

Original Article

Effectiveness of Forgiveness-oriented Group Counseling based on Islamic Perspective to Restore the Marriage Relationship after Marital Infidelity

Hekmat Kargar Khoram Abadi¹, MohammadReza Khodabakhsh², Fariba Kiani^{3*}

1. M Sc in School Counseling, Department of Psychology, School of Psychology and Education Science, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

2. PhD in Psychology, Department of Psychology, Neyshabur Branch, Islamic Azad University, Neyshabur, Iran.

3. PhD in Psychology, Department of Psychology, Boroujen Branch, Islamic Azad University, Boroujen, Iran. (Corresponding Author) Email: Fariba.kiani64@gmail.com

Received: 28 Feb 2016 Accepted: 18 May 2016

Abstract

Background and Aim: The present study aimed to evaluate the effectiveness of forgiveness-oriented group counseling based on Islamic perspective to restore the marriage relationship after marital infidelity in married women who referred to counseling centers in Tehran.

Materials and Methods: This study is a randomized clinical trial. The statistical population of the study consisted of the women who referred to counseling centers of Tehran in 2015 due to their husbands' infidelity. Thirty women were randomly assigned into intervention and control groups. Having conducted the pre-test using the forgiveness questionnaires, the intervention group took part in nine weekly sessions of forgiveness therapy based on the Islamic perspective. Then, the post-test was carried out using the same questionnaire for both groups. The data were analyzed in SPSS 18 software using analysis of covariance.

Ethical Considerations: After presenting the research objectives, emphasizing the confidentiality of the information and obtaining patients' verbal consent to participate in the study, the questionnaires were distributed among the participants to be completed.

Findings: The mean ages of the participants in the intervention and control groups were 33.41 and 35.32, respectively and the mean durations of their marriages were 9.11 and 10.33 years, respectively. There is no significant difference in demographic characteristics between two groups ($P>0.05$). The pre-test and post-test mean scores for forgiveness in the intervention group were 18.33 and 34.33, respectively. Forgiveness-oriented group consulting based on Islamic perspective had a significant effect on increasing women's willingness to forgive ($P<0.01$).

Conclusion: The findings signified using forgiveness-oriented group counseling based on the Islamic perspective in planning therapeutic interventions.

Keywords: Forgiveness; Group Consulting; Islam; Relationship Restoration; Marital Infidelity

Please cite this article as: Kargar Khoram Abadi H, Khodabakhsh MR, Kiani F. Effectiveness of Forgiveness- oriented Group Counseling based on Islamic Perspective to Restore the Marriage Relationship after Marital Infidelity. *Med Ethics J* 2017; 10(38): 29-36.

اثربخشی مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی بر ترمیم رابطه زناشویی بعد از خیانت همسر

حکمت کارگر خرم‌آبادی^۱، محمدرضا خدابخش^۲، فریبا کیانی^{۳*}

۱. کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۲. دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد نیشابور، دانشگاه آزاد اسلامی، نیشابور، ایران.

۳. دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد بروجن، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجن، ایران. (نویسنده مسؤول)
Email: Fariba.kiani64@gmail.com

دریافت: ۱۳۹۴/۱۲/۹ پذیرش: ۱۳۹۵/۲/۲۹

چکیده

زمینه و هدف: این مطالعه با هدف ارزیابی اثربخشی مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی بر ترمیم رابطه زناشویی بعد از خیانت همسر در زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر تهران انجام شده است.

مواد و روش‌ها: این مطالعه از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی است. جامعه آماری پژوهش زنانی بودند که در تابستان ۱۳۹۴ به دلیل عهدشکنی از جانب همسرشان، به مراکز مشاوره شهر تهران مراجعه کرده بودند. ۳۰ نفر از این زنان به صورت تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل قرار گرفتند. پس از اجرای پیش‌آزمون که با استفاده از پرسشنامه بخشش به عمل آمد، گروه آزمایش در ۹ جلسه هفتگی، بخشش درمانی مبتنی بر دیدگاه اسلامی شرکت نموده، سپس، پس‌آزمون با استفاده از همان پرسشنامه بر روی هر دو گروه انجام گرفت. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS 18 و آزمون کوواریانس تجزیه و تحلیل شدند.

ملاحظات اخلاقی: پس از بیان اهداف پژوهش، تأکید بر محرمانه‌ماندن اطلاعات و جلب رضایت شفاهی بیماران جهت شرکت در پژوهش، پرسشنامه‌ها جهت تکمیل توزیع گردید.

