



## Comparing the Effectiveness of Integrative Couple Therapy and Acceptance and Commitment-Based Couple Therapy on Forgiveness in Conflicted Couples Experiencing Marital Infidelity

Sharareh Kashipaz Tehrani<sup>1</sup> , Maryam Nikoi<sup>2\*</sup> , Abdolvahid Davodi<sup>3</sup>

1. Department of Counseling t, Qo.C., Islamic Azad University, Qom, Iran. Email: [sharareh.kashipaztehrani@iau.ir](mailto:sharareh.kashipaztehrani@iau.ir)

2. Corresponding Author, Department of Counseling, Kangavar Branch, Islamic Azad University, Kangavar, Iran. Email: [3256305687@iau.ac.ir](mailto:3256305687@iau.ac.ir)

3. Department of Psychology, Qo.C., Islamic Azad University, Qom, Iran. Email: [2093437317@iau.ir](mailto:2093437317@iau.ir)

### ARTICLE INFO

**Article type:**  
Research Article

**Article History:**  
Received: 06 May 2025  
Revised: 10 Sep 2025  
Accepted: 04 Oct 2025  
First Published: 26 Jul 2026

**Keywords:**  
*Acceptance and Commitment  
Based Couple Therapy,  
Conflicted Couples,  
Forgiveness,  
Integrative Couples Therapy,  
Marital Infidelity*

### ABSTRACT

The present study aimed to compare the effectiveness of integrative couple therapy and acceptance and commitment-based couple therapy on forgiveness in conflicted couples who experienced marital infidelity. The present research method was semi-experimental with a pre-test-post-test design with a control group and a two-month follow-up period. The statistical population of the present study consisted of conflicting couples who experienced marital infidelity and referred to counseling centers in District 4 in Tehran during the summer quarter of 2024. In this study, 38 couples were selected through purposive sampling and randomly assigned to experimental and control groups. Couples in the experimental group received integrative couple therapy (8 sessions) and acceptance and commitment-based couple therapy (8 sessions). The applied questionnaire in this study included Forgiveness Scale (FS). The data taken from the study were analyzed through mixed ANOVA and Bonferroni follow-up test via SPSS23 software. The results showed that integrative couple therapy and acceptance and commitment couple therapy had an effect on forgiveness ( $P < 0.001$ ;  $\eta^2 = 0.47$ ;  $F = 32.93$ ) of conflicting couples experiencing marital infidelity. The results of the follow-up test also indicated that there was no significant difference between the effectiveness of these two treatments on forgiveness of couples. Based on the findings of the present study, integrative couple therapy and acceptance and commitment-based couple therapy can be used as effective methods to increase forgiveness in conflicted couples who have experienced marital infidelity.

**Cite this article:** Kashipaz Tehrani, S.H., Nikoi, M., Davodi, A. (2026). Comparing the Effectiveness of Integrative Couple Therapy and Acceptance and Commitment-Based Couple Therapy on Forgiveness in Conflicted Couples Experiencing Marital Infidelity. *Journal of Applied Psychological Research*, (In press/ Accepted). Doi: 10.22059/japr.2026.394806.645242



**Publisher:** University of Tehran Press

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2026.394806.645242>

© The Author(s).



## مقایسه اثربخشی زوج درمانی یکپارچه نگر و زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی

شراره کاشی پز تهرانی<sup>۱</sup>، مریم نیکوی<sup>۲\*</sup>، عبدالوحید داودی<sup>۳</sup>

۱. گروه مشاوره، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران. [sharareh.kashipaztehrani@iaui.ir](mailto:sharareh.kashipaztehrani@iaui.ir)

۲. نویسنده مسئول، گروه مشاوره، واحد کنگاور، دانشگاه آزاد اسلامی، کنگاور، ایران. [3256305687@iaui.ac.ir](mailto:3256305687@iaui.ac.ir)

۳. گروه روان شناسی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران. [2093437317@iaui.ir](mailto:2093437317@iaui.ir)

| اطلاعات مقاله                                                                                                                                  | چکیده                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>نوع مقاله:</b><br>پژوهشی                                                                                                                    | پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی زوج درمانی یکپارچه نگر و زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی انجام شد. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره منطقه ۴ شهر تهران در سه ماهه تابستان سال ۱۴۰۳ تشکیل دادند. در این پژوهش تعداد ۳۸ زوج با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه های آزمایش و گواه جایدهی شدند. زوجین حاضر در گروه آزمایش زوج درمانی یکپارچه نگر (۸ جلسه) و زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد (۸ جلسه) را دریافت نمودند. پرسشنامه مورد استفاده در این پژوهش شامل مقیاس بخشودگی (FS) بود. داده ها به شیوه تحلیل واریانس آمیخته و آزمون تعقیبی بونفرونی توسط نرم افزار آماری SPSS <sup>23</sup> تحلیل شد. نتایج نشان داد که زوج درمانی یکپارچه نگر و زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بخشودگی ( $F=32/93$ ; $Eta^2=0/47$ ; $P<0/001$ ) زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی تاثیر دارد. همچنین نتایج آزمون تعقیبی بیانگر آن بود که بین میزان اثربخشی این دو درمان بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی تفاوت معنادار وجود ندارد. بر اساس یافته های حاصل از پژوهش حاضر، می توان زوج درمانی یکپارچه نگر و زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد را به عنوان روش هایی موثر در جهت افزایش بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی مورد استفاده قرار داد. |
| <b>تاریخ های مقاله:</b><br>تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۲/۱۶<br>تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۶/۱۹<br>تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۷/۱۲<br>تاریخ انتشار آنلاین: ۱۴۰۵/۰۵/۰۴ |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>کلیدواژه ها:</b><br>بخشودگی،<br>خیانت زناشویی،<br>زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد،<br>زوج درمانی یکپارچه نگر،<br>زوجین متعارض.             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

**استناد:** کاشی پز تهرانی، ش.، نیکوی، م.، داودی، ع. (۱۴۰۵). مقایسه اثربخشی زوج درمانی یکپارچه نگر و زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی. فصل نامه پژوهش های کاربردی روانشناختی، (انتشار آنلاین / پذیرش شده). doi:

10.22059/japr.2026.394806.645242

ناشر: انتشارات دانشگاه تهران

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2026.394806.645242>

© نویسندگان.



## ۱. مقدمه

خانواده و موضوع خانواده یکی از مهم‌ترین موضوعات و مفاهیم در مشاوره و روانشناسی به شمار می‌رود (گلرخی و همکاران، ۱۴۰۳). خانواده یک واحد عاطفی و شبکه‌ای از روابط در هم تنیده موجود در بین مجموعه‌ای از افراد است که با برقراری ارتباط محکم و دائمی بین زن و مرد پیوندی که از طریق ازدواج پدید می‌آید و در آن چگونگی و کیفیت روابط بین زوجین تعیین‌کننده کارکرد این نهاد است (لی و یون، ۲۰۲۳). برای اینکه یک ازدواج موفق قلمداد شود نیازمند بهره‌مندی از سه عنصر تعهد<sup>۱</sup>، جاذبه<sup>۲</sup> و تفاهم<sup>۳</sup> است. در این میان، تعهد به عنوان قوی‌ترین و پایدارترین عامل پیش‌بینی رضایت زناشویی و ثبات و دوام ازدواج به شمار می‌رود (دونگ و همکاران، ۲۰۲۲). تعهد زناشویی به معنای میزان فداکاری افراد برای ازدواج‌شان حتی در زمان‌هایی که ازدواج پاداش‌دهنده نیست، قلمداد می‌گردد. در شرایط خاصی که تعهد زناشویی در یک رابطه وجود نداشته باشد مهم‌ترین آسیبی که می‌تواند به آن رابطه وارد شود، پدیده خیانت زناشویی<sup>۴</sup> و روابط فرازناشویی<sup>۵</sup> می‌باشد (بختیار و همکاران، ۱۴۰۰). خیانت زناشویی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل تهدیدکننده ثبات نظام خانوادگی، پیامدهای منفی فراوانی برای زوجین به همراه دارد (سلترمن و همکاران، ۲۰۲۰) و آسیب‌هایی در تمامی ابعاد فردی، خانوادگی، اجتماعی و معنوی به همراه دارد (اولیجان و همکاران، ۲۰۲۱). آسیب‌هایی همچون افزایش بی‌اعتمادی درون خانوادگی، قتل‌های ناموسی، جدایی عاطفی و طلاق و ... (نعمت الهی و افکاری، ۱۴۰۲). این آسیب گسترده‌ی وسیعی از کارکردهای فرد را مختل کرده و باعث بروز مشکلات درون فردی، بین فردی و محیطی متعددی برای زوجین می‌شود. مهم‌ترین این مشکلات در بعد درون فردی را می‌توان بروز مشکل در کارکرد اعضای خانواده، افسردگی، اضطراب و استرس، احساس گناه و خود مقصرانگاری، بی‌اعتمادی و بدبینی و اختلال در سیستم خواب برشمرد (ایگنسبرگر و گرتمیر، ۲۰۲۴). تجربه خیانت همچنین کارکردهای بین فردی زوجین را نیز با مشکل مواجه کرده باعث بروز ناامنی ارتباطی، تعارضات و آشفتگی‌های شدید زناشویی و اخلال در صمیمیت زناشویی، نارضایتی بین فردی، جدایی عاطفی و طلاق می‌شود (قیاسی و همکاران، ۲۰۲۴).

در بسیاری از موارد، خیانت زناشویی به پایان رابطه و جدایی زوجین منتهی می‌شود، اما در برخی شرایط، بخشودگی<sup>۱۱</sup> می‌تواند راهکاری مؤثر برای حفظ پیوند زناشویی و بازسازی رابطه باشد (ایزدی و همکاران، ۱۴۰۱). بخشودگی فرایندی است که به افراد کمک می‌کند احساسات منفی مانند خشم، کینه و نفرت را کنار بگذارند و به تدریج به دیدگاهی مثبت‌تر درباره فرد خاطی برسند (سیروتیاک و همکاران، ۲۰۲۵). این تغییرات از طریق تحولات شناختی، عاطفی و رفتاری رخ می‌دهد و موجب اصلاح نگرش‌ها و تعاملات میان زوجین می‌شود (کرنر و همکاران، ۲۰۲۲). در بخش شناختی، افکار انتقامی به تدریج با نگرشی مثبت و آرزوی خیر برای فرد خطاکار جایگزین می‌شوند، در حالی که در حوزه عاطفی، هیجانات منفی با احساسات مثبت تعدیل می‌شوند (تاسایت و ورتینگتون، ۲۰۲۳). بخشودگی معمولاً با مصالحه<sup>۱۵</sup>، عفو قانونی<sup>۱۶</sup>، چشم‌پوشی<sup>۱۷</sup> و فراموشی اشتباه گرفته می‌شود،

1. Lee & Yoon
2. Commitment
3. attraction
4. understanding
5. Dong et al.
6. marital infidelity
7. extramarital
8. Seltermen et al.
9. Olamijuwon et al.
10. Aignesberger & Greitemeyer
11. Forgiveness
12. Sirotiak et al.
13. Körner et al.
14. Toussaint & Worthington
15. Reconciliation
16. Legal pardon
17. Condoning

اما در واقع یک فرایند درونی و روان‌شناختی است که باعث تغییر در نگرش، هیجانات و رفتار فرد نسبت به خطاکار می‌شود (ژیانگ و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۲۴). بر اساس تعریف کلی، بخشودگی فرایندی انگیزشی است که میزان خشم، کناره‌گیری و انتقام‌جویی را کاهش داده و به‌جای آن، احساسات مثبت را جایگزین می‌کند (فاتحی و همکاران، ۱۴۰۰).

برای بازسازی روابط آسیب‌دیده از خیانت، رویکردهای درمانی و آموزشی مختلفی مورد استفاده قرار گرفته‌اند. یکی از روش‌های مؤثر و نوین در این زمینه، زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر<sup>۲</sup> است که پژوهش‌های متعدد مانند فارابی و همکاران (۱۴۰۲)، بقولی کرمانی و همکاران (۱۴۰۰)، حقانی و همکاران (۱۴۰۰)، دهقانی و اصلانی (۱۳۹۹)، باراکا و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۲۱)، کالای و الدریج<sup>۴</sup> (۲۰۲۱)، نیلسن<sup>۵</sup> (۲۰۲۳)، ورتینگتون و همکاران<sup>۶</sup> (۲۰۲۳)، ترمبلای و همکاران<sup>۷</sup> (۲۰۲۳) و استاهل و همکاران<sup>۸</sup> (۲۰۲۵) اثربخشی آن را تأیید کرده‌اند. این مدل درمانی که توسط باکوم و همکاران<sup>۹</sup> (۲۰۰۹) بر اساس نظریه شناختی-رفتاری، نظریه بخشودگی در روابط بین فردی، نظریه بینش‌گرا و نظریه پاسخ به تروما تدوین شده است، شامل سه مرحله اساسی است: شناسایی و درک تأثیرات تروماتیک خیانت، بررسی عوامل ایجادکننده خیانت و پذیرش این تغییرات برای ادامه زندگی (استمپس، ۲۰۲۰). زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر با تلفیق فنون مختلف پذیرش، تحمل و تغییر، راهکارهای درمانی متعددی را ارائه می‌دهد (ورتینگتون و همکاران، ۲۰۲۳). در این رویکرد، تأکید بر پذیرش بیشتر رفتارهای همسر به جای تلاش برای تغییر مستقیم او است (کالای و الدریج، ۲۰۲۱). نظریه این رویکرد بر این اصل استوار است که بسیاری از تعارضات زوجین ناشی از تفاوت‌های شخصیتی و هیجانی آن‌هاست و به‌مرور زمان، عدم پذیرش این تفاوت‌ها، باعث افزایش تنش‌های زناشویی می‌شود (باراکا و همکاران، ۲۰۲۱). بنابراین، هدف اصلی این روش کمک به زوجین برای افزایش تحمل و پذیرش عاطفی نسبت به یکدیگر است (ترمبلای و همکاران، ۲۰۲۳).

