



The Effectiveness of Rational- Emotive Behavioral Therapy on Marital Forgiveness and Desire for Divorce in Couples on the Verge of Divorce

Hosein Golrokhi¹ , Shohreh Ghorban Shiroudi^{2*} , Seyyed Ali Hoseini Almadani³ 

1. Department of Counseling, Faculty of Humanities, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. Email: Hgol63@yahoo.com

2. Department of Counseling, Faculty of Humanities, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. Email: sh.ghorbanshiroudi@toniau.ac.ir

3. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. Email: Hosseini-almadani@iau-tnb.ac.ir

ARTICLE INFO

Article type:

Research Article

Article History:

Received: 17 Mar 2024

Revised: 15 Apr 2024

Accepted: 7 May 2024

Published: 21 Jul 2024

Keywords:

Couples on the Verge of Divorce, Desire for Divorce, Marital Forgiveness, Rational- Emotive Behavioral Therapy

ABSTRACT

The present study was conducted to investigate the effectiveness of rational-emotive behavioral therapy on marital forgiveness and desire for divorce in couples on the verge of divorce. 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 included the couples on the verge of divorce who referred to consultation centers in zone One of Tehran in the Fall of 2023. 17 couples (34 people) were selected through purposive sampling method and randomly accommodated into experimental and control groups (9 couples in the experimental group and 8 in the control group). The experimental group received rational- emotive behavioral therapy (14 sessions) during fourteen weeks. The applied questionnaires in this study included Marital Conflict Questionnaire (MCQ), Family Forgiveness Scale (FFS) and Desire for Divorce Scale (DDS). The data taken from the study were analyzed through mixed ANOVA and Bonferroni follow-up test via SPSS23 software. The results showed that rational- emotive behavioral therapy is effective on the marital forgiveness ($F=44.99$; $\eta^2=0.58$; $P<0.001$) and desire for divorce ($F=24.63$; $\eta^2=0.43$; $p<0.001$) of the Couples on the Verge of Divorce. According to the findings of the present study, rational- emotive behavioral therapy can be used as an efficient approach to improve marital forgiveness and decrease desire for divorce in couples on the verge of divorce through clarifying goals, classifying irrational thoughts, knowing the connection between emotions and behavior and adopting a life philosophy based on self-acceptance.

Cite this article: Golrokhi, H., Ghorban Shiroudi, S., & Hoseini Almadani, S. A. (2023). 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*, (In Press/ Accepted Manuscript). doi: 10.22059/japr.2024.374084.644888



Publisher: University of Tehran Press

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

© The Author(s).

اثربخشی رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق

حسین گلرخی^۱، شهره قربان شیروودی^{۲*}، سیدعلی حسینی المدنی^۳

۱. دانشجوی دکتری تخصصی مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: Hgol63@yahoo.com
۲. نویسنده مسؤل، دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: sh.ghorbanshiroodi@toniau.ac.ir
۳. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: Hosseini-almadani@iau-tnb.ac.ir

چکیده

اطلاعات مقاله

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق انجام شد. روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل زوجین در آستانه طلاق مراجعه کننده به مراکز مشاوره منطقه یک شهر تهران در فصل پاییز سال ۱۴۰۲ بود. در این پژوهش تعداد ۱۷ زوج (۳۴ نفر) با روش نمونه‌گیری غیرتصادفی هدفمند انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه جایدهی شدند (۹ زوج در گروه آزمایش و ۸ زوج در گروه گواه). زوجین حاضر در گروه آزمایش رفتار درمانی عقلانی-هیجانی (۱۴ جلسه) را طی چهارده هفته دریافت نمودند. پرسشنامه‌های مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه تعارض زناشویی (MCQ)، مقیاس بخشودگی خانوادگی (FFS) و مقیاس میل به طلاق (DDS) بود. داده‌های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل واریانس آمیخته و آزمون تعقیبی بونفرونی توسط نرم‌افزار آماری SPSS²³ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر بخشودگی زناشویی ($F=44/99$; $\text{Eta}=\cdot/58$; $P<\cdot/001$) و میل به طلاق ($F=24/63$; $\text{Eta}=\cdot/43$; $P<\cdot/001$) در زوجین در آستانه طلاق تاثیر دارد. بر اساس یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر، رفتار درمانی عقلانی-هیجانی با بکارگیری فنونی همانند روشن‌سازی اهداف، طبقه‌بندی افکار غیرمنطقی، آگاهی از ارتباط هیجان‌ها با رفتار و اتخاذ فلسفه زندگی مبتنی بر خودپذیری می‌تواند به عنوانی رویکردی موثر در جهت بهبود بخشودگی زناشویی و کاهش میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق مورد استفاده قرار داد.

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخ‌های مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۱۲/۲۷

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۱/۲۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۲/۱۸

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۴/۳۱

کلیدواژه‌ها:

بخشودگی زناشویی، رفتار درمانی عقلانی-هیجانی، زوجین در آستانه طلاق، میل به طلاق

استاد: گلرخی، ح.، قربان 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. فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی، (پذیرش شده - در نوبت چاپ). doi: 10.22059/japr.2024.374084.644888

ناشر: انتشارات دانشگاه

© نویسندگان.

تهران



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

۱. مقدمه

ازدواج به عنوان مهم‌ترین و عالی‌ترین رسم اجتماعی برای دستیابی به نیازهای عاطفی، همواره مورد توجه بوده است. دلایل اصلی ازدواج عمدتاً عشق و محبت داشتن به شریک و همراه در زندگی، ارضای نیازهای عاطفی-روانی و افزایش شادی و خشنودی است و نیز در جوامع شرقی، ازدواج تعیین کننده هویت و احساس ارزشمندی است (عباس مفرد و همکاران، ۱۴۰۰). آنچه از خود ازدواج مهم‌تر به شمار می‌رود موفقیت در ازدواج یا سازگاری در بین زوجین است. اما متأسفانه یکی از مشکلات شایع موجود در جوامع امروزی که به طور خاص مورد توجه زوج درمانگران واقع شده است، مشکلات و تعارضات زناشویی^۱ است (دونگ، دونگ و چن، ۲۰۲۲). این تعارضات ممکن است اشکال گوناگون داشته باشد و به صورت افسردگی یکی یا هر دو زوج، اعتیاد، روابط آشفته بین فرزندان، سوء رفتار با همسر و درگیری لفظی بین زوجین بروز نماید و در نهایت منجر به طلاق گردد. شایع‌ترین نحوه بروز مشکلات در روابط است و گواه آن آمار بالای طلاق در کشورهای غربی است به طوری که شیوع آن به بیش از ۵۰ درصد می‌رسد یعنی از هر دو زوجی که برای اولین بار ازدواج می‌کنند یک زوج طلاق می‌گیرد (ویلسون و همکاران، ۲۰۱۷). نتایج مطالعه لی و لیو^۴ (۲۰۲۰) و ماخانوا و همکاران^۵ (۲۰۱۸) نشان داد که زوج‌های دارای تعارض زناشویی بالا، از نظر بهداشت روانی و سلامتی در سطح ضعیفی می‌باشند. با افزایش تعارض در روابط زوجی، ناسازگاری افزایش می‌یابد، نارضایتی بیشتری حاصل می‌شود به علاوه این مشکلات، از مقدمات طلاق محسوب می‌شوند (چئونگ، چيو و چوی، ۲۰۲۲). یکی از متغیرهایی که می‌تواند نقشی مهم در کاهش تعارضات زناشویی ایفا کند، بخشودگی زناشویی^۶ است. چرا که بخشودگی از سوی زوجین، می‌تواند راهکاری مفید در جهت حفظ کيان زندگی زناشویی باشد (ایزدی، رضایور میرصالح و چوب فروش زاده، ۱۴۰۱).

بخشودگی به عنوان "تغییر میان فردی و اجتماعی مثبت در مقابل خطاهایی که در حوزه میان فردی قرار دارد" به شمار می‌رود (کرنر، شوتز و فینچام، ۲۰۲۲). این تعریف به تغییراتی اطلاق می‌شود که می‌تواند تنها در برگزیده کاهش در احساسات منفی و یا در برگزیده کاهش احساسات منفی همراه با احساسات مثبت باشند و در هر صورت این تغییر یک تغییر مثبت اجتماعی است که هدفش ایجاد تعاملات اجتماعی مثبت‌تر است. به عبارت دیگر بخشودگی به آن ویژگی گفته می‌شود که در اثر آن شخصی که در روابط میان فردی مورد آزار یا آسیب (مانند اهانت و خیانت) قرار گرفته است، خطای فرد خاطی را می‌بخشد و بدین ترتیب فرصتی دوباره برای جبران خطا به فرد خاطی داده می‌شود تا بتواند دوباره اعتمادسازی کند (آرسیگلو، ۲۰۱۶). بخشیدن طرف مقابل به خاطر تخطی‌ها و تخلف‌هایی که صورت داده یک وسیله قوی و توانمند برای خاتمه دادن به یک رابطه مختل شده یا دردناک می‌باشد و شرایط را برای آشتی و مصالحه با فرد خطاکار به وجود می‌آورد (تاساینت و ورتینگتون، ۲۰۲۳). بخشش ویژگی مثبتی است که انطباق فرد با جامعه را ارتقا بخشیده و سبب افزایش سلامت و کیفیت زندگی مشترک می‌شود (به و همکاران، ۲۰۱۹). بخشودگی میان زوجین یکی از عوامل تاثیرگذار بر سلامت و استحکام خانواده‌ها قلمداد شده است. بخشیدن به معنای فراموش کردن و اغماض کردن و از خودگذشتگی نیست بلکه بخشش واکنشی است که اجازه می‌دهد با وجود اشتباهات و خیانت‌های یا شکست‌ها رابطه ادامه یابد. بخشودگی زناشویی از نقش راهبردی مقابله‌ای در کاهش نشانه‌های افسردگی و افزایش سلامت روان شناختی برخوردار است (ایمانی‌زاد و همکاران، ۱۴۰۰).

