

## The Effectiveness of Combining Ethics-Oriented (Forgiveness) and Emotion-Oriented Approaches on Metacognitive Beliefs, Hardiness and Attitudes to Divorce among Divorce Applicant Women

**Ibrahim Namani**  \*

Associate Professor, Department of Educational Sciences, Faculty of Literature and Humanities, Sabzevar Hakim University, Sabzevar, Iran.

**Azadeh Mazhab  
Yousefi** 

Master of Clinical Psychology, Department of Educational Sciences, Faculty of Literature and Humanities, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran.

**Mojgan Roozbehani** 

Master of Psychology, Department of Educational Sciences, Faculty of Literature and Humanities, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran.

### Abstract

The purpose of this study was to determine the effectiveness of combination morality treatment (forgiveness) and emotion-focused on hardiness and attitude towards divorce in women applying for divorce. This experimental research study utilized a pretest-posttest and follow-up control group design. The research population consisted of all divorce applicant women who referred to family counseling centers in Sabzevar during the first 6 months of 2020. Furthermore, 30 divorce applicant woman were selected as the participants of the study using convenience sampling and were randomly assigned to either the experimental or control groups. The research instruments included the Kobasa hardiness questionnaire (1979) and Kineard and Gerard attitudes toward divorce Scale (1986). To analyze the data, repeated measures ANOVA was used. The research findings demonstrated that combination of morality treatment (forgiveness)

\* Corresponding Author: a.namani@hsu.ac.ir


**How to Cite:** Namani, I., Mazhab Yousefi, A., Roozbehani, M. (2022). The Effectiveness of Combining Ethics-Oriented (Forgiveness) and Emotion-Oriented Approaches on Metacognitive Beliefs, Hardiness and Attitudes to Divorce among Divorce Applicant Women, *Journal of Culture of Counseling and Psychotherapy*, 13(50), 37-67.

and emotion-focused was effective on hardiness and attitudes to divorce in divorce applicant couples ( $p < 0.05$ ). It should be noted that the persistence of the treatment effect was maintained after two months ( $p < 0.05$ ). Based on the findings of the present study, it can be concluded that a combination of ethics-oriented (forgiveness) and emotion-oriented approaches can be used to reduce the problems of women seeking divorce and increase their hardiness in dealing with marital life problems.


**Keywords:** Morality Treatment (Forgiveness), Emotion-Focused, Hardiness, Attitude Towards Divorce.

## اثربخشی ترکیب دو رویکرد اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر سخت رویی و نگرش به طلاق در زنان متقاضی طلاق


دانشیار مشاوره گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

ابراهیم نامنی \* 

کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

آزاده مذهب یوسفی 

کارشناسی ارشد روان‌شناسی، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

مژگان روزبهانی 

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی ترکیب دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر سخت رویی و نگرش به طلاق در زنان متقاضی طلاق انجام گرفت. طرح پژوهش نیمه آزمایشی و از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل نابرابر بود. جامعه پژوهش تمام زنان متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره خانواده در شهر سبزوار که در ۶ ماه اول سال ۹۹ به این مراکز مراجعه کردند که از میان آن‌ها ۳۰ زن متقاضی طلاق به صورت نمونه‌گیری هدفمند و داوطلبانه انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار داده شدند. ابزار پژوهش، پرسشنامه سخت رویی کوباسا (۱۹۷۹) و مقیاس نگرش به طلاق کینایرد و جرارد (۱۹۸۶) بود. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تجزیه و تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد، تلفیق دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر سخت رویی و نگرش به طلاق در زنان متقاضی طلاق تأثیر دارد ( $p < 0/05$ )؛ لازم به ذکر است، ماندگاری اثر درمان بعد از دو ماه حفظ شده است ( $p < 0/05$ ). بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت برای کاهش مشکلات زنان متقاضی طلاق و افزایش

سخت رویی آنان در مقابله با مشکلات زندگی زناشویی می‌توان از تلفیق دو رویکرد اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار استفاده نمود.

**کلیدواژه‌ها:** اخلاق مدار (بخشایشگری)، هیجان مدار، سخت رویی، نگرش به طلاق.

## مقدمه

امروزه طلاق به دلیل انتقال جامعه سنتی به مدرن و افزایش مشکلات ناشی از این انتقال رو به افزایش است (ولینی، شریفی، کاشفی و خان پور، ۱۳۹۹). آمارها نشان می‌دهند که تعداد طلاق در سال‌های اخیر به‌طور قابل‌توجهی افزایش یافته است (موتاتیانو<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵)، به‌طوری‌که ۵۵ درصد از ازدواج‌ها در ایالات متحده و ۴۵ درصد در استرالیا، انگلستان، آلمان و سوئیس به طلاق می‌انجامد (هالوگک، باکوم، گراو گربر و اسنایدر<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰). جامعه‌ی ایران نیز در سال‌های اخیر شاهد افزایش آمار طلاق بوده است؛ به‌طوری‌که بر اساس آمارهای جمعیتی سازمان ثبت‌احوال، نسبت طلاق به ازدواج از میزان ۰/۱۲ در سال ۱۳۸۶ به ۰/۲۹ در سال ۱۳۹۶ افزایش یافته است (روشنی، تافته و خسروی، ۱۳۹۸). طلاق به‌عنوان انحلال ازدواج تعریف می‌شود و باعث احساس گناه و کاهش اعتماد به نفس فرد می‌گردد (اسمیت گرینوای و کلارک<sup>۳</sup>، ۲۰۱۷). طلاق، یکی از عوامل ایجادکننده اختلال و آشفتگی در زندگی انسان‌هاست. تصمیم به طلاق نتیجه فشار درونی شدیدی است که حداقل به یکی از همسران وارد می‌شود که ممکن است از طریق برآورده نشدن نیازها یا اهداف (روسی، هولتزورث و مونرو و راد<sup>۴</sup>، ۲۰۱۶) و عدم توجه به عوامل اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی، فردی و شخصیتی رخ دهد (عباسی، درگاهی و قاسمی جوبینه، ۱۳۹۷). عوامل مختلفی مانند عوامل اقتصادی و اجتماعی، عوامل محیطی و ژنتیکی، کیفیت ارتباط و تعهد به ازدواج و رفتارهای متضاد و مخرب و ویژگی‌های شخصیت در بروز طلاق مؤثر است (شاکریان، نظری، معصومی، ابراهیمی و دانایی، ۲۰۱۴). یکی از عواملی که بر امر طلاق می‌تواند مؤثر باشد نگرش افراد نسبت به طلاق می‌باشد؛ در همین راستا، چابکی (۱۳۹۲) در پژوهش خود بیان کرد، کسانی که نگرش مثبت‌تری به طلاق دارند احتمال بیشتری دارد که در زندگی زناشویی خود به طلاق روی آورند

1. Motataianu, IR

2. Hahlweg, K. Baucom, D. Grawe-Gerber, M & Snyder, D

3. Smith-Greenaway, E & Clark, S

4. Rossi, F. S. Holtzworth-Munroe, A & Rudd, B. N

(چابکی، ۱۳۹۲). نگرش‌ها، ترکیبی از باورها، گرایش‌ها یا احساسات مساعد و نامساعدی است که به آمادگی و تمایل فرد برای نشان دادن واکنش به شیوه‌ای نسبتاً ثابت به اشیا، اشخاص و رویدادهای خاص اطلاق می‌شود (سارا، اسکات، هووارد و کریستین<sup>۱</sup>، ۲۰۱۳)؛ به عبارت دیگر، نگرش، نظری است که درباره افراد، چیزها یا رویدادها ابراز می‌گردد و منعکس‌کننده نوع احساس فرد درباره آن است (رابینز، ۱۹۹۸؛ ترجمه پارسائیان و اعرابی، ۱۳۹۵).

علاوه بر فاکتور نگرش به طلاق، یکی دیگر از مهم‌ترین عوامل شخصیتی که می‌تواند بر امر طلاق مؤثر باشد و به صورت مانع و سدی در برابر اثرات حاصل از عوامل فشارزا به کار می‌رود ویژگی سخت‌رویی است (جروان و آل‌فریهات<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰). نتایج چندین پژوهش همچون عظیمی، حسینی، عارفی و پرندین (۱۳۹۸) و حمید (۲۰۲۰) نشان می‌دهد که برخورداری زوجین از ویژگی شخصیتی سخت‌رویی منجر به استحکام زندگی زناشویی و کاهش طلاق می‌گردد. در همین راستا، سبزعلی زاده، بادامی و زاکت‌الحسینی (۱۳۹۳) عنوان نمود افراد سرسخت نسبت به رویدادهای زندگی احساس کنترل بیشتری می‌نمایند و رویدادهای محیط را به گونه‌ای معنادار ارزیابی می‌کنند. سخت‌رویی به عنوان یک صفت شخصیتی و یک تعدیل‌کننده رابطه میان استرس بیماری شناخته شده است (دبی، هانسون، مالتبی، پروکتور و وود<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰) و از سه مؤلفه تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی تشکیل شده است (کوباسا، ۱۹۷۹). سخت‌رویی، نحوه مقابله با استرس‌زاها را در افراد تعدیل می‌کند و آن‌ها را در تحلیل موفقیت‌آمیز موقعیت استرس‌زایاری می‌کند (بیرگارد<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴). سخت‌رویی، تعهد نسبت به خود و کار، احساس کنترل شخصی بر وقایع، نتایج و اعتقاد درونی به اینکه تغییر یک چالش و فرصت برای رشد است تا اینکه یک تهدید باشد (علی‌پور، صحرایان، علی‌اکبری دهکردی و حاجی‌آقابابایی، ۱۳۹۰).