دیگر درمان مؤثر بر کاهش آسیب‌های روانی، ارتباطی و هیجانی زوجین، زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد<sup>۱۰</sup> است. چنانکه نتایج پژوهش پناهی‌فر و همکاران (۱۴۰۱)، شه‌بازفر و همکاران (۱۴۰۰)، صالحی و همکاران (۱۴۰۰) و کاشفی و خضری مقدم (۱۴۰۰) موید همین ادعاست. همچنین لوپز-پینر و همکاران<sup>۱۱</sup> (۲۰۲۵)، مانیک و همکاران<sup>۱۲</sup> (۲۰۲۴)، پترسون و همکاران<sup>۱۳</sup> (۲۰۲۴) و اودونوها<sup>۱۴</sup> (۲۰۲۳) نشان داده است که این درمان جهت بهبود مولفه‌های روان‌شناختی افراد مختلف مؤثر است. در روند این مداخله افراد می‌آموزند چگونه دست از بازداری اندیشه کشیده و درگیر افکار مزاحم نگردند. اثرات فنون این مداخله باعث می‌شود تاب‌آوری فرد در کنار آمدن با تنش هیجانات ناخوشایند افزایش یابد (لوپز-پینر و همکاران، ۲۰۲۵). درمانگر در شش گام این درمان که عبارت‌اند از پذیرش، گسلش، پیوند با زمان اکنون، خود به عنوان زمینه، ارزش‌ها و کنش متعهدانه مراجع را تشویق می‌کند تا با شناخت بیش از پیش پیکار با محتوای روانی را کاهش داده و موضعی همراه با پذیرش بیشتر اتخاذ کنند (صالحی و همکاران، ۱۴۰۰).

دلیل انتخاب زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر در پژوهش حاضر آن بود که این درمان برخلاف درمان‌های سنتی مانند زوج‌درمانی شناختی-رفتاری که فقط بر تغییر رفتار تأکید دارند، ترکیبی از پذیرش هیجانی و تغییر ارتباطی را ارائه می‌دهد. این برای زوجینی که خیانت را تجربه کرده‌اند حیاتی است، چون بخشودگی نیازمند پذیرش درد هیجانی است (ترمبلای و همکاران، ۲۰۲۳). علاوه

1. Xiang et al.
2. Integrative Couple Therapy
3. Barraca et al.
4. Kalai & Eldridge
5. Nielsen
6. Worthington et al.
7. Tremblay et al.
8. Stahl et al.
9. Baucom et al.
10. acceptance and commitment couple therapy
11. López-Pinar et al.
12. Munnik et al.
13. Petersen et al.
14. O'Donohue

بر این زوج‌درمانی مبتنی برپذیرش و تعهد نیز به زوجین کمک می‌کند تا با وجود درد ناشی از خیانت، بر اساس ارزش‌های مشترک (مثل خانواده، عشق) عمل کنند. این برای بخشودگی ضروری است، زیرا بخشودگی لزوماً به معنای فراموش کردن نیست، بلکه انتخاب آگاهانه برای ادامه رابطه است. در حالیکه که درمان‌های دیگر همانند زوج‌درمانی شناختی-رفتاری بیش از حد بر آموزش مهارت‌های ارتباطی متمرکزند و ممکن است نتوانند به عمق هیجانات ناشی از خیانت بپردازند. علاوه بر این درمان‌هایی همانند درمان‌های روان‌تحلیلی نیز اگرچه به ریشه‌های تعارض می‌پردازند، اما ممکن است فاقد ساختار عملی برای بهبود رابطه در کوتاه‌مدت باشند (پترسون و همکاران، ۲۰۲۴). در باب چرایی مقایسه این دو نوع زوج‌درمانی و همچنین خلا پژوهشی در پژوهش حاضر می‌بایست ابتدا به پیشینه نظری اشاره نمود. زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بررسی سودمندی و کارکرد تجارب روان‌شناختی مانند اندیشه‌ها، هیجان‌ها، یادمان‌ها و عواطف متمرکز بوده و فعالیت‌های معنادار زندگی را بازبینی و پی‌کاوی می‌کند. در روند این مداخله افراد می‌آموزند چگونه دست از بازداری اندیشه کشیده و درگیر افکار مزاحم نگردند. بر این اساس عمده تمرکز زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد با بهره‌گیری از ایجاد انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بر ایجاد تاب‌آوری فرد در کنار آمدن با تنش هیجانات ناخوشایند استوار است. اما فنون مورد استفاده در زوج‌درمانی رفتاری یکپارچه‌نگر در سه طبقه اصلی قرار پذیرش، تحمل و تغییر مفهوم‌پردازی می‌شود. در زوج‌درمانی رفتاری یکپارچه‌نگر هدف بیشتر ایجاد پذیرش است تا تغییر مستقیم و تأکید اولیه‌ی این رویکرد جهت کمک به زوجین برای پذیرش جنبه‌هایی از رفتار است که قبلاً آنها را غیر قابل پذیرش در نظر می‌گرفتند. بر این اساس با مقایسه دو رویکرد درمانی زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و زوج‌درمانی رفتاری یکپارچه‌نگر مشخص می‌گردد که روش درمانی اول بر پایه کارکرد تجارب روان‌شناختی مانند اندیشه‌ها، هیجان‌ها، یادمان‌ها و عواطف و روش دوم بر پایه پذیرش رفتار زوج متمرکز هستند. پس این دو روش در عین حالی که در جهت کاهش تعارضات زوجین تلاش می‌کنند، اما از دو نوع نگرش متفاوت درمانی بهره می‌برند که مقایسه آن دو می‌تواند کارایی بهتر یکی از روش‌های زوج‌درمانی را نمایان سازد.

اهمیت این پژوهش از آنجاست که خیانت زناشویی یکی از آسیب‌زاترین بحران‌ها در روابط زوجین محسوب می‌شود و تأثیرات آن تنها به رابطه بین دو نفر محدود نمی‌شود، بلکه ابعاد روان‌شناختی، اجتماعی، درون‌فردی و بین‌فردی زوجین و حتی کل خانواده و جامعه را تحت تأثیر قرار می‌دهد. آمارهای جهانی نشان می‌دهند که خیانت زناشویی در بسیاری از کشورها رو به افزایش است؛ به‌طور مثال، ایگنسبرگر و گرتمیر (۲۰۲۴) میزان خیانت در میان زوجین مطلقه در آمریکا را ۴۰ درصد گزارش کرده‌اند، در حالی که سلترمن و همکاران (۲۰۲۰) در سال ۲۰۲۰ این رقم را ۲۵ درصد در میان کل زوجین اعلام کرده‌اند. در ایران، با توجه به باورهای مذهبی و عرفی، آمارهای رسمی کمی درباره خیانت زناشویی منتشر شده است، اما پژوهش‌ها نشان داده‌اند که در ۱۵ استان کشور، حدود ۶۷ درصد قتل‌های مرتبط با مسائل خانوادگی، به نوعی به خیانت زناشویی مرتبط بوده‌اند (نعمت‌الهی و افکاری، ۱۴۰۲). همچنین، مطالعات داخلی افزایش این پدیده در جامعه را تأیید کرده‌اند (بختیاری و همکاران، ۱۴۰۰). تحقیقات نشان داده‌اند که مردان نسبت به زنان بیشتر مرتکب خیانت زناشویی می‌شوند، اما زنان از نظر روانی و اجتماعی آسیب‌های شدیدتری را تجربه می‌کنند. این بحران ابعاد مختلف زندگی زنان را تحت تأثیر قرار داده و باعث کاهش رضایت زناشویی، بی‌ثباتی عاطفی و اختلال در روابط اجتماعی آن‌ها می‌شود. در چنین شرایطی، توانایی بخشودگی، از جمله جنبه‌های مهمی هستند که در اثر خیانت دچار اختلال می‌شوند و مدیریت صحیح این بحران، مستلزم استفاده از منابع حمایتی درون‌فردی و بین‌فردی است. شناخت راهکارهای درمانی و بهره‌گیری از مداخلات روان‌شناختی نظیر زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌تواند به زوجین در ترمیم رابطه، مدیریت بحران‌های درون‌خانوادگی و بهبود عملکرد نهاد خانواده کمک کند. بنابراین مساله اصلی پژوهش حاضر آن بود که آیا بین میزان اثربخشی زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی تفاوت وجود دارد؟

## ۲. روش

## ۱-۲. جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دوماهه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره منطقه ۴ شهر تهران در سه ماهه تابستان سال ۱۴۰۳ تشکیل دادند. نمونه پژوهش شامل ۴۵ زوج (۹۰ نفر) با تجربه خیانت زناشویی بود که به شیوه نمونه‌گیری هدفمند با جایگزینی تصادفی انتخاب شدند. بدین صورت که ابتدا از بین مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی منطقه ۴ شهر تهران ۱۰ مرکز مشاوره تخصصی خانواده انتخاب شد (با توجه به تمایل مسئولان مراکز جهت همکاری در این پژوهش). سپس زوجینی که یکی از آنان از خیانت زناشویی آسیب دیده و به این مراکز مراجعه کرده بودند، مورد بررسی قرار گرفته و از بین زوجینی که حاضر به شرکت در پژوهش هستند، ۴۵ زوج انتخاب و به صورت گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گروه گواه (۱۵ زوج در گروه آزمایش زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر، ۱۵ زوج در گروه آزمایش زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و ۱۵ زوج در گروه گواه) گمارده شدند. این زوجین هنوز وارد فرایند دریافت درمان در این مراکز نشده بودند. در نهایت زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد به شکل جداگانه برای زوجین حاضر در گروه‌های آزمایش اجرا شد، ولی زوجین حاضر در گروه گواه این مداخلات را دریافت نکرده و به روند درمانی معمول خود در مراکز مشاوره ادامه دادند. پس از اتمام جلسات پس‌آزمون اجرا و برای اطمینان از ثبات نتایج مرحله پیگیری ۶۰ روزه نیز اجرا شد. پس از شروع مداخله تعداد ۲ زوج در گروه آزمایش اول، ۲ زوج در گروه آزمایش دوم و ۳ زوج در گروه گواه از ادامه حضور در پژوهش انصراف دادند. بر این اساس تعداد ۷۶ نفر (۳۸ زوج) در پژوهش باقی ماندند (۱۳ زوج در گروه آزمایش زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر، ۱۳ زوج در گروه آزمایش زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و ۱۲ زوج در گروه گواه). معیارهای ورود عبارت بودند از: تجربه خیانت زناشویی در یکی از زوجین، دامنه سنی ۲۵ الی ۴۵ سال، داشتن حداقل سواد دیپلم، عدم ابتلا به بیماری‌های روانی با انجام مصاحبه بالینی، رضایت و موافقت کامل برای شرکت در پژوهش و عدم دریافت مداخله روان‌شناختی و داروی روان‌پزشکی در سه ماهه اخیر. معیارهای خروج نیز عبارت بودند از: غیبت بیش از دو جلسه، عدم پاسخگویی به پرسشنامه‌های پژوهش در یکی از مراحل پس‌آزمون و یا پیگیری، دریافت مداخله روان‌شناختی و داروی روان‌پزشکی همزمان، وقوع حادثه پیش‌بینی نشده موثر و وقوع پدیده طلاق در حین اجرای پژوهش.