1. marital conflicts
2. Dong, Dong, Chen
3. Wilson et al
4. Li, Liu
5. Makhanova et al
6. Cheung, Chiu, Choi
7. Marital Forgiveness
8. Körner, Schütz, Fincham
9. Aricioglu
10. Toussaint, Worthington
11. Ye et al

علاوه بر تمرکز بر بهبود بخشودگی زناشویی در بین زوجین در آستانه طلاق، می‌بایست با بکارگیری مداخلات کارآمد، میل به طلاق^۱ را در آنان کاهش داده تا از این طریق بتوان انتظار داشت آنان برای مشکلات خود به دنبال راه حل سازنده باشند (مشتاقی، اصغرنژادفرید و احقر، ۱۳۹۹). منظور از میل به طلاق، میزان تمایل و علاقه مندی زوجین به جدا شدن و گسستن روابط زناشویی طی مراحل قانونی است (علمی و همکاران، ۱۳۹۹). این مفهوم دارای سه بعد شناختی، عاطفی و رفتاری است، که در بعد شناختی تصورات فرد در مورد طلاق را در برمی‌گیرد و در بعد عاطفی شامل احساسات و عواطف مثبت و منفی فرد نسبت به طلاق است، سرانجام بعد رفتاری میزان آمادگی رفتاری فرد را جهت یا علیه طلاق در برمی‌گیرد. در بررسی علت طلاق علاوه بر عوامل اجتماعی، اقتصادی و حقوقی، توجه به علل فردی و روان‌شناختی و عاطفی، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (دیلی^۲، ۲۰۱۹). در بررسی عوامل مختلف در ایجاد میل به طلاق، کاهش صمیمیت زناشویی و عدم تمایل به حل مشکلات بین زوجی به خوبی مشهود است (زیرک، موسی‌زاده و نظری، ۱۴۰۰). اگر نگرش‌های صمیمانه در زندگی زوجین پایین باشد. موجبات تعاملات نامناسب در زندگی زوجین می‌گردد و رضایت و شادمانی در روابط مختل می‌گردد می‌تواند منجر به میل به طلاق در زوجین گردد (اسمیت-گریناوی و کلارک^۳، ۲۰۱۷).

روش‌ها و رویکردهای درمانی و آموزشی مختلفی برای زوجین متعارض و کاهش آسیب‌های مربوط به آن بکار گرفته شده است. یکی از رویکردهای درمانی که می‌تواند مبتنی بر پیشینه پژوهش موثر باشد، رفتار درمانی عقلانی-هیجانی^۴ است. رفتار درمانی عقلانی-هیجانی، از جمله رویکردهای شناختی-رفتاری در روان‌درمانی و مشاوره است که در آن علل اکثر مشکلات رفتاری و عاطفی افراد ناشی از طرز تفکر آنها درباره اشیا و امور تلقی می‌شود. به سخنی دیگر این، نظام باورهای معیوب فرد است که باعث ایجاد پیامدهای نامناسب عاطفی در وی می‌شود (بومان و تارنر^۵، ۲۰۲۲). در این رویکرد فرایند درمان به گونه‌ای طراحی شده است که باورهای غیرمنطقی مشخص گردیده، پیوندهای بین شناخت، عاطفه و رفتار تعیین شده و شواهد مخالف افکار غیرمنطقی را بررسی نموده تا تغییر واقع‌گرایانه را جایگزین باورهای غیرمنطقی نماید تا باعث کاهش تعارضات و افزایش سازگاری شود (اسفندیاری بیات و همکاران، ۱۴۰۰). درمان رفتار درمانی عقلانی-هیجانی، متکی بر حل مسئله، بهره‌گیری از عقل و منطق و احترام متقابل است که می‌تواند راهگشای مفیدی برای پایان بخشیدن به روابط نامناسب و برقراری ارتباط سالم و مطلوب میان زوجین گردد و نیز به زوجین می‌آموزد که مسئولیت حل مشکلات را در آینده بر عهده گیرند و انتظارات و خواسته‌های متکی بر عقل و منطق و واقعیت از یکدیگر داشته باشند (مباشری، ثناگوی محرر و شیرازی، ۱۴۰۰). رفتار درمانی عقلانی-هیجانی با منطق درمانی مبتنی بر ایجاد "حس بهینه" می‌تولند با ادغام عقل و معنا، انعطاف‌پذیری، کارایی و اثربخشی فرایند درمانی را افزایش دهد (الطافی، وزیری و ثابت، ۱۴۰۱). این رویکرد درمانی معتقد است اتفاقات و رویدادها به تنهایی باعث تنش نمی‌شوند، بلکه این دیدگاه افراد از اتفاقات و رویدادها است که منجر به تنش اضطراب و افسردگی در آنها شده و آنها را با مشکل مواجه می‌سازد (لیو و همکاران^۶، ۲۰۲۲). از نظر رفتار درمانی عقلانی-هیجانی تفکرهای منطقی باعث می‌گردند فرد در زندگی خود، فعالیت بیشتری داشته باشد و از نقطه روشنی به حوادث بنگرد. این عمل باعث امید و شهنامت در فرد شده و توان انجام کار را به وی می‌دهد (یورفا و آسکی^۷، ۲۰۲۳). هدف رفتار درمانی عقلانی-هیجانی این است که شخص بتواند اختلالات هیجانی خود را به حداقل رسانده و زندگی شادی داشته باشد. این رویکرد به انسان‌ها می‌آموزد که با احساساتی نظیر ناکامی، آزرده‌گی، تاسف و ندامت که منفی هستند به صورت موثر برخورد نموده و با آنها کنار بیایند (اوتار و همکاران^۸، ۲۰۱۸). نتایج پژوهش الطافی، وزیری و ثابت (۱۴۰۱)، اسفندیاری بیات و همکاران (۱۴۰۰)، مباشری، ثناگوی محرر و شیرازی (۱۴۰۰)، اسمخانی اکبری‌نژاد و همکاران

1. Desire for Divorce
2. Daily
3. Smith-Greenaway & Clark
4. rational- emotive behavioral therapy
5. Bowman & Turner
6. Liu et al
7. Urfa & Aşçı
8. Outar et al

(۱۳۹۸)، رستمی و همکاران (۱۳۹۸)، یورفا و آسکی (۲۰۲۳)، لیو و همکاران (۲۰۲۲)، بومان و تارنر (۲۰۲۲)، مون و همکاران^۱ (۲۰۲۱) و اوتار و همکاران (۲۰۱۸) نشان دهنده آن است که رفتار درمانی عقلانی-هیجانی می‌تواند مولفه‌های مختلف روان‌شناختی، هیجانی و ارتباطی زوجین را تحت تاثیر قرار دهد.

در ضرورت پژوهش حاضر باید گفت متأسفانه در کشور ایران آمار طلاق طی یک دهه اخیر رو به رشد بوده است. چنانکه در سال ۱۴۰۰ از هر سه ازدواج یکی به طلاق انجامیده و نسبت به سال ۱۳۹۹ میزان طلاق تقریباً دو درصد افزایش داشته است. این در حالی است که نرخ طلاق در ده سال اخیر ۲۸ درصد بوده است. پر واضح است حل تعارضات زناشویی به عنوان یکی از شاخص‌های سلامت خانواده نقش اساسی در پیشگیری از طلاق دارد، و از آنجا که روابط زوج‌هایی که دچار تعارضات زناشویی هستند، در صورتی که به موقع تشخیص و مداخله صورت نگیرد به احتمال زیاد به طلاق خواهد کشید. دیگر جنبه اهمیت انجام پژوهش حاضر، تأکید بر نهاد خانواده و اهمیت کارکرد این نهاد خصوصاً برای جامعه است. پایداری نهاد خانواده در طول دوره‌های مختلف تاریخی دلالت بر کارکردی بودن این نهاد دارد. صاحب‌نظران بر این باور هستند که جامعه سالم از خانواده‌های سالم تشکیل شده است و شرط سلامت خانواده، وجود روابط سالم و کارکرد صحیح این نهاد است. بروز و گسترش بسیاری از مشکلات فردی، اجتماعی و دیگر آسیب‌ها و انحرافات در قرون اخیر می‌تواند ناشی از اختلال در کارکرد نهاد خانواده باشد. بنابراین باید راه‌هایی که می‌تواند کارکرد خانواده را بهبود ببخشد، مورد شناسایی و کاربرد قرار گیرند و همانگونه که مشخص شد، رفتار درمانی عقلانی-هیجانی یکی از رویکردهای درمانی است که می‌تواند به خانواده‌ها در رفع مشکلات درون خانوادگی، برخورد با مسائل بحرانی و بهبود کارکردی نهاد خانواده کمک شایانی نماید. بنابراین مساله اصلی پژوهش حاضر آن بود که آیا رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق موثر است؟ فرضیه‌های پژوهش:

۱. رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر بخشودگی زناشویی در زوجین در آستانه طلاق موثر است.
۲. رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق موثر است.