- 
1. Sarah, W. Scott, M. Howard, J & Christine, A
  2. Jarwan, A & Alfrehat, B
  3. Day, L. Hanson, K. Maltby, J. Proctor, C, & Wood, A
  4. Beauregard, M

با توجه به تأثیر دو مؤلفه نگرش به طلاق و سخت رویی بر گرایش و عدم گرایش افراد به سمت طلاق، محقق در این تحقیق بر آن شده است تا با استفاده از رویکردهای درمانی به بهبود مؤلفه‌های مذکور در زنان متقاضی بپردازد. امروزه روان‌درمانگران بر ترکیب رویکردهای نظری مختلف جهت افزایش اثربخشی بیشتر بر روی مراجعان تأکید می‌کنند. ادغام نظری، به ابداع مفهومی یا نظری فراتر از ترکیب کردن صرف فنون اشاره دارد. هدف این روش به وجود آوردن چارچوبی مفهومی است که دو یا چند رویکرد نظری را که از همه بهتر باشد ترکیب نموده و فرض می‌کند نتیجه آن از هر یک از نظریه‌ها به‌تنهایی غنی‌تر است (نورکراس و نیومن<sup>۱</sup>، ۱۹۹۲).

انرایت، رودی، لیتس و کلات<sup>۲</sup> (۲۰۱۴) بر این باورند که با افزایش تمایل به بخشایشگری، تحمل و همدلی در بین افراد جوان افزایش و تنش‌های بین فردی و پیش‌داوری در مورد دیگران کاهش می‌یابد؛ هی<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۸)، برایت ویت، سلبی و فینچام<sup>۴</sup> (۲۰۱۱)، دکاپرول، استفن، مارویت و میزر<sup>۵</sup> (۲۰۱۳) نیز در مطالعات خود به این یافته رسیدند که آموزش اخلاق‌مداری (بخشایشگری) می‌تواند در افزایش سازگاری زوجین متقاضی طلاق و افزایش کیفیت زندگی آنان تأثیرگذار باشد. زالی، احمدی و صرامی (۱۳۹۸)، زاهد بابلان، قاسم پور و حسن‌زاده (۱۳۹۰)، نورمن (۲۰۱۷) و زانگ (۲۰۱۰)، عنوان نمودند که بخشایشگری می‌تواند در افزایش سخت رویی زوجین تأثیرگذار باشد. در نتیجه می‌توان از رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) برای بهبود روابط زوجین متقاضی طلاق استفاده نمود. مک لاف، نیز برای بهبود روابط بین فردی، بخشایشگری را پیشنهاد می‌کند چراکه معتقد است بخشش به‌عنوان یک پاسخ مفید به رنجش انگیزه‌ی اجتناب و انتقام را نسبت به فرد خطاکار کاهش می‌دهد (ورتینگتون و

---

1. Norcross, J.C. & Newman, C.F

2. Enright, R. D. Rhody, M. Litts, B & Klatt, J. S

3. He, Q

4. Braithwaite, S.R. Selby, E.A & Fincham, F.D

5. Decaporable, L.N. Steffen, A.M. Marwit, S & Meuser, T.M

کدن<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). رویکرد اخلاق مدار (بخشایشگری) از آغاز نوع بشر وجود داشته و سابقه آن نه تنها از فرهنگ‌ها بلکه از گونه‌ها نیز فراتر می‌رود (مک کالو<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸؛ به نقل از فر، جلفاند و نج<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰). رویکرد اخلاق مدار (بخشایشگری) تا اوایل دهه ۱۹۹۰، عمدتاً به‌عنوان یک ساختار فلسفی یا دینی تصور می‌شد. از آن زمان به بعد، مطالعه روان‌شناسی بخشایش‌گری به سرعت گسترش یافته است (دیویس، ورثینگتون، هوک و هیل<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳). در دوران حاضر، هرچند در ادبیات نظری در مورد تعریف بخشایشگری اتفاق نظر وجود ندارد اما محققان متفق‌القول هستند که بخشش مجموعه‌ای از رفتارهای شناختی، احساسی و نه لزوماً رفتاری در برابر تخلف است و حداقل یک فرایند درون فردی، اما نه لزوماً یک فرایند بین فردی است. دارای دو بعد اساسی شامل؛ یک بعد منفی (به‌عنوان مثال، کاهش یا انصراف کینه و عصبانیت) و یک بعد مثبت (به‌عنوان مثال، واکنش‌های مهربانانه به یک متجاوز) است (اختر و بارلو<sup>۵</sup>، ۲۰۱۸). تمامی مدل‌های رویکرد اخلاق مدار (بخشایشگری) تا حدودی دارای مراحل اصلی شامل؛ کشف میزان رنج و آسیب و مواجهه با احساسات مرتبط، تصمیم‌گیری برای بخشیدن مجرم، کسب نگرش و همدلی با مجرم و پیدا کردن معنا در رنج و آسیب است (سانچز-هرناندز، کانالس، پینادو و انرایت<sup>۶</sup>، ۲۰۲۱). بر مبنای تئوری‌های شناختی، رویکرد اخلاق مدار (بخشایشگری) می‌تواند با تغییر ادراک فرد از آسیب‌ها و تعدیل مفروضات فرد در مورد خود، افراد دیگر و جهان و با قرار دادن جرم در چشم‌انداز وسیع‌تری، به اصلاح دیدگاه‌های قبلی و شکل‌گیری مفروضات واقع‌گرایانه جدید کمک نماید تا قربانیان احساس ایمنی و کنترل خود را بازیابی کنند و بتوانند مثبت‌تر در مورد خود، دیگران و موقعیت‌ها فکر کنند. در نتیجه، جهان قابل‌درک‌تر و قابل‌پیش‌بینی‌تر می‌شود (فر و همکاران، ۲۰۱۰). با عنایت به مطالب عنوان‌شده می‌توان گفت،

- 
1. Worthington Jr, E. L & Cowden, R. G
  2. McCullough, M. E
  3. Fehr, R. Gelfand, M. J & Nag, M
  4. Davis, D. E. Worthington Jr, E. L. Hook, J. N & Hill, P. C
  5. Akhtar, S & Barlow, J
  6. Sánchez-Hernández, Ó. Canales, A. Peinado, A & Enright, R. D



آموزش بخشایشگری به زوجین این اجازه می‌دهد تا خودشان را نسبت به فرد خاطی بپذیرند و به آنان کمک کند تا آن را کاهش دهند (تسی و ویورال<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). علاوه بر رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) به نظر می‌رسد درمان هیجان مدار نیز به شدت بر زوجین متقاضی طلاق اثرگذار باشد؛ آن‌چنان که جلالی تهرانی (۱۳۹۹) در پژوهشی عنوان نمود درمان هیجان محور از جمله درمان‌هایی است که ارتباط نزدیکی با کاهش مشکلات روان‌شناختی در زوجین متقاضی طلاق دارد. علاوه بر این، پژوهش‌های بسیاری در درمان هیجان محور را درمانی اثرگذار بر مؤلفه‌های دلزدگی زناشویی و میل به طلاق (محمدی، اژه‌ای و غلامعلی لواسانی، ۱۳۹۷)، رضایت و کیفیت زندگی زناشویی (آدامسون<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳؛ وولدارسکی و گرینبرگ<sup>۳</sup>، ۲۰۱۴) و انعطاف‌پذیری شناختی (گودرزی، کیخسروانی، دیره و گنجی، ۱۳۹۹) در زوجین متقاضی طلاق مطرح نمودند. گیلی، حقایق، صادقی فیروزآبادی، قویدل و رضایی جمالویی (۲۰۲۰) و نامنی، محمدی پور و نوری (۱۳۹۶)، در مطالعات خود این یافته را عنوان نمودند که درمان هیجان مدار نیز بر افزایش توان تاب‌آوری، بخشودگی بین فردی، غلبه بر افکار منفی و سخت رویی افراد تأثیرگذار است. رویکرد هیجان مدار، یک مدل سیستماتیک کوتاه‌مدت است که حوزه‌های درون روانی و بین فردی را با یکدیگر ترکیب می‌کند و منشأ این رویکرد، روان‌درمانی انسان‌گرا و هستی‌گرا می‌باشد (هنرپروران، ۱۳۹۱). فرآیند درمان هیجان محور که به روش فردی اجرا می‌شود با سه مرحله پیوستگی و آگاهی، فراخوانی و کشف و بازسازی هیجانی در هشت گام تعیین می‌شود. این سه مرحله با هم همپوشی دارند و در سرتاسر درمان به مراجع به‌عنوان فرد متخصص در مورد تجربه خود و به درمانگر به‌عنوان راهنما و تسهیل‌گر برای اهداف مراجع نگریسته می‌شود (تیمولاک و کوق<sup>۴</sup>، ۲۰۲۰). در درمان هیجان محور نظر بر این است که شیوه‌ای افراد تجارب هیجانی را سازمان‌دهی و

- 
1. Taysi, E & Vural, D
  2. Adamson, N. A
  3. Woldarsky, M. & Greenberg, L
  4. Timulak, L & Keogh, D

پردازش می‌کنند و الگوهای تعاملی که خود ایجاد کرده و تقویت می‌کنند، منجر به نارضایتی زناشویی آن‌ها شده است (کیو، هانینگان<sup>۱</sup>، کوق و تیمولاک، ۲۰۲۰).