## ۲-۲. ابزارهای سنجش

۱-۲-۲. ۱. **مقیاس بخشودگی (FS):** مقیاس بخشودگی توسط ری و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۰۱) طراحی شده و شامل ۱۵ گویه است. این پرسشنامه دارای دو خرده‌مقیاس نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی<sup>۳</sup> (سوالات: ۱، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹ و ۱۰) و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی<sup>۴</sup> (سوالات: ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴ و ۱۵) بوده و بر اساس طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای تنظیم شده است، به گونه‌ای که پاسخ‌ها در دامنه‌ای از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» قرار دارند و به ترتیب امتیازات ۱ تا ۵ به هر گزینه اختصاص داده می‌شود. دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۱۵ تا ۷۵ متغیر است و هرچه فرد نمره بالاتری کسب کند، نشان‌دهنده سطح بالاتری از بخشودگی نسبت به فرد مقابل است. ری و همکاران (۲۰۰۱) برای بررسی میزان کارآمدی این پرسشنامه، آن را با پرسشنامه بخشودگی اینریت مقایسه کرده‌اند. نتایج نشان داد که میزان همبستگی بین این دو ابزار ۰/۷۵ بوده که بیانگر ارتباط قوی میان آن‌ها است. همچنین، پایایی این پرسشنامه بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۵ گزارش شده است که نشان‌دهنده اعتبار بالای آن در

1. Forgiveness Scale

2. Rye et al.

3. absence of negative thoughts towards the wrongdoer

4. having positive thoughts towards the wrongdoer

اندازه‌گیری مفهوم بخشودگی می‌باشد. در پژوهش [اردشیری لردجانی و شریفی \(۱۳۹۷\)](#)، پایایی پرسشنامه از طریق ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ و روایی سازه آن ۰/۸۸ محاسبه شد، که این نتایج نیز تأییدکننده دقت و اعتبار ابزار است. در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ محاسبه شد، که نشان‌دهنده میزان اعتمادپذیری مناسب آن در سنجش بخشودگی است.

### ۳-۲. شیوه اجرای پژوهش

پس از اخذ مجوزهای لازم و انجام فرایند نمونه‌گیری (مطابق با آنچه ذکر گردید)، زوجین انتخاب شده (۴۵ زوج متعارض با تجربه خیانت زناشویی) به شیوه تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۱۵ زوج در گروه آزمایش زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر، ۱۵ زوج در گروه آزمایش زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و ۱۵ زوج در گروه گواه). در نهایت زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر (۸ جلسه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای) و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد (۸ جلسه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای) به شکل جداگانه برای زوجین حاضر در گروه‌های آزمایش اجرا شد، ولی زوجین حاضر در گروه گواه این مداخلات را دریافت نکرده و به روند درمانی معمول خود در مراکز مشاوره ادامه دادند. لازم به ذکر است زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر برگرفته از پروتکل [باکوم و همکاران \(۲۰۰۹\)](#) است که کارایی آن برای زوجین در پژوهش [دهقانی و اصلانی \(۱۳۹۹\)](#) مورد تأیید قرار گرفته است. علاوه بر این زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد برگرفته از پروتکل [پترسون و همکاران \(۲۰۰۹\)](#) که کارایی آن برای زوجین در پژوهش [نیکوگفتار و سنگانی \(۱۳۹۸\)](#) مورد تأیید قرار گرفته است. پس از شروع مداخله تعداد ۲ زوج در گروه آزمایش اول، ۲ زوج در گروه آزمایش دوم و ۳ زوج در گروه گواه از ادامه حضور در پژوهش انصراف دادند. بر این اساس تعداد ۷۶ نفر (۳۸ زوج) در پژوهش باقی ماندند (۱۳ زوج در گروه آزمایش زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر، ۱۳ زوج در گروه آزمایش زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و ۱۲ زوج در گروه گواه).

جدول ۱: خلاصه جلسات زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر (باکوم و همکاران، ۲۰۰۹)

| جلسه  | شرح جلسه                                                                                                                                                                                                            |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| اول   | درمانگر تلاش می‌کند تا از گسترش آسیب‌های ناشی از خیانت زناشویی جلوگیری کند. تعاملات مخرب زوج‌ها شناسایی و بهبود داده می‌شود. مهارت‌های ارتباطی، تکنیک وقفه زمانی و نحوه صحبت درباره خیانت آموزش داده می‌شود.        |
| دوم   | هدف این جلسه بازگرداندن تعادل به زندگی زوجین است. درمانگر وظایف زوج‌ها را مشخص کرده و فعالیت‌های مشترک صمیمانه را برنامه‌ریزی می‌کند. مهارت‌های حل مسئله و راهبردهای مقابله با آسیب‌های ناشی از خیانت ارائه می‌شود. |
| سوم   | تمرکز بر تنظیم هیجانات و بیان احساسات زوجین است. درمانگر مهارت‌های گوش دادن، پاسخگویی به احساسات و بیان هیجانات را آموزش می‌دهد تا فرد آسیب‌دیده بتواند احساسات خود را با همسرش در میان بگذارد.                     |
| چهارم | عوامل مؤثر در خیانت زناشویی بررسی می‌شود. درمانگر مدل عوامل خطر ساز شامل عوامل مربوط به رابطه، فرد پیمان‌شکن و فرد آسیب‌دیده را ارائه می‌دهد. زوجین تشویق می‌شوند تا دیدگاهی بلندمدت نسبت به ازدواج داشته باشند.    |
| پنجم  | ادامه بررسی عوامل مؤثر در خیانت، با تمرکز بر عوامل خارج از رابطه زناشویی مانند فشارهای کاری، استرس و فقدان حمایت اجتماعی. نقش ویژگی‌های شخصیتی و جذابیت اجتماعی فرد خیانت‌کننده تحلیل می‌شود.                       |
| ششم   | مفهوم‌سازی موردی خیانت زناشویی انجام می‌شود. ویژگی‌های همسر آسیب‌دیده و همسر پیمان‌شکن که موجب افزایش آسیب‌پذیری رابطه شده‌اند، بررسی و در قالب روایت زوجین تحلیل می‌شود.                                           |
| هفتم  | بخشودگی در رابطه زناشویی بررسی می‌شود. مدل‌های بخشودگی و باورهای نادرست درباره آن شناسایی و اصلاح می‌شود. نگرانی‌های زوجین در این زمینه بررسی و راهکارهای تقویت تعهد زناشویی ارائه می‌شود.                          |
|       | جلسه پایانی به جمع‌بندی درمان اختصاص دارد. تغییرات رفتاری جهت جلوگیری از خیانت مجدد بررسی می‌شود. بازخورد زوجین دریافت شده و                                                                                        |

هشتم پس از آزمون ها اجرا می شود. زمان مرحله پیگیری تعیین می گردد.

جدول ۲: خلاصه جلسات زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد (پترسون و همکاران، ۲۰۰۹)

| جلسه  | شرح جلسه                                                                                                                                                                                                                       | تکالیف                                                                                                                                                                                            |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| اول   | مشخص شدن انتظارات و اهداف، قراردادهای اولیه، مفهوم سازی مشکل از دیدگاه اعضا و مشاور (استعاره چاله و بیلچه)                                                                                                                     | فهرستی از اعمال ناکارآمد حل مشکل                                                                                                                                                                  |
| دوم   | ترغیب زوجین به انتخاب ماندن یا رفتن، ارتباط سالم (گشودگی، تمرکز و اشتیاق)                                                                                                                                                      | مشخص کردن انتخاب رابطه با همسر                                                                                                                                                                    |
| سوم   | مشکلات زوجین تحت عنوان سم های روابط زناشویی و راه حل های آنها تحت عنوان پادزهر نامگذاری شد. سم ۱: حصار ذهن، پادزهر: رهایی از ذهن                                                                                               | شناسایی باورهای نادرست درباره ازدواج                                                                                                                                                              |
| چهارم | سم ۲: انتظارات، پادزهر: تضعیف انتظارات نه حذف آنها                                                                                                                                                                             | تلاش در جهت تضعیف انتظارات                                                                                                                                                                        |
| پنجم  | سم ۳: ارزش های مبهم، پادزهر: ارزش های واضح و تسلط بر مهارت ها برای حرکت در جهت ارزش ها (حل تعارض و ارتباط موثر)                                                                                                                | تشخیص تفاوت ارزش ها و انتظارات                                                                                                                                                                    |
| ششم   | سم ۴: قطع ارتباط، پادزهر: یکی شدن با همسر (گشودگی، پذیرش و کنجکاوی)                                                                                                                                                            | تلاش در جهت یکی شدن با همسر                                                                                                                                                                       |
| هفتم  | سم ۵: تلاش برای اجتناب، پادزهر: تمایل به رنج، معرفی روش های کنترل                                                                                                                                                              | تمرین من چگونه می خواهم همسر را کنترل کنم                                                                                                                                                         |
| هشتم  | معرفی ارزش های زوجی، شناسایی موانع در برابر ارزش ها، انتخاب یک ارزش زوجی و عینی کردن آن، سم ۶: شناسایی موانع درونی عمل بر اساس ارزش ها، پادزهر: پذیرش و گسلش. سم ۷: شناسایی موانع بیرونی عمل بر اساس ارزش ها، پادزهر: حل مسئله | تمرین دهمین سالگرد ازدواج، من می خواهم در ارتباط با همسر چگونه باشم، تمرین تشکر از ذهن و استعاره قطار. تبدیل صحنه جنگ به صلح: تمرین مکث، به معنای توقف آگاهانه، چند ثانیه قبل از واکنش نشان دادن. |

#### ۴-۲. روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

در این پژوهش، تجزیه و تحلیل داده ها در دو سطح آمار توصیفی و آمار استنباطی انجام شده است. در سطح آمار توصیفی، میانگین و انحراف معیار برای بررسی وضعیت کلی متغیرها محاسبه شده است. در سطح آمار استنباطی، برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها از آزمون شاپیرو-ویلک<sup>۱</sup> استفاده شده است. همچنین، آزمون لوین<sup>۲</sup> به منظور بررسی برابری واریانس ها و آزمون موچلی<sup>۳</sup> جهت ارزیابی فرض کروی بودن داده ها به کار گرفته شده است. علاوه بر این، برای بررسی فرضیه های پژوهش، از تحلیل واریانس آمیخته<sup>۴</sup> بهره گرفته شده و برای انجام مقایسه های زوجی، آزمون تعقیبی بونفرونی<sup>۵</sup> برای بررسی فرضیه های پژوهش مورد استفاده قرار گرفته است. تحلیل های آماری این پژوهش با استفاده از نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۳ انجام شده است.

#### ۳. یافته ها

##### ۳-۱. توصیف جمعیت شناختی

1. Shapiro-Wilk test
2. Levine test
3. Mauchly's Test
4. Mixed variance analysis
5. Bonferroni follow-up test

یافته‌های جمعیت شناختی سن و تحصیلات افراد حاضر در پژوهش به تفکیک سه گروه در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. یافته‌های جمعیت شناختی سن و تحصیلات افراد حاضر در پژوهش به تفکیک سه گروه

| متغیر جمعیت شناختی سن                 |                                       |                  |         |             |            |
|---------------------------------------|---------------------------------------|------------------|---------|-------------|------------|
| گروه‌ها                               | میانگین                               | انحراف استاندارد | آزمون f |             | معناداری   |
|                                       |                                       |                  | آماره f | درجه آزادی  |            |
| گروه زوج درمانی یکپارچه نگر           | ۳۶/۵۴                                 | ۴/۲۵             |         |             |            |
| گروه زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد | ۳۵/۱۱                                 | ۴/۱۱             | ۳/۱۱    | ۳           | ۰/۲۲       |
| گروه گواه                             | ۳۴/۳۲                                 | ۳/۷۶             |         |             |            |
| متغیر جمعیت شناختی تحصیلات            |                                       |                  |         |             |            |
| تحصیلات                               | گروه‌ها                               | فراوانی          | درصد    | آزمون خی دو |            |
|                                       |                                       |                  |         | مقدار خی دو | درجه آزادی |
| دیپلم                                 | گروه زوج درمانی یکپارچه نگر           | ۵                | ۱۹/۲۳   |             |            |
|                                       | گروه زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد | ۴                | ۱۵/۳۸   |             |            |
|                                       | گروه گواه                             | ۵                | ۲۰/۸۳   |             |            |
| کارشناسی                              | گروه زوج درمانی یکپارچه نگر           | ۱۳               | ۵۰      | ۴/۰۴        | ۲          |
|                                       | گروه زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد | ۱۵               | ۵۷/۶۹   |             |            |
|                                       | گروه گواه                             | ۱۲               | ۵۰      |             |            |
| کارشناسی ارشد                         | گروه زوج درمانی یکپارچه نگر           | ۸                | ۳۰/۷۷   |             |            |
|                                       | گروه زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد | ۷                | ۲۶/۹۲   |             |            |
|                                       | گروه گواه                             | ۷                | ۲۹/۱۷   |             |            |

همان گونه که در جدول شماره ۳ مشاهده می‌شود، میانگین سن زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی در گروه آزمایش زوج درمانی یکپارچه نگر ۳۶/۵۴، در گروه آزمایش زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد ۳۵/۱۱ و در گروه گواه ۳۴/۳۲ سال بوده است. همچنین نتایج نشان داد که در گروه آزمایش زوج درمانی یکپارچه نگر، ۵ نفر (معادل ۱۹/۲۳ درصد) دارای سطح تحصیلات دیپلم، ۱۳ نفر (معادل ۵۰ درصد) دارای سطح تحصیلات لیسانس و ۸ نفر (معادل ۳۰/۷۷ درصد) دارای سطح تحصیلات کارشناسی ارشد بودند. در گروه آزمایش زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد ۴ نفر (معادل ۱۵/۳۸ درصد) دارای سطح تحصیلات دیپلم، ۱۵ نفر (معادل ۵۷/۶۹ درصد) دارای سطح تحصیلات لیسانس و ۷ نفر (معادل ۲۶/۹۲ درصد) دارای سطح تحصیلات کارشناسی ارشد بودند. در گروه گواه نیز ۵ نفر (معادل ۲۰/۸۳ درصد) دارای سطح تحصیلات دیپلم، ۱۲ نفر (معادل ۵۰ درصد) دارای سطح تحصیلات لیسانس و ۷ نفر (معادل ۲۹/۱۷ درصد) دارای سطح تحصیلات کارشناسی ارشد بودند. نتایج آزمون خی دو بیانگر آن بود که بین میانگین سنی و سطح فراوانی سطح تحصیلات زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی حاضر در گروه‌های آزمایش و گواه تفاوت معناداری وجود نداشته و نیاز به تفکیک اثر آن در پژوهش حاضر احساس نمی‌شود.

