی وجود دارد.

در نهایت، ایماگوتراپی به عنوان یک روش نوین و کاربردی، می‌تواند در چارچوب برنامه‌های درمانی و آموزشی زوجین جایگاه ویژه‌ای پیدا کند و به بهبود سلامت روانی و اجتماعی خانواده‌ها کمک نماید.

تقدیر و تشکر

"این مقاله مستخرج از رساله دکتری تخصصی نویسنده اول در واحد زاهدان، دانشگاه آزاد اسلامی، زاهدان، ایران می‌باشد." و دارای کد اخلاق به شناسه

این داده‌ها نشان می‌دهند که بیشترین پیشرفت در گروه آزمایش مربوط به مدیریت تعارض است، در حالی که همدلی و ارتباط عاطفی نیز به طور معناداری بهبود یافته‌اند. این تغییرات در گروه کنترل بسیار کمتر و در حد ناچیز بوده‌اند.

بهبودهای مشاهده شده در گروه آزمایش نشان‌دهنده قابلیت ایماگوتراپی در ایجاد تغییرات پایدار در نحوه ارتباط زوجین است. این روش با تأکید بر شناسایی الگوهای ناکارآمد گذشته و جایگزینی آنها با تعاملات سازنده، می‌تواند به عنوان یک ابزار مؤثر در کاهش میزان طلاق و ارتقای کیفیت زندگی زناشویی مورد استفاده قرار گیرد. همچنین، تغییرات مشاهده شده در گروه کنترل نشان‌دهنده نقش اساسی مداخلات درمانی هدفمند در مقایسه با روند طبیعی تغییرات است.

اگرچه یافته‌های این پژوهش اثرات مثبت ایماگوتراپی را نشان داد، اما باید به محدودیت‌هایی نظیر حجم نمونه کوچک و تمرکز صرف بر زنان متقاضی طلاق توجه شود. پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده، دامنه پژوهش به زوجین و سایر گروه‌های جمعیتی نیز گسترش یابد. همچنین، بررسی اثرات بلندمدت این مداخلات می‌تواند بینش‌های ارزشمندی ارائه دهد.

ایماگوتراپی ابزاری مؤثر برای بهبود الگوهای ارتباطی زوجین است که با تغییرات مثبت در ابعاد مختلف روابط، موجب ارتقای کیفیت زندگی زناشویی می‌شود. نتایج این پژوهش از اهمیت اجرای گسترده‌تر این روش در مراکز مشاوره خانواده حمایت می‌کند.

IR.IAU.ZAH.REC.1403.079 از کمیته اخلاق در

تعارض در منافع

نویسندگان اظهار می دارند هیچ گونه تعارض منافی در مورد

پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد زاهدان می باشد.

این مقاله وجود ندارد.

در پایان از تمامی شرکت کنندگان در این پژوهش کمال

تشکر و قدردانی را داریم.