یافته‌ها: میانگین سنی آزمودنی‌ها در گروه مداخله و کنترل به ترتیب ۳۳/۴۱ و ۳۵/۳۲ سال و میانگین طول مدت ازدواج آن‌ها به ترتیب ۹/۱۱ و ۱۰/۳۳ بود. تفاوت معنی‌داری از نظر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بین دو گروه مداخله و کنترل مشاهده نشد ($p > 0/05$). میانگین نمره بخشش حاصل از پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه مداخله به ترتیب برابر با ۱۸/۳۳ و ۳۴/۳۳ بود. مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی، تأثیر معنی‌داری بر افزایش تمایل به بخشش در زنان داشت ($p < 0/01$).

نتیجه‌گیری: یافته‌ها بر استفاده از روش مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی در طرح‌ریزی مداخلات درمانی دلالت دارد.

واژگان کلیدی: مشاوره گروهی؛ بخشش؛ اسلام؛ ترمیم رابطه؛ خیانت همسر

مقدمه

خیانت زناشویی مسأله‌ای تکان‌دهنده برای زوجین و خانواده‌ها و پدیده‌ای رایج برای مشاورین و درمانگران است (۱). روابط فرا زناشویی، آشفتگی‌های زیادی را برای زوجین به وجود می‌آورد. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد، اکثر افراد انتظار تک‌همسری و پرهیز از روابط فرا زناشویی را از همسران خود دارند (۲). وقتی همسر فردی نسبت به او خیانت می‌کند فرد بر سر دوراهی است؛ از سویی جدایی موجب تخریب خانواده و از دست‌دادن همسری می‌شود که شاید هنوز دوستش دارد و رفع اختلافات به معنای این است که هنوز باید با زخم‌های خیانت زندگی کند و خطر رخ‌دادن خیانتی دیگر را بپذیرد (۳). خیانت اگرچه آسیب‌هایی برای همسران و خانواده به همراه دارد، اما انتخاب راهکار طلاق نایبستی اولین گزینه باشد، بلکه ابتدا می‌بایست راهکارهای سازنده در نظر گرفت شود و در صورتی که هیچ یک از رویکردهای موجود موفق نبود، طلاق به عنوان آخرین گزینه در نظر گرفته شود (۴). یافته‌های Gerdon و همکاران (۲۰۰۵ م.) حاکی از آن است که می‌توان به زوجین درگیر با مشکل خیانت کمک کرد (۵). متخصصان بیان می‌کنند که درمان خیانت زناشویی متفاوت از سایر مشکلات زوجین است و به توجه ویژه‌ای در خصوص راهبردهای درمانی نیاز دارد (۶). با توجه به تحقیقات فراوان که در مورد خیانت زناشویی انجام شده است (۷)، درمانگران بیان می‌کنند که وقتی با این مشکل روبه‌رو می‌شوند، مدل خاصی برای کار با این مشکل ندارند. با توجه به ماهیت پیچیده خیانت و تأثیرات فاجعه‌انگیز آن بر روابط زوجین، ضروری است که مداخلات مؤثری برای کمک به زوجینی که با این مشکل رو به رو هستند، صورت گیرد. در تبیین و درمان زوجین درگیر با مشکلات خیانت زناشویی، مدل‌های نظری مختلفی ارائه شده است. از جمله مدل‌های ارائه‌شده در خصوص درمان خیانت زناشویی، می‌توان به درمان هیجان مدار، مدل بخشودگی و درمان شناختی - رفتاری اشاره کرد. روش درمانی بخشودگی یکی از رویکردهای به کاررفته در زمینه کنترل و درمان واکنش‌های خیانت زناشویی است (۸). تحقیق و پژوهش در زمینه بخشش در دهه گذشته پیشرفت

بسیاری داشته است که این پیشرفت ناشی از تغییر تمرکز در روانشناسی از حوزه درمان مشکلات به سوی ارتقای رشد فردی بوده است. این حرکت روانشناسی مثبت، توجه دانشمندان و عموم مردم را به خود جلب کرده است، زیرا زبانی متمایز و تمرکز بر هیجان‌های مثبتی چون امید، قدردانی، حیرت و شادی را برگزیده است. عفو و بخشش می‌تواند به عنوان مانعی در برابر اثرات منفی استرس و هیجان‌های منفی باشد (۹). عفو چارچوب شناختی و رفتاری افراد را گسترش داده و تکنیک‌های انطباقی جدیدی را برای آن‌ها ایجاد می‌کند. در حوزه سلامت و پزشکی، عفو گاهی به صورت «درون فردی» اتفاق می‌افتد و این زمانی است که عفوکننده تغییر می‌کند. عفو می‌تواند به عنوان یک فرایند بین فردی در حوزه روابط نیز بررسی شود. تمرکز اولیه تحقیقات روانشناسی بر روی موضوع عفو، در مواجهه با این موضوع شروع شد که بسیاری از قربانیان، فرد متخلف را مورد عفو و گذشت قرار می‌دادند (۱۰). عفو و بخشش دیگران از این منظر مهم است که فرد را در مواقع بروز تعارض قادر به حفظ و ترمیم روابط می‌سازد. عفو، رهاکردن عواطف، شناخت‌ها و رفتارهای منفی مانند خصومت، افکار انتقام و پرخاشگری کلامی است که در پاسخ به بی‌عدالتی‌هایی که در حق وی صورت می‌گیرد، ایجاد می‌شود (۶).

در مباحث اخلاق زیست‌پزشکی، از بخشش به عنوان یک فضیلت اخلاقی یاد شده است. نتایج بررسی‌های اولیه نشان می‌دهد که مراجعان پس از طی مراحل درمان عفو و بررسی رنج ناشی از آن و برطرف کردن موضوع رنج با توجه به محدودیت‌ها و تصمیم به بخشیدن دیگران، خود را رها از هر گونه رنجش حس کرده و به آرامش دست می‌یابند. در تحقیقات پیشین نیز مشاهده شد که روش درمانی بخشودگی بر کاهش اضطراب و افسردگی و بهبود روابط فردی زوجین مؤثر بوده است (۵). Burpee و Langer (۲۰۰۵ م.) در بررسی تأثیر بخشودگی بر صمیمیت و اعتماد در روابط زناشویی روی ۲۰۱ آزمودنی که بیش از یکسال از زندگی زناشویی‌شان می‌گذشت، پی بردند که کاربرد بخشودگی در روابط جاری تأثیر معنی‌داری بر میزان اعتماد در روابط بین زوجین دارد (۱۱).

مطالعات اخیر نشان می‌دهد که بخشش یک سازه روانشناختی و رویکرد درمانی برای مشکلات ارتباطی و تعارض‌های زناشویی همسران است. زوجینی که اشتباهات یکدیگر را می‌بخشند، رضایت، نزدیکی و تعهد بیشتری را تجربه خواهند کرد. افزون بر این بخشیدن خطاهای خود و دیگری، استرس، سرزنشگری، رفتار خصمانه و پرخاشگری را در روابط بین فردی کاهش می‌دهد. بنابراین افراد سازگاری و روابط سالم‌تری را تجربه می‌کنند (۱۲). در متون اسلامی ضمن تأکید بر عفو و بخشش به مثابه صفتی زیننده مؤمنان، از آن به عنوان یک شیوه درمانی نیز یاد شده است. در قرآن کریم، عفو در شمار ویژگی‌های مؤمنان پرهیزگار است و اشاره شده است کسانی که بیشتر از خطاهای مردم می‌گذرند، پرهیزگارترند. خداوند در سوره آل عمران، آیه ۱۳۴ ضمن دعوت مؤمنان به عفو، آنان را از انتقام، کینه‌توزی و دشمنی با یکدیگر بر حذر داشته و می‌فرماید: «آنان که خشم خویش را فرو می‌نشانند و از مردم درمی‌گذرند، خدای متعال افراد خیرخواه و نیکوکار را دوست دارد.» در برخی از آیات با الگو قرار دادن این که خداوند بندگان را می‌بخشد، مؤمنان به این روش فرا خوانده شده‌اند، یعنی از مسلمانان می‌خواهد که آنان نیز مانند خالق خود، افراد خاطی را ببخشند و از گناهان آنان درگذرند. خداوند در سوره نور آیه ۲۲ می‌فرماید: «عفو کنید و چشم‌پوشی کنید، آیا دوست ندارید خداوند شما را ببخشد، خداوند بسیار آمرزنده و مهربان است» (۱۳). با توجه به لزوم رعایت اصول اخلاقی در جامعه اسلامی، به ویژه در ارتباط با دیگران که مورد تأکید آیات قرآن است، اهمیت بخشش در زندگی شخصی و اجتماعی مشخص می‌شود. از این رو پژوهش حاضر با هدف ارزیابی اثربخشی مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی (قرآن و احادیث) بر ترمیم رابطه زناشویی بعد از خیانت همسر انجام گرفته است.

مواد و روش‌ها

طرح پژوهش حاضر، یک مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون است. جامعه پژوهش عبارت از زنان سنین ۵۴-۱۸ ساله با مدت ازدواج ۲ تا ۳۰ سال و

تحصیلات دیپلم و بالاتر بودند که به دلیل خیانت همسر در سال ۱۳۹۴ به مراکز مشاوره شهر تهران مراجعه نموده و خواستار دریافت خدمات مشاوره درمانی بودند، چون پژوهش از نوع مداخله‌ای بود، حداقل حجم نمونه در هر یک از گروه‌ها ۱۵ نفر در نظر گرفته شد (۱۴). بدین ترتیب، ۳۰ نفر از این زنان آسیب‌دیده به صورت تصادفی (جایگزینی تصادفی بر اساس روش هم‌تاسازی گروه‌ها مبتنی بر داده‌های به دست‌آمده اولیه) در دو گروه مداخله و کنترل قرار گرفتند. برنامه مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی (قرآن و احادیث) در ۹ جلسه هفتگی، ۹۰ دقیقه‌ای پس از پیش‌آزمون بر گروه مداخله اعمال شد. در مورد اعضای گروه کنترل، هیچ مداخله‌ای صورت نگرفت. رؤس مطالب جلسات آموزش گروهی روایت درمانی، به شرح زیر است (۱۵).

مرحله اول: فرد رنجیده خود را در برابر احساس (انتقام)

و یک اندیشه (بخشش) می‌بیند و با خود فکر می‌کند در عین این که حق انتقام را از رنجاننده دارد، حق عفو و بخشش، نیز با اوست. در این مرحله فرد با راهنمایی روانشناس و مشاور به این حقیقت می‌اندیشد که دین هم می‌پذیرد که حق تو ضایع شده و می‌توانی انتقام بگیری و می‌توانی از خاطی بگذری و اگر بگذری برای خود تو سودمندتر است.

در مرحله دوم، مراجع احساس می‌کند که تزییع حق

وی، مورد پذیرش همگان و حتی دین است و از سوی دیگر در می‌یابد که از نظر دینی فرد خاطی چون حق او ضایع کرده است، گناه انجام داده است و برای چنین گناهی کیفری وجود دارد. او آگاه می‌شود که گرچه از فرد رنجاننده انتقام نگیرد و حقش را نتواند بستاند، خدا از او می‌ستاند.

در مرحله سوم، مراجع از پیامدها و آثار منفی انتقام‌گیری

و نبخشیدن آگاه می‌شود وی به استمرار رنج و عوارض روانی و بدنی آن پی می‌برد و در می‌یابد که برای رهایی از آن‌ها راهی جزء نادیده گرفتن آن خطا و بخشش خاطی ندارد. بدین صورت احساسات منفی فرد باز هم کاهش می‌یابد.

در مرحله چهارم، مراجع درمی‌یابد که از نظر انسانی و

دینی گمان بدی به دیگری نداشته باشد و فراتر از آن به رنجاننده نیز با محدودیت‌هایی که دارد، بنگرد و با این دید

علاقمندی، رفتار همراه با ادب و احترام جایگزین آن می‌شود. مشاور و روانشناس وی را به رفتارهای مطلوب همچون برقراری مجدد رابطه دوستی، احسان و نیکی تشویق می‌نماید. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه بخشش (عفو) استفاده شد. Rye و همکارانش (۲۰۰۱ م.) مقیاس ۱۵ گویه‌ای بخشش را تدوین کردند (۱۶). نمره‌های بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده گذشت بیشتر نسبت به موضوع آزاردهنده است. پاسخ‌ها در مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از به شدت (۱) تا اصلاً (۵) طراحی شدند. Rye (۲۰۰۱ م.) این مقیاس را با معیار سنجش گذشت Enright مورد مقایسه قرار داد. همبستگی به دست‌آمده به شیوه هم‌تاسازی نسبتاً بالا بود. آلفای کرونباخ این ابزار در پژوهش زندگی‌پور و یادگاری (۱۷) ۰/۹۶ به دست آمد. پایایی این ابزار در پژوهش حاضر به شیوه آلفای کرونباخ و دو نیم‌کردن به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۷۸ به دست آمد. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از آماره‌های توصیفی نظیر میانگین و انحراف معیار و آماره‌های استنباطی نظیر آزمون تحلیل کوواریانس در نرم‌افزار SPSS 18 تجزیه و تحلیل شد.

ملاحظات اخلاقی

پس از بیان اهداف پژوهش، تأکید بر بی‌نامی پرسشنامه‌ها و محرمانه‌ماندن اطلاعات، و جلب رضایت شفاهی بیماران جهت شرکت در پژوهش، پرسشنامه‌ها جهت تکمیل توزیع گردید. به گروه کنترل اعلام شد که در پایان جلسات مداخله‌ای، آن‌ها نیز می‌توانند همانند گروه مداخله خدمات مشاوره‌ای مشابه را دریافت نمایند. این پژوهش با کد ۳۵۶۲/الف۵ در کمیته اخلاق دانشگاه تایید و ثبت شده است.

یافته‌ها

میانگین سنی آزمودنی‌ها در گروه مداخله و کنترل به ترتیب ۳۳/۴۱ و ۳۵/۳۲ سال و میانگین طول مدت ازدواج آن‌ها به ترتیب ۹/۱۱ و ۱۰/۳۳ بود. آزمون t تفاوت معنی‌داری از نظر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بین دو گروه مداخله و کنترل نشان نداد ($p > 0/05$).

موقعیت او و عملکردش را ارزیابی نماید. این دید مثبت سبب می‌شود که محدودیت‌ها و موقعیت‌های فرد رنجاننده درک شود و ارزیابی وی از کردار او، چه بسا این خواهد شد که او هم در آن شرایط به جزء این نمی‌توانسته رفتار کند.

در **مرحله پنجم**، با تقویت مثبت‌نگری، درمانگر می‌تواند برای تجدید نظر احساس فرد رنجیده نسبت به فرد رنجاننده، او را به بازشناسی دلایل عفو هدایت نماید، یعنی مراجع بتواند نقاط قوت رنجاننده را نیز ببیند و به خوبی‌ها، خدمات، انسان‌بودن رنجاننده، قوم و خویشی‌اش نسبت به او، مخلوق و بنده خدا بودن و یا مؤمن بودن او و دلایلی مانند آن، آگاهی پیدا کند و به تدریج احساس مثبت نسبت به رنجاننده به دست آورد تا به فکر بخشیدن او بیفتد.

در **مرحله ششم**، درمانگر مراجع را متوجه می‌کند که بخشیدن عزت است و بر عکس اصرار ورزیدن بر عفو نکردن، از نظر ارزشی نوعی دور ماندن از ارزش‌هاست و بدین صورت او را متمایل به بخشیدن می‌کند و نظر او را روی بخشیدن متمرکز می‌سازد. فرد رنجیده به بخشیدن احساس بیشتری پیدا می‌کند و به این حقیقت توجه می‌کند که اگر ببخشد بهتر است.

در **مرحله هفتم**، مراجع با پشت سر گذاشتن مراحل پیشین به فکر چاره‌جویی می‌افتد و متمایل به عفو می‌شود. درمانگر در افزایش تمایل به بخشیدن کوشش می‌کند و دلایل عفو را مرور می‌نماید تا اندیشه و عواطف فرد رنجیده به عنوان یک فرد مؤمن و ارزشمند نسبت به رنجاننده مثبت‌تر گردد تا مراجع تصمیم نهایی خود را مبنی بر عفو اتخاذ کند.

در **مرحله هشتم**، رنجیده تصمیم به عفو می‌گیرد و آن را با رفتارهایی مانند سلام، دست‌دادن، روبوسی و... ابراز می‌نماید. در صورتی که رنجاننده حضور نداشته باشد، مراجع ابراز می‌کند که نسبت به خاطی کینه‌ای در دل ندارد. روانشناس و مشاور با ذکر مطلوبیت رفتارهای موفق از دیدگاه دینی، رنجیده را به انجام آن رفتارها تشویق می‌کند. تبیین ارزشمند بودن این رفتارها مراجع را به ابراز رفتاری بخشودنی می‌کشد و عفو و بخشش خود را عمیق می‌نماید.

در **آخرین مرحله**، افکار و احساسات منفی نسبت به فرد رنجیده، کم‌کم کاهش می‌یابد و یا از بین می‌رود و مثبت‌نگری،

جدول ۲: نتایج تحلیل کوواریانس مربوط به اثربخشی مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی بر تمایل به

بخشش زنان

متغیر وابسته	پیش‌آزمون	گروه
مجموع مجذورات	۳۳۶۱/۵۱	۳۷۳۶/۷۱
درجه آزادی	۱	۱
میانگین مجذورات	۳۳۶۱/۵۱	۳۷۳۶/۷۱
F	۱۲۳/۹۹	۱۳۷/۸۳
معنی‌داری	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
توان آماری	۰/۹۳	۰/۹۹

بحث

هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی (قرآن و احادیث) بر ترمیم رابطه زناشویی بعد از خیانت همسر بود. همانطور که یافته‌ها نشان داد، مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی، تأثیر معنی‌داری بر افزایش تمایل به بخشش در زنانگروه مداخله داشت. این نتایج همسو با نتایج Jackson (۱۹۹۸ م.) بود (۱۸). Heble و Enright (۱۹۹۳ م.) در بررسی خود دریافتند که روش درمانی بخشودگی موجب کاهش اضطراب در افراد می‌شود (۱۹). تحقیق دیگری نشان داده است که روش درمانی عفو و بخشش، صفا و صمیمیت، اعتماد زن و شوهر را نسبت به یکدیگر بالا برده و آنان را به هم نزدیک‌تر می‌کند (۲۰). در تبیین این یافته می‌توان گفت در روش عفو درمانی به فرد کمک می‌شود تا با شناخت بیشتر خود و محدودیت‌های افرادی که وی را رنجانیده‌اند، بینش جدیدی نسبت به موضوع اختلاف، رنج و بافت رنجش در وی ایجاد شود تا بتواند فرد خاطی را بخشیده و خود را از رنج برهاند. نتایج بررسی‌های اولیه نشان می‌دهد که مراجعان پس از طی مراحل درمان عفو و بررسی رنج ناشی از آن و برطرف کردن موضوع رنج با توجه به محدودیت‌ها و تصمیم به بخشیدن دیگران، خود را از هر گونه رنجش حس کرده و به آرامش دست می‌یابند. در تحقیقات پیشین نیز مشاهده شد که روش درمانی بخشودگی بر کاهش اضطراب و افسردگی و

میانگین نمره بخشش در گروه کنترل در پیش‌آزمون و پس‌آزمون برابر ۱۹/۱۶ و ۱۸/۱۱ (بدون افزایش) و در گروه مداخله به ترتیب برابر با ۱۸/۳۳ و ۳۴/۳۳ بوده و افزایش داشت (جدول ۱).

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار نمرات بخشش به تفکیک

پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه‌های مطالعه

متغیر	گروه‌ها	مراحل	میانگین	انحراف معیار
بخشش	کنترل	پیش‌آزمون	۱۹/۱۶	۴/۳۳
		پس‌آزمون	۱۸/۱۱	۳/۳۹
	مداخله	پیش‌آزمون	۱۸/۳۳	۴/۳۰
		پس‌آزمون	۳۴/۳۳	۶/۱۱

بررسی پیش‌فرض نرمال بودن نمرات نشان داد که این پیش‌فرض رد نمی‌شود و می‌توان از آزمون پارامتریک استفاده کرد ($p > 0/05$). آزمون لوین برای سنجش فرض برابری واریانس‌ها برای متغیر بخشش انجام شد و برای متغیر بخشش در مرحله پیش‌آزمون، آماره لوین برابر ۰/۷۶ به دست آمد ($p = 0/17 > 0/05$). در نتیجه، با توجه به رعایت پیش‌فرض تساوی واریانس‌ها، می‌توان از آزمون کوواریانس به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده کرد.

در مورد اثربخشی مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی بر تمایل به بخشش، نتایج نشان داد که با توجه به نمرات پیش‌آزمون عفو، تفاوت مشاهده‌شده بین میانگین نمرات پس‌آزمون عفو در گروه آزمایش و کنترل معنی‌دار است ($p < 0/01$). میانگین گروه آزمایش از گروه کنترل بیشتر بوده است. به عبارتی این روش درمانی توانسته است بر تمایل به بخشش زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی تأثیر بگذارد (جدول ۲).

انجام شود و نتایج آن با نتایج پژوهش حاضر مورد مقایسه قرار گیرد.

نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی (قرآن و احادیث) توانست میزان بخشش را در زنان آسیب‌دیده از عهدشکنی همسر بهبود بخشد. امید است با توجه به اسلامی بودن جامعه ما، این نوع درمان، یکی از پایه‌های اصلی در درمان اختلالات و آسیب‌های روانی و رفتاری در میان افراد قرار گیرد و متخصصان این رشته در روان‌درمانی از آن بهره‌گیرند.

از آنجایی که فرزندان خانواده‌های آسیب‌دیده از خیانت، شاهد کشمکش و ناآرامی بسیاری هستند و از عوارض مشکل آفرین بی‌وفایی به نوعی صدمه می‌بینند، پیشنهاد می‌شود جلسات روان‌درمانی مناسب برای آموزش فرزندان این خانواده‌ها در اولویت قرار گرفته و نتایج آن به بحث گذارده شود. همچنین پیشنهاد می‌شود تعداد جلسات روان‌درمانی برای زوجین آسیب‌دیده افزایش یابد، زیرا هم آموزش جامع‌تری ارائه می‌گردد و هم تکرار و تمرین، سبب افزایش مهارت و ماندگاری تغییر می‌گردد.

تشکر و قدردانی

از شرکت‌کنندگان در این پژوهش کمال تشکر را داریم. تعارض منابع وجود ندارد.

بهبود روابط فردی زوجین مؤثر بوده است (۲۱). بخشش باعث افزایش و رشد سطح احترام و اعتماد به نفس افراد، کاهش فشار خون و تنظیم ضربان قلب آن‌ها می‌شود. علاوه بر این، بخشش به افراد کمک می‌کند تا راحت‌تر بخوابند و بتوانند افکار مثبت را جایگزین افکار منفی کنند؛ رسیدن به مرحله عاقلانه بخشش نیاز به گذر زمان دارد، چراکه امری عقلانی و چندمرحله‌ای است (۲۲). از این روست که بنا بر گفته زیلبرگلد عفو و بخشش راهی است که باعث می‌شود انسان خود را موجودی آزاد بیابد و این بخل و حسادت است که دشمن آزادی انسان است (۲۳). بخشش درونی به درون و تفکر شخص برمی‌گردد. در حقیقت بخشش درونی موافق با مباحث دینی و روانی بوده و دارای منزلت خاص است، همچون دعاهایی که انبیای الهی در حق خاطیان انجام می‌دادند، چراکه این نوع از بخشش دلالت بر بخشیدن شخص خاطی دارد، قبل از آنکه خود او درخواست عفو کند (۲۴). چنانکه Hargrave (۲۰۱۲ م.) ریشه مشکلات و تعارضات زناشویی را در کمبود همدلی و ناتوانی در بخشش در زوجها بیان می‌کند و معتقد است زوج‌هایی که دارای میزان کافی مهارت بخشش و رفع تعارضات زناشویی به وجود آمده در زندگی مشترک نیستند، به میزان ۶۷٪ احتمال وقوع متارکه و طلاق بین آن‌ها در سه سال اول پس از آغاز زندگی مشترک وجود دارد. از سوی دیگر بیشتر زنانی که به دلیل تعارض و ناتوانی در بخشش از زندگی مشترک خود ناراضی‌تری دارند، به دلیل مشکلات زندگی مشترک، درگیری ذهنی زیاد و نبخشیدن اشتباه اطرافیان، به تدریج دشواری‌های ارتباطی پیدا می‌کنند (۲۵). خشم، فشارهای روانی و تعارضات فراوان در زندگی مشترک، در ارتباط زوجها با فرزندان نیز اختلال ایجاد می‌کند که آگاهی از فنون درمان بخشش محور و کاهش تنش بین زوجها تا حد زیادی سبب رفع مشکلات و افزایش کیفیت زندگی خانواده می‌شود (۲۶).

به عنوان یک محدودیت می‌توان گفت که آزمودنی‌های این پژوهش همگی از میان داوطلبین انتخاب شدند. پیشنهاد می‌شود این پژوهش بر روی گروه‌های متنوع‌تری از آزمودنی‌ها