## ۳-۲. شاخص‌های توصیفی

میانگین و انحراف استاندارد متغیر وابسته پژوهش در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری، به تفکیک دو گروه آزمایش و گواه در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: میانگین و انحراف معیار بخشودگی و زیرمقیاس‌های نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی در گروه‌های

آزمایش و گروه گواه در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

| مولفه‌ها | گروه‌ها | پیش‌آزمون | پس‌آزمون | پیگیری |
|----------|---------|-----------|----------|--------|
|----------|---------|-----------|----------|--------|

| میانگین | انحراف معیار | میانگین | انحراف معیار | میانگین | انحراف معیار |                                                     |
|---------|--------------|---------|--------------|---------|--------------|-----------------------------------------------------|
| ۳۹      | ۴/۹۶         | ۵۰/۹۶   | ۵/۱۱         | ۴۹/۳۳   | ۵/۷۰         | گروه زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر                         |
| ۳۹/۰۳   | ۵/۰۹         | ۵۰/۰۷   | ۵/۱۳         | ۴۸/۳۰   | ۵/۱۸         | بخشودگی<br>گروه زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد    |
| ۳۸/۹۱   | ۵/۷۳         | ۳۷/۴۱   | ۵/۳۹         | ۳۷/۶۶   | ۵/۱۶         | گروه گواه                                           |
| ۲۷/۴۲   | ۴/۲۱         | ۳۵/۳۷   | ۵/۹۴         | ۳۴/۳۸   | ۵/۸۱         | گروه زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر                         |
| ۲۷/۳۸   | ۴/۹۳         | ۳۴/۴۲   | ۴/۹۹         | ۳۳/۳۸   | ۴/۶۳         | نمود افکار<br>گروه زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد |
| ۲۷      | ۴/۳۳         | ۲۶/۱۶   | ۴/۵۱         | ۲۶/۳۳   | ۴/۰۲         | منفی نسبت به<br>فرد خاطی                            |
| ۱۱/۵۷   | ۲/۲۴         | ۱۵/۶۹   | ۳/۱۸         | ۱۴/۸۴   | ۲/۸۸         | گروه زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر                         |
| ۱۱/۶۵   | ۲/۲۶         | ۱۵/۶۵   | ۲/۸۵         | ۱۴/۹۲   | ۲/۵۱         | وجود افکار<br>گروه زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد |
| ۱۱/۹۱   | ۲/۷۳         | ۱۱/۲۵   | ۲/۵۰         | ۱۱/۳۳   | ۲/۵۴         | مثبت نسبت به<br>فرد خاطی                            |
|         |              |         |              |         |              | گروه گواه                                           |

نتایج ارائه شده در جدول ۴ حاکی از آن است که زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد توانسته منجر به تغییر در میانگین نمرات بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی در مراحل پس‌آزمون و پیگیری شود، اما معناداری این تغییرات و همچنین تفاوت میزان تأثیر این دو مداخله (زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد)، می‌بایست توسط آزمون‌های استنباطی مورد بررسی قرار گیرد. جهت تأثیر نیز به این صورت بوده است که زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد توانسته بودند منجر به افزایش بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی در مراحل پس‌آزمون و پیگیری شوند.

### ۳-۳. بررسی پیش فرض‌های آزمون‌های پارامتریک

جدول ۵. نتایج آزمون موچلی مبنی بر بررسی پیش فرض کرویت

| متغیر                            | کرویت موچلی | کای دو | درجه آزادی | معناداری | اپسیلون                 |
|----------------------------------|-------------|--------|------------|----------|-------------------------|
|                                  | ۰/۹۴        | ۱/۲۵   | ۲          | ۰/۲۵     | تصحیح گرین هاووس - گیسر |
| بخشودگی                          | ۰/۹۲        | ۲/۱۱   | ۲          | ۰/۱۹     | تصحیح هیون - فلدت       |
| نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی | ۰/۹۰        | ۱/۶۴   | ۲          | ۰/۱۴     | ۰/۵۳                    |
| وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی |             |        |            |          | ۰/۵۴                    |
|                                  |             |        |            |          | ۰/۵۶                    |
|                                  |             |        |            |          | ۰/۵۹                    |

قبل از ارائه نتایج تحلیل آزمون واریانس آمیخته، پیش فرض‌های آزمون‌های پارامتریک مورد سنجش قرار گرفت. در ابتدا نتایج آزمون موچلی در جدول ۵ نشان داد که پیش فرض کرویت که از پیش فرض‌های تحلیل واریانس آمیخته است، در متغیرهای بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی برآورده شده است. علاوه بر این نتایج آزمون شاپیرو وویلک بیانگر آن بود که پیش فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیرهای بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی در گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری برقرار است ( $p > 0.05$ ). همچنین پیش فرض همگنی واریانس نیز توسط آزمون لوین مورد سنجش قرار گرفت که نتایج آن معنادار نبود که این یافته نشان می‌داد پیش فرض همگنی واریانس‌ها در در متغیرهای بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی رعایت شده است ( $p > 0.05$ ).

## ۴-۳. آزمون فرضیه‌ها

| جدول ۶. تحلیل واریانس آمیخته جهت بررسی تاثیرات درون و بین گروهی برای متغیر بخشودگی و زیرمقیاس‌های آن |                         |            |                 |         |         |            |            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------|-----------------|---------|---------|------------|------------|
| متغیرها                                                                                              | مجموع مجزورات           | درجه آزادی | میانگین مجزورات | مقدار f | مقدار p | اندازه اثر | توان آزمون |
| بخشودگی                                                                                              | مراحل                   | ۲          | ۱۱۳۲/۵۸         | ۱۱۷/۵۴  | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۶۲       | ۱          |
|                                                                                                      | گروه‌بندی               | ۲          | ۱۶۲۳/۸۸         | ۳۸/۳۲   | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۵۱       | ۱          |
|                                                                                                      | تعامل مراحل و گروه‌بندی | ۴          | ۴۰۴/۲۴          | ۴۱/۹۵   | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۵۳       | ۱          |
|                                                                                                      | خطا                     | ۱۴۶        | ۹/۶۳            |         |         |            |            |
| نبود افکار منفی                                                                                      | مراحل                   | ۲          | ۴۹۴/۲۶          | ۱۱۴/۶۱  | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۶۱       | ۱          |
|                                                                                                      | گروه‌بندی               | ۲          | ۷۶۵             | ۳۶/۴۴   | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۴۹       | ۱          |
|                                                                                                      | تعامل مراحل و گروه‌بندی | ۴          | ۱۶۷/۱۰          | ۳۸/۷۴   | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۵۱       | ۱          |
|                                                                                                      | خطا                     | ۱۴۶        | ۴/۳۱            |         |         |            |            |
| نسبت به فرد خاخی                                                                                     | مراحل                   | ۲          | ۱۳۰/۹۵          | ۸۸/۷۳   | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۵۵       | ۱          |
|                                                                                                      | گروه‌بندی               | ۲          | ۱۶۱/۱۶          | ۳۳/۷۸   | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۴۷       | ۱          |
|                                                                                                      | تعامل مراحل و گروه‌بندی | ۴          | ۵۱/۹۲           | ۳۵/۱۸   | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۴۹       | ۱          |
|                                                                                                      | خطا                     | ۱۴۶        | ۱/۴۷            |         |         |            |            |
| وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاخی                                                                     | مراحل                   | ۲          | ۲۶۱/۹۰          | ۸۸/۷۳   | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۵۵       | ۱          |
|                                                                                                      | گروه‌بندی               | ۲          | ۳۲۲/۳۲          | ۳۳/۷۸   | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۴۷       | ۱          |
|                                                                                                      | تعامل مراحل و گروه‌بندی | ۴          | ۲۰۷/۶۸          | ۳۵/۱۸   | ۰/۰۰۰۱  | ۰/۴۹       | ۱          |
|                                                                                                      | خطا                     | ۱۴۶        | ۲۱۵/۴۶          |         |         |            |            |

نتایج آزمون واریانس آمیخته در جدول ۶ نشان می‌دهد عامل زمان یا مرحله ارزیابی (تفاوت بین مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) تاثیر معناداری بر نمرات بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاخی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاخی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی داشته است. اندازه اثر نشان می‌دهد عامل زمان به ترتیب ۶۲، ۶۱ و ۵۵ درصد از تفاوت در واریانس‌های نمرات بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاخی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاخی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی را تبیین می‌کند. علاوه بر این، بر اساس ضریب F محاسبه شده، تاثیر عامل عضویت گروهی (زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد) هم بر نمرات بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاخی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاخی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی معنادار بوده و به ترتیب ۵۱، ۴۹ و ۴۷ درصد از تفاوت در نمرات بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاخی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاخی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی را تبیین می‌کند. همچنین نتایج بیان گر آن بود که اثر متقابل نوع درمان (زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد) و عامل زمان هم بر نمرات بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاخی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاخی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی معنادار بوده و به ترتیب ۵۳، ۵۱ و ۴۹ درصد از تفاوت در نمرات بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاخی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاخی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی را تبیین می‌کند. توان آماری ۱۰۰ درصدی هم، حاکی از دقت آماری بالا و کفایت حجم نمونه جهت ارزیابی تاثیر تعامل گروه و زمان بر بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاخی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاخی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی می‌باشد. حال در ادامه در جدول ۷ مقایسه زوجی میانگین نمرات بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاخی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاخی در شرکت کنندگان بر حسب مرحله ارزیابی ارائه می‌شود.

| جدول ۷. مقایسه زوجی میانگین نمرات بخشودگی آزمودنی‌ها بر حسب مرحله ارزیابی |                      |                             |                  |                   |          |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------|------------------|-------------------|----------|
| متغیر                                                                     | مرحله مینا (میانگین) | مرحله مورد مقایسه (میانگین) | تفاوت میانگین‌ها | خطای انحراف معیار | معناداری |
| پیش‌آزمون                                                                 | پس‌آزمون             | -۷/۱۶                       | ۰/۶۵             | ۰/۰۰۰۱            |          |

|                 |           |       |      |       |
|-----------------|-----------|-------|------|-------|
| بخشودگی         | پیگیری    | -۶/۰۸ | ۰/۵۶ | ۰/۰۰۱ |
| پس‌آزمون        | پیش‌آزمون | ۷/۱۶  | ۰/۶۵ | ۰/۰۰۱ |
| پیگیری          | پیگیری    | ۱/۰۸  | ۰/۴۳ | ۰/۲۳  |
| پیش‌آزمون       | پس‌آزمون  | -۴/۶۸ | ۰/۴۲ | ۰/۰۰۱ |
| نبود افکار منفی | پیگیری    | -۴/۰۹ | ۰/۳۹ | ۰/۰۰۱ |
| نسبت به فرد     | پس‌آزمون  | ۴/۶۸  | ۰/۴۲ | ۰/۰۰۱ |
| خاطی            | پیگیری    | ۰/۵۸  | ۰/۴۰ | ۰/۳۶  |
| پیش‌آزمون       | پس‌آزمون  | -۲/۴۸ | ۰/۲۵ | ۰/۰۰۱ |
| وجود افکار مثبت | پیگیری    | -۱/۹۸ | ۰/۲۱ | ۰/۰۰۱ |
| نسبت به فرد     | پس‌آزمون  | ۲/۴۸  | ۰/۲۵ | ۰/۰۰۱ |
| خاطی            | پیگیری    | ۰/۴۹  | ۰/۱۸ | ۰/۰۹  |

همانگونه نتایج جدول ۷ نشان می‌دهد، بین میانگین نمرات مرحله پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری در متغیرهای بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی تفاوت معنادار وجود دارد. این بدان معناست که زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد توانسته به شکل معناداری نمرات پس‌آزمون و پیگیری بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی را نسبت به مرحله پیش‌آزمون دچار تغییر نمایند. یافته دیگر این جدول نشان داد که بین میانگین نمرات مرحله پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود ندارد. این یافته را می‌توان این چنین تبیین نمود که نمرات بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی که در مرحله پس‌آزمون دچار تغییر معنادار شده بود، توانسته این تغییر را در طول دوره پیگیری نیز حفظ نماید. در یک جمع‌بندی می‌توان بیان نمود زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد توانسته‌اند منجر به افزایش معنادار میانگین نمرات بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی در مرحله پس‌آزمون شده و این اثر در مرحله پیگیری نیز ثبات خود را حفظ نموده است. در ادامه در جدول ۸ مقایسه زوجی میانگین نمرات بخشودگی شرکت‌کنندگان بر حسب گروه‌های پژوهش با استفاده از آزمون تعقیبی بونفرونی ارائه می‌شود.