- 1) Dehnavi, T., Yousefi, Z., & Farhadi, H. (2023). The Effectiveness Of Imago Therapy On Marital Satisfaction And Emotional Experience Towards The Spouse Among The Men With Marital Conflicts. *Journal Of Education And Health Promotion*, 12. https://doi.org/10.4103/Jehp.Jehp_520_22.
- 2) Jalili, M., Saadi, Z., Pasha, R., Asgari, P., & Hafezi, F. (2022). Comparing The Effectiveness Of Imago-Therapy And Transactional Analysis In Improving Communication Skills, Conflict Resolution And Rejection Sensitivity Of Couples Referred To Masjed Soleiman Counseling Centers. *Journal Of Counseling Research*. <https://doi.org/10.18502/Qjcr.V21i81.9493>.
- 3) Jalili, M., Saadi, Z., Pasha, R., Asgari, P., & Hafezi, F. (2024). Effectiveness Of Imago Therapy-Based Couples Therapy On The Improvement Of Communication Skills, Conflict Resolution, And Sensitivity To Rejection Among Couples. *Applied Family Therapy Journal*. <https://doi.org/10.61838/Kman.Aftj.5.3.15>.
- 4) Karimi, E., & Ganji, K. (2016). The Effectiveness Of Imago Relationship Therapy On Women's Mental Health And Resiliency In Health Centers Of Tehran, District 4. *Asian Journal Of Research In Social Sciences And Humanities*, 6, 685-694. <https://doi.org/10.5958/2249-7315.2016.00089.7>.
- 5) Matin, H., Yoosefi, N., Solgi, M., & Mazidi, M. (2021). The Effect Of Couple Therapy Based On Imago Relationship Therapy (Irt) On Quality Of Marital Relationship In Married Women. . <https://doi.org/10.30486/Jsrp.2020.1908467.2599>.
- 6) Mohannaee, S., Rishehri, A., Golestaneh, S., & Keykhosrovani, M. (2019). The Effectiveness Of Couple Therapy By Hendrix Imago Therapy Method On Improving Couples Communication Patterns And Reduction Of Emotional Divorce In Couples Applying For Divorce Bushehr City.
- 7) Nasab, R., Toosi, M., Naseri, N., & Amarghan, H. (2022). Comparing The Effectiveness Of Reality Therapy Couple Therapy With Imago-Based Couple Therapy On Improving The Quality Of Life And Increasing Marital Intimacy In Women Affected By Marital Infidelity. *Journal Of Adolescent And Youth Psychological Studies*. <https://doi.org/10.52547/Jspnay.3.1.161>.
- 8) Nemati, N. (2024). Effectiveness Of Imago Therapy On Cognitive Flexibility And Post-Traumatic Growth In Women Affected By Extramarital Affairs. *Applied Family Therapy Journal*. <https://doi.org/10.61838/Kman.Aftj.5.4.17>.
- 9) Sadat, F., Ahmad, K., & Alireza, K. (2016). The Effect Of Imago Therapy On Marital Intimacy Among Couples. , 17, 51-59.

Original Article

Investigating the role of imagotherapy on improving couples' communication patterns in married women seeking divorce in Tehran

Received: 18/01/2025 - Accepted: 16/02/2025

Nagin Zenali araghi¹
Farhad kahrazei^{2*}
Sophia khaneghahi³

¹Ph.d. student General Psychology,
Department of Psychology , Zahedan
Branch , Islamic Azad University,
Zahedan , Iran.

²*Associate Professor, Department of
Psychology and Education, Faculty of
Educational Sciences and Psychology,
University of Sistan and Baluchestan,
Iran. (Corresponding author)

³ Assistant Professor, Department of
Psychology , Zahedan Branch , Islamic
Azad University , Zahedan ,Iran.

Corresponding author: Farhad
kahrazei, Associate Professor,
Department of Psychology and
Education, Faculty of Educational
Sciences and Psychology, University of
Sistan and Baluchestan, Iran.

Email: Farhad_kahraz@ped.usb.ac.ir

Abstract

Introduction: This study aimed to investigate the effect of imagotherapy on improving couples' communication patterns in married women seeking divorce in Tehran. The main objective was to evaluate the role of this intervention in improving empathy, conflict management, and emotional connection in couples' relationships.

Methods: The study was conducted using a quasi-experimental method with a pre-test, post-test, and follow-up design. 60 married women seeking divorce were purposively selected and randomly divided into two experimental (imagotherapy) and control groups. The experimental group underwent 12 sessions of imagotherapy, and the control group did not receive any intervention. The data collection tool was the standard questionnaire on couples' communication patterns, and the data were analyzed using repeated-measures analysis of variance.

Results: The findings showed that the mean scores of communication patterns in the experimental group increased significantly after the intervention ($P<0.05$), while the control group did not experience any significant change. These results remained stable in the follow-up phase. The greatest improvement was observed in the dimensions of conflict management (+42%), empathy (+35%), and emotional connection (+38%).
Discussion: The results of this study were consistent with previous studies on the effectiveness of imagotherapy. This method played an important role in improving the quality of couples' relationships by providing practical tools to identify and replace ineffective patterns. Also, comparing the results of the control group showed that the positive changes were only due to the imagotherapy intervention.

Conclusion: Imagotherapy had a significant impact on improving couples' communication patterns and can be used as an effective method to reduce marital conflicts and increase the quality of life together. The expansion of these interventions in family counseling centers can play a key role in reducing the divorce rate.

Keywords: : imagotherapy (imagery), communication patterns, married women, divorce