مجله علوم پزشکی رازی دوره ۲۹، شماره ۷، مهر ۱۴۰۱ http://rjms.iums.ac.ir

مقاله پژوهشی

مقایسه اثربخشی ایماگوتراپی و زوج درمانی شناختی – رفتاری بر دلزدگی زناشویی، تحمل ناکامی و احساس مثبت نسبت به همسر در زوجین

فاطمه حسن نیا: گروه علوم تربیتی و مشاوره، واحد مشهد، دانشگاه آزاد اسلامی، مشهد، ایران

حسین اکبری امرغان: گروه علوم تربیتی و مشاوره، واحد مشهد، دانشگاه آزاد اسلامی، مشهد، ایران و گروه مشاوره و روانشناسی، واحد قوچان، دانشگاه آزاد اسلامی، قوچان، ایران (* نویسنده مسئول) drakbari54@yahoo.com

علی اکبر ثمری: گروه روانشناسی سلامت، واحد کاشمر، دانشگاه آزاد اسلامی، کاشمر، ایران

احسان ارمز: گروه آمار و ریاضی، واحد مشهد، دانشگاه آزاد اسلامی، مشهد، ایران

چکیده

زمینه و هدف: شناسایی عوامل مؤثر بر متزلزل ساختن بنیان خانواده و بررسی راهکارهای پیشگیری و مرتفع ساختن آن‌ها اهمیت زیادی دارد. هدف از انجام تحقیق حاضر مقایسه اثربخشی ایماگوتراپی و زوج درمانی شناختی و رفتاری بر دلزدگی زناشویی، تحمل ناکامی و احساس مثبت نسبت به همسر در زوجین بود.

روش کار: به منظور انجام تحقیق نیمه‌تجربی حاضر که با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون انجام شد از بین زوجین دارای تعارضات زنا شویی مراجعه کننده به دادگاه خانواده، شوراهای حل اختلاف و مراکز م شاوره در شهر م شهد در سال ۱۳۹۹ تعداد ۳۰ زوج به صورت داوطلب به عنوان نمونه آماری در تحقیق شرکت کرده و به صورت تصادفی به سه گروه ایماگوتراپی، زوج درمانی شناختی- رفتاری و کنترل تق سیم شدند. آزمودنی‌ها ابتدا پر س شنامه‌های دلزدگی زنا شویی پاینز، تحمل ناکامی هرینگتون و اح ساس مثبت ن سبت به هم سر کلینیک زوج درمانی داد شگاه ایالتی نیویورک را در پس آزمون کردند. سپس آزمودنی‌های گروه‌های تجربی ۱۰ جلسه و هر جلسه ۹۰ دقیقه مداخله مربوط به خود را دریافت کردند. در نهایت مجددا تمام آزمودنی‌ها پرسشنامه‌ها را تکیل کردند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد زوج درمانی شناختی- رفتاری باعث کاهش معنادار دلزدگی زناشویی، افزایش معنادار تحمل ناکامی و افزایش معنادار احساس مثبت نسبت به همسر شد. ایماگوتراپی باعث کاهش معنادار دلزدگی زناشویی، افزایش معنادار تحمل ناکامی و افزایش معنادار احساس مثبت نسبت به همسر شد. همچنین مشخص شد ایماگوتراپی در مقایسه با زوج درمانی شناختی- رفتاری تاثیر بیشتری دارد.

نتیجه‌گیری: در نهایت پیشنهاد می‌شود که درمانگران و روانشناسان بالینی از هر دو روش و مخصوصا ایماگوتراپی جهت بهبود روابط زناشویی استفاده کنند..

کلیدواژه‌ها

دلزدگی زناشویی،
تحمل ناکامی،
زوج درمانی شناختی- رفتاری،
ایماگوتراپی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۵/۱۰
تاریخ چاپ: ۱۴۰۱/۰۷/۰۹

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

شیوه استناد به این مقاله:

Hasannia F, Akbari Amarghan H, Samari A A, Ormaz E. Comparison of the Effectiveness of Imago Therapy and Cognitive-Behavioral Couple Therapy on Marital Boredom, Failure Tolerance and Positive Feelings towards the Spouse in Couples. Razi J Med Sci. 2022;29(7):107-116.