ول ۸. بررسی تفاوت‌های دو به دو جهت مقایسه اثر گروه‌های آزمایش (زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد) با استفاده از آزمون تعقیبی بونفرونی

| متغیر                            | گروه مبنا (میانگین)                   | تفاوت میانگین‌ها                      | خطای انحراف معیار | معناداری |
|----------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------------|----------|
| بخشودگی                          | گروه زوج‌درمانی                       | گروه زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد | ۰/۵۹              | ۱/۵۹     |
|                                  | یکپارچه‌نگر                           | گروه گواه                             | ۸/۳۹              | ۱/۶۲     |
|                                  | گروه زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد | گروه زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر           | -۰/۵۹             | ۱/۵۹     |
|                                  | گروه زوج‌درمانی                       | گروه گواه                             | ۷/۸۰              | ۱/۶۲     |
| نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی | گروه زوج‌درمانی                       | گروه زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد | ۰/۶۳              | ۱/۲۳     |
|                                  | یکپارچه‌نگر                           | گروه گواه                             | ۵/۸۶              | ۱/۲۶     |
|                                  | گروه زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد | گروه زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر           | -۰/۶۳             | ۱/۲۳     |
|                                  | گروه زوج‌درمانی                       | گروه گواه                             | ۴/۲۳              | ۱/۲۶     |
| وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی | گروه زوج‌درمانی                       | گروه زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد | -۰/۰۴             | ۰/۶۸     |
|                                  | یکپارچه‌نگر                           | گروه گواه                             | ۲/۵۳              | ۰/۶۹     |
|                                  | گروه زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد | گروه زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر           | ۰/۰۴              | ۰/۶۸     |
|                                  | گروه زوج‌درمانی                       | گروه گواه                             | ۲/۵۷              | ۰/۶۹     |

همانگونه نتایج جدول ۸ نشان می‌دهد، تفاوت بین میانگین نمرات متغیرهای بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی گروه آزمایش زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر با گروه آزمایش زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد معنادار نبوده و این یافته بدین معناست که بین میزان اثربخشی زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بخشودگی، نبود افکار منفی نسبت به فرد خاطی و وجود افکار مثبت نسبت به فرد خاطی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی تفاوت معنادار وجود ندارد.

#### ۴. بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی انجام شد. نتایج به‌دست‌آمده نشان داد که این دو روش درمانی تأثیر معناداری بر بهبود ظرفیت بخشودگی زوج‌هایی که تجربه خیانت را داشته‌اند، دارد. یافته نخست این پژوهش نشان داد که زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر تأثیر مثبتی بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی دارد. یافته حاضر با نتایج پژوهش [فارابی و همکاران \(۱۴۰۲\)](#) مبنی بر اثربخشی زوج‌درمانی رفتاری یکپارچه بر عملکرد خانواده در زوجین دارای روابط فرا زناشویی، با یافته [دهقانی و اصلانی \(۱۳۹۹\)](#) مبنی بر اثربخشی زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر بر بخشش در زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی، و با گزارش [استاهل و همکاران \(۲۰۲۵\)](#) مبنی بر اثر زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر بر بهبود رضایت زناشویی و حل تروماهای دوران کودکی موثر بر روابط زوجین؛ و با نتایج پژوهش [ترمبلائی و همکاران \(۲۰۲۳\)](#) مبنی بر اثربخشی زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر بر بهبود تنظیم هیجانی و کیفیت تعاملی زوجین همسویی داشت. علاوه بر این باید گفت یافته حاضر با نتایج پژوهش [حقانی و همکاران \(۱۴۰۰\)](#) مبنی بر اثربخشی زوج‌درمانی یکپارچه بر پرخاشگری و ترس از خیانت زوجین دارای تجربه روابط فرازناشویی؛ با یافته [نیلسن \(۲۰۲۳\)](#) مبنی بر کارایی زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر بر بهبود تعاملات زناشویی زوجین درگیر خیانت زناشویی، و با نتایج پژوهش [ورتینگتون و همکاران \(۲۰۲۳\)](#) مبنی بر کارایی زوج‌درمانی رفتاری یکپارچه نگر بر کیفیت ارتباطی و تعاملی زوجین دارای تعارضات زناشویی و همچنین زوجین با تجربه خیانت زناشویی همسویی داشت.

در تبیین یافته حاضر مبنی بر زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی می‌توان بیان نمود که زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر به افراد کمک می‌کند تا بیاموزند که چگونه با هیجان‌ها و پردازش‌های شناختی آزادنده خود روبرو شده و به شیوه سازگارانه‌تری به هیجان‌های خود پاسخ دهند ([بقولی کرمانی و همکاران، ۱۴۰۰](#)). این روش زوج‌درمانی سعی دارد تا با تنظیم عادت‌های نظم‌بخشی هیجانی شدت و وقوع عادت‌های هیجانی را کاهش داده، میزان آسیب را کم و کارکرد را افزایش دهند. در زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر افکار، رفتارها، هیجانات و احساس‌ها با هم تعامل پویایی دارند و هر یک از آنها در تجربه هیجانی نقش داشته و در آن تأثیر می‌گذارند ([نیلسن، ۲۰۲۳](#)). از طرفی زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر تأکید ویژه‌ای بر نقش هیجان‌ها و شیوه پردازش آنها دارد و تکنیک‌های اختصاصی برای مدیریت و پردازش هیجان‌ها به کار می‌برد. بر این اساس زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر به زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی می‌آموزد تا درک بهتری از تعامل افکار، احساس‌ها و رفتارها در ایجاد تجربه‌های هیجانی درونی داشته باشند. زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی در خلال این زوج‌درمانی می‌آموزند تا آگاهی بهتری از تجربه‌های خود (شامل برانگیزاننده‌ها و پیامدهای رفتاری) کسب کنند، با ارزیابی‌های شناختی منفی از احساس‌ها و هیجان‌های خیانت همسر چالش کنند، رفتارهای ناشی از هیجان را شناسایی و اصلاح کنند، آگاهی و تحمل احساس‌های جسمی در طی مواجهه درون‌زاد را کسب کنند و در بافت‌های موقعیتی و درون‌زاد با تجربه‌های هیجانی خود مواجه شوند. با دقت در مفاهیم مربوط به این درمان مشاهده می‌شود که زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر با تمرکز بر فرایندهای شناختی (شناخت پردازش‌های ناکارآمد نسبت به همسر و جایگزین نمودن آن با پردازش‌های شناختی مثبت)، رفتاری و هیجانی تلاش

می‌نماید تا بر اصول شناختی، رفتاری و هیجانی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی تأثیر نهاده و از این طریق با حل مشکلات زناشویی پیشین، منجر به بهبود بخشودگی آنان شود.

در تبیینی دیگر می‌توان اشاره نمود که فشارهای روانی حاصل از تعارضات و خیانت زناشویی باعث ایجاد هیجان‌های منفی متنوعی می‌شود که حتی می‌تواند منجر به رفتارهای مخرب در دیگر حوزه‌های زندگی گردد (ورتینگتون و همکاران، ۲۰۲۳). بر این اساس یکی از اهداف اصلی زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر ایجاد دوباره نظم و تعادل در زندگی روزمره زوج‌های مواجه شده با خیانت زناشویی است. درمانگر در این نوع زوج‌درمانی به بهبود آسیب‌های ایجاد شده می‌پردازد. به عنوان مثال در حیطه روابط همسران وظیفه ایشان را مشخص می‌سازد و پس از آن فعالیت‌هایی که نیاز به مشارکت هر دو همسر دارد، به خصوص فعالیت‌های صمیمانه را طرح‌ریزی می‌کند. همچنین با به کارگیری مداخله‌هایی چون آموزش مهارت‌های حل مسئله، آموزش نحوه شناسایی و بازگشت به زوجین کمک می‌کند تا در صورت مواجه شدن با خیانت زناشویی صورت گرفته و یا ناراحتی‌های حاصل از آن بتوانند با آن مقابله نمایند. این روند باعث می‌شود تا زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی کیفیت ارتباطی بهتری را با هم تجربه کرده و در نتیجه میزان بخشودگی آنان نیز افزایش یابد. علاوه بر این در خلال جلسات زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر به مسئله بخشودگی در بافت خیانت زناشویی اقدام می‌شود. درمانگر مدل‌های بخشودگی را تشریح کرده و عقاید رایج در مورد بخشودگی را مطرح می‌سازد. افزون بر این به همسران آسیب دیده از خیانت زناشویی کمک می‌کند تا به بررسی سودها و هزینه‌های بالقوه بخشودگی پرداخته و نگرانی‌هایشان را در مورد بخشودگی مطرح سازند. مداخله‌های مورد استفاده در این جلسه شامل شناسایی باورهای غلط در مورد بخشش و تصحیح آن در بین همسران، بررسی نقاط قوت رابطه و ردگیری عوامل افزایش دهنده تعهد زناشویی می‌باشد که نتیجه انجام چنین روندی، افزایش بخشودگی در زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی می‌باشد. علاوه بر این زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر زوجین را آماده می‌سازد تا عوامل دخیل در خیانت زناشویی را بررسی نمایند. برای این منظور درمانگر به ارائه مدل عوامل خطر ساز در خیانت زناشویی اقدام می‌کند. به عنوان مثال عوامل مربوط به رابطه زناشویی، عوامل خارج از حیطه رابطه زناشویی، عوامل مربوط به همسر پیمان شکن و عوامل مربوط به همسر آسیب دیده را مشخص می‌کند. برای نیل به این اهداف درمانگر از مداخله‌هایی نظیر تشویق زوج به داشتن دیدگاهی بلندمدت در مورد ازدواج و ترغیب ایشان به بررسی حیطه‌های معمول تعارض در رابطه آنها بهره می‌گیرد (دهقانی و اصلانی، ۱۳۹۹). بنابراین این نوع زوج‌درمانی سبب می‌شود تا زوجین با استفاده از الگوهای رفتاری جدید، افکار و هیجانات آشفته‌ساز کمتری را با استفاده از پذیرش در تعاملات خود ادراک نموده، خود و همسر خود را همانگونه که هستند، بپذیرند و با اصلاح رفتار خود، انتظارات واقع بینانه‌ای از زندگی زناشویی خود داشته باشد. این فرایند سبب می‌شود که تعاملات هیجانی و زناشویی آنها بهبود و بخشودگی آنها نیز افزایش یابد.