۲. روش

۲-۱. 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 شامل زوجین با تعارضات زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره منطقه یک شهر تهران در فصل پاییز سال ۱۴۰۲ بود. در پژوهش حاضر از روش نمونه‌گیری غیرتصادفی هدفمند استفاده شد. بدین صورت که ابتدا زوجین با تعارضات زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره راه سبز و موج زندگی منطقه یک شهر تهران در فصل پاییز سال ۱۴۰۲ مورد شناسایی قرار گرفت. این زوجین هنوز وارد فرایند اجرایی دریافت خدمات مشاوره‌ای مراکز نشده بودند. سپس با پخش فرم‌های حضور در پژوهش به شکل داوطلبانه در بین زوجین با تعارضات زناشویی پخش شد. با شناسایی زوجین داوطلب، پرسشنامه تعارضات زناشویی به آنها ارائه شد. با اجرای پرسشنامه تعارضات زناشویی و نمره‌گذاری آن، زوجینی که نمره بالاتر از ۱۲۵ در پرسشنامه تعارضات زناشویی کسب کردند، انتخاب شدند. سپس این زوجین با استفاده از مصاحبه بالینی (جهت اطمینان از وجود تعارضات زناشویی) نیز مورد بررسی مجدد قرار گرفتند. در مرحله آخر تعداد ۲۰ زوج که بالاترین نمره‌ها را در پرسشنامه تعارضات زناشویی به دست آورده بودند (نمره‌های بالاتر از میانگین و به صورت ترتیب‌بندی شده)، انتخاب و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۱۰ زوج در گروه آزمایش و ۱۰ زوج در گروه گواه). در حین اجرای مداخله، یک زوج (۲ نفر) در گروه آزمایش و ۲ زوج (۴ نفر) در گروه گواه از مطالعه انصراف دادند. بر این اساس، ۳۲ نفر (۱۸ نفر در گروه آزمایش و ۱۶ نفر در گروه گواه) در مطالعه باقی ماندند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: داشتن سابقه زندگی زناشویی بالاتر از سه سال، داشتن تعارضات زناشویی، کسب نمره بالاتر از ۱۲۵ در پرسشنامه

تعارض زناشویی، داشتن حداقل تحصیلات دیپلم، داشتن سلامت جسمی و تمایل به شرکت در پژوهش بود. لازم به ذکر است که ملاک‌های خروج نیز شامل غیبت در دو جلسه آموزشی، عدم انجام تکالیف خواسته شده و بروز حوادث پیش‌بینی نشده بود.

۲-۲. ابزارهای سنجش

۲-۲-۱. پرسشنامه تعارض زناشویی^۱ (MCQ): پرسشنامه تعارض زناشویی توسط ثنایی و همکاران (۱۳۸۷) ساخته شده است. این پرسشنامه نمره کل تعارض زناشویی و ابعاد آن را به دست می‌دهد. این ابعاد عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر. هر سوال آزمون دارای یک مقیاس پنج درجه‌ای (همیشه=۵، اکثر اوقات=۴، گاهی وقت‌ها=۳، به ندرت=۲ و هرگز=۱) تعلق می‌گیرد. نمره بالا در این آزمون حاکی از شدت تعارض و بد بودن اوضاع و پایین بودن دال بر خوب بودن اوضاع است. دامنه نمره‌های کل پرسشنامه بین ۴۲ تا ۲۱۰ است. نمره‌های بالاتر از ۱۲۵ نشان دهنده وجود تعارض زناشویی است (ثنایی و همکاران، ۱۳۸۷). این پرسشنامه توسط سازندگان آن بر روی مراجعه کنندگان به مراجع قضایی یا مراکز مشاوره جهت رفع تعارض زناشویی هنجاریابی شده و مشخصات روان‌سنجی آن به این شرح گزارش شده است: آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۶۳، و برای خرده مقیاس کاهش همکاری ۰/۶۴، افزایش جلب حمایت فرزند ۰/۶۰، افزایش واکنش هیجانی ۰/۷۳، کاهش رابطه جنسی ۰/۷۰، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان ۰/۶۴، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان ۰/۶۴ و جدا کردن امور مالی از یکدیگر ۰/۶۹ گزارش شده است. برای تعیین روایی این آزمون از تعدادی متخصص خانواده درمانی نظرخواهی شد، بنابر اعتقاد آن‌ها این آزمون دارای روایی محتوایی مناسبی بوده و مقدار آن نیز ۰/۸۳ محاسبه شد (ثنایی و همکاران، ۱۳۸۷). پایایی این پرسشنامه در پژوهش فرهمندی، بخشی‌پور و جاجرمی (۱۴۰۲) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۳ محاسبه شد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۲ محاسبه شد.

۲-۲-۲. مقیاس میل به طلاق^۲ (DDS): مقیاس میل به طلاق اولین بار به وسیله روبلت، جانسون و مورو (۱۹۸۶) طراحی شد. این مقیاس دارای ۱۴ سوال است که به وسیله طیف لیکرت با درجه‌بندی ۷ تایی نمره‌گذاری می‌شود (۱ = هرگز، ۲ = بندرت، ۳ = خیلی کم، ۴ = کم، ۵ = زیاد، ۶ = خیلی زیاد، ۷ = همیشه). حداقل نمره در این فرم ۱۴ و حداکثر نمره ۹۸ است. کسب نمره بالاتر نشان دهنده میل به طلاق بیشتر است. والور-سگورا، مارسیاس و لوزانو^۳ (۲۰۲۰) تحلیل عاملی و تاییدی این پرسشنامه را بررسی و مورد تایید قرار دادند. همچنین آنان پایایی مقیاس را نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ برآورد نمودند (والور-سگورا، مارسیاس و لوزانو، ۲۰۲۰). در پژوهش داودی، اعتمادی و بهرامی (۱۳۹۰) به منظور بررسی روایی (محتوایی) پرسشنامه مذکور از تنی چند از اساتید و صاحب‌نظران راجع به محتوای آن سؤال و با اعمال تغییرات پیشنهادی، تأیید نظر ایشان مبنی بر روا بودن ابزار اخذ شد. پایایی این مقیاس در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴ محاسبه شد.

۲-۲-۳. مقیاس بخشودگی خانوادگی^۵ (FFS): مقیاس بخشودگی خانوادگی توسط پولارد و همکاران^۶ (۱۹۹۸) برای یافتن میزان بخشایش در خانواده‌ها و نیز ابعاد بخشایش طراحی و ساخته شد. پرسشنامه شامل دو قسمت خانواده اصلی (نسل اول) و خانواده هسته‌ای یا نسل دوم (زوجین) می‌شود. فرم اصلی مقیاس شامل ۴۰ عبارت است. پاسخ هر عبارت شامل یک طیف چهار درجه‌ای "تقریباً همیشه این طور است"، "اغلب اوقات همین طور است"، "بندرت این طور است"، "اصلاً این طور نیست" می‌شود

۱. Marital Conflict Questionnaire (MCQ)

۲. Desire for Divorce Scale (DDS)

۳. Rusbult, Johnson, Morrow

۴. Valor-Segura, Macías, Lozano

۵. Family Forgiveness Scale (FFS)

۶. Pollard et al

(نمره یک تا چهار). سوالات ۳-۴-۶-۱۰-۱۲-۱۳-۱۵-۱۶-۱۷-۲۳-۲۴-۲۷-۳۰-۳۲-۳۳-۳۶-۳۹ به صورت معکوس نمره گذاری می شوند. حداقل نمره در این فرم ۴۰ و حداکثر نمره ۱۶۰ است. کسب نمره بالاتر نشان دهنده بخشودگی خانوادگی بیشتر است. **پولارد و همکاران (۱۹۹۸)** میزان روایی محتوایی مقیاس بخشودگی خانوادگی را ۰/۹۱ گزارش کردند که مطلوب بود. همچنین میزان پایایی را هم با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ گزارش کردند (**پولارد و همکاران، ۱۹۹۸**). **دغاغله، عسگری و حیدری (۱۳۹۱)** در پژوهش خود میزان روایی سازه این پرسشنامه را مطلوب و به میزان ۰/۸۸ گزارش کردند. همچنین میزان پایایی را نیز با بهره بردن از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ محاسبه شد (**دغاغله، عسگری و حیدری، ۱۳۹۱**). پایایی این مقیاس در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ محاسبه شد.

۲-۳. شیوه اجرای پژوهش

پس از اخذ مجوزهای لازم از طرف مراکز مشاوره مربوطه (مراکز مشاوره راه سبز و موج زندگی) و انجام فرایند نمونه‌گیری، زوجین انتخاب شده (۲۰ زوج با تعارض زناشویی) به شیوه تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه جایدهی شدند (۱۰ زوج در گروه آزمایش و ۱۰ زوج در گروه گواه). این افراد هنوز وارد جلسات درمانی مراکز مشاوره نشده بودند. گروه آزمایش مداخله رفتار درمانی عقلانی-هیجانی را در ۱۴ جلسه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمودند. این در حالی است که زوجین حاضر در گروه گواه مداخله حاضر را در طول پژوهش دریافت نکردند. لازم به ذکر است که جلسه‌های درمان توسط پژوهشگر و یک متخصص مشاوره خانواده اجرا شد. پروتکل رفتار درمانی عقلانی-هیجانی برگرفته از پروتکل **مباشری، ثناگوی محرز و شیرازی (۱۴۰۰)** بود که برای جامعه آماری زوجین در آستانه طلاق مورد استفاده و کارایی آن تایید شده است. در حین اجرای مداخله، یک زوج (۲ نفر) در گروه آزمایش و ۲ زوج (۴ نفر) در گروه گواه از مطالعه انصراف دادند. بر این اساس، ۳۴ نفر (۱۸ نفر در گروه آزمایش و ۱۶ نفر در گروه گواه) در مطالعه باقی ماندند.