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 3.0 صورت گرفته است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

Razi Journal of Medical Sciences. 2022;29(7):107-116. http://rjms.iums.ac.ir

Original Article

Comparison of the Effectiveness of Imago Therapy and Cognitive-Behavioral Couple Therapy on Marital Boredom, Failure Tolerance and Positive Feelings towards the Spouse in Couples

Fatemeh Hasannia: Department of Educational Sciences and Counseling, Mashhad Branch, Islamic Azad University, Mashhad, Iran
Hossein Akbari Amarghan: Department of Educational Sciences and Counseling, Mashhad Branch, Islamic Azad University, Mashhad, Iran, & Department of Psychology, Quchan Branch, Islamic Azad University, Quchan, Iran (*Corresponding author) drakbari54@yahoo.com
Ali Akbar Samari: Department of Health Psychology, Kashmar Branch, Islamic Azad University, Kashmar, Iran
Ehsan Ormaz: Department of Statistics and Mathematics, Mashhad Branch, Islamic Azad University, Mashhad, Iran

Abstract

Background & Aims: Identifying the factors affecting the foundation of the family, such as marital boredom, failure, negative feelings towards the spouse, etc., and examining prevention and elimination strategies, is of undeniable importance. Marital boredom is a painful state of physical, emotional, and psychological exhaustion that affects those who expect their abundant love to give meaning and meaning to life and its quality. These people find out that they have experienced marital boredom when, despite all their efforts, their relationships have not given them a meaningful life (2). Failure is another factor that can shake the foundation of the family as the most important element of society. Failure is one of the most important human characteristics that is related to tolerating failure and refers to the amount of stress that a person can endure before his behavior becomes integrated and disrupted (4). On the other hand, one of the factors that play an important role in the health and well-being of the family is a positive feeling towards the spouse and married life. Establishing a proper relationship with the spouse, saying words and sentences at the right time is one of the main factors affecting the formation of positive emotions of the couple, durability and life satisfaction (6).
One of the ways to prevent and eliminate the destructive factors of family foundation is couple therapy methods including cognitive-behavioral couple therapy and imagotherapy. Cognitive-behavioral couple therapy uses cognitive and behavioral strategies and life skills training to try out the obvious behavior and interaction of couples by changing their thoughts, expectations, interpretations and ways of responding to them. Change (7). In addition to cognitive reconstruction, this approach also uses a variety of behavioral interventions to strengthen couples' coping skills (8). In addition, various studies have shown the effectiveness of these therapies on the relationship between couples, but the results are contradictory. Given the above, the identification of factors affecting the foundation of the family, including marital boredom, failure, negative feelings towards the spouse and the study of prevention and elimination strategies, including various methods of couple therapy, the importance of undeniable to The purpose is to preserve the sacred foundation of the family in Iran. Therefore, in this study, the effectiveness of imagotherapy and cognitive and behavioral couple therapy on marital boredom, failure tolerance and positive feelings towards the spouse in couples are compared.
Methods: In order to conduct the present quasi-experimental research, which was conducted with pre-test and post-test design, among couples with marital conflicts who referred to family court, dispute resolution councils and counseling centers in Mashhad in 1399, 30 couples as The volunteers participated in the study as a statistical sample and were randomly divided into three groups: imagotherapy, cognitive-behavioral couple therapy and control. Subjects first retracted the Pynes (2004) Marital Boredom Questionnaire, Harrington Failure Tolerance Questionnaire (2005), and Positive Feeling of Spouse's New York State University Couple

Keywords
Marital Boredom,
Failure Tolerance,
Cognitive-Behavioral Couple Therapy,
Imago Therapy

Received: 01/08/2022
Published: 01/10/2022

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

Clinic (1975). Then, the subjects of the experimental groups received 10 sessions and each session received 90 minutes of intervention. Finally, all subjects completed the questionnaires again. It should be noted that the conditions for entering the research included 3 to 10 years of marriage, having a minimum diploma, having an age of 30 to 45 years and no history of divorce, and exclusion criteria included being absent for more than one session and canceling further cooperation. At the end of the intervention sessions, all subjects completed the questionnaires again. Finally, descriptive statistics (mean and standard deviation), Shapirovilk test to examine the natural distribution of data, multivariate analysis of covariance and Bonferroni post hoc test were used for statistical analysis of data using SPSS software version 24.

Results: The results showed that there was a significant difference between the groups of cognitive-behavioral couple therapy, imagotherapy and control in at least one of the variables of marital boredom, failure tolerance or positive feeling towards the spouse (F = 76.31, P = 0.001). On the other hand, it was found that there is a statistically significant difference between the intervention methods in all three variables of marital boredom (CB), failure tolerance (FT) and positive feeling towards the spouse (PF). The results of Bonferroni post hoc test showed that both cognitive-behavioral couple therapy and immagotherapy compared to the control group significantly reduced marital boredom, increased failure tolerance and increased positive feelings towards the spouse in couples with marital conflicts. Also, imagotherapy couple therapy was more effective in reducing marital boredom, increasing failure tolerance and increasing positive feelings towards the spouse in the couple in comparison with cognitive-behavioral couple therapy.