یافته دوم پژوهش حاضر نشان داد که زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی موثر است. یافته حاضر با نتایج پژوهش پناهی‌فر و همکاران (۱۴۰۱) مبنی بر اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر استرس زناشویی زوجین در آستانه طلاق، با گزارش کاشفی و خضری مقدم (۱۴۰۰) مبنی بر اثربخشی زوج‌درمانی گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد با استفاده از مفهوم بندی طرحواره‌ای بر بهبود شاخص‌های عملکرد زوجین متعارض، و با یافته لویز-پینر و همکاران (۲۰۲۵) مبنی بر اثر درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر نشانه‌های پریشانی روانی، اضطراب و افسردگی زنان متأهل همسو بود. در تبیین اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی، می‌توان گفت با توجه به اینکه زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی، تغییرات عاطفی-روانی متعددی را تجربه می‌کنند و برخی از آنان احساساتی دارند که برخاسته از واکنش منفی آنان نسبت به تغییرات مربوط به شرایط زندگی زناشویی بوده و این تغییرات می‌تواند در روابط بین فردی، اجتماعی، خانوادگی و کیفیت زندگی این زوجین تأثیر بگذارد (پترسون و همکاران، ۲۰۲۴). بر این اساس زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد با درمان اجتناب هیجانی، بهبود عکس‌العمل‌ها، شناسایی

ارزش‌ها و ایجاد تعهد نسبت به تغییرات رفتاری توانست به زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی کمک کند تا رابطه زناشویی خود را به عنوان یکی از ارزش‌های تصریح شده بهبود بخشند. چنین روندی باعث شد تا آنان کیفیت تعاملی سازنده زناشویی را به عنوان یکی از ارزش‌های تصریح شده مورد توجه قرار داده و بر مبنای آن عملکرد خانوادگی خود را نیز بهبود و گسترش داده و در نتیجه بخشودگی بیشتری را تجربه نمایند. یکی از مواردی که سبب اثربخش شدن زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد شد، آگاهی نسبت به تجارب اجتناب شده و پذیرش آن تجارب است که این امر از اصول زیربنایی درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش هستند (پناهی‌فر و همکاران، ۱۴۰۱). بر این اساس زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی عملکرد خانوادگی خود را به عنوان یکی از زمینه‌های اجتناب شده مورد بازبینی قرار داده و با بهبود تعاملات زناشویی، بخشودگی مطلوب‌تری را نیز گزارش کردند. در تبیینی دیگر باید اشاره کرد که درمان‌هایی بر پایه مبتنی بر پذیرش و تعهد بر خلاف رویکرد درمان شناختی رفتاری سنتی مستقیماً بر روی کاهش نشانگان آسیب‌زای شناختی، هیجانی، ارتباطی و تعاملی عمل نمی‌کند، بلکه در عوض سودمندی و کارکرد تجارب روان‌شناختی نظیر افکار، احساسات، خاطرات، احساسات روان‌شناختی و هیجانات را هدف قرار می‌دهد و فعالیت‌های معنادار زندگی را بدون توجه به وجودشان پیگیری می‌کند. زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد از تکنیک‌های رفتاری و تجربی گوناگونی برای هدف قرار دادن ۶ فرایند اساسی استفاده می‌کند تا به هدف ایجاد تغییر دست یابد که در آن به زوجین اجازه خواهد داد تا در ارتباط با خاطرات آسیب‌زای خود به روشی که از لحاظ شخصی برای فرد معنادار بوده و از ارزش‌های سرچشمه گرفته باشد، عمل کند (مانیک و همکاران، ۲۰۲۴). به نظر می‌رسد تغییرات درمانی این روش ناشی از تکنیک‌هایی است که به زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی کمک نموده تا حالات روان‌شناختی و هیجانی خود را بتوانند بیشتر بپذیرند و از میزان اجتناب هیجانی آنها کاسته شده و آنها با این روش پی‌جویی ارزش‌های زندگیشان همانند ابرازگری هیجانی در تعاملات زناشویی، ارتباطات هیجانی و رابطه با همسر خود را بیشتر دنبال می‌کنند و این مکانیزم‌ها همان مکانیزم‌هایی هستند که در تعریف و ضابطه مندی کاربرد درمان‌هایی بر پایه پذیرش و تعهد در درمان آسیب‌های روانی، هیجانی و ارتباطی مختلف به آنها اشاره شده است. گسترش دامنه ارتباطات زناشویی نیز سبب می‌شود تا ابرازگری هیجانی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی افزایش یافته و در نتیجه از میزان ناگویی هیجانی آنان کاسته شود.

پژوهش حاضر همانند دیگر پژوهش‌های با محدودیت‌هایی مواجه بود. اولین محدودیت آن بود که دامنه پژوهش به زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره منطقه ۴ شهر تهران محدود بود. دومین محدودیت وجود برخی متغیرهای کنترل نشده، مانند علل تعارض‌های زناشویی زوجین حاضر در پژوهش، علل گرایش به خیانت در زوجین حاضر در پژوهش، وضعیت مالی خانواده‌ها، تعداد فرزندان و موقعیت اجتماعی آن‌ها بود. سومین محدودیت عدم بهره‌گیری از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی و در نهایت چهارمین محدودیت، عدم اجرای مرحله پیگیری شش ماهه و یک ساله بود. مبتنی بر محدودیت‌های پژوهشی، در سطح پیشنهادهای پژوهشی توصیه می‌شود این پژوهش در سایر شهرها و جوامع دارای فرهنگ‌های متفاوت، دیگر زوجین (همانند زوجین با تعارضات زناشویی مبتلا به آسیب‌های روانی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه و ...)، کنترل عوامل ذکر شده، روش نمونه‌گیری تصادفی و اجرای مرحله پیگیری طولانی‌تر (شش ماهه و یا یک ساله) اجرا شود. علاوه بر این، با توجه به اثربخشی زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش بر بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی، در سطح کاربردی پیشنهاد می‌شود رویکردهای درمانی حاضر طی کارگاهی تخصصی به مشاوران و درمان‌گران حوزه خانواده در سطح مراکز مشاوره سطح شهر و دادگستری‌ها ارائه داده شود تا آن‌ها با بکارگیری این الگوهای درمانی، در جهت افزایش بخشودگی زوجین متعارض با تجربه خیانت زناشویی اقدامی عملی صورت دهند. از آنجایی که هر دو رویکرد زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش مؤثر بوده‌اند، همچنین پیشنهاد می‌شود یک پروتکل ساختاریافته تلفیقی طراحی شده که نقاط قوت هر دو رویکرد را ترکیب کند.

## ۵. ملاحظات اخلاقی

جهت رعایت اخلاق پژوهشی رضایت زوجین، برای شرکت در مداخلات زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد کسب و از کلیه مراحل درمان آگاه شدند. همچنین به زوجین حاضر در گروه گواه اطمینان داده شد که آنان نیز پس از اتمام فرایند پژوهشی، در صورت تمایل یکی از این مداخلات درمانی را به دلخواه خود و به شکل رایگان دریافت خواهند کرد. علاوه بر این اصل رازداری و محرمانه بودن تمامی اطلاعات در هر مرحله از پژوهش به‌طور دقیق رعایت گردید. پژوهش حاضر با کد اخلاق IR.IAU.QOM.REC.1403.170 در دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم ثبت گردیده است.

## ۶. تقدیر و تشکر و حمایت مالی

مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکتری تخصصی نویسنده اول پژوهش در دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم بود. بدین وسیله از تمام زوجین حاضر در پژوهش، خانواده‌های آنان و مسئولین مراکز مشاوره منطقه چهار شهر تهران که همکاری کاملی جهت اجرای پژوهش داشتند، قدردانی به عمل می‌آید. لازم به ذکر است هیچ سازمان دولتی و خصوصی از این پژوهش حمایت مالی نکرده است.

## ۷. تعارض منافع

در این پژوهش هیچ تعارض منافی توسط نویسندگان گزارش نشده است.

## منابع

- اردشیری لردجانی، ف.، و شریفی، ط. (۱۳۹۷). اثربخشی روان‌درمانی مثبت‌گرا بر بخشایشگری و بی‌رمقی زناشویی زنان آسیب‌دیده خیانت زناشویی. *آسیب‌شناسی خانواده*، ۱۴(۱)، ۳۳-۴۶. <http://fpcej.ir/article-1-169-fa.html>
- ایزدی، ز.، رضایور میرصالح، ی.، و چوب فروش زاده، آ. (۱۴۰۱). اثربخشی درمان مرور زندگی مبتنی بر بخشودگی بر افزایش رضایت زناشویی و بخشش زنان در مواجهه با خیانت زناشویی همسر. *پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده*، ۱۰(۲۶)، ۸۱-۱۰۲.
- <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.25386190.1401.10.1.4.3>
- بختیاری، ا.، حسینی، س.، عارفی، م.، و افشاری نیا، ک. (۱۴۰۰). نقش واسطه‌ای صمیمیت زناشویی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و نگرش به خیانت زناشویی. *پژوهش‌های مشاوره*، ۲۰(۷۷)، ۱۲۲-۱۴۰. <http://iranccounseling.ir/journal/article-1-1100-fa.html>
- بقولی کرمانی، م.، گل پرور، م.، آتش پور، ح.، و صادقی، م. (۱۴۰۰). مقایسه تاثیر زوج‌درمانی رفتاری یکپارچه نگر، روایت درمانی زوجی و طرحواره درمانی زوجی بر سرمایه عاطفی و افسردگی در افراد مبتلا به بیماری عروق کرونر و همسران آنها. *پرستاری قلب و عروق*، ۱۰(۱)، ۱۸۸-۲۰۱. <http://journal.icns.org.ir/article-1-737-fa.html>
- پناهی فر، س.، میردیکوند، ف.، و صادقی، م. (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی طرحواره محور، هیجان‌مدار و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر استرس زناشویی زوجین در آستانه طلاق در خانواده های نظامی. *علوم مراقبتی نظامی*، ۹(۱)، ۶۸-۸۰. <http://mcs.ajaums.ac.ir/article-1-519-fa.html>
- حقانی، م.، عابدی، ا.، فاتحی زاده، م.، و آقایی، ا. (۱۴۰۰). هم‌سنجی اثربخشی بسته زوج‌درمانی تلفیقی سیستمی-هیجان‌مدار و زوج‌درمانی یکپارچه بر پرخاشگری و ترس از خیانت زوجین دارای تجربه روابط فرازناشویی. *مطالعات ناتوانی*، ۱۱(۱)، ۲۲-۳۵. <https://doi.org/10.30476/smsj.2020.82902.1040>
- دهقانی، م.، و اصلانی، خ. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر مدل درمان جراحات دلبستگی با زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر بر بخشش در زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی. *روان‌شناسی کاربردی*، ۱۴(۲)، ۱۴۷-۱۷۱. [https://apsy.sbu.ac.ir/article\\_100571.html?lang=fa](https://apsy.sbu.ac.ir/article_100571.html?lang=fa)
- شهبازفر، ر.، زارعی، ا.، حاجی‌علیزاده، ک.، و درتاج، ف. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی شناختی-رفتاری و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر ارتقای کیفیت زناشویی زوجین غیربالینی. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۱۲(۴۳)، ۱۰۰-۱۱۳. <https://doi.org/10.30495/jpmm.2021.4726>
- صالحی، ح.، جهانگیری، ع.، و بخشی پور، ا. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی شناختی-رفتاری و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش دلدزدگی زناشویی زوجین. *سلامت جامعه*، ۱۵(۱)، ۱۹-۲۹. <https://doi.org/10.22123/chj.2021.246660.1573>

فاتحی، ن.، غلامی حسارودی، م.، و عابد، ن. (۱۴۰۰). نقش میانجی‌گر بخشودگی زناشویی و بهزیستی ذهنی در رابطه بین ذهن‌آگاهی و رضایت جنسی زنان و مردان متاهل شهر تهران: یک مطالعه توصیفی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، ۲۰(۶)، ۶۴۵-۶۶۱.

<http://journal.rums.ac.ir/article-1-6008-fa.html>

فارابی، م.، تیموری، س.، و رجایی، ع. (۱۴۰۲). مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی شناختی رفتاری ترکیبی و زوج‌درمانی رفتاری یکپارچه بر عملکرد خانواده در زوجین دارای روابط فرا زناشویی. *روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، ۱۰(۱)، ۳۱-۴۴.

<http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-1613-fa.html>

کاشفی، ن.، و خضری مقدم، ن. (۱۴۰۰). اثربخشی زوج‌درمانی گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد با استفاده از مفهوم بندی طرحواره‌ای بر بهبود شاخص‌های عملکرد زوجین متعارض. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۹(۱)، ۹۵-۱۰۶.

<http://dx.doi.org/10.52547/rbs.19.1.95>

گلرخی، ح.، شیروودی، ش.، و حسینی المدنی، س.ع. (۱۴۰۳). اثربخشی رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق. *پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی، انتشار آنلاین*.

<https://doi.org/10.22059/japr.2024.374084.644888>

نعمت الهی، م.، و افکاری، ف. (۱۴۰۲). نقش میانجی هیجان خواهی و تکانشگری در ارتباط بین اعتیاد به اینترنت با دزدگی زناشویی و نگرش به خیانت زناشویی. *نشریه روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، ۱۰(۶)، ۱۴۱-۱۲۵.

<http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-2185-fa.html>

نیکوگفتار، م.، و سنگانی، ع. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و آموزش تصویرسازی ارتباطی (ایماگو تراپی) بر انعطاف‌پذیری کنشی زنان با مشکلات زناشویی. *مطالعات روانشناسی بالینی*، ۹(۳۴)، ۲۴۶-۲۲۷.