References

1. Atkins DC, Baucom DH, Jacobson NS. Understanding infidelity: correlates in a national random sample. *J Fam Psychol* 2001; 15(4): 735-749.
2. Crouch E, Dickes L. Economic repercussions of marital infidelity. *Int J Sociol Soc Policy* 2016; 36(1/2): 53-65.
3. Harley EV, Chalmers G. Freedom from marital infidelity. Translated by Hosseini S & Aram Nia E. Tehran: Entesharat Nasle Noandish; 2006. [Persian]
4. Kaveh S. Spouses and infidelity and betrayal. Tehran: Entesharat Sokhan; 2008. [Persian]
- Gordon KC, Baucom DH, Snyder DK. Treating couples recovering from infidelity: an integrative approach. *J Clin Psychol* 2005; 61(11): 1393-1405.
5. Snyder DK, Baucom DH, Gordon KC. Treating infidelity: An integrative approach to resolving trauma and promoting forgiveness. In: Peluso PR, editor. *Infidelity: A practitioner's guide to working with couples in crisis*. New York: Routledge; 2007.
6. Glass SP, Wright TL. Reconstructing marriages after the trauma of infidelity. In: Halford WK, Markman HJ, editors. *Clinical handbook of marriage and couples interventions*. New York: John Wiley & Sons; 2007. p.471-507.
7. MomeniJM, Shoaee Kazemi D. Effectiveness of group therapy with interpersonal approach to repair the needs of women affected by the broken promises. *Women Stud socio psychol J* 2013; 11(1): 151-174. [Persian]
8. Khodabakhsh MR, Kiani F. Forgiveness and reconsidering its role in nurses' caring behavior and mental-physical health. *Med Ethics J* 2013; 7(23): 11-32. [Persian]
9. Khodabakhsh MR, Mansuri P. Relationship of forgiveness and empathy among medical and nursing students. *Ofoogh-e-Danesh* 2012; 3(1): 45-54. [Persian]
10. Burpee L, Langer E. Acceptance and mindfulness and marital therapy. *J Adult Dev* 2005; 12(1): 43-51.
11. DiBlasio FA, Benda BB. Forgiveness intervention with married couples: Two empirical analyses. *J Psychol Christ* 2008; 27(2): 150-158.
12. Elahi Ghomshei M. The Holy Quran. Surah Aal-imraan: 134; An-Noor: 22-23. [Persian]
13. Frahani H, Oreyzi HR. Advanced methods in human sciences. 2th ed, Isfahan: University Jihad publications; 2005. [Persian]
14. KhodayariFard M, Ghobari Bonab B, Faghihi AN, Torbati V. The therapy method of forgiveness with emphasis to Islamic perspective: case study. *J Thought Behav Clin Psychol* 2002; 8(1): 39-48. [Persian]
15. Rye MS, Loiacono DM, Folk CD, Olszewski BT, Heim TA, Madia BP. Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Curr Psychol* 2001; 20: 260-277.
16. Zandipour D, Yadegari H. The relationship between forgiveness and life satisfaction in married female students at the University of Tehran. *Women Stud socio psychol J* 2007; 5(3): 109-122. [Persian]
17. Fife ST, Weeks GR, Stellberg-Filbert J. Facilitating forgiveness in the treatment of infidelity: An interpersonal model. *J Fam Ther* 2013; 35(4): 343-367.
18. Witvliet CV, Hofelich Mohr AJ, Hinman NG, Knoll RW. Transforming or Restraining rumination: The impact of compassionate reappraisal versus emotion suppression on empathy, forgiveness and affective psychophysiology. *J Posit Psychol* 2015; 10(3): 248-261.
19. Kouros CD, Cummings M. Transactional relations between marital functioning and depressive symptoms. *AM J Orthopsychiatry* 2011; 18(1): 128-138.
20. Rey L, Extremera N. Agreeableness and interpersonal forgiveness in young adults: the moderating role of gender. *Terapia Psicológica* 2016; 34(2): 103-110.
21. Bumgarner DJ, Webb JR, Dula CS. Forgiveness and adverse driving outcomes within the past five years: driving anger, driving anger expression, and aggressive driving behaviors as mediators. *Transp Res Part of Traffic Psychol Behav* 2016; 42: 317-331.
22. Larkin KT, Goulet C, Cavanagh C. Forgiveness and physiological concomitants and outcomes. In: Toussaint L, Worthington E, Williams D. Netherlands: Springer Netherlands; 2015. p.61-76.
23. Smedes LB. Key to forgiving: How do you know that you have truly forgiven someone? *Christ Today* 2001; 45: 73.
24. Hargrave T. Families and forgiveness: healing wounds in the intergenerational. Routledge press; 2012.
25. Kouros CD, Cummings M. Transactional relations between marital functioning and depressive symptoms. *AM J Orthopsychiatry* 2011; 18(1): 128-138.