در رویکرد هیجان مدار، مشکلات زناشویی، با هیجان‌ها و عواطف منفی و آسیب‌های دلبستگی همراه می‌شود (لاو، مور و استانیس<sup>۲</sup>، ۲۰۱۶). در این رویکرد سبک ارتباطی زوجین تشخیص داده می‌شود، دفاع‌های آن‌ها آشکار می‌شود و زوجین مرحله به مرحله این توانایی را پیدا می‌کنند تا هیجان‌ات سرکوب شده و ناآشکارشان را که روی ارتباط آن‌ها اثر منفی گذاشته و باعث دلزدگی زناشویی شده است، بشناسند و آن‌ها چرخه ارتباط منفی را متوقف کنند و به این ترتیب باعث بهبود روابط خود و بالا رفتن رضایت زناشویی شوند (ویب و جانسون<sup>۳</sup>، ۲۰۱۶)؛ بنابراین، می‌توان گفت درمان هیجان مدار تنها با تأکید بر هیجان‌ات سرکوب‌شده زوجین سعی در بهبود روابط آنان دارد، پس نیاز است تا بر دیگر ابعاد این رابطه همچون بعد شناختی و رفتاری نیز توجه شود. یکی از رویکردهای درمانی که به سه بعد رابطه توجه دارد درمان اخلاق مدار (بخشایشگری) است. چراکه به اعتقاد ورثینگتون و وید<sup>۴</sup> (۱۹۹۹) رویکرد بخشایشگری به ابعاد هیجانی، شناختی و رفتاری رابطه توجه می‌کند. بعد هیجانی به کاهش احساسات منفی خشم و تلخی اشاره دارد، بعد شناختی شامل کاهش نشخوارهای فکری درباره‌ی انتقام می‌شود و بعد رفتاری نیز به اجتناب نکردن از مکان‌هایی است که خاطرات تلخ گذشته را بازیابی می‌کند. در همین راستا، میرزازاده، حسین ثابت و برجعلی (۱۳۹۷) در پژوهشی عنوان نمود که آموزش بخشایشگری با تغییرات شناختی، عاطفی و رفتاری که در فرد ایجاد می‌کنند تا حد زیادی از رنج پیش آمده و ناراحتی آن می‌کاهد. در نتیجه می‌توان گفت ترکیب این دو رویکرد با یکدیگر یک چارت درمانی قوی را شکل می‌دهد. در نهایت باید عنوان نمود، با توجه به اینکه نگرش مثبت به طلاق (چابکی، ۱۳۹۲) عامل بسیاری از ناخوشی‌های روانی و پیامدهای نامطلوب در بین زنان متقاضی طلاق محسوب می‌شود و نیز سخت رویی

1. Qiu, S & Hannigan, B
2. Love, H. A. Moore, R. M & Stanish, N. A
3. Wiebe, A. S & Johnson, M. S
4. Wade, N. G

(حمید، ۲۰۲۰) عامل افزایش دهنده‌ی سطح استحکام زندگی زوجین است و نیز با توجه به اینکه پژوهشی در خصوص اثربخشی ترکیب دو رویکرد اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر دو مؤلفه‌ی مذکور صورت نگرفته، لذا این پژوهش درصدد است به این سؤال پژوهشی پاسخ دهد که آیا ترکیب دو رویکرد اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر سخت رویی و نگرش به طلاق زنان متقاضی طلاق تأثیر دارد؟

### روش پژوهش

روش این پژوهش با توجه به اهداف و ماهیت آن، نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری همراه با گروه کنترل بود. جامعه مورد مطالعه عبارت بود از کلیه زنان متقاضی طلاق مراجعه کننده به مراکز مشاوره خانواده در شهر سبزوار که در ۶ ماه اول سال ۹۹ به این مراکز مراجعه کردند. برای اجرای پژوهش پس از برقراری تماس با زنان متقاضی طلاق دارای سابقه خشونت زناشویی بر اساس پرونده درمانی، از میان افرادی که تمایل به شرکت در پژوهش داشتند از طریق نمونه‌گیری هدفمند و پس از کنترل معیارهای ورود و خروج گروه نمونه به پژوهش تعداد ۳۰ زن انتخاب شدند و از طریق گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ زن) و کنترل (۱۵ زن) جایگزین گردیدند. نحوه قرار دادن ۳۰ زن در دو گروه آزمایش و کنترل با انتساب تصادفی و به صورت قرعه‌کشی انجام گرفت. بدین ترتیب گروه آزمایش ۱۰ جلسه رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار را دریافت کردند و گروه کنترل به مدت ۱۰ هفته در لیست انتظار قرار گرفتند. لازم به ذکر است از ابتدای کار ۳۰ نفر (زن) انتخاب شدند و تا پایان کار در گروه حضور داشتند.

ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: تمایل آزمودنی به شرکت منظم و متوالی در جلسات؛ داشتن سطح تحصیلات حداقل سیکل؛ در دادگاه پرونده طلاق داشته باشند؛ سن آن‌ها بین ۲۳ تا ۴۰ سال باشد؛ موافقت زنان برای شرکت در پژوهش بر اساس امضای فرم رضایت‌نامه کتبی، افراد گروه نمونه، هم‌زمان با شرکت در پژوهش، از خدمات روان‌شناختی و روان‌درمانی دیگری استفاده نکنند. نداشتن بیماری جسمی دیگری که فرد را از شرکت در برنامه پژوهش باز دارد.

و ملاک‌های خروج از پژوهش عبارت بودند از؛ غیبت بیش از ۴ جلسه موجب خارج شدن افراد از گروه‌های آزمایشی می‌شود. داشتن بیماری جسمی که فرد را در شرکت در جلسات با مشکل مواجه کند، باعث خروج افراد از آزمایش می‌شود. به‌منظور طراحی و تولید بسته مشاوره‌ای تلفیق دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار در فرایند اجرای این پژوهش، همه چارچوب‌های نظری دو رویکرد (تحلیل و درک هیجانات، تغییر درک و چارچوب‌بندی مجدد از هیجانات، عمق بخشیدن به تجربه هیجانی خود، کشف میزان رنج و آسیب و مواجهه با احساسات مرتبط، تصمیم‌گیری برای بخشیدن مجرم، کسب نگرش و همدلی با مجرم و پیدا کردن معنا در رنج و آسیب) در داخل و خارج از کشور بررسی و در نهایت بر اساس چهارچوب نظری و تحقیقات انجام‌شده قبلی و با نظارت استاد راهنما تدوین بسته آموزشی انجام شد. در خصوص نحوه اجرای جلسات تلفیقی می‌توان به‌طور مختصر عنوان نمود جلسه اول به معرفی دو رویکرد بخشایشگری و هیجان مدار پرداخته شد. از جلسات دوم تا جلسه نهم به‌طور ترکیبی دو رویکرد به کار گرفته شد برای مثال در جلسه دوم هیجان خشم معرفی شد و سپس نحوه رویارویی با هیجان خشم آموزش داده شد و یا در جلسه سوم راهکارهای ناکارآمد مبارزه با خشم موردبررسی قرار گرفت و با آموزش بخشایشگری سعی گردید تا روش مؤثر کنار آمدن با خشم به آزمودنی‌ها القاء شود (به‌طور کل می‌توان گفت در جلسات با کمک درمان هیجان مدار سعی گردید تا هیجانات منفی مراجعان همچون خشم شناسایی شود و در کنار آن با تکنیک‌های بخشایشگری از این هیجانات منفی کاسته شود). جلسه دهم نیز جمع‌بندی از نتایج حاصل از جلسات بخشایشگری و هیجان مدار بود. خلاصه جلسات درمانی در جدول زیر ارائه شده است:

جدول ۱. محتوی ترکیب جلسات درمان هیجان مدار و بخشایشگری

جلسه	هدف	محتوا	تکلیف (درمان)
جلسه اول	آشنایی با اعضا و بیان منطقی و اهداف جلسات آموزشی	۱) آشنایی با اعضای شرکت کننده و معارفه آن‌ها به همدیگر. ۲) دریافت اهداف اعضا برای شرکت در جلسات. ۳) جمع‌بندی و بیان اهداف مشترک گروه‌ها. ۴) عقد قرارداد و گرفتن تعهد برای شرکت منظم و مشارکت در فعالیت‌های گروه.	بیان اهداف شرکت در جلسه
جلسه دوم	تحلیل و درک هیجانات و تعریف هیجانات منفی نسبت به همسر همچون خشم، رویارویی با خشم	تأکید بر هیجانات و احساسات آسیب‌دیده- آشنایی با هیجانات ناشناخته همچون خشم نسبت به همسر	شناسایی و یادداشت کردن و بیان کردن هیجانات در گروه
جلسه سوم	تغییر درک و چارچوب‌بندی مجدد از هیجانات و عزم تغییر	در این جلسه به شرکت کنندگان کمک می‌شود تا متوجه شوند راهبردهایی که برای مواجهه با موقعیت دردناک استفاده می‌کردند بی‌تأثیر بوده است. در ادامه روش‌های مؤثر مقابله مطرح و بخشایشگری موردبررسی قرار می‌گیرد.	چه باورها و عقایدی در آن لحظه باعث شد خشمگین شوم؟ موقع عصبانیت چه تغییرات بدنی را تجربه کردم؟ آیا با خشم روبرو شده‌ام؟
جلسه چهارم	درک عمیق هیجانات و مدیریت خشم و ایجاد تفکر بخشودگی در آزمودنی‌ها	راه‌های کنترل و مدیریت خشم به آزمودنی‌ها آموزش داده شد. در نهایت به آزمودنی‌ها پیشنهاد شد تا بخشودگی را به‌عنوان گزینه‌ای جهت مبارزه با آسیب و عواطف گذشته انتخاب کنند (انتظار نمی‌رود ضرورتاً احساس بخشودگی وجود داشته باشد فقط تمایل به بخشیدن در فرد ایجاد می‌شود)	از روش‌های مدیریت خشم کدام روش یا روش‌ها را به کار خواهید برد؟
جلسه پنجم	پذیرش هیجانی خود و همسر و نیز آموزش آرامیدگی و در	گسترش تجربه‌های هیجانی هر یک از اعضا، افزایش هیجانات مثبت نسبت به خود و همسر در جلسات آموزش داده شد	طول هفته تنفس شکمی را در موقعیت‌های مختلف تمرین کنید؛ و سعی کنید از آن استفاده کنید

جلسه	هدف	محتوا	تکلیف (درمان)
	نهایت بخشیدن و ایجاد نگرش جدید	و از تکنیک‌های آرمیدگی نیز در بین جلسه بهره گرفته شد. پس از آموزش هیجان‌ات مثبت به همسر، به شرکت‌کنندگان پیشنهاد شد تا بخشایشگری را به‌عنوان یک گزینه انتخابی در نظر داشته باشند تا دید جدیدی نسبت به شخص آسیب‌زننده پیدا کنند.	
جلسه ششم	بررسی و شناسایی هیجان‌ات و احساسات نسبت به فرد خطا کار و پدیدایی حس همدردی	مرور حادثه‌ی رنجش و سپس بررسی و کشف احساسات خود در مورد فرد رنجاننده از اهداف این جلسه بود. در نهایت به آنان آموزش داده شد تا به فرد آسیب‌رسان و خطا کار به‌عنوان یک انسان نگاه کنند و حس همدردی به آن‌ها اجازه داد تا به شیوه متفاوت‌تری به موضوع نگاه کنند.	اگر مکانیزم دفاعی که در حال حاضر از آن استفاده می‌کنید، خوب کار می‌کند پس چرا وقتی با وضعیت مشابه مواجه می‌شوید ناراحت می‌شوید؟
جلسه هفتم	نیز تحکیم و یکپارچه‌سازی هیجانی و صبوری در تحمل رنج و غم‌دیدگی	بازسازی تعاملات و ارتباطات و ارتقاء روش‌های جدید تعامل و در نهایت بحث و گفتگو در خصوص چگونگی صبر کردن و کنار آمدن با مشکلات ناشی از آسیب	شما برای کنار آمدن با رنج و ناراحتی خود چه کارهایی می‌دهید؟
جلسه هشتم	حمایت طلبی	در این جلسه به شرکت‌کنندگان کمک می‌شود تا موقعیت‌هایی را در نظر بگیرند که خودشان نیز خطایی را مرتکب شده‌اند که نیاز به بخشیده شدن دارند. هدف این جلسه کمک به شرکت‌کنندگان جهت آگاهی به این موضوع که شرایطی وجود دارد که فرد نتواند محیط را به‌خوبی اداره کند و مرتکب خطا می‌شود.	موقعیت‌هایی که دچار خطا شده‌اید را یادداشت نموده و چه کارهایی برای جبران آن خطا انجام داده‌اید؟
جلسه نهم	بازسازی آسیب و تصمیم برای بخشایشگری و نیز	مرور دروس گذشته، بازسازی آسیب موردنظر. درگیری صمیمانه‌ی اعضاء به‌صورت درون فردی و بین فردی،	شرکت‌کنندگان تشویق می‌شوند که نگاهی دقیق به زندگی‌شان داشته باشند. اصلی‌ترین هدف این تکلیف

جلسه	هدف	محتوا	تکلیف (درمان)
	بازسازی تعاملات و ارتباطات درون فردی و بین فردی	حمایت از الگوهای سازنده‌ی تعاملی	این است که به آن‌ها کمک کند تا در زندگی خود نیز خیره شوند. آن‌ها تشویق می‌شوند تا مسئولیت اقدامات خود را بجای پیدا کردن عذر و بهانه‌هایی برای آنچه در گذشته انجام داده بودند، بر عهده بگیرند
جلسه دهم	جمع‌بندی جلسات و نتیجه‌گیری	بحث گروهی درباره تغییرات ایجادشده در افراد به واسطه شرکت در جلسات، بررسی شواهد مربوط به تغییر در گروه، جمع‌بندی جلسات و نتیجه‌گیری، اجرای پس‌آزمون، تشکر و قدردانی از اعضا به خاطر شرکت در جلسه	پایان جلسات

در این پژوهش، پرسشنامه‌های سخت رویی کوباسا (۱۹۷۹) و نگرش به طلاق کینایرد و جرارد (۱۹۸۶) در پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری مورد استفاده قرار گرفتند.

### پرسشنامه سخت رویی کوباسا

برای اندازه‌گیری سخت رویی از مقیاس بررسی دیدگاه‌های شخصی استفاده شده است. این مقیاس توسط کوباسا و همکارانش (۱۹۷۹) (به نقل از جمهری، ۱۳۸۰) ساخته شده است. این مقیاس یک پرسشنامه ۵۰ آیتمی که شامل خرده‌آزمون‌های چالش، تعهد و کنترل می‌باشد که بر اساس مقیاس لیکرت شکل گرفته (چهارگزینه‌ای) و دارای دامنه‌ای از نمره صفر، اصلاً درست نیست تا ۳ کاملاً درست است می‌باشد و لازم به ذکر است (سؤالات ۶ تا ۲۱) و (سؤالات ۲۸ تا ۵۰) نمره‌گذاری معکوس دارند. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۰ تا ۶۶ باشد، نشان‌دهنده‌ی پایین بودن سرسختی روان‌شناختی در فرد می‌باشد. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۶۶ تا ۱۳۲ باشد، نشان‌دهنده‌ی متوسط بودن سرسختی روان‌شناختی می‌باشد. در صورتی که نمرات ۱۳۲ به بالا باشد، نشان‌دهنده‌ی بالا بودن سرسختی روان‌شناختی می‌باشد.

این آزمون توسط قربانی در سال ۱۳۷۱ ترجمه و روایی صوری و محتوایی آن محاسبه شده و در موارد ضروری اصلاحات لازم به عمل آمده است. مطالعات کوباسا (۱۹۸۲) نشان می‌دهد که مؤلفه‌های سرسختی روان‌شناختی یعنی، کنترل، تعهد، چالش به ترتیب هر یک از ضرایب پایایی ۰/۷۰، ۰/۵۲ و ۰/۵۲ برخوردارند و این ضرایب برای کل صفت سخت رویی ۰/۷۵ گزارش شده است. در پژوهش میردیری‌کوند، رحیمی پور و سلیمی (۱۳۹۴) پایایی پرسشنامه سخت رویی با استفاده از روش آلفای کرونباخ محاسبه و ۰/۸۲ برای مؤلفه تعهد، ۰/۷۱ درصد برای مؤلفه کنترل، ۰/۵۶ درصد برای مؤلفه مبارزه‌جویی و ضریب آلفای کرونباخ کل ۰/۸۸ به دست آمد.

### مقیاس نگرش به طلاق<sup>۱</sup> (ADS)

این مقیاس توسط کینایرد و جرارد (۱۹۸۶) ساخته شده است. این مقیاس ۱۲ ماده دارد که نگرش‌های مثبت و منفی به طلاق را ارزیابی می‌کند. تمرکز این پرسشنامه بر روی شادکامی همراه ازدواج، وفاداری و اهمیت ازدواج تا هنگام مرگ است. سؤالات این مقیاس به صورت طیف لیکرتی به ترتیب از ۱ (شدیداً مخالف) تا ۵ (کاملاً موافق) نمره‌گذاری می‌شود و در ضمن برخی از ماده‌ها به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. امتیازات بالاتر نشان‌دهنده نگرش مثبت‌تر به طلاق است. در مطالعه‌ای در اسپانیا نیز پرسشنامه نگرش به طلاق کینایرد و جرارد (۱۹۸۶) در یک گروه ۹۶۴ نفر جوان بین ۱۸ تا ۳۰ سال انجام شده و ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس بررسی گردید. اعتبار پایایی و تغییرناپذیری اندازه‌گیری در سراسر مردان و زنان مورد بررسی قرار گرفت. این ساختار ۲ عامل مناسب به اندازه کافی در مردان و زنان بود. همسانی درونی پرسشنامه خوب (آلفای کرونباخ = ۰/۷۴) بوده و روایی همگرایی خود را با یک همبستگی مثبت با نگرش نسبت به ازدواج<sup>۲</sup> و تفاوت‌های جنسی در نگرش به طلاق<sup>۳</sup> حمایت نمود (گارمندیا و یابن<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴).

1. attitudes toward divorce scale

2. attitude towards marriage

3. examination of gender differences in attitude towards divorce

4. Garmendia, A & Yaben, S.Y



به طور کلی نتایج نشان داد که این نسخه یک ابزار قابل اعتماد و معتبر است که می تواند برای اندازه گیری نگرش اسپانیایی بزرگسالان جوان نسبت به طلاق مورد استفاده قرار گیرد (گارمندیا و یابن، ۲۰۱۴). خجسته مهر، ممینی و اصلانی (۱۳۹۲) پایایی این پرسشنامه را در ایران در پژوهشی با روش آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب ۰/۸۸ و ۰/۸۹ محاسبه کرد.

### یافته ها

در ابتدا نمونه مورد بررسی برحسب پرسش های جمعیت شناختی (سن و طول مدت ازدواج) مورد بررسی قرار گرفت. میانگین و انحراف معیار سن زنان در گروه آزمایش به ترتیب برابر ۲۸/۷۳ و ۵/۷۰ بود. میانگین و انحراف معیار سن زنان در گروه کنترل به ترتیب برابر ۲۷/۴۰ و ۵/۹۱ بود. میانگین و انحراف معیار مدت ازدواج زنان در گروه آزمایش به ترتیب برابر ۵ و ۱/۰۶ بود و همچنین میانگین و انحراف معیار مدت ازدواج زنان در گروه کنترل به ترتیب برابر ۷/۳۵ و ۱/۶۴ بود.

بعد از توصیف جمعیت شناختی، داده های به دست آمده از نمرات این پژوهش در دو سطح توصیفی و استنباطی تحلیل می گردد. برای توصیف داده های مربوط به نمونه، ابتدا به محاسبه شاخص های مرکزی متغیرهای پژوهش پرداخته شد که به شرح زیر است:

جدول ۲. شاخص های توصیفی مربوط به متغیرهای سخت رویی و نگرش به طلاق در پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری در دو گروه آزمایش و کنترل

مؤلفه	مرحله	آزمایش			کنترل	
		پیش آزمون	پس آزمون	پیگیری	پیش آزمون	پس آزمون
تعهد	میانگین	۳۰/۲۰	۳۵/۶۰	۳۳/۴۶	۲۹/۴۶	۳۱/۸۶
	انحراف معیار	۵/۶۷	۴/۲۵	۳/۶۰	۷/۳۱	۵/۹۳
کنترل	میانگین	۲۸/۳۳	۳۱/۴۰	۳۱/۹۳	۲۸/۷۳	۲۸/۱۳
	انحراف معیار	۴/۴۵	۶/۶۹	۵/۸۴	۴/۴۴	۴/۶۵

مؤلفه	مرحله	آزمایش			کنترل	
		پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیگیری	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
چالش	میانگین	۲۹/۴۶	۳۳/۶۶	۳۲/۶۰	۲۹/۴۰	۲۷/۷۳
	انحراف معیار	۶/۴۳	۵/۶۰	۴/۲۲	۳/۸۵	۵/۴۵
نمره کل سخت رویی	میانگین	۸۸	۱۰۰/۶۶	۹۸	۸۷/۶۰	۸۷/۷۳
	انحراف معیار	۷/۳۷	۷/۰۴	۷/۶۶	۸/۹۱	۶/۱۴
نگرش به طلاق	میانگین	۲۹/۲۰	۲۳/۰۶	۲۵/۲۶	۲۹/۱۳	۲۹/۶۶
	انحراف معیار	۴/۱۷	۴/۸۰	۳/۶۳	۴/۸۳	۵/۲۳

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود نمره سخت رویی در میان زنان گروه آزمایش، در مرحله پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون، افزایش داشته است. همچنین با توجه به جدول فوق می‌توان گفت، نمره نگرش به طلاق در میان زنان گروه آزمایش، در مرحله پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون، کاهش داشته است.

قبل از انجام آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر به پیش‌فرض‌های این آزمون پرداخته شد که نتایج آن در جدول شماره ۳ آورده شده است:

جدول ۳. آزمون بررسی نرمال بودن توزیع نمرات، همگنی واریانس‌ها و همسانی ماتریس کواریانس

متغیرها	نوع آزمون	نرمال بودن توزیع داده‌ها		همگنی واریانس‌ها		همسانی ماتریس کواریانس	
		کالموگراف اسمیرنوف	معنی‌داری	لوین	معنی‌داری	آماره ماچلی	معنی‌داری
تعهد	پیش‌آزمون	۰/۹۴	۰/۳۳۳	۲/۴۸	۰/۱۲۶	۰/۸۵	۰/۱۱۸
	پس‌آزمون	۱/۲۶	۰/۰۸۳	۴/۰۳	۰/۰۵۴		
	پیگیری	۰/۴۷	۰/۹۸۰	۲/۱۸	۰/۱۵۱		
چالش	پیش‌آزمون	۰/۷۱	۰/۶۹۳	۴/۴۰	۰/۰۴۵	۰/۸۱	۰/۰۶۰
	پس‌آزمون	۰/۵۵	۰/۹۱۹	۰/۰۰۲	۰/۹۶۲		

متغیرها	نوع آزمون	نرمال بودن توزیع داده‌ها		همگنی واریانس‌ها		همسانی ماتریس کواریانس	
		کالموگراف اسمیرنوف	معنی‌داری	لوین	معنی‌داری	آماره ماچلی	معنی‌داری
	پیگیری	۰/۷۴	۰/۶۲۸	۲/۰۳	۰/۱۶۵		
کنترل	پیش‌آزمون	۰/۹۵	۰/۳۲۶	۰/۰۱	۰/۹۸۳	۰/۸۷	۰/۱۵۸
	پس‌آزمون	۰/۶۲	۰/۸۴۰	۲/۸۷	۰/۱۰۱		
	پیگیری	۱/۰۶	۰/۲۰۵	۲/۶۵	۰/۱۱۴		
نگرش به طلاق	پیش‌آزمون	۰/۴۸	۰/۹۷۲	۰/۴۷	۰/۴۹۶	۰/۶۲	۰/۰۰۲
	پس‌آزمون	۰/۷۸	۰/۵۷۴	۰/۰۲	۰/۸۸۶		
	پیگیری	۰/۷۶	۰/۶۱۳	۱/۳۲	۰/۲۶۱		

با توجه به جدول شماره ۳ می‌توان گفت، یکی از پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک برای مقایسه میانگین‌ها، فرض نرمال بودن توزیع نمرات گروه‌های نمونه در جامعه بود که برای این مفروضه از آزمون کالموگراف اسمیرنوف استفاده شد. نتایج نشان داد، سطح معناداری مربوط به آزمون در تمامی مؤلفه‌ها بزرگ‌تر از ۰/۰۵ می‌باشد بنابراین فرض نرمال بودن توزیع نمرات پذیرفته خواهد شد. همچنین، با بررسی آزمون لوین در مورد تساوی واریانس‌های خطا، فرض تساوی واریانس‌ها برای اکثر مؤلفه‌ها به استثنای چالش در مرحله پیش‌آزمون رعایت شد. از آزمون ماچلی برای بررسی کرویت (همسانی ماتریس کواریانس) استفاده شد. فرض کرویت برای اکثر مؤلفه‌ها برقرار است ( $P > 0/05$ ). برای متغیر نگرش به طلاق ( $P < 0/05$ ) جهت استفاده از آزمون F از روش تخمینی- Greenhouse- Geisser استفاده شد.

به‌منظور بررسی فرضیه تحقیق مبنی بر بررسی اثربخشی آموزش تلفیق دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر نگرش به طلاق از روش آماری تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد که نتایج آن به شرح زیر است:

جدول ۴. اثرات بین آزمودنی و درون آزمودنی حاصل از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر بر روی میانگین نگرش به طلاق

اثرات	متغیرها	منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری	اندازه اثر
اثرات بین آزمودنی	نگرش به طلاق	گروه	۳۶۸/۰۴	۱	۳۶۸/۰۴	۱۱/۰۹	۰/۰۰۲	۰/۲۸
اثرات درون آزمودنی	نگرش به طلاق	زمان	۱۱۹/۴۰	۱/۵۴	۸۲/۱۷	۴/۳۴	۰/۰۳۰	۰/۱۳
		زمان & گروه	۱۹۳/۸۸	۱/۵۴	۱۳۳/۴۳	۷/۰۵	۰/۰۰۵	۰/۲۰
		خطا	۷۷۰/۰۴	۴۰/۶۸	۱۸/۹۲			

بر اساس نتایج بین آزمودنی می‌توان گفت که مقدار F مشاهده‌شده در متغیر نگرش به طلاق (۱۱/۰۹) در سطح ۰/۰۱ تفاوت معنی‌داری بین گروه آزمایش و کنترل وجود دارد که اندازه اثر به برای این مؤلفه ( $ES=0/28$  و  $Sig=0/002$ ) به دست آمد. همچنین بر اساس نتایج درون آزمودنی می‌توان گفت، اثر تعامل زمان در گروه نیز برای متغیر نگرش به طلاق معنی‌دار بوده است؛ بدین معنی که زمان در کاهش میزان اثربخشی این روش درمانی، از پس‌آزمون به پی‌گیری اثر نداشته است. بنابراین، آزمون چند مقایسه‌ای نشان داد که در پس‌آزمون و پی‌گیری در مقایسه با پیش‌آزمون، متغیر نگرش به طلاق گروه آزمایش به‌طور معناداری تغییر خود را حفظ کرده که این تأثیر برای مؤلفه نگرش به طلاق برابر با ( $ES=0/20$  و  $Sig=0/005$ )، بود. در نتیجه فرضیه تحقیق مبنی بر اثربخشی آموزش تلفیق دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر نگرش به طلاق زنان تأیید گردید.

به منظور بررسی فرضیه تحقیق مبنی بر بررسی اثربخشی آموزش تلفیق دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر سخت‌رویی زنان از روش آماری تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد که نتایج آن به شرح زیر است:

جدول ۵. اثرات بین آزمودنی و درون آزمودنی حاصل از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر بر روی میانگین سخت رویی در گروه کنترل و آزمایش

اثرات	متغیرها	منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	اندازه اثر	
بین آزمودنی	تعهد	گروه	۲۲۴/۰۴	۱	۲۲۴/۰۴	۳/۶۲	۰/۰۶۷	۰/۱۱	
	کنترل	گروه	۳۰۶/۱۷	۱	۳۰۶/۱۷	۴/۷۱	۰/۰۳۹	۰/۱۴	
	چالش	گروه	۳۸۰/۲۷	۱	۳۸۰/۲۷	۸/۴۶	۰/۰۰۷	۰/۲۳	
درون آزمودنی	تعهد	زمان	۲۴۱/۴۸	۲	۱۲۰/۷۴	۸/۰۳	۰/۰۰۱	۰/۲۳	
		زمان & گروه	۷۲/۰۲	۲	۳۶/۰۱	۲/۳۹	۰/۱۰۱	۰/۰۷	
	کنترل	خطا	۸۴۲/۴۸	۵۶	۱۵/۰۴				
		زمان	۵۷/۴۸	۲	۲۸/۷۴	۳/۷۸	۰/۰۲۹	۰/۱۲	
		زمان & گروه	۲۷۹/۳۵	۲	۱۳۹/۶۷	۱۸/۳۶	۰/۰۰۰۱	۰/۳۹	
	چالش	خطا	۴۲۵/۸۲	۵۶	۷/۶۰				
		زمان	۳۲/۰۸	۲	۱۶/۰۴	۰/۹۰	۰/۴۱۱	۰/۰۳	
		زمان & گروه	۱۸۴/۶۲	۲	۹۲/۳۱	۵/۱۹	۰/۰۰۹	۰/۱۶	
		خطا	۹۹۴/۶۲	۵۶	۱۷/۷۶				

بر اساس نتایج بین آزمودنی می توان گفت که مقدار F مشاهده شده در متغیرهای کنترل و چالش (۴/۷۱) و چالش (۸/۴۶) در سطح ۰/۰۱ و ۰/۰۵ تفاوت معنی داری بین گروه آزمایش و کنترل وجود دارد که اندازه اثر به ترتیب برای مؤلفه های کنترل (ES=۰/۱۴ و Sig=۰/۰۳۹) و چالش (ES=۰/۲۳ و Sig=۰/۰۰۷)، به دست آمد. همچنین بر اساس نتایج درون آزمودنی می توان گفت، اثر تعامل زمان در گروه نیز برای متغیرهای کنترل و چالش معنی دار بوده است؛ بدین معنی که زمان در کاهش میزان اثربخشی این روش درمانی، از پس آزمون به پی گیری اثر نداشته است. بنابراین، آزمون چند مقایسه ای نشان داد که در پس آزمون و پی گیری در مقایسه با پیش آزمون، متغیرهای چالش و کنترل گروه آزمایش به طور معناداری تغییر خود را حفظ کرده اند که این تأثیر برای مؤلفه کنترل برابر با ES=۰/۳۹ و برای مؤلفه چالش برابر با ES=۰/۱۶ و Sig=۰/۰۰۰۱) و برای مؤلفه چالش برابر با ES=۰/۱۶ و Sig=۰/۰۰۰۱) بود. در نتیجه

فرضیه تحقیق مبنی بر بررسی اثربخشی آموزش تلفیق دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر سخت رویی (کنترل و چالش) زنان تأیید گردید.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی تلفیق دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر سخت رویی و نگرش به طلاق در زنان متقاضی طلاق می‌باشد. نتایج پژوهش حاضر مبنی بر اثربخشی تلفیق دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر افزایش سخت رویی با نتایج پژوهش‌های زالی و همکاران (۱۳۹۸)، زاهد بابلان و همکاران (۱۳۹۰)، نورمن (۲۰۱۷) و زانگ (۲۰۱۰)، همسو می‌باشد. چرا که آن‌ها در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسیدند که بخشایشگری می‌تواند در افزایش سخت رویی افراد تأثیرگذار باشد. هم‌چنین برومند راد (۱۳۹۹)، گیلی و همکاران (۲۰۲۰)، ویب و جانسون (۲۰۱۷) و نامنی و همکاران (۱۳۹۶)، این یافته را عنوان نمودند که درمان هیجان مدار نیز بر افزایش توان تاب‌آوری، بخشودگی بین فردی، غلبه بر افکار منفی و سخت رویی افراد تأثیرگذار است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که بخشش می‌تواند پاسخ‌های ویرانگر روابط را بازسازی کرده و درواقع افکار، احساسات و رفتار مثبت در برابر افراد دیگر را ترغیب می‌کند (ورتینگتون، ۲۰۰۷). پور طالب، غباری بناب و قاسم زاده (۱۳۹۸) در پژوهشی عنوان نمودند، تغییرات انگیزشی حاصل از بخشش در فرد، در ابتدا باعث احساس خشم نسبت به متخلف و برانگیختگی بیشتر به قصد برخورد تلافی‌جویانه نسبت به فرد خاطی به او دست می‌دهد و سطح اضطراب و تنش روانی را در فرد قربانی افزایش می‌دهد و چون قربانیان قادر به تلافی کردن و ابراز خشم خود نیستند این افراد دچار احساس‌های هیجانی منفی مانند احساس شرم و گناه می‌شوند. به لحاظ تئوریک خشم و گناه، شرم و دیگر وضعیت‌های هیجانی نقش مهمی در رفتارها و عملکردهای افراد دارند؛ در این میان تغییرات انگیزشی حاصل از بخشش باعث برانگیختگی کمتر افراد به قصد برخورد تلافی‌جویانه و در مقابل انگیزش بیشتر آن‌ها برای داشتن نیت خوب و کنترل هیجانات منفی در

برابر فرد خاطی می‌شود؛ و افزایش حالت‌های هیجانی مثبت موجب افزایش رفتارهای مثبت قربانیان می‌شود. بخشش به‌عنوان راهبرد کنار آمدن، افراد را قادر می‌سازد تا توجه خود از حوادث نامطلوب دور کرده و معطوف ابعاد مثبت‌تر زندگی خود کنند. بخشش از طریق جهت‌دهی مجدد افکار منفی نسبت به متخلف به افکار خنثی یا مثبت باعث افزایش سوگیری اطلاعاتی مثبتی می‌شود که این سوگیری اطلاعاتی مثبت برانگیزاننده سخت رویی در فرد قربانی می‌شود؛ چراکه زوجین با آموختن بخشش، نگرش مثبت‌تری به زندگی پیدا می‌کنند، کنترل بیشتری بر خشم خود اعمال می‌کنند، مبارزه جویی را یاد می‌گیرند و آن را می‌پروارند و در نتیجه سخت رویی در آنان ارتقاء می‌یابد. در راستای، تغییر نگاه مراجعان نسبت به فرد خاطی و کاهش نگرش منفی و بخشش فرد خاطی، درمانگر از درمان هیجان مدار نیز برای پردازش مجدد پاسخ‌های هیجانی زوجین کمک گرفت. در همین راستا، صاحبی بزاز، سودانی و مهرابی زاده هنرمند (۱۳۹۸) در پژوهشی عنوان نمودند در روش درمانی متمرکز بر هیجان، درمانگر با شناسایی و ارزش دادن به پاسخ‌های هیجانی منفی و نامطلوب و بسط دادن آن پاسخ‌های نامطلوب به مسائل بی‌اهمیت و پیش‌پافتاده مانند ترس و درماندگی میزان پرخاشگری زوجین را که ناشی از ناتوانی در پاسخگویی به رفتارهای نامناسب در موقعیت‌های فشارزا است را کاهش دهد و در نتیجه میزان سخت رویی زوجین را در موقعیت‌های فشارزا افزایش می‌دهد. از سوی دیگر، درمان هیجان مدار سبب می‌شود که زوجین از نیازها و خواسته‌های یکدیگر بیشتر آگاه شوند، در نتیجه اتحاد و پیوستگی بیشتری بین آن‌ها ایجاد می‌شود و می‌توانند با پیش‌بینی و کنترل آگاهانه پاسخ‌های هیجانی منفی و جایگزین کردن پاسخ‌های هیجانی مطلوب به‌جای پاسخ‌های هیجانی منفی میزان سخت رویی زوجین را در موقعیت‌های فشارزا افزایش دهند. با عنایت به مطالب عنوان‌شده تلفیق دو رویکرد بخشایشگری و هیجان مدار منجر به افزایش سخت رویی زوجین گردید.

نتایج پژوهش حاضر مبنی بر اثربخشی تلفیق دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر نگرش به طلاق با نتایج پژوهش‌های هی و همکاران

(۲۰۱۸)، برایت ویت و همکاران (۲۰۱۱)، دکاپرول و همکاران (۲۰۱۳) همسو می‌باشد؛ چراکه آنان در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسیدند که بخشایشگری می‌تواند در افزایش سازگاری زوجین متقاضی طلاق و افزایش کیفیت زندگی آنان تأثیرگذار باشد. همچنین ایمانی راد، گل‌محمدیان، مرادی و گودرزی (۱۴۰۰)، گودرزی و همکاران (۱۳۹۹)، شاهرمدی، صادقی، گودرزی و روزبهانی (۱۳۹۸)، صالح پور، احقر و نوابی نژاد (۱۳۹۸) و فتوحی، میکاییلی، عطادخت و حاجلو (۱۳۹۷) این یافته را عنوان نمودند که درمان هیجان مدار نیز بر کاهش باورهای غیرمنطقی و طلاق عاطفی و افزایش سازگاری زنان متقاضی طلاق تأثیرگذار است.

در خصوص اثربخشی تلفیق دو رویکرد درمانی اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر نگرش به طلاق زنان متقاضی طلاق در ابتدا باید عنوان نمود، یکی از شاخص‌های زوج‌های آشفته و مشکل‌دار که آن‌ها را به سمت طلاق سوق می‌دهد، پافشاری هر کدام از زوج‌ها بر فکر و عقیده‌ی خویش و کوتاه نیامدن درباره‌ی مسائل و مشکلات است؛ چراکه اگر زوج‌ها از اشتباهات یکدیگر بگذرند و یکدیگر را ببخشند، قطعاً با تعارضات کمتری مواجه خواهند شد (دافونسکا، جیسوس لوپس، دا سیلوا گاسمائو، پسوآ و دا سیلوا، ۲۰۱۷).

با توجه به این مطلب و اهمیت نقش بخشش در کاهش تعارضات زناشویی و نیز گرایش افراد به سمت طلاق محقق بر آن شد تا با واسطه قرار دادن مؤلفه بخشش، خشم و ناراحتی ایجادشده در زوجین را از بین ببرد و یا حداقل کم‌رنگ کند و به کمک آموزش بخشش به زنان، از احساسات منفی همچون خشم، افکار منفی و افکار انتقام جویانه بکاهد. به‌طور کل می‌توان گفت، بخشش باعث تغییر در نگرش فرد به موضوع می‌شود و فرد از طریق بازسازی شناختی که انجام می‌دهد رفتار خود را نسبت به فرد خاطی تغییر می‌دهد و همین تغییر باعث تغییراتی در عاطفه‌ی وی نسبت به فرد خاطی می‌شود. بخشش از طریق تغییر در جنبه‌های عاطفی، شناختی و رفتاری فرد در برابر خطا و خطاکار باعث ایجاد موج



جدیدی از هیجان مثبت در فرد می‌شود که تا حد زیادی از بار عواطف منفی کاسته و موجب احساسات مثبت در فرد می‌شود (میرزازاده و همکاران، ۱۳۹۷). آموزش بخشش به زنان موجب شد تا از تعارضات بین آنان کاسته شود و آنان بیشتر به فکر حل مشکلات و مسائل خود و کمتر به طلاق گرایش داشته باشد. رویکرد بخشایشگر، هیجان‌ات مثبت همچون بخشش را افزایش داده و از هیجان‌ات منفی همانند خشم و افکار منفی در زنان می‌کاهد، چراکه به اعتقاد جانسون<sup>۱</sup> (۲۰۰۷) هدف عمده رویکرد هیجان مدار آن است تا به زوجین کمک نماید احساسات، هیجان‌ات (مثبت و منفی)، تمایلات اصلی و نیازهای ارضاء نشده خود و شریک زندگی را شناسایی کنند و آن‌ها را به‌درستی ابراز نمایند. رویکرد هیجان مدار توانست چرخه تعامل منفی بین زوجین را قطع و باعث شود زوجین رفتارهای منفی و نامناسب (انتقاد و سرزنش یکدیگر، تحقیر کردن و نادیده گرفتن) را کاهش داده و در عوض رفتارهای مثبت (ارزش قائل شدن برای یکدیگر، عشق‌ورزی، احترام به یکدیگر و صمیمیت) را افزایش دهند. با توجه به مطالب عنوان‌شده می‌توان گفت تلفیق دو رویکرد بخشایشگر و هیجان مدار منجر به افزایش هیجان‌ات مثبت در زنان شد و از گرایش آنان به طلاق کاست.

حجم نمونه پژوهش محدود به زنان متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره در شهر سبزوار بوده است، پیشنهاد می‌شود برای رفع این محدودیت پژوهش‌های مشابه در دیگر شهرها و فرهنگ‌های دیگر نیز اجرا شود. با توجه به نتایج پژوهش حاضر مبتنی بر اثربخشی تلفیق دو رویکرد بخشایشگر و هیجان مدار بر سخت رویی و نگرش به طلاق زنان پیشنهاد می‌شود روانشناسان و مشاوران مراکز خدمات درمانی و مشاوره از این تلفیق این دو رویکرد در جهت ارتقای کیفیت روابط زناشویی زوجین متقاضی طلاق استفاده کنند و برای مراجعان به‌صورت دوره‌ای، کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی با محوریت تلفیق درمان هیجان مدار و بخشایشگر برگزار گردد تا بدین طریق گامی در جهت ارتقای کیفیت روابط زناشویی و در نهایت کاهش طلاق در آن‌ها برداشته شود.

## منابع

- ایمانی راد، اعظم؛ گل محمدیان، محسن؛ مرادی، امید و گودرزی، محمود (۱۴۰۰). اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر بخشودگی و باورهای ارتباطی زوجین درگیر در پیمان‌شکنی زناشویی. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم روان‌شناختی*، ۲۰(۱۰۰)، ۶۶۵-۶۵۳.
- بشارت، محمدعلی؛ صالحی، مریم؛ شاه محمدی، خدیجه؛ نادعلی، حسین و زبردست، عدرا (۱۳۸۸). رابطه تاب‌آوری و سخت‌کوشی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی در ورزشکاران. *مجله روان‌شناسی معاصر*، ۳(۲)، ۳۸-۴۹.
- پور طالب، سکینه؛ غباری بناب باقر و قاسم زاده سوگند (۱۳۹۸). اثربخشی برنامه‌ی بخشایشگری در کاهش مشکلات رفتاری برونی‌سازی شده‌ی نوجوانان مقیم کانون اصلاح و تربیت تهران. *نشریه توانمندسازی کودکان استثنایی*، ۱۰(۱)، ۹۶-۸۶.
- جلالی تهرانی، محمد احسان (۱۳۹۹). اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر رضایتمندی زناشویی و احساس تنهایی در زوجین متقاضی طلاق. *فصلنامه ایده‌های نوین روان‌شناسی*، ۵(۹)، ۸-۱.
- چابکی، ام البنین (۱۳۹۲). مطالعه بین‌نسلی رابطه نگرش به طلاق و کارکردهای خانواده در زنان شهر تهران. *فصلنامه مطالعات زن و خانواده*، ۱(۱)، ۱۵۹-۱۸۵.
- خجسته مهر، رضا؛ ممبینی، جعفر و اصلانی، خالد (۱۳۹۲). مقایسه‌ی نگرش به ازدواج و طلاق و دل‌بستگی به همسالان در دانش‌آموزان پسر دبیرستانی خانواده‌های عادی و طلاق. *مجله روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۲(۳)، ۷۵-۵۷.
- رابینز، استیون (۱۹۹۸). *رفتار سازمانی: مفاهیم، نظریه‌ها و کاربردها*. ترجمه علی پارسائیان و سید محمد اعرابی (۱۳۹۵). تهران: دفتر پژوهش‌های فرهنگی
- روشنی، شهره؛ تافته، مریم و خسروی، زهره (۱۳۹۸). فراتحلیل پژوهش‌های طلاق در ایران در دو دهه اخیر (۱۳۷۷-۱۳۹۷) و ارائه راهکارهای کاهش طلاق و پیامدهای منفی آن برای زنان و فرزندان. *زن در توسعه و سیاست*، ۱۷(۴)، ۵۷۴-۶۵۳.
- زالی، زهرا؛ احمدی، صدیقه و صرامی، غلامرضا (۱۳۹۸). نقش میانجی بخشش زناشویی در رابطه سخت‌رویی روانی با دلزدگی زناشویی. *آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده*، ۱(۹)، ۱۰۷-۱۲۴.

اثربخشی ترکیب دو رویکرد اخلاق مدار (بخشایشگری) و ...؛ نامنی و همکاران | ۶۳

زاهد بابلان، عادل؛ قاسم پور، عبدالله و حسن زاده، شهناز (۱۳۹۰). نقش بخشش و سرسختی روان‌شناختی در پیش‌بینی امید. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۱۲(۳)، ۱۳-۱۹.  
سبزی‌علی زاده، حمیده؛ بادامی رخساره و زاکت الحسینی مریم (۱۳۹۳). رابطه عملکرد خانواده با استحکام ذهنی در ورزشکاران پارالمپیک. *مجله مطالعات ورزشی روان‌شناسی*، ۳(۹)، ۱-۱۰.

شاهمرادی، حسین؛ صادقی، مسعود؛ گودرزی، کوروش و روزبهرانی، مهدی (۱۳۹۷). هم‌سنجی اثربخشی رویکردهای تلفیقی هیجان‌مدار-گاتمن و راهبردی-راه حل محور بر بازیابی صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق. *پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۱۴(۵۴)، ۲۹۴-۳۲۷.

عباسی، مسلم؛ درگاهی، شهریار و قاسمی جوینه، رضا (۱۳۹۷). نقش نارسایی شناختی و نارسایی هیجانی در تعارضات زناشویی زنان در معرض طلاق. *مجله دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد*، ۲۰(۱)، ۱-۶.

عظیمی، ناهید؛ حسینی، سعیده سادات؛ عارفی، مختار و پرندین، شیما (۱۳۹۸). بررسی نقش میانجی‌گر سرسختی روان‌شناختی در ارتباط بین سبک‌های کنترل تعارض و طلاق عاطفی در زوجین. *مجله علوم روان‌شناختی*، ۱۸(۸۴)، ۲۳۲۸-۲۳۱۹.

علی پور، احمد؛ صحرایان، محمدعلی؛ علی‌اکبری دهکردی، مهناز و حاجی آقابابایی، مرضیه (۱۳۹۰). ارتباط میان حمایت اجتماعی ادراک‌شده و سخت‌رویی با سلامت روان و وضعیت ناتوانی در زنان مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۱(۳)، ۱۱۰-۱۳۳.

فتوحی، سکینه؛ میکاییلی، نیلوفر؛ عطادخت، اکبر و حاجلو، نادر (۱۳۹۷). مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر فراهیجان با زوج‌درمانی روایتی بر سازگاری و دلزدگی زناشویی زوجین متعارض. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۹(۳۴)، ۹۷-۱۰۱.

گودرزی، امیرحسین؛ کیخسروانی، مولود و دیره عزت، گنجی، کامران (۱۳۹۹). اثربخشی درمان هیجان‌مدار بر انعطاف‌پذیری شناختی و تعهد اجتماعی در زوجین متقاضی طلاق. *مجله علوم پزشکی رازی*، ۲۷(۱۲).

- محمدی، محمد؛ ازه‌ای، جواد و غلامعلی لواسانی، مسعود (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش رویکرد هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و میل به طلاق. *مجله روان‌شناسی*، ۲۲(۴)، ۳۶۲-۳۷۸.
- میردریگونند، فضل‌اله؛ رحیمی پور، طاهره و سلیمی، حسین (۱۳۹۴). تأسی رویکرد گروه‌درمانی معنوی بر میزان سخت‌رویی دانش‌آموزان دختر دوره‌ی متوسطه شهر اصفهان. *مجله دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۶(۱)، ۹۷-۱۰۷.
- میرزاده، رقیه؛ حسین ثابت، فریده و برجعلی، احمد (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش بخشایشگری بر افزایش عواطف مثبت و همدلی زنان مطلقه تحت پوشش بهزیستی شهرستان دزفول. *فصلنامه مطالعات زن و خانواده*، ۱۱(۱۱)، ۱۴۷-۱۳۳.
- نامنی، ابراهیم؛ محمدی پور، محمد و نوری، جعفر (۱۳۹۶). اثربخشی درمان هیجان‌مدار به شیوه گروهی بر بخشودگی بین‌فردی و امید در زنان مطلقه. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۸(۲۹)، ۵۷-۷۸.
- ولینی، سینا؛ شریفی، شهرام؛ کاشفی، هاجر و خان‌پور، فرزانه (۱۳۹۹). بررسی مقایسه‌ای اختلالات شخصیت بین زوجین متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به مراکز مشاور خانواده و زوجین غیر متقاضی طلاق شهر سندج. *مجله روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت*، ۷(۱)، ۲۹-۱۵.
- هنرپروران، نازنین (۱۳۹۱). *رویکرد هیجان‌مدار در زوج‌درمانی*. تهران: دانژه.

- Adamson, N. A (2013). Emotionally focused therapy with couples facing breast cancer: a theoretical foundation and descriptive case study. *Journal of psychosocial oncology*, 31(6),712-726.
- Akhtar, S. & Barlow, J (2018). Forgiveness therapy for the promotion of mental well-being: A systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, 19(1), 107-122.
- Beauregard, M (2014). Neural correlates of conscious self-regulation of emotion. *Journal Neurosci*, 21, 18-32.
- Braithwaite, S.R. Selby, E.A. & Fincham, F.D (2011). Forgiveness and relationship satisfaction: mediating mechanisms. *Journal of Family Psychology*, 25(4): 551-559.
- Da Fonsêca, P. N. de Jesus Lopes, B. da Silva Gusmão, E. É. Pessoa, V. S. A. & da Silva, M. I. F (2017). Marital Forgiveness: An Explanation Based on Human Values. *Temas Em Psicologia*, 25(4), 1927-1940.
- Davis, D. E. Worthington Jr, E. L. Hook, J. N. & Hill, P. C (2013). Research on religion/spirituality and forgiveness: A meta-analytic review. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(4), 233.

- Day, L. Hanson, K. Maltby, J. Proctor, C, & Wood, A (2010). Hope uniquely predicts objective academic achievement above intelligence, personality, and previous academic achievement. *Journal Resarch Personality*, 44(4), 550-553. doi:10.1016/j.jrp.2010.05.009.
- Decaporable, L.N; Steffen, A.M; Marwit, S; & Meuser, T.M (2013). Extension of Enright forgiveness inventory to middle-aged and older wives. *Journal of Religion, Spirituality and Aging*, 25(4), 344-357.
- Enright, R. D. Rhody, M. Litts, B. & Klatt, J. S (2014). Piloting forgiveness education in a divided community: Comparing electronic pen-pal and journaling activities across two groups of youth. *Journal of Moral Education*. 43(1), 1-17.
- Fehr, R. Gelfand, M. J. & Nag, M (2010). The road to forgiveness: a metaanalytic synthesis of its situational and dispositional correlates. *Psychological bulletin*, 136(5), 894.
- Garmendia, A. Yaben.S.Y (2014).Validity and Reliability of the Spanish Translation of the Attitudes towards Divorce Scale. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55, 5, 65-95.
- Gili, SH. Haghayegh, A. Sadeghi Firoozabadi, V. Ghavidel, A. Rezayi Jamalooi, H (2020). Effectiveness of Emotionally-Focused Therapy on Depression of Patients with Coronary Heart Disease. *Iranian Journal of Health Psychology*, 3(1), 91-98.
- Hahlweg, K. Baucom, D. Grawe-Gerber, M. & Snyder, D. (2010). Strengthening couples and families: dissemination of interventions for the treatment and prevention of couple distress. In: Hahlweg K, Grawe-Gerber M, Baucom DH, eds. Enhancing couples: The shape of couple therapy to come.USA: Hogrefe publishing; 2010. pp:3-30.
- Hamid, N (2020). Study of the Relationship of Hardiness and Hope with Life Satisfaction in Managers. *International Journal of Psychology*, 14(1), 310-339.
- He, Q, Zhong, M. Tong, W. Lan, J. Li, X. Ju, X. Fang, X (2018). Forgiveness, Marital Quality, and Marital Stability in the Early Years of Chinese Marriage: An Actor–Partner Interdependence Mediation Model. *Front Psychol*, 9, [https://doi.org/ 10.3389/fpsyg.2018.01520](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01520)
- Jarwan A & Alfrehat B (2020). Emotional Divorce and its Relationship with Psychological Hardiness. *International Journal of Education and Practice, Conscientia Beam*, 8(1), 72-85.
- Kubasa, SC (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-10.
- Love, H. A. Moore, R. M. & Stanish, N. A (2016). Emotionally focused therapy for couples recovering from sexual addiction. *Sexual and Relationship Therapy*, 31(2), 176-189.

- Motataianu, IR (2015). The Relation between Anger and Emotional Synchronization in Children from Divorced Families. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 203, 158-162.
- Norcross, J.C. & Newman, C.F (1992). *Psychotherapy integration: Setting the context*. In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds), *Handbook of psychotherapy integration*. New York: Basic Books; 1992. P: 3-45.
- Norman, K (2017). *Forgiveness: How it Manifests in our Health, Well-being, and Longevity*. University of Pennsylvania Scholarly Commons Master of Applied Positive Psychology (MAPP) Capstone Projects. University of Pennsylvania, positivemedicine.
- Qiu, S. Hannigan, B. Keogh, D. & Timulak, L. (2020). Learning emotion-focused therapy: certified emotion-focused therapists' perspectives. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 1-21.
- Rossi, F. S. Holtzworth-Munroe, A. & Rudd, B. N (2016). Intimate Partner Violence and Child Custody Evaluations: Applied Research for the Family. *Journal of Child Custody*, 9(4), 250-309.
- Sarah, W. Scott, M. Howard, J. & Christine, A. (2013). Attitudes Toward Divorce, Commitment, and Divorce Proneness in First Marriages and Remarriages. *Journal Marriage Family*, 75(2), 276-287.
- Shakerian, A. Nazari, A-M. Masoomi, M. Ebrahimi, P. & Danai, S (2014). Inspecting the relationship between sexual satisfaction and marital problems of divorce-asking women in Sanandaj City family courts. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 114, 327-333.
- Smith-Greenaway E, Clark S. (2017). *Variation in the link between parental divorce and children's health disadvantage in low and high divorce settings*. *SSM-population health*, 3, 473-486.
- Sánchez-Hernández, Ó. Canales, A. Peinado, A. & Enright, R. D (2021). Evaluation of the effectiveness and satisfaction of the Learning to Forgive program for the prevention of bullying. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 19(53), 185-204.
- Taysi, E. & Vural, D (2015). Forgiveness education for fourth grade students in Turkey. *Journal of Child Indicator Research*. 9(4), 1095-1115.
- Timulak, L. & Keogh, D (2020). Emotion-focused therapy: A transdiagnostic formulation. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 50(1), 1-13.
- Wiebe, A. S. & Johnson, M. S (2016). Creating relationship that foster resilience in Emotionally Focused Therapy. *Current Opinion in Psychology*, 13, 65-69.
- Woldarsky Meneses, M. & Greenberg, L (2014). Interpersonal Forgiveness in Emotion- Focused Couples' Therapy: Relating Process to Outcome. *Journal of Marital and Family Therapy*, 40(1), 67-49.

- Worthington Jr, E. L. (Ed.) (2007). *Handbook of forgiveness*. Routledge.
- Worthington Jr, E. L. & Cowden, R. G (2017). The psychology of forgiveness and its importance in South Africa. *South African Journal of Psychology*, 47(3), 292-304.
- Worthington, E. L. Jr. & Wade, N. G (1999). The social psychology of unforgiveness and forgiveness and the implications for clinical practice. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18(4), 385– 418.
- Zhang, L.F (2010). Hardiness and the Big Five personality traits among Chinese university students. *Learning and Individual Differences*, 21(1), 109-113.

**استناد به این مقاله:** نامنی، ابراهیم، یوسفی، آزاده مذهب، روزبهانی، مژگان. (۱۴۰۱). اثربخشی ترکیب دو رویکرد اخلاق مدار (بخشایشگری) و هیجان مدار بر سخت رویی و نگرش به طلاق در زنان متقاضی طلاق، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۱۳(۵۰)، ۳۷-۶۷.

DOI: 10.22054/QCCPC.2021.60554.2696



Counseling Culture and Psychotherapy is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License...