<https://doi.org/10.22054/jcps.2019.39031.2068>

## References

- Aignesberger, V., & Greitemeyer, T. (2024). Morality in romantic relationships: The role of moral disengagement in relationship satisfaction, definitions of infidelity, and committed cheating. *Personal Relationships*, 12, 1-22. <https://doi.org/10.1111/pere.12552>
- Ardeshiri Lordjani, F., & Sharifi, T. (2018). Effectiveness of positivist psychotherapy on marital forgiveness and burnout in the women damaged by marital betrayal. *Family Pathology, Counseling & Enrichment*, 4(1), 33-46. <http://fpcej.ir/article-1-169-fa.html> (In Persian)
- Bagholi Kermani, M., Golparvar, M., Athashpour, H., & Sadeghi, M. (2021). Comparison of the effect of integrative behavioral couple therapy, narrative couple therapy and couple schema therapy on affective capital and depression among people with coronary artery disease and their spouses. *Cardiovascular Nursing*, 10(1), 188-201. <http://journal.icns.org.ir/article-1-737-fa.html> (In Persian)
- Bakhtyari, E., Hosseini, S., Arefi, M., & Afsharnia, K. (2021). The Mediating Role of Marital Intimacy in the Relationship between Attachment Style and Couples' Attitude Towards Infidelity. *Scientific Journal of Counseling Research*, 20(77), 122-140. <http://iranccounseling.ir/journal/article-1-1100-fa.html> (In Persian)
- Barraca, J., Nieto, E., & Polanski, T. (2021). An integrative behavioral couple therapy (IBCT)-based conflict prevention program: A pre-pilot study with non-clinical couples. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 9981-9988. <https://doi.org/10.3390/ijerph18199981>
- Baucom, D.H., Snyder, D.K., & Gordon, K.C. (2009). *Helping couples get past the affair: A Clinician's Guide*. New York: Guilford. <https://psycnet.apa.org/record/2009-04647-000>
- Dehghani, M., & Aslani, K.H. (2020). Comparison of the effectiveness of Attachment Injury Resolution Model with Integrative Couple Therapy on Forgiveness among the Injured Women with Marital Infidelity. *Journal of Applied Psychology*, 14(2), 147-171. [https://apsy.sbu.ac.ir/article\\_100571.html?lang=en](https://apsy.sbu.ac.ir/article_100571.html?lang=en) (In Persian)
- Dong, S., Dong, Q., & Chen, H. (2022). Mothers' parenting stress, depression, marital conflict, and marital satisfaction: The moderating effect of fathers' empathy tendency. *Journal of Affective Disorders*, 299, 682-690. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.079>
- Farabi, M., Taimory, S., & Rajaie, A. (2023). Comparing the effectiveness of combined cognitive-behavioral couple therapy and integrated behavioral couple therapy in improving family

- functioning in couples with extramarital affairs. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 10(1), 31-44. <http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-1613-fa.html> (In Persian)
- Fatehi, N., Gholami Hosnaroudi, M., & Abed, N. (2021). The Mediating Role of Marital Forgiveness and Mental Well-being in the Relationship between Mindfulness and Sexual Satisfaction in Married Women and Men of Tehran City: A Descriptive Study. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*, 20(6), 660-645. <http://journal.rums.ac.ir/article-1-6008-fa.html> (In Persian)
- Ghiasi, N., Rasool, D., Haseli, A., & Feli, R. (2024). The interplay of attachment styles and marital infidelity: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, 10(1), 232-236. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e23261>
- Golrokhi, H., Shiroudi, S.H., & Hoseini Almadani, S.A. (2024). The Effectiveness of Rational-Emotive Behavioral Therapy on Marital Forgiveness and Desire for Divorce in Couples on the Verge of Divorce. *Journal of Applied Psychological Research*, Accepted Manuscript Available Online. <https://doi.org/10.22059/japr.2024.374084.644888> (In Persian)
- Haghani, M., Abedi, A., Fatehizade, M., & Aghaei, A. (2020). A Comparison of the Effectiveness of Combined Systemic Couple Therapy (Bowen) and Emotion-focused Therapy (Johnson) Packages and Integrated Couple Therapy on the Quality of Marital Life of Couples Affected by Infidelity. *Sadra Medical Sciences Journal*, 8(1), 11-28. <https://doi.org/10.30476/smsj.2020.82902.1040> (In Persian)
- Izadi, Z.S., Rezapour Mirsaleh, Y., & Choubforoushzadeh, A. (2022). [The Effectiveness of Forgiveness- Based Life Review Therapy on Increasing Women's Marital Satisfaction and Forgiveness in the Face of Their Husbands' Marital Infidelity](https://doi.org/10.22034/pzk.2022.6747), *The Islamic Journal of Women and the Family*, 10(1), 81-102. <https://doi.org/10.22034/pzk.2022.6747> (In Persian)
- Kalai, C., & Eldridge, K. (2021). Integrative behavioral couple therapy for intercultural couples: helping couples navigate cultural differences. *Contemporary Family Therapy*, 43, 259-275. <https://doi.org/10.1007/s10591-020-09560-8>
- Kashefi, Nader., & Khezri Moghadam, N. (2021). The effectiveness of acceptance and commitment group couple therapy (ACT-G) using schema conceptualization on improving conflicting couple performance indicators. *Journal of Research in Behavioral Sciences*, 19(1), 95-106 <http://dx.doi.org/10.52547/rbs.19.1.95> (In Persian)
- Körner, R., Schütz, A., & Fincham, F.D. (2022). How secure and preoccupied attachment relate to offence-specific forgiveness in couples. *Journal of Research in Personality*, 101, 1043-1048. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2022.104308>
- Lee, H., & Yoon, H.G. (2023). Body change stress, sexual function, and marital intimacy in Korean patients with breast cancer receiving adjuvant chemotherapy: A cross-sectional study. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 10(5), 1002-1008 <https://doi.org/10.1016/j.apjon.2023.100228>
- López-Pinar, C., Lara-Merín, L., & Macías, J. (2025). Process of change and efficacy of acceptance and commitment therapy (ACT) for anxiety and depression symptoms in adolescents: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Affective Disorders*, 368, 633-644. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.09.076>
- Munnik, J.B., Niekerk, R.L., & Turner, M.J. (2024). A cluster randomized trial of a rational emotive behavior therapy (REBT) program and a mindfulness-acceptance-commitment (MAC) program, with South African adolescent rugby players. *Psychology of Sport and Exercise*, 75, 1027-1031. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102706>
- Nematollahi, M., & Afkari, F. (2024). The Mediating Role of Sensation Seeking and Impulsivity in the Association of Internet Addiction with Marital Boredom and Attitude towards Marital Infidelity. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 10(6), 125-141. <http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-2185-fa.html> (In Persian)
- Nielsen, A. (2023). *Integrative couple therapy in action: A practical guide for handling common relationship problems and crises*: by Arthur Nielsen, New York, Routledge, 2022, 284 pp., \$159.98 (hardcover); \$34.60 (paperback); \$31.78 (ebook), ISBN: 9781032272160 (hbk);

- ISBN: 9781032272177 (pbk); ISBN: 978100329184 (ebk). *Psychoanalysis, Self and Context*, 19(1), 122-124. <https://doi.org/10.1080/24720038.2023.2267620>
- Nikoogoftar, M., & Sangani, A. (2019). Comparing the effectiveness of acceptance and commitment therapy (ACT) and Imago therapy on resilience in women with marital problems. *Clinical Psychology Studies*, 9(34), 227-246. <https://doi.org/10.22054/jcps.2019.39031.2068> (In Persian)
- O'Donohue, W. (2023). The Scientific Status of Acceptance and Commitment Therapy: An Analysis From the Philosophy of Science. *Behavior Therapy*, 54(6), 956-970. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2023.07.006>
- Olamijuwon, E., Odimegwu, C., & Chemhaka, G. (2021). Involuntary Childlessness and Marital Infidelity Among Women in Sub-Saharan African Countries: An Assessment of the Moderating Role of Women's Education. *Archive of Sexual Behavior*, 50, 601-614. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01770-3>
- Panahifar, S., Mirderikvand, F., & Mirsadeghi, M. (2022). The Comparison of the Effectiveness of Schema-Based Couple Therapy, Emotional Focused Couple Therapy and Acceptance Commitment Couple Therapy on Intimacy Functions of couples on the Brink of Divorce in Military Families. *Military Caring Sciences*, 10(34) 8-68. <http://mcs.ajaums.ac.ir/article-1-519-en.html> (In Persian)
- Petersen, J.M., Donahue, M.L., Capel, L.K., Bowers, E.M., Woolley, M.G., Boghosian, S., & Twohig, M.P. (2024). Telehealth acceptance and commitment therapy for adolescents with transdiagnostic health-related anxiety: A pilot randomized controlled trial. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 32, 1007-1011. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2024.100764>
- Peterson, B.D., Eifert, G.H., Feingold, T., & Davidson, S. (2009). Using Acceptance and Commitment Therapy to Treat Distressed Couples: A Case Study with Two Couples. *Cognitive and Behavioral Practice*, 16(4), 430-442. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2008.12.009>
- Ragabi, G.H., Harizavi, M., & Taghipour, M. (2017). Evaluating the model of the relationship between self-compassion, marital empathy, and depression with mediating marital forgiveness in Female. *Binnaual Journal of Applied Counseling*, 6(2), 1-22. <https://doi.org/10.22055/jac.2017.21290.1422> (In Persian)
- Rye, M.S., Loiacono, D.M., Flock, C.D., Olszewski, B.T., Heim, T.A., & Madia, B.P. (2001). Evaluation of the Psychometric Properties of Two Forgiveness Scale. *Current Psychology*, 20(3), 260-277. <https://doi.org/10.1007/s12144-001-1011-6>
- Salehi, H., Jahangiri, A., Bakhshipour, A. (2021). Comparing the Effectiveness of Cognitive-Behavioral Couple Therapy And Couple Therapy Based on Acceptance and Commitment On Reducing Marital Burnout in Couples. *Community Health Journal*, 15(1), 19-29 <https://doi.org/10.22123/chj.2021.246660.1573> (In Persian)
- Seltermann, D., Garcia, J. R., & Tsapelas, I. (2020). What do people do, say, and feel when they have affairs? Associations between extradyadic infidelity motives with behavioral, emotional, and sexual outcomes. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 114, 1-14. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2020.1856987>
- Shahbazfar, R., Zarei, E., Hajizade, K., & Dortaj, F. (2021). Comparing the Effectiveness of Cognitive-Behavioral Couple Therapy and Couple Therapy Based on Acceptance and Commitment Therapy in Improving Marital Quality of Non-clinical Couples. *Psychological Models and Methods*, 12(43), 100-113. <https://doi.org/10.30495/jpmm.2021.4726> (In Persian)
- Sirotiak, Z., Thomas, E.B.K., Wade, N.G., & Brellenthin, A.G. (2025). Associations between forgiveness and physical and mental health in the context of long COVID. *Journal of Psychosomatic Research*, 178, 1116-1120. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2024.111612>
- Stahl, B., Sittig, L., Milek, L., Gehrmann, F., Lussana, M., & Rizzonelli, M. (2025). Childhood Trauma May Explain Gains in Relationship Satisfaction After Integrative Couple Therapy. *Journal of Loss and Trauma*, 124, 1023-1027. <https://doi.org/10.1080/15325024.2025.2481408>

- Stamps, W.E. (2020). *Treatment of infidelity as a clinical issue in couple therapy: a critical review of the literature*. Doctoral dissertation, the University of Pepperdine. <https://www.proquest.com/openview/55a190f558c8903b31f8d7a3ab482b0a/1?cbl=18750&dis=s=y&pq-origsite=gscholar>
- Toussaint, L., & Worthington, E.L. (2023). Forgiveness and mental health. *Encyclopedia of Mental Health (Third Edition)*, 53-58. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-91497-0.00068-0>
- Tremblay, J., Dufour, M., Bertrand, K., Saint-Jacques, M., Ferland, F., Blanchette-Martin, N., Savard, A.-C., Côté, M., Berbiche, D., & Beaulieu, M. (2023). Efficacy of a randomized controlled trial of integrative couple treatment for pathological gambling (ICT-PG): 10-month follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 91(4), 221–233. <https://doi.org/10.1037/ccp0000765>
- Worthington, E.L., Ripley, J. S., Chen, Z. J., Kent, V. M., & Loewer, E. (2023). *Spiritually integrated couple therapy*. In P. S. Richards, G. E. K. Allen, & D. K. Judd (Eds.), *Handbook of spiritually integrated psychotherapies* (pp. 347–363). <https://doi.org/10.1037/0000338-018>
- Xiang, Y., Hu, R., Chen, H., & Li, X. (2024). Effect of Father Absence on Gratitude and Forgiveness: The Mediating Role of Resilience. *International Journal of Mental Health Promotion*, 26(12), 1025-1032. <https://doi.org/10.32604/ijmhp.2023.028301>

## Comparing the Effectiveness of Integrative Couple Therapy and Acceptance and Commitment-Based Couple Therapy on Forgiveness in Conflicted Couples Experiencing Marital Infidelity

### Extended Abstract

#### Aim

For a marriage to be considered successful, it requires the benefit of three elements: commitment, attraction, and understanding. Among them, commitment is considered the strongest and most stable predictor of marital satisfaction and the stability and durability of marriage (Dong et al., 2022). Marital commitment is considered to mean the amount of sacrifice individuals make for their marriage even when marriage is not rewarding (Wilson et al., 2024). In certain circumstances where marital commitment does not exist in a relationship, the most important damage that can be done to that relationship is the phenomenon of marital infidelity and extramarital affairs (Cheung, Chiu, Choi, 2022). Marital infidelity, as one of the most important factors threatening the stability of the family system, has many negative consequences for couples (Selterman et al, 2020) and causes harm in all individual, family, social, and spiritual dimensions (Olamijuwon et al, 2021). The experience of infidelity challenges the interpersonal functions of couples and causes communication insecurity, severe marital conflicts and turmoil, disruption of marital intimacy, interpersonal dissatisfaction, emotional separation, and divorce (Ghiassi et al., 2024). Marital infidelity can have severe emotional consequences for couples. Psychotherapists report that spouses who have been betrayed often experience feelings such as anger, low self-esteem, being trampled upon, depression, and helplessness (Olamijuwon et al, 2021). This process, by reducing emotional interactions between couples and the quality of love between them, also causes empathy to decrease in couples (Shamsi et al, 2022). In many cases, marital infidelity leads to the end of the relationship and the separation of the couple, but in some situations, forgiveness can be an effective solution to preserve the marital bond and rebuild the relationship (Izadi et al, 2022). Forgiveness is a process that helps people let go of negative emotions such as anger, resentment, and hatred and gradually develop a more positive view of the offender (Sirotiak et al., 2025). According to this The present study was conducted to comparing the effectiveness of integrative couple therapy and acceptance and commitment-based couple therapy on Forgiveness in conflicted couples experiencing marital infidelity.