Conclusion: The findings of the present study are consistent with some of the results of De Klerk (2001) research that receiving immunotherapy has been able to increase couples' satisfaction and satisfaction (17). Also, the results of the present study are part of the findings of the study by Westerman et al. (2008) who found that cognitive-behavioral couple therapy improves marital satisfaction, reduces psychological distress symptoms and husband boredom with spouse and increases the overall functioning of the relationship. Gives, confirms (18). In addition, the findings of the present study, with part of the results of Martin and Bailowski (2011) research that found that Imago-based couple therapy method, increased conversations between spouses, increased self-understanding and understanding of spouses, understanding of Has increased childhood and spouses as well as increased self-confidence, is consistent (19). Also, the findings of the present study, with some of the results of Jang (2015) research that received image therapy on marital relationships, marital intimacy, marital relationships, communication skills to resolve marital conflicts, mutual respect, gender role, sexual satisfaction, Couples' time together and decision making have a significant positive effect, it is consistent (10). Also, the results of the present study are consistent with some of the findings of Karimi and Khalatbari study (2017) who found that cognitive-behavioral couple therapy has a significant effect on marital boredom and its components, marital satisfaction and marital intimacy (23). In addition, the findings of the present study confirm some of the results of the research of Shakralahzadeh et al. (2017) who found that cognitive-behavioral skills training has an effect on marital conflicts and marital apathy (24).

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:

Hasannia F, Akbari Amarghan H, Samari A A, Ormaz E. Comparison of the Effectiveness of Imago Therapy and Cognitive-Behavioral Couple Therapy on Marital Boredom, Failure Tolerance and Positive Feelings towards the Spouse in Couples. Razi J Med Sci. 2022;29(7):107-116.

*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

مقدمه

خانواده یکی از ارکان اصلی جامعه به شمار رفته و دستیابی به جامعه سالم آشکارا در گرو سلامت خانواده است و تحقق خانواده سالم مشروط به برخورداری افراد آن و بویژه زوجین از داشتن رابطه‌ای مطلوب با یکدیگر است (۱). بی‌تردید، شناسایی عوامل مؤثر بر متزلزل ساختن بنیان خانواده از جمله دلزدگی زناشویی، ناکامی، احساس منفی نسبت به همسر و ... و بررسی راهکارهای پیشگیری و مرتفع ساختن آن‌ها از اهمیت انکارناپذیری برخوردار می‌باشد. دلزدگی زناشویی حالت دردناک فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی است و کسانی را متأثر می‌سازد که توقع دارند عشق سرشار آن‌ها، به زندگی و کیفیت آن معنا و مفهوم بخشد. این افراد زمانی متوجه می شوند دچار دلزدگی زنا شویی شده‌اند که علی‌رغم تمامی سعی و تلاشی که می‌کنند، ارتباطات آن‌ها، زندگی با معنایی به آن‌ها نداده است (۲). به تعبیر دیگر، دلزدگی زناشویی، کاهش تدریجی دلبستگی عاطفی به همسر است که با احساس بیگانگی، بی‌علاقگی و بی‌تفاوتی به یکدیگر و جایگزینی عواطف منفیبه جای عواطف مثبت همراه است. بدون شک، عدم توجه به عوامل مؤثر بر دلزدگی زناشویی لطمات و ضایعات جبران‌ناپذیری را برای شخص، خانواده و جامعه خواهد داشت (۳).

ناکامی نیز یکی دیگر، از عواملی است که می‌تواند بنیان خانواده را به عنوان مهمترین رکن جامعه متزلزل کند. ناکامی یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های انسان است که با تحمل ناکامی ارتباط متقابل داشته و به میزان فشار روانی که شخص می‌تواند تحمل کند، قبل از این که رفتارش از حالت یکپارچگی درآمده و مختل گردد، اشاره دارد (۴). کسی که به کوشش خود ادامه می‌دهد، نسبت به کسی که از کوشش دست بر می‌دارد یا به شیوه واکنشی در رفتار دست می‌زند، از تحمل ناکامی بیشتری برخوردار است. تحمل ناکامی قابلیت فرد است در مقاومت در برابر ناکامی بدون این که به شیوه‌ای ناپسند رفتاری دست بزند (۵).