جدول ۱: خلاصه رفتار درمانی عقلانی-هیجانی (مباشری، ثناگوی محرز و شیرازی، ۱۴۰۰)

جلسه	اهداف	محتوا	تکلیف
اول	انجام پیش‌آزمون، تعیین ساختار گروه، معرفی رفتار درمانی عقلانی-هیجانی، شناخت ماهیت تعارض زناشویی و آسیب‌های ناشی از آن	صحبت در مورد اهداف تشکیل گروه و همچنین قوانین ورود و خروج از گروه، معرفی اعضای گروه، تعیین قوانین و اهداف گروه، معرفی رفتار درمانی عقلانی-هیجانی، صحبت در مورد ماهیت تعارض زناشویی و آسیب‌های آن.	تعیین اهداف و انتظارات از گروه به صورت واضح و مشخص
دوم	روشن‌سازی اهداف و انتظارات درمانی اعضا و توافق در مورد آن	کمک به اعضا در تعریف واضح و توافق در مورد اهداف خود برای شرکت در گروه	ارائه کاربرگ ثبت مشکل در قالب A-B-C
سوم	کمک به اعضا در طرح مشکلشان به شکل واضح و روشن، آموزش A-B-C	به اعضا کمک شد تا مشکل خود را در قالب A-B-C برنامهریزی کنند.	ارائه کاربرگ دوستونی ثبت افکار و احساسات
چهارم	بررسی و تمرین طرح مشکلات گروه در قالب A-B-C، آموزش متمایز کردن هیجان‌ات سالم از هیجان‌ات ناسالم	از تمامی اعضا خواسته شد مشکلات خود را به صورت A-B-C مطرح کنند و مشکلاتشان حل شد و ارتباط بین احساسات سالم و ناسالم با افکار منطقی و غیرمنطقی را توضیح دهند.	ثبت روزانه افکار و احساسات
پنجم	آگاهی از ارتباط هیجان‌ها با افکار و رفتار	آموزش رابطه بین افکار و تجربه هیجان‌ات تبیین پیامدهای هیجانی- رفتاری تفکر منطقی و غیرمنطقی	ثبت روزانه افکار، احساسات و تعیین افکار غیرعقلانی
ششم	آشنایی با طبقه بندی افکار غیرمنطقی	یازده تفکر غیرمنطقی مطرح شده توسط الیس معرفی و به گروه توضیح داده شد.	ادامه تشخیص افکار غیرعقلانی
هفتم	تطبیق افکار گروه با طبقه بندی افکار غیر منطقی	از چند نفر خواسته شد تا افکار خود را در رابطه با مشکل خود بیان کنند و مشخص کنند که افکار آنها به کدام یک از ۱۱ فکر غیرمنطقی مربوط می‌شود.	تمرین شناسایی افکار غیرمنطقی و تعیین پیامدهای عاطفی و رفتاری
هشتم	تعمیق تسلط در شناسایی افکار غیرمنطقی	از سایر اعضا خواسته شد تا افکار مرتبط با مشکل خود را بر اساس ۱۱ تفکر غیرمنطقی بیان کنند و تجربه هیجانی افکار خود را تشخیص دهند.	شناسایی افکار منفی و جایگزینی آنها با افکار مثبت

جلسه	اهداف	محتوا	تکلیف
نهم	تبیین نگرش باید اندیشی و ترجیح اندیشی	در مورد غیرمنطقی بودن و عدم انطباق تفکر بایدی و پیامدهای آن بحث شد. دیدگاه ترجیح اندیشی و پیامدهای آن بحث شد.	زیر سوال بردن باورهای غیرمنطقی و افکار و سواسی با استفاده از کاربرد مربوطه
دهم	آموزش تفکیک افکار منطقی از افکار غیرمنطقی بر اساس معیارهای مفید، تجربی و منطقی، آموزش پرسشگری و برخورد با افکار غیرمنطقی	به اعضا آموزش داده شد که چگونه تشخیص دهند که افکارشان منطقی یا غیرمنطقی است. همچنین به آنها آموزش داده شد که چگونه افکار غیرمنطقی را زیر سوال ببرند و با آنها برخورد کنند.	به ثبت روزانه افکار غیرمنطقی ادامه داده، آنها را زیر سوال ببرید و آنها را با افکار منطقی جایگزین کنید
یازدهم	تسلط بر ارزشیابی افکار و پرسش از افکار غیرمنطقی، تهیه فهرستی از افکار منطقی برای جایگزینی با افکار غیرمنطقی، آموزش مهارت‌های حل مسئله	از اعضا خواسته شد تا افکار خود را ارزیابی و سؤال کنند و خطاهای آنها تصحیح شد. همچنین از آنها خواسته شد فهرستی از افکار منطقی را برای مقابله و جایگزینی با افکار غیرمنطقی تهیه کنند. مهارت حل مسئله آموزش داده شد.	شناسایی باورهای ضروری، زیر سوال بردن آنها با پذیرش خود، پذیرش دیگران و زیست‌پذیری
دوازدهم	اتخاذ فلسفه زندگی مبتنی بر پذیرش خود، دیگری پذیرش و پذیرش مشروط زندگی	به اعضا آموزش داده شد که چگونه خود و دیگران را کاملاً انسان و خطاپذیر ببینند.	شناسایی باورها، احساساتی که مانع پذیرش خود، دیگران و زندگی و چالش با آنها می‌شود.
سیزدهم	شناسایی افکار و نیازهایی که مانع پذیرش خود، پذیرش دیگران و پذیرش زندگی می‌شوند و شناسایی احساسات ناسالم که مانع از آن می‌شوند و احساسات سالم را جایگزین آنها می‌کنند.	برای به دست آوردن عمق، از اعضا خواسته شد بررسی کنند که چه کاری باید انجام دهند که آنها را از پذیرش خود، دیگران و زندگی باز می‌دارد و چه چیزی باید به خود بگویند که پذیرش را تسهیل می‌کند و همچنین چه احساسات ناسالمی دارند که مانع پذیرش آنها می‌شود. به آنها کمک شد تا با استفاده از تصویرسازی ذهنی، آنها را با احساسات سالم جایگزین کنند.	توصیه به یادداشت روزانه باورهای غیرمنطقی، زیر سوال بردن آنها و تمرین اتخاذ نگرش پذیرش
چهاردهم	جمع‌بندی جلسات و اجرای پس‌آزمون	نظر و احساس تمام اعضا در مورد جلسات بررسی شد. از اعضا خواسته شد که تعهد دهند که به تمرینات ادامه دهند و به هر آنچه در دوره یاد گرفته‌اند، عمل کنند. پس‌آزمون اجرا گردید.	-

۲-۴. روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. در سطح آمار توصیفی میانگین و انحراف معیار و در سطح آمار استنباطی آزمون شاپیرو-ویلک^۱ برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین^۲ برای بررسی برابری واریانس‌ها، آزمون موچلی^۳ برای بررسی فرض کروی بودن داده‌ها و همچنین از تحلیل واریانس آمیخته^۴ و آزمون تعقیبی بونفرونی^۵ برای بررسی فرضیه تحقیق استفاده شد. نتایج آماری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

۳. یافته‌ها

۳-۱. توصیف جمعیت شناختی

یافته‌های حاصل از داده‌های جمعیت‌شناختی نشان داد که میانگین و انحراف استاندارد سن افراد در گروه آزمایش ۳۶/۵۴ سال و ۴/۱۶ و در گروه گواه ۳۴/۳۲ سال و ۳/۲۵ بود. از طرفی این افراد دارای دامنه تحصیلات دیپلم تا فوق‌لیسانس بودند که در این

1. Shapiro-Wilk test

2. Levine test

3. Mauchly's Test

4. Mixed variance analysis

5. Bonferroni follow-up test

بین در هر دو گروه آزمایش (تعداد ۹ نفر معادل ۵۰ درصد) و گواه (تعداد ۸ نفر معادل ۵۰ درصد) سطح تحصیلات لیسانس دارای بیشترین فراوانی بود.

۳-۲. شاخص های توصیفی

میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای وابسته پژوهش در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری، به تفکیک دو گروه آزمایش و گواه در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در دو گروه آزمایش و گواه

مؤلفه ها		گروه ها		پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری	
				انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
بخشودگی زناشویی	گروه آزمایش	۷۴/۵۰	۱۳/۹۳	۸۷/۳۳	۱۸/۶۷	۸۵/۹۴	۱۷/۷۴		
	گروه گواه	۷۲/۱۸	۱۱/۱۸	۷۰/۶۲	۱۰/۳۴	۷۱/۶۸	۱۱/۰۲		
میل به طلاق	گروه آزمایش	۷۲/۶۱	۹/۵۲	۶۱/۳۸	۱۴/۱۸	۶۲/۵۵	۱۳/۹۳		
	گروه گواه	۷۴/۸۷	۷/۱۹	۷۴/۲۵	۶/۶۶	۷۴	۷/۷۴		

نتایج حاصل از جدول ۲ نشان داد که میانگین نمرات بخشودگی زناشویی زوجین حاضر در گروه آزمایش کاهش و میانگین نمرات میل به طلاق آنان کاهش داشته است. اما معناداری این تغییرات در ادامه توسط آزمون استنباطی مورد بررسی قرار گرفته است.

۳-۳. بررسی فرض های آزمون های پارامتریک

قبل از ارائه نتایج تحلیل آزمون واریانس آمیخته، پیش فرض های آزمون های پارامتریک مورد سنجش قرار گرفت. بر همین اساس نتایج آزمون شاپیرو ویلک بیانگر آن بود که پیش فرض نرمال بودن توزیع نمونه ای داده ها در متغیرهای بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در گروه های آزمایش و گواه در مراحل پیش آزمون، پس آزمون 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 می داد پیش فرض همگنی واریانس ها در دو متغیر بخشودگی زناشویی و میل به طلاق رعایت شده است ($p > 0.05$). این در حالی بود که نتایج آزمون موچلی بیانگر نیز آن بود که پیش فرض کرویت داده ها در بخشودگی زناشویی و میل به طلاق رعایت نشده است ($p \leq 0.01$). بر این اساس با برآورده نشدن پیش فرض کرویت مشخص می شود که روابط بین متغیرها، با احتمال بالایی امکان دارد مقادیر متغیر وابسته را تغییر دهد و بر این اساس شانس ارتکاب به خطای نوع اول افزایش می یابد. بر این اساس در جدول بعد از تحلیل جایگزین (آزمون گرین هاوس-گایسر)^۱ استفاده شد تا با کاهش درجه آزادی، شانس ارتکاب به خطای نوع اول کاهش یابد.

^۱. Greenhouse-Geisser test

۳-۴. آزمون فرضیه‌ها

جدول ۳. تحلیل واریانس آمیخته جهت بررسی تأثیرات درون و بین گروهی برای متغیرهای بخشودگی زناشویی و میل به طلاق

متغیرها	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	مقدار f	مقدار p	اندازه اثر	توان آزمون
مراحل	۶۹۷/۱۸	۱/۱۰	۶۳۰/۲۴	۳۱/۲۱	۰/۰۰۰۱	۰/۴۹	۱
بخشودگی گروهبندی	۳۱۲۶/۸۰	۱	۳۱۲۶/۸۰	۲۳/۲۵	۰/۰۰۰۱	۰/۴۴	۱
زناشویی تعامل مراحل و گروهبندی	۱۰۰۴/۹۴	۱/۱۰	۹۰۸/۴۶	۴۴/۹۹	۰/۰۰۰۱	۰/۵۸	۱
خطا	۷۱۴/۶۹	۳۵/۳۹	۲۰/۱۹				
مراحل	۷۳۶/۰۲	۱/۰۵	۷۰۱/۱۵	۳۲/۳۳	۰/۰۰۰۱	۰/۵۰	۱
میل به گروهبندی	۱۹۹۳/۲۳	۱	۱۹۹۳/۲۳	۲۰/۶۰	۰/۰۰۰۱	۰/۴۱	۱
طلاق تعامل مراحل و گروهبندی	۵۶۰/۷۲	۱/۰۵	۵۳۴/۱۶	۲۴/۶۳	۰/۰۰۰۱	۰/۴۳	۱
خطا	۷۲۸/۳۵	۳۳/۵۹	۲۱/۶۸				

نتایج آزمون واریانس آمیخته در جدول ۳ نشان می‌دهد بر اساس ضرایب F محاسبه شده، عامل زمان یا مرحله ارزیابی تأثیر معناداری بر نمرات بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق داشته است. اندازه اثر نشان می‌دهد عامل زمان به ترتیب ۴۹ و ۵۰ درصد از تفاوت در واریانس‌های نمرات بخشودگی زناشویی و میل به طلاق را تبیین می‌کند. علاوه بر این، بر اساس ضرایب F محاسبه شده، تأثیر عامل عضویت گروهی (رفتار درمانی عقلانی-هیجانی) هم بر نمرات بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق معنادار است. بنابراین نتیجه گرفته می‌شود عامل عضویت گروهی یا نوع درمان دریافتی هم بر بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق تأثیر معنادار داشته است. اندازه اثر نشان می‌دهد عضویت گروهی (رفتار درمانی عقلانی-هیجانی) به ترتیب ۴۴ و ۴۱ درصد از تفاوت در نمرات بخشودگی زناشویی و میل به طلاق را تبیین می‌کند. در نهایت نتایج بیان گر آن است که اثر متقابل نوع درمان و عامل زمان هم بر نمرات بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق معنادار است. بنابراین نتیجه گرفته می‌شود نوع درمان دریافتی در مراحل مختلف ارزیابی هم بر بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق به میزان ۵۸ و ۴۳ درصد تأثیر معنادار داشته است. توان آماری هم، حاکی از دقت آماری بالا و کفایت حجم نمونه می‌باشد. حال در ادامه در جدول ۴ مقایسه زوجی میانگین نمرات بخشودگی زناشویی و میل به طلاق آزمودنی‌ها بر حسب مرحله ارزیابی ارائه می‌شود.

جدول ۴. مقایسه زوجی میانگین نمرات بخشودگی زناشویی و میل به طلاق آزمودنی‌ها بر حسب مرحله ارزیابی

متغیر	مرحله مبنا (میانگین)	مرحله مورد مقایسه (میانگین)	تفاوت میانگین‌ها	خطای انحراف معیار	معناداری
بخشودگی زناشویی	پیش آزمون	پس آزمون	-۵/۶۳	۱/۰۵	۰/۰۰۰۱
	پیش آزمون	پیگیری	-۵/۴۷	۰/۸۶	۰/۰۰۰۱
	پس آزمون	پیش آزمون	۵/۶۳	۱/۰۵	۰/۰۰۰۱
	پس آزمون	پیگیری	۰/۱۶	۰/۳۲	۰/۹۰
میل به طلاق	پیش آزمون	پس آزمون	۵/۹۲	۱	۰/۰۰۰۱
	پیش آزمون	پیگیری	۵/۴۶	۰/۹۹	۰/۰۰۰۱
	پس آزمون	پیش آزمون	-۵/۹۲	۱	۰/۰۰۰۱
	پس آزمون	پیگیری	-۰/۴۶	۰/۱۸	۰/۱۷

همانگونه نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، بین میانگین نمرات مرحله پیش آزمون با پس آزمون و پیگیری در متغیرهای بخشودگی زناشویی و میل به طلاق تفاوت معنادار وجود دارد. این بدان معناست که رفتار درمانی عقلانی-هیجانی توانسته به شکل معناداری نمرات پس آزمون و پیگیری بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق را نسبت به مرحله پیش آزمون دچار تغییر نماید. یافته دیگر این جدول نشان داد که بین میانگین نمرات مرحله پس آزمون و پیگیری تفاوت معنادار

وجود ندارد. این یافته را می‌توان این چنین تبیین نمود که نمرات بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق 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 رفتار درمانی عقلانی-هیجانی توانسته منجر به کاهش معنادار میانگین نمرات بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق در مرحله پس‌آزمون شده و این اثر در مرحله پیگیری نیز ثابت خود را حفظ نموده است.

۴. بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق انجام شد. نتایج نشان داد که رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق تاثیر دارد. یافته اول پژوهش مبنی بر اثربخشی رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر بخشودگی زناشویی در زوجین در آستانه طلاق با نتایج پژوهش پیشین همسویی داشت. چنانکه اسفندیاری بیات و همکاران (۱۴۰۰) نشان داده‌اند که مشاوره گروهی با رویکرد عقلانی-هیجانی-رفتاری بر میزان بخشودگی زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی موثر است. همچنین مباشری، ثناگوی محرر و شیرازی (۱۴۰۰) اثربخشی درمانی عقلانی هیجانی ایس بر بهزیستی روان شناختی و تاب‌آوری زنان در آستانه طلاق را مورد تایید قرار داده‌اند. لیو و همکاران (۲۰۲۲) نیز گزارش کرده‌اند که رفتار درمانی هیجانی بر تاب‌آوری، افسردگی، و تنظیم هیجانی بیماران مبتلا به سرطان موثر است. در نهایت مون و همکاران (۲۰۲۱) اثر درمان رفتار عاطفی-عقلانی بر کاهش علائم افسردگی و بهبود قدرت تاب‌آوری روانی در بزرگسالان مبتلا به بیماری را تایید کرده‌اند.

در تبیین اثربخشی رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر بخشودگی زناشویی در زوجین در آستانه طلاق، می‌توان گفت رفتار درمانی عقلانی-هیجانی نگاه منعطف و واقع بینانه‌ای به انسان دارد و محدودیت‌های انسان را مورد نظر قرار می‌دهد. بدین معنی که نگاه بایدلندیشانه و ایده‌آل‌گرایانه را غیرعقلانی می‌داند. علاوه بر این انسان را موجودی ممکن‌الخطا در نظر می‌گیرد (اسفندیاری بیات و همکاران، ۱۴۰۰). حال وقتی زوجین همدیگر را به عنوان انسان‌هایی در نظر گیرند که امکان خطای رفتاری و یا هیجانی دارند، به شکل راحت‌تری می‌توانند همدیگر را بخشیده و این روند منجر به بهبود بخشودگی زناشویی شود. علاوه بر این زوجین در فرایند رفتار درمانی عقلانی-هیجانی با جایگزین کردن دیدگاه عقلانی ترجیح‌اندیشی با باید اندیشی و بازخورد بخشودگی، یاد می‌گیرند نسبت به خود و دیگران پذیرا تر بوده و با شفقت بیشتری با همدیگر برخورد نمایند (مباشری، ثناگوی محرر و شیرازی، ۱۴۰۰). شکل‌گیری شفقت در زوجین نیز می‌تواند روند بخشودگی رفتاری و هیجانی را در زوجین تسریع نموده و سبب شود تا آنان از خطاهای هم‌چشم بیوشند. در تبیین دیگر باید گفت زوجین متعارض و در آستانه طلاق دچار افکار غیرعقلانی درباره همدگی و فرایند تعارض می‌شوند و هیجانات دردناکی مثل خشم و افسردگی را تجربه می‌کنند و درگیر رفتارهای غیرانطباقی مثل کناره‌گیری از فعالیت‌ها و مسئولیت‌های روزانه و انتقام گرفتن از همسرشان می‌شوند (الطافی، وزیر و ثابت، ۱۴۰۱). حال وقتی این زوجین در گروه قرار می‌گیرند و مشکلات دیگر اعضا را شنیده و با آن آشنا می‌شوند، ضمن اینکه متوجه نگاه اغراق‌آمیز و واکنش‌های غیرمنطقی دیگر اعضا گروه می‌شوند، به غیرمنطقی بودن افکار خود نیز پی می‌برند و بدین طریق بازخوردی که از دیگر اعضا می‌گیرند تحولی در بازخوردشان به مسئله مشکلات ارتباطی زوجی پدید می‌آید، تا جایی که حتی ممکن است نسبت به همسر خود نگاه دلسوزانه پیدا کرده و به آنان به عنوان انسان‌های ممکن‌الخطا نگاه کنند که آنها خود نیز آسیب دیده‌اند. بر این اساس رفتار درمانی عقلانی-هیجانی با شکل‌دهی گروهی از زوجین متعارض، زمینه را برای بروز و شناسایی افکار غیرمنطقی و غیرعقلانی فراهم نموده و سبب می‌شود زوجین در آستانه طلاق با دریافت بازخورد گروهی تمایل بیشتری به بخشیدن همسر خود پیدا نموده و در نتیجه بخشودگی زناشویی بیشتری نیز از آنها به چشم خورد.

یافته دوم پژوهش مبنی بر اثربخشی رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق با نتایج پژوهش پیشین همسویی داشت. چنانکه الطافی، وزیر و ثابت (۱۴۰۱) نشان دادند درمان عقلانی هیجانی بر اجتناب، رضایت زناشویی، مهارت‌های ارتباطی و خودکارآمدی جنسی زوجین موثر است. همچنین اسمخانی اکبری‌نژاد و همکاران (۱۳۹۸) دریافتند که رفتار درمانی عقلانی-هیجانی بر تاب‌آوری زنان با تجربه جراحی پستان اثر دارد. از طرفی یورفا و آسکی (۲۰۲۳) گزارش

کردند که رفتار درمانی هیجانی - عقلانی بر هیجانات، افکار خودکار، تاب‌آوری و عملکرد ادراک شده افراد موثر است. در نهایت **بومان و تارنر (۲۰۲۲)** تأثیر استفاده از درمان مبتنی بر رفتار عاطفی - عقلانی را بر کاهش اضطراب اجتماعی و بهبود تنظیم هیجانی و تاب‌آوری افراد مورد تأیید قرار داده‌اند. در توضیح اثر رفتار درمانی عقلانی - هیجانی بر میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق، باید ذکر کرد بروز تعارضات زناشویی و مزمن شدن این فرایند سبب می‌شود تا زوجین قدرت تاب‌آوری روانی خود را از دست داده و میل زیادی به جدایی و طلاق داشته باشند. این در حالی است که در بسیار از مواقع زوجین متعارض توانایی تفکر منطقی و عقلانی خود را نیز از دست می‌دهند (**الطافی، وزیری و ثابت، ۱۴۰۱**). بر این اساس رفتار درمانی عقلانی - هیجانی با به چالش کشیدن باورهای غیرمنطقی زوجین در آستانه طلاق توانسته است باورهای آنها را درباره مشکلاتشان که برآمده از مشکلات و تعارضات زناشویی و باورهای غیرمنطقی زندگی زناشویی است، منطقی و عقلانی‌تر نموده و از این رو با بهبود قدرت تحمل روانی و تاب‌آوری، میل آنان به طلاق را کاهش دهد. علاوه بر این رفتار درمانی عقلانی - هیجانی چگونگی مواجهه با مشکلات و دشواری‌های غیرقابل اجتناب زندگی و کنار آمدن بهتر با شرایط استرس‌زای زندگی زناشویی و رویدادهای ناخوشایند را به زوجین می‌آموزد (**مباشری، ثناگوی محرر و شیرازی، ۱۴۰۰**). این روند باعث می‌شود نگرش و تفسیر فرد از زندگی زناشویی دچار اصلاح می‌شود. اصلاح و تغییر نگرش غیرمنطقی و غیرعقلانی زوجین نیز سبب می‌شود ارزیابی‌های شناختی متأثر از باورها و نگرش‌های ناکارآمد دچار تغییر و اصلاح شده و از این طریق با بهبود مهارت حل مساله و قدرت تاب‌آوری زوجین، تمایل آنان به جدایی و طلاق نیز کاهش یابد. همچنین درمان به شیوه گروهی با تقویت عواملی چون به هم پیوستگی گروهی و احساس عمومیت مشکل، نوعی شبکه ارتباطی را قوی می‌کند که فرد با همراه شدن در آن امید، نوع دوستی و آرامش را در ارتباط متقابل تجربه می‌کند. برخوردار بودن از نظام حمایتی قوی به ارتقاء قدرت روانی و هیجانی کمک می‌کند و بر اساس آن زوجین با ادراک توانمندی حل مشکلات و تعارضات، میل کمتری را برای طلاق در درون احساس می‌کنند.

محدود بودن دامنه پژوهش به زوجین در آستانه طلاق مراجعه کننده به مراکز مشاوره منطقه یک شهر تهران، وجود برخی متغیرهای کنترل نشده، مانند علل تعارضات زناشویی زوجین حاضر در پژوهش، وضعیت مالی خانواده‌ها، تعداد فرزندان و موقعیت اجتماعی آن‌ها و عدم بهره‌گیری از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی از محدودیت‌های این پژوهش بود؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود برای افزایش قدرت تعمیم‌پذیری نتایج، در سطح پیشنهاد پژوهشی، این پژوهش در سایر شهرها و مناطق و جوامع دارای فرهنگ‌های متفاوت، دیگر زوجین (همانند زوجین با تعارضات زناشویی مبتلا به آسیب‌های روانی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه و ...) کنترل عوامل ذکر شده و روش نمونه‌گیری تصادفی اجرا شود. علاوه بر این پیشنهاد می‌شود با توجه به اثربخشی رفتار درمانی عقلانی - هیجانی بر بخشودگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق، در سطح کاربردی پیشنهاد می‌شود رویکرد 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 الگوی درمانی برای زوجین با تعارضات زناشویی و در آستانه طلاق، در جهت بهبود بخشودگی زناشویی و کاهش میل به طلاق در زوجین در آستانه طلاق آنان گامی عملی بردارند.

۵. ملاحظات اخلاقی

جهت رعایت اخلاق پژوهشی رضایت زوجین، برای شرکت در مداخله رفتار درمانی عقلانی - هیجانی 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 این مداخله درمانی را به شکل رایگان دریافت خواهند کرد.

۶. تقدیر و تشکر و حمایت مالی

مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکتری تخصصی نویسنده اول پژوهش در دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال بود. بدین وسیله از تمام زوجین حاضر در پژوهش، خانواده‌های آنان و مسئولین مراکز مشاوره منطقه یک 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

- اسفندیاری بیات، د، اسدپور، ا، محسن زاده، ف، و کسای، ع. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی مشاوره گروهی با رویکرد عقلانی-هیجانی-رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر میزان بخشودگی زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۰(۹۷)، ۱۳۹-۱۵۱.
<http://psychologicalscience.ir/article-1-1020-fa.html>
- اسمخانی اکبری نژاد، ه، قمری، م، پویامنش، ج، و فتحی اقدام، ق. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی روایت درمانی و رفتار درمانی عقلانی هیجانی بر تاب آوری زنان با تجربه جراحی پستان. *بیماری‌های پستان ایران*، ۱۲(۴)، ۵۲-۶۳.
<http://dorl.net/dor/20.1001.1.17359406.1398.12.4.5.4>
- علمی، م، تیموری، س، آهی، ق، و بیاضی، م. ح. (۱۳۹۹). اثربخشی رویکرد تلفیقی طرحواره درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش تعارضات زناشویی و میل به طلاق زوجین متقاضی طلاق. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۸(۱)، ۱۳۲-۱۴۱.
<http://dorl.net/dor/20.1001.1.17352029.1399.18.1.9.9>
- ایزدی، ز، رضاپور 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)، ۱۰۲-۸۱.
<https://doi.org/10.22034/pzk.2022.6747>
- ایمانی‌راد، ا، گل محمدیان، م، مرادی، ا، و گودرزی، م. (۱۴۰۰). اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر بخشودگی و باورهای ارتباطی زوجین درگیر در پیمان شکنی زناشویی. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۰(۱۰۰)، ۶۵۳-۶۶۵.
<http://dorl.net/dor/20.1001.1.17357462.1400.20.100.9.2>
- ثناپی، ب، علاقمند، س، فلاحتی، ش، هومن، ع. (۱۳۸۷). *مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج*. تهران: انتشارات بعثت. ۲۴۲ صفحه.
- داودی، ز، اعتمادی، ع، و بهرام، ف. (۱۳۹۰). رویکرد کوتاه مدت راه حل محور بر کاهش میل به طلاق در زنان و مردان مستعد طلاق، *فصلنامه رفاه اجتماعی*، ۱۱(۴۳)، ۱۲۱-۱۳۴.
<http://refahj.uswr.ac.ir/article-1-755-fa.html>
- دغاغله، ف، عسگری، پ، و حیدری، ع. (۱۳۹۱). رابطه بخشودگی، عشق، صمیمیت با رضایت زناشویی. *یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ۷(۲۴)، ۵۷-۶۹.
<https://www.sid.ir/paper/175068/fa>
- رستمی، ح، کریمی ثانی، پ، فتحی، آ، و کریمی، ا. (۱۳۹۸). اثربخشی رفتاردرمانی عقلانی-هیجانی به شیوه گروهی بر عملکرد خانواده، طرحواره‌های ناسازگار و دلزدگی زناشویی در زوجین. *سلامت و مراقبت*، ۲۱(۳)، ۱۹۲-۲۰۲.
<http://hcjournal.arums.ac.ir/article-1-1056-fa.html>
- زیرک، س. ر، موسی‌زاده، ت، و نظری، و. (۱۴۰۰). بررسی اثربخشی آموزش تنظیم عاطفه بر کاهش میل به طلاق و آسفتگی هیجانی همسران افراد سوء مصرف کننده مواد. *مطالعات ناتوانی*، ۱۱(۱)، ۳۰-۴۱.
<http://jdisabilstud.org/article-1-2541-fa.html>
- الطافی، ر، وزیری، ش، و ثابت، م. (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی درمان پذیرش و تعهد و درمان عقلانی هیجانی بر اجتناب، رضایت زناشویی، مهارت‌های ارتباطی و خودکارآمدی جنسی زوجین. *روانشناسی بالینی و شخصیت*، ۲۰(۲)، ۶۱-۷۵.
<https://doi.org/10.22070/cpap.2022.14753.1118>
- عباس مفرد، ح، خلعتبری، ج، ملیحی الذاکرنی، س، محمدی شیرمحل، ف، شفتی، و. (۱۴۰۰). تحلیل معادلات ساختاری در رابطه تعارضات زناشویی و امنیت عاطفی با استرس ادراک شده و نگرانی‌های دوران بارداری و شاخص‌های زیستی با واسطه‌گری بهزیستی روان‌شناختی در زنان باردار. *پژوهشنامه زنان*، ۱۲(۳۵)، ۹۹-۱۲۷.
<https://doi.org/10.30465/ws.2020.33412.3154>

فرهمندی، م.ح.، بخشی‌پور، ا.، جاجرمی، م. (۱۴۰۲). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر عملکرد خانواده و رضایتمندی از زندگی زناشویی زوجین با تعارضات زناشویی. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*، ۶۶(۵)، ۱۰۲۳-۱۰۰۸.

http://mjms.mums.ac.ir/article_23778.html

مباشری، ف.، ثناگوی محرر، غ.، و شیرازی، م. (۱۴۰۰). اثربخشی درمانی عقلانی هیجانی الیس بر بهزیستی روان شناختی، تاب آوری زنان در آستانه طلاق شهر زاهدان. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۹(۴)، ۶۱۰-۶۱۹.

<http://rbs.mui.ac.ir/article-1-1243-fa.html>

مشتاقی، س.، اصغرنژادفرید، ا.ا.، و احقر، ق. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش رویکرد یکپارچه چندسطحی فلدمن بر افزایش شفافیت ارتباط زناشویی و کاهش میل به طلاق در زوجین متقاضی طلاق. *روان پرستاری*، ۸(۳)، ۳۶-۴۵.

<http://ijpn.ir/article-1-1584-fa.html>

References

Aalami, M., Taimory, S., Ahi, G., & Bayazi, M. H. (2020). The Effectiveness of an Integrated Approach of Schema Therapy based Acceptance and Commitment Therapy on Marital Conflicts and Divorce Tendency in Divorce Applicant Couples. *Journal of Research in Behavioural Sciences*, 18(1), 132-141. <http://dx.doi.org/10.52547/rbs.18.1.13> (In Persian)

Abbas Mofrad, H., Khalatbari, J., Malihi Zakerini, S., Mohammadi Shirmahalleh, F., & Shafti, V. (2021). Analysis of Structural Equations in the Relationship of Marital Conflicts and Affective Security with Perceived Stress and Pregnancy Worries and Biological Indexes with the Mediation of Psychological Wellbeing in Pregnant Women. *Womens Studies*, 12(35), 99-127. <https://doi.org/10.30465/ws.2020.33412.3154> (In Persian)

Altafi, R., Vaziri, S., & Sabet, M. (2023). Comparing Acceptance and Commitment Therapy and Rational Emotional Behavior Therapy Effectiveness on Couples' Avoidance, Marital Satisfaction, Communication Skills, and Sexual Self-Efficacy. *Journal of Clinical Psychology and Personality*, 20(2), 61-75. <https://doi.org/10.22070/cpap.2022.14753.1118> (In Persian)

Aricioglu, A. (2016). Mediating the Effect of Gratitude in the Relationship between Forgiveness and Life Satisfaction among University Students. *International Journal of Higher Education*, 5(2), 275-282. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1099667>

Bowman, A.W., & Turner, M.J. (2022). When time is of the essence: The use of rational emotive behavior therapy (REBT) informed single-session therapy (SST) to alleviate social and golf-specific anxiety, and improve wellbeing and performance, in amateur golfers. *Psychology of Sport and Exercise*, 60, 1021-1025. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102167>

Cheung, A.K.L., Chiu, T., & Choi, S.Y.P. (2022). Couples' self-control and marital conflict: Does similarity, complementarity, or totality matter more? *Social Science Research*, 102, 1026-1030. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2021.102638>

Daghagheleh, F., Asgari, P., & Heydari, A. (2011). The relationship of forgiveness, love, intimacy with marital satisfaction. *Quarterly Journal of New Findings in Psychology*, 7(24), 57-69. <https://www.sid.ir/paper/175068/fa> (In Persian)

Daily, G.A. (2019). Divorce Among Physicians and Medical Trainees. *Journal of the American College of Cardiology*, 73(4), 521-524. <https://www.jacc.org/doi/full/10.1016/j.jacc.2018.12.016>

Davoodi, Z., Etemadi, O., bahrami, F. (2011). Decreasing Divorce among Divorce-Prone Couple's Using an Intervention Focused on Short-Term Solution. *Social Welfare Quarterly*, 11(43), 121-134. <http://refahj.uswr.ac.ir/article-1-755-en.html> (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>

Esfandiyari Bayat, D., Asadpour, I., Mohsenzadeh, F., & Kasaei, A. (2021). Comparison of the effectiveness of group counselling based on rational, emotional and behavioral therapy (REBT) and acceptance and commitment therapy (ACT) on forgiveness of women affected by marital

- infidelity. *Journal of Psychological Science*. 20(97), 139-148. <http://psychologicalscience.ir/article-1-1020-fa.html> (In Persian)
- Farahmandi, M.H., Bakhshipour, A., & Jajarmi, M. (2023). Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on the Family Function and Satisfaction of the Marital Life of the Couples with Marital Conflicts. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 66(5), 1008-1023. https://mjms.mums.ac.ir/article_23778.html (In Persian)
- Iamni Rad, A., Golmohmmadian, M., Moradi, O., & Godarzi, M. (2021). The effectiveness of emotion-oriented couple therapy on forgiveness and communication beliefs of couples involved in marital infidelity. *Journal of Psychological Science*. 20(100), 653-665. <http://psychologicalscience.ir/article-1-966-en.html> (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. *Islamic Journal of Women and the Family*, 10(26), 81-102. <https://doi.org/10.22034/pzk.2022.6747> (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>
- Li, X., & Liu, Q. (2020). Parent-grandparent coparenting relationship, marital conflict and parent-child relationship in Chinese parent-grandparent coparenting families. *Children and Youth Services Review*, 109, 104-108. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104733>
- Liu, Y., Ni, X., Wang, R., Liu, H., & Guo, Z. (2022). Application of rational emotive behavior therapy in patients with colorectal cancer undergoing adjuvant chemotherapy. *International Journal of Nursing Sciences*, 9(2), 147-154. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2022.02.002>
- Makhanova, A., McNulty, J. K., Eckel, L. A., Nikonova, L., & Maner, J. K. (2018). Sex differences in testosterone reactivity during marital conflict. *Hormones and Behavior*, 105, 22-27. <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2018.07.007>
- Mobashery, F., Sanagouye-Moharer, G.R., & Shirazi, M. (2022). The effectiveness of Ellis emotional rational therapy on psychological well-being, the resilience of women on the verge of divorce in Zahedan. *Journal of Research in Behavioural Sciences*, 19(4), 610-619. <http://dx.doi.org/10.52547/rbs.19.4.610> (In Persian)
- Moon, J.R., Huh, J., Song, J., Kang, S., Park, S.W., Chang, S., Yang, J., Jun, T., & Han, J. (2021). The effects of rational emotive behavior therapy for depressive symptoms in adults with congenital heart disease. *Heart & Lung*, 50(6), 906-913. <https://doi.org/10.1016/j.hrtlng.2021.07.011>
- Moshtaghi, S., Asgharnejad Farid, A., & Ahghar, G. (2020). The Effectiveness of Feldman Multilevel Integrative Approach Training on Increase Marital Relationship Transparency and Decrease Divorce Tendency in Divorce Seeking Couples. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, 8(3), 36-45. <http://ijpn.ir/article-1-1584-en.html> (In Persian)
- Outar, L., Turner, M.J., Wood, A.J., & Lowry, R. (2018). "I need to go to the gym": Exploring the use of rational emotive behaviour therapy upon exercise addiction, irrational and rational beliefs. *Performance Enhancement & Health*, 6(2), 82-93. <https://doi.org/10.1016/j.peh.2018.05.001>
- Pollard, M. Anderson, R. Anderson, W., & Jennings, G. (1998). The development of family forgiveness scale. *Journal of Family Therapy*, 20, 95-109. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00070>
- Rostami, H., Karimisani, P., Fathi, A., Karimi, A. (2019). The Effectiveness of Group-based Rational Emotional Behavioral Therapy on Family Function, Incompatible Schemas, and Couple Burnout in Couples. *Journal of health & care*, 21(3), 192-202. <http://dx.doi.org/10.29252/jhc.21.3.192> (In Persian)

- Rusbult, C.E., Johnson, D.J., & Morrow, G.D. (1986). Predicting satisfaction and commitment in adult romantic involvements. *Journal of Social Psychology*, 4(3), 168-184. <https://doi.org/10.2307/2786859>
- Smith-Greenaway, E., & Clark, S. (2017). Variation in the link between parental divorce and children's health disadvantage in low and high divorce settings. *SSM - Population Health*, 3, 473-486. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2017.04.004>
- Smkhani Akbarinejad, H., Ghamari, M., Pouyamanesh, J., & Fathi Agdam, G. (2020). A Comparative Study on Effectiveness of Narrative Therapy and Rational Emotional Behavior Therapy on Resilience of Women with Breast Surgery Experience. *Iranian Journal of Breast Diseases*, 12(4), 52-63. <http://dx.doi.org/10.30699/ijbd.12.4.52> (In Persian)
- Sanaei, B., Alghemand, S., Fallahati, S., & Homan, A. (2008). *family and marriage scales*. Tehran: Baath Publications. 242 pages. (In Persian)
- 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>
- Urfa, O., & Aşçı, F. H. (2023). The effects of rational emotive behavior therapy and motivational interviewing on emotions, automatic thoughts, and perceived performance of elite female volleyball players. *Psychology of Sport and Exercise*, 69, 1024-1029. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102497>
- Valor-Segura, I., Macías, M. G., & Lozano, L.M. (2020). Adaptation of the Accommodation among Romantic Couples Scale (ARCS) to the Spanish population. *Psicothema*, 32(1), 145-152. <http://dx.doi.org/10.7334/psicothema2019.123>
- Wilson, S.J., Andridge, R., Peng, J., Bailey, B.E., Malarkey, W.B., & Kiecolt-Glaser, J.K. (2017). Thoughts after marital conflict and punch biopsy wounds: Age-graded pathways to healing. *Psychoneuroendocrinology*, 85, 6-13. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2017.07.489>
- Ye, Y., Ma, D., Yuan, H., Chen, L., Wang, G., Shi, J., Yu, Y., Guo, Y., & Jiang, X. (2019). Moderating Effects of Forgiveness on Relationship Between Empathy and Health-Related Quality of Life in Hemodialysis Patients: A Structural Equation Modeling Approach. *Journal of Pain and Symptom Management*, 57(2), 224-232. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2018.10.511>
- Zirak, S.R., Musa Zadeh, T., & Nazari, V. (2021). Effects of Emotion Regulation Training on the Desire for Divorce and Emotional Turmoil in Substance-Dependents' Spouses. *Journal of Disability Studies*, 11(1), 105-105. <http://jdisabilstud.org/article-1-2541-en.html> (In Persian)

The Effectiveness of Rational- Emotive Behavioral Therapy on Marital Forgiveness and Desire for Divorce in Couples on the Verge of Divorce

Extended Abstract

Aim

It can be safely said that family is one of the most pleasant topics of psychology and counseling, because the concept of life and human life would not exist without the existence of family. Family is not just the presence of a number of people who are together in a physical and psychological space. Within this system, strong, stable and mutual emotional circles bind people together, whose members enter this system through birth or marriage ([Mahmoodi et al., 2021](#)). Marriage has always been considered as the most important and highest social ritual to achieve emotional needs ([Abbas Mofard et al., 2021](#)). But unfortunately, one of the common problems in today's societies, which has been particularly noticed by couple therapists, is marital problems and conflicts ([Dong, Dong and Chen, 2022](#)). These conflicts may have different forms and appear in the form of depression of one or both couples, addiction, troubled relationships between children, misbehavior with spouses and verbal conflicts between couples and eventually lead to divorce ([Wilson et al., 2017](#)). The results of the study by [Li and Liu \(2020\)](#) and [Makhanova et al. \(2018\)](#) showed that couples with high marital conflict are at a poor level in terms of mental health and health. One of the variables that can play an important role in reducing marital conflicts is marital forgiveness. Because forgiveness from the spouses can be a useful solution to preserve the continuity of married life. According to this the present study was conducted to investigate the effectiveness of rational- emotive behavioral therapy on marital forgiveness and desire for divorce in couples on the verge of divorce.

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 included the couples on the verge of divorce who referred to consultation centers in zone One of Tehran in the Fall of 2023. 17 couples (34 people) were selected through purposive sampling method and randomly accommodated into experimental and control groups (9 couples in the experimental group and 8 in the control group). The experimental group received rational- emotive behavioral therapy ([Mobashery, Sanagouye-Moharer, Shirazi, 2022](#)) (14 sessions) during fourteen weeks. The applied questionnaires in this study included Marital Conflict Questionnaire (MCQ) (Barati, Sanaei, 1996; Quoted from [Farahmandi, Bakhshipour, Jajarmi, 2023](#)), Family Forgiveness Scale (FFS) ([Pollard et al, 1998](#)) and Desire for Divorce Scale (DDS) ([Rusbult, Johnson, Morrow, 1986](#)). The data taken from the study were analyzed through mixed ANOVA and Bonferroni follow-up test via SPSS23 software.

Results

The results showed that rational- emotive behavioral therapy is effective on the marital forgiveness ($F=44.99$; $Eta=0.58$; $P<0.001$) and desire for divorce ($F=24.63$; $Eta=0.43$; $p<0.001$) of the Couples on the Verge of Divorce. In this way, this intervention was able to lead to a significant increase in the average scores of marital forgiveness and decrease desire for divorce of the Couples on the Verge of Divorce. These results remained stable in the follow-up phase. In a summary related to the results section, it should be stated that rational-emotional behavioral therapy is an effective method for increasing marital forgiveness and reducing the desire for divorce in couples on the verge of divorce. Because this therapeutic method has maintained the stability of its effect in the two stages of post-test and follow-up.

Conclusion

According to the findings of the present study, rational- emotive behavioral therapy can be used as an efficient approach to improve marital forgiveness and decrease desire for divorce in couples on the verge of divorce through clarifying goals, classifying irrational thoughts, knowing the connection between emotions and behavior and adopting a life philosophy based on self-acceptance ([Liu et al, 2022](#)). As the

rational-emotional behavior therapy by forming a group of conflicting couples provides the ground for the emergence and identification of illogical and irrational thoughts and causes the couples on the verge of divorce to be more willing to forgive their spouse by receiving group feedback and as a result forgiveness. More marriages were also seen from them (Urfa, Aşçı, 2023). Also, this treatment forms a kind of strong communication network by strengthening factors such as group cohesion. This process causes conflicting couples to experience hope, altruism and peace in their mutual relationship. Having a strong support system helps to improve mental and emotional strength, and based on that, couples feel less desire for divorce by realizing the ability to solve problems and conflicts.

Key words: Couples on the Verge of Divorce, Desire for Divorce, Marital Forgiveness, Rational- Emotive Behavioral Therapy

Ethical considerations

In order to comply with the research ethics, the consent of the couples was obtained to participate in the rational-emotional behavioral therapy intervention and they were informed about all the stages of the treatment. Also, the couples present in the control group were assured that after completing the research process, they will receive this therapeutic intervention for free if they wish. The present article was taken from the doctoral thesis of the first author of the research at Islamic Azad University, North Tehran branch. We hereby express our gratitude to all the couples present in the research, their families, and the officials of the counseling centers of one district of Tehran, who fully cooperated in the implementation of the research. It should be noted that no government or private organization has financially supported this research. In this study, no conflict of interest was reported by the authors.

Acknowledgments

The present article was taken from the doctoral thesis of the first author of the research at Islamic Azad University, North Tehran branch. We hereby express our gratitude to all the couples present in the research, their families, and the officials of the counseling centers in the first district of Tehran, who fully cooperated in the implementation of the research.

Conflict of Interest and Financial 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.

References

- Abbas Mofrad, H., Khalatbari, J., Malihi Zakerini, S., Mohammadi Shirmahalleh, F., Shafti, V. (2021). Analysis of Structural Equations in the Relationship of Marital Conflicts and Affective Security with Perceived Stress and Pregnancy Worries and Biological Indexes with the Mediation of Psychological Wellbeing in Pregnant Women. *Womens Studies*, 12(35), 99-127. <https://doi.org/10.30465/ws.2020.33412.3154>
- 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>
- Farahmandi, M.H., Bakhshipour, A., & Jajarmi, M. (2023). Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on the Family Function and Satisfaction of the Marital Life of the Couples with Marital Conflicts. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 66(5), 1008-1023. https://mjms.mums.ac.ir/article_23778.html (In Persian)
- Li, X., Liu, Q.(2020). Parent–grandparent coparenting relationship, marital conflict and parent–child relationship in Chinese parent–grandparent coparenting families. *Children and Youth Services Review*, 109, 104-108. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104733>

- Liu, Y., Ni, X., Wang, R., Liu, H., & Guo, Z. (2022). Application of rational emotive behavior therapy in patients with colorectal cancer undergoing adjuvant chemotherapy. *International Journal of Nursing Sciences*, 9(2), 147-154. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2022.02.002>
- Mahmoodi, B., Moradi, O., Goodarzi, M., Seydol Shohadaei, A. (2021). The Effectiveness of Integrative Behavioral Couple Therapy on the Sexual Intimacy and Marital Burnout of the Couples with Marital Conflicts. *IJPN*, 9(3), 73-82. (In Persian) <http://ijpn.ir/article-1-1650-fa.html>
- Makhanova, A., McNulty, J.K., Eckel, L.A., Nikonova, L., Maner, J.K.(2018). Sex differences in testosterone reactivity during marital conflict. *Hormones and Behavior*, 105, 22-27. <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2018.07.007>
- Mobashery, F., Sanagouye-Moharer, G.R., & Shirazi, M. (2022). The effectiveness of Ellis emotional rational therapy on psychological well-being, the resilience of women on the verge of divorce in Zahedan. *Journal of Research in Behavioural Sciences*, 19(4), 610-619. <http://dx.doi.org/10.52547/rbs.19.4.610> (In Persian)
- Pollard, M. Anderson, R. Anderson, W, & Jennings, G. (1998). The development of family forgiveness scale. *Journal of Family Therapy*, 20, 95-109. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00070>
- Rusbult, C.E., Johnson, D.J., Morrow, G.D. (1986). Predicting satisfaction and commitment in adult romantic involvements. *Journal of Social Psychology*, 4(3), 168-184. <https://doi.org/10.2307/2786859>
- Urfa, O., & Aşçı, F. H. (2023). The effects of rational emotive behavior therapy and motivational interviewing on emotions, automatic thoughts, and perceived performance of elite female volleyball players. *Psychology of Sport and Exercise*, 69, 1024-1029. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102497>
- Wilson, S.J., Andridge, R., Peng, J., Bailey, B.E., Malarkey, W.B., Kiecolt-Glaser, J.K. (2017). Thoughts after marital conflict and punch biopsy wounds: Age-graded pathways to healing. *Psychoneuroendocrinology*, 85, 6-13. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2017.07.489>