#### Methodology

The present research method was semi-experimental with a pre-test-post-test design with a control group and a two-month follow-up period. The statistical population of the present study consisted of conflicting couples who experienced marital infidelity and referred to counseling centers in District 4 in Tehran during the summer quarter of 2024. 45 couples (90 people) were selected through purposive sampling method and randomly

accommodated into experimental and control groups (15 couples in the integrative couples therapy experimental group, 15 couples in the acceptance and commitment couples therapy experimental group, and 15 couples in the control group). Couples in the experimental group received integrative couples therapy (Baucom et al, 2009) (8 sessions) and acceptance and commitment-based couples therapy (Peterson et al, 2009) (8 sessions) separately. After the intervention, 2 couples in the first experimental group, 2 couples in the second experimental group, and 3 couples in the control group withdrew from the study. Accordingly, 76 people (38 couples) remained in the study (13 couples in the integrative couples therapy experimental group, 13 couples in the acceptance and commitment couples therapy experimental group, and 12 couples in the control group). The applied questionnaire in this study included Forgiveness Scale (FS) (Rye et al, 2001). The data taken from the study were analyzed through mixed ANOVA and Bonferroni follow-up test via SPSS23 software. The reason for using mixed variance analysis was that in this research there were two experimental and control groups, each of which was measured in three stages (pre-test, post-test and follow-up).

## Results

The results showed that the time factor or assessment stage (the difference between the pre-test, post-test, and follow-up stages) had a significant effect on forgiveness scores, the absence of negative thoughts toward the offender, and the presence of positive thoughts toward the offender in conflicted couples with marital infidelity. The effect size shows that the time factor explains 62, 61, and 55 percent of the difference in the variances of the scores of these variables, respectively. In addition, the effect of the group membership factor (integrative couple therapy and acceptance and commitment couple therapy) was also significant on forgiveness scores, the absence of negative thoughts toward the offender, and the presence of positive thoughts toward the offender in conflicted couples with marital infidelity, explaining 51, 49, and 47 percent of the difference in the scores of these variables, respectively. The results also indicated that the interaction effect of the type of treatment (integrative couple therapy and acceptance and commitment-based couple therapy) and the time factor on the scores of forgiveness, the absence of negative thoughts towards the offender and the presence of positive thoughts towards the offender in conflicting couples with the experience of marital infidelity was significant and explained 53, 51 and 49 percent of the difference in the scores of these variables, respectively. Finally, the results of the post hoc test showed that the difference between the mean scores of the variables of forgiveness, the absence of negative thoughts towards the offender and the presence of positive thoughts towards the offender in conflicting couples with the experience of marital infidelity in the integrative couple therapy experimental group and the acceptance and commitment-based couple therapy experimental group was not significant, and this finding means that there is no significant difference between the effectiveness of integrative couple therapy and acceptance and commitment-based couple therapy.

Table 1. Mixed analysis of variance to examine within- and between-group effects for the forgiveness variable and its subscales.

| variables                                          |              | Sum of Squares | df  | Means Square | F      | Sig    | Partial Eta Squared | Observed Power |
|----------------------------------------------------|--------------|----------------|-----|--------------|--------|--------|---------------------|----------------|
| Forgiveness                                        | Factor1      | 2265.16        | 2   | 1132.58      | 117.54 | 0.0001 | 0.62                | 1              |
|                                                    | Groups       | 3247.76        | 2   | 1623.88      | 38.32  | 0.0001 | 0.51                | 1              |
|                                                    | Factor*group | 1616.96        | 4   | 404.24       | 41.95  | 0.0001 | 0.53                | 1              |
|                                                    | error        | 1406.79        | 146 | 9.63         |        |        |                     |                |
| absence of negative thoughts towards the wrongdoer | Factor1      | 988.52         | 2   | 494.26       | 114.61 | 0.0001 | 0.61                | 1              |
|                                                    | Groups       | 1503.01        | 2   | 765          | 36.44  | 0.0001 | 0.49                | 1              |
|                                                    | Factor*group | 668.40         | 4   | 167.10       | 38.74  | 0.0001 | 0.51                | 1              |
|                                                    | error        | 629.64         | 146 | 4.31         |        |        |                     |                |
| having positive thoughts towards the wrongdoer     | Factor1      | 261.90         | 2   | 130.95       | 88.73  | 0.0001 | 0.55                | 1              |
|                                                    | Groups       | 322.32         | 2   | 161.16       | 33.78  | 0.0001 | 0.47                | 1              |
|                                                    | Factor*group | 207.68         | 4   | 51.92        | 35.18  | 0.0001 | 0.49                | 1              |
|                                                    | error        | 215.46         | 146 | 1.47         |        |        |                     |                |

Table 2. Examining pairwise differences to compare the effects of the experimental groups (integrative couple therapy and acceptance and commitment-based couple therapy) using the Bonferroni post hoc test.

| variables | Baseline group (average) | Difference in averages | Standard deviation error | Sig |
|-----------|--------------------------|------------------------|--------------------------|-----|
|-----------|--------------------------|------------------------|--------------------------|-----|

|                                                    |                                         |                                   |       |      |        |
|----------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------|-------|------|--------|
| Forgiveness                                        | Integrative couples therapy group       | Acceptance and Commitment Therapy | 0.59  | 1.59 | 0.67   |
|                                                    |                                         | Control group                     | 8.39  | 1.62 | 0.0001 |
|                                                    | Acceptance and Commitment Therapy Group | Integrative couples therapy group | -0.59 | 1.59 | 0.67   |
|                                                    |                                         | Control group                     | 7.80  | 1.62 | 0.0001 |
| absence of negative thoughts towards the wrongdoer | Integrative couples therapy group       | Acceptance and Commitment Therapy | 0.63  | 1.23 | 0.64   |
|                                                    |                                         | Control group                     | 5.86  | 1.26 | 0.0001 |
|                                                    | Acceptance and Commitment Therapy Group | Integrative couples therapy group | -0.63 | 1.23 | 0.64   |
|                                                    |                                         | Control group                     | 4.23  | 1.26 | 0.0001 |
| having positive thoughts towards the wrongdoer     | Integrative couples therapy group       | Acceptance and Commitment Therapy | -0.04 | 0.67 | 0.78   |
|                                                    |                                         | Control group                     | 2.53  | 0.69 | 0.001  |
|                                                    | Acceptance and Commitment Therapy Group | Integrative couples therapy group | 0.04  | 0.67 | 0.78   |
|                                                    |                                         | Control group                     | 2.57  | 0.69 | 0.001  |

## Conclusion

The first finding of the present study showed that integrative couple therapy is effective on forgiveness in conflicted couples who have experienced marital infidelity. The present finding was consistent with the results of the study by Farabi et al (2023) on the effectiveness of integrative behavioral couple therapy on family functioning in couples with extramarital relationships, with the report by Stahl et al. (2025) on the effect of integrative couple therapy on improving marital satisfaction and resolving childhood traumas in couples, and with the results of the study by Tremblay et al. (2023) on the effectiveness of integrative couple therapy on improving emotional regulation and interaction quality in couples. In the present explanation of the effectiveness of integrative couple therapy on marital empathy and alexithymia of couples who are conflicted about the experience of marital infidelity, it can be stated that integrative couple therapy techniques such as emotional awareness, exposure, acceptance of emotions, listening skills, and cognitive restructuring make couples aware of the mutual connection between thoughts and emotions. In addition, this couple therapy made couples identify their automatic maladaptive evaluations and by replacing maladaptive cognitive evaluations with adaptive cognitive evaluations, flexibility in thoughts and adjustment in emotions increased (Farabi et al, 2023). Accordingly, the amount of negative feelings of couples who are in conflict about their experience of marital infidelity towards their spouse and their life together is significantly reduced, and in return, they express more forgiveness towards each other.

Another part of the findings of the present study showed that couple therapy based on acceptance and commitment is effective on forgiveness of conflicted couples with the experience of marital infidelity. The present finding was consistent with the results of Panahifar et al (2022) on the effectiveness of couple therapy based on acceptance and commitment on marital stress of couples on the verge of divorce and with the findings of López-Pinar et al (2025) on the effect of treatment based on acceptance and commitment on symptoms of psychological distress, anxiety, and depression in married women. In the present explanation, it can be said that couples who are conflicted by the experience of marital infidelity experience numerous emotional-psychological changes, and some of them have feelings that arise from their negative reaction to changes related to the conditions of marital life. These changes can affect interpersonal, social, family relationships, and the quality of life of these couples (Petersen et al., 2024). Accordingly, couple therapy based on acceptance and commitment with the treatment of emotional avoidance, improving reactions, identifying values, and creating a commitment to behavioral changes was able to help couples who are conflicted by the experience of marital infidelity to improve their marital relationship as one of the stated values. This process led them to consider the quality of constructive marital interaction as one of their stated values and, based on that, to improve and expand their family functioning. As a result of this process, their forgiveness also increased.

The present study, like other studies, faced limitations. The first limitation was that the scope of the study was limited to conflicting couples who experienced marital infidelity and referred to counseling centers in District 4 of Tehran. The second limitation was the existence of some uncontrolled variables, such as the causes of marital conflicts in the couples in the study, the causes of the tendency to infidelity in the couples in the study, the financial status of the families, the number of children, and their social status. The third limitation was the lack of use of random sampling methods, and finally the fourth limitation was the lack of implementation of the six-month and one-year follow-up phase. Based on research limitations, at the research proposal level, it is recommended that this study be conducted in other cities and communities with different cultures, other couples (such as couples with marital conflicts, suffering from psychological trauma, early maladaptive schemas, etc.), controlling for the aforementioned factors, using a random sampling method, and implementing a longer follow-

up phase (six months or one year). Given the effectiveness of integrative couple therapy and acceptance-based couple therapy on forgiveness of couples experiencing marital infidelity, at the practical level, it is recommended that the present therapeutic approaches be presented to family counselors and therapists at the city-level counseling centers and courts during a specialized workshop so that they can take practical action to increase forgiveness of couples experiencing marital infidelity by applying these therapeutic models. Since both integrative couple therapy and acceptance-based couple therapy approaches have been effective, it is also suggested that a structured integrated protocol be designed that combines the strengths of both approaches.

**Keywords:** Conflicted Couples, Integrative Couples Therapy, Acceptance and Commitment-Based Couple Therapy, Marital Infidelity, forgiveness

### **Ethical Considerations**

In order to comply with research ethics, consent was obtained from the couples to participate in integrative couple therapy and acceptance and commitment-based couple therapy interventions and they were informed about all stages of treatment. The couples in the control group were also assured that after completing the research process, they would receive one of these therapeutic interventions of their choice and for free, if they wished. In addition, the principle of confidentiality and privacy of all information was strictly observed at each stage of the research. The present study has been registered with the ethics code IR.IAU.QOM.REC.1403.170 at the Islamic Azad University, Qom Branch.

### **Acknowledgments**

This article was taken from the doctoral dissertation of the first author of the study at Islamic Azad University, Qom Branch. We would like to express our gratitude to all the couples participating in the study, their families, and the officials of the counseling centers in District 4 of Tehran who fully cooperated in conducting the study.

### **Conflict of Interest and Funding Support**

In this study, no conflict of interest was reported by the authors. It should be noted that no government or private organization has financially supported this research.