از طرف دیگر، یکی از عواملی که بر سلامت و بهزیستی خانواده نقش بسزایی دارد، احساس مثبت به همسر و زندگی زناشویی است. برقراری ارتباط مناسب با همسر، بیان کلمات و جملات در وقت مناسب آن از اصلی‌ترین عوامل مؤثر بر شکل‌گیری عواطف مثبت زوجین، دوام و رضایت از زندگی می‌شود (۶). احساس مثبت از همسر، به‌وسیله در دسترس بودن و پاسخگو بودن زوجین نسبت به یکدیگر مشخص می‌شود. این ارتباط‌های ایمن به زوجین این امکان را می‌دهد که از طریق اداره آشفتگی‌های هیجانی، به یکدیگر کمک کنند (۶).

یکی از راهکارهای پیشگیری و مرتفع ساختن عوامل ویرانگر بنیان خانواده (دلزدگی زناشویی، ناکامی، احساس منفی نسبت به همسر)، شیوه‌های زوج درمانی از جمله زوج درمانی شناختی- رفتاری و ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) می‌باشد. زوج درمانی شناختی- رفتاری با استفاده از راهبردهای شناختی و رفتاری و آموزش مهارت‌های زندگی تلاش می‌کند تا رفتار آشکار و شیوهٔ تعامل زوجین را از طریق تغییر افکار، انتظارات، تعبیر و تفسیرها و شیوه‌های پاسخ‌دهی آن‌ها تغییر دهد (۷). این رویکرد علاوه بر بازسازی شناختی از انواع مداخلهٔ رفتاری نیز برای تقویت مهارت‌های مقابله‌ای زوجین استفاده می‌کند (۸). در واقع زوج درمانی شناختی- رفتاری به طور همزمان نقش فرایندهای شناختی و رفتای را مورد تأکید قرار می‌دهد و فرصتی را فراهم می‌آورد تا زوجین بتوانند شیوه‌های لازم را برای شناسایی و اصلاح افکار و رفتارهای خود تخریب‌گر بیاموزند و در آینده به هنگام رویارویی با مسائل مختلف از آن‌ها استفاده کنند (۹). درمان تصویرسازی یا ایماگوتراپی نیز شیوه‌ای از زوج درمانی است که نظریه‌های اصلی شخصیت، علوم رفتاری، فیزیولوژی و دانش معنوی را با هم تلفیق کرده است (۱۰). چون این تجسم بیشتر جنبه ناخودآگاه دارد، به همان اندازه هم قدرت و نفوذ آن بر فرد بیشتر است. ایماگو یک عامل مؤثر در انتخاب می‌باشد، زیرا این امر بوسیله ناخودآگاه با هدف تمامیت فرد، بوسیله احیای مجدد ارتباط، هم شخصی و هم بین شخصی که در دوران کودکی توسط ناکامی گسسته شده است، هدایت می‌شود (۱۱).

از طرف دیگر، بر اساس آمار مرکز آمار ایران در سال ۱۳۹۸، در مقابل ۵۳۰ هزار و ۳۳۵ ازدواج، ۱۷۴ هزار و ۸۳۱ طلاق ثبت شده است. بدین که تقریباً در مقابل هر ۳ مورد ازدواج، ۱ مورد طلاق رخ داده است. علاوه براین، بررسی نتایج پژوهش‌ها در بازه زمانی ۱۳۷۷ تا ۱۳۹۷،

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

حکایت از آن دارد که «هم سرگزینی نادر ست»، «نقص دانش و مهارت همسران»، «عملکرد نامطلوب همسران» و «شرایط نامطلوب اقتصادی»، عمده‌ترین دلایل مؤثر بر طلاق در خانواده‌های ایرانی می‌باشند. در میان دلایل یاد شده، «نقص دانش و مهارت همسران» شامل انتظارات و توقعات غیرمنطقی همسران از هم، ضعف هم سران در مهارت‌های رفتاری و شخ صیتی، ندا شتن شناخت کافی از یکدیگر، عدم تفاهم و درک متقابل، ناتوانی در حل اختلافات، نارضایتی جنسی و عاطفی هم سران و برآورده نشدن نیازها و انتظارات می‌با شد. در این موارد اگرچه هم سرگزینی به شیوه صحیح صورت گرفته، ولی به دلیل نداشتن آگاهی و مهارت‌های لازم برای ای فای نقش همسری، در ت عاملات ز ناشویی مشکلات جدی به وجود آمده است و در نهایت به طلاق منجر خواهد شد (۱۲).

علاوه بر این، م طال عات مختلفی ب یانگر اثربخشی روش‌های درمانی یاد شده بر روابط میان زوجین بوده است. بطور مثال، جانگ (۲۰۱۵) به بررسی اعتبار محتویات ایماگوتراپی زوجین و اثرات کاربرد ایماگوتراپی در زوجین، پرداخت و به این نتیجه رسید که ایماگوتراپی بر روابط زناشویی، صمیمت زناشویی، ارتباطات زناشویی، مهارت‌های ارتباطی برای حل و فصل تعارضات زناشویی، احترام متقابل، نقش جنسیتی، رضایت جنسی، زمان با هم بودن و تصمیم‌گیری زوجین تأثیر مثبت معناداری دارد (۱۰). لوکوت و مورو (۲۰۱۸) در تحقیقی با عنوان بررسی «اثربخشی ایماگوتراپی و همسنجی آن با عوامل خانوادگی و زناشویی» نشان داد ند که ای ماگوتراپی نقش مهمی در بهبود عوا مل خانوادگی و زناشویی دارد و با عوامل منحصر به فرد خود بر بهبود مشکلات زناشویی زوجین تأثیر دارد (۱۳). شیدان‌فر و همکاران (۱۳۹۶) به مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدارو ایماگوتراپیبر رضایت‌مندی زناشویی زوجین در سال‌های اولیه ازدواج پرداختند. نتایج نشان داد که هر دو رویکرد زوج‌درمانی هیجان‌مدارو ایماگوتراپیبر رضایت‌مندی زناشویی زوجین مؤثر است (۱۴). هادیان و امینی (۱۳۹۸) به پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس هوش عاطفی، مهارت‌های ارتباطی و تعارضات زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد همدان پرداختند. نتایج نشان دادرابطه معکوس و معناداری بین هوش عاطفی و میزان دلزدگی زناشویی وجود دارد (۱۵). هنرپروران (۱۳۹۸) به مقایسه اثربخشی ایماگوتراپی و زوج درمانی ستیر بر پایداری زندگی زوجین متعارض شهر شیراز پرداخت.نتایج نشان داد که بین اثربخشی ایماگوتراپی و زوج درمانی ستیر بر پایداری زندگی زوجین متعارض تفاوت معناداری وجود ندارد (۱۶).

با توجه به مطالب فوق بی‌تردید، شناسایی عوامل مؤثر بر متزلزل ساختن بنیان خانواده از جمله دلزدگی زناشویی، ناکامی، احساس منفی نسبت به همسر و ... و برر سی راهکارهای پی شگیری و مرتفع ساختن آن‌ها از جمله روش‌های مختلف زوج درمانی اهمیت انکارناپذیری به منظور حفظ بنیان مقدس خانواده در ایران برخوردار می‌باشد. لذا در این مطالعه به مقایسه اثربخشی ایماگوتراپی و زوج درمانی شناختی و رفتاری بر دلزدگی زناشویی، تحمل ناکامی و احساس مثبت نسبت به همسر در زوجین پرداخته می‌شود.

روش کار

به منظور انجام تحقیق نیمه‌تجربی حاضر که با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون انجام شد از بین زوجین دارای تعارضات زناشویی مراجعه کننده به دادگاه خانواده، شوراهای حل اختلاف و مراکز مشاوره در شهر مشهد در سال ۱۳۹۹ تعداد ۳۰ زوج به صورت داوطلب به عنوان نمو نه آ ماری در تحقیق شرکت کرده و به صورت تصادفی به سه گروه ایماگوتراپی، زوج درمانی شناختی-رفتاری و کنترل تقسیم شدند. این پژوهش با کد اخلاق: IR.IAU.MSHD.REC.1400.076 از دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد مورد تایید دانشگاه واقع شده است. آزمودنی‌ها ابتدا پر س شنامه‌های دلزدگی زنا شویی پاینز (۲۰۰۴)، تحمل ناکامی هرینگتون (۲۰۰۵) و احساس مثبت نسبت به همسر کلینیک زوج درمانی دانشگاه ایالتی نیویورک (۱۹۷۵) را در پس آزمون کردند. سپس آزمودنی‌های گروه‌های تجربی ۱۰ جلسه و هر جلسه ۹۰ دقیقه مداخله مربوط به خود را دریافت کردند. در نهایت

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

جدول ۱- هدف و محتوای مداخله زوج درمانی شناختی- رفتاری به تفکیک جلسه

جلسه	هدف	محتوی
اول	آمادگی و ارتباط	برقراری ارتباط و ایجاد آمادگی بوسیله توضیح روش و اهداف جلسات
دوم	شناسایی باورها و انتظارات غیر واقع بینانه در مورد صمیمیت	بررسی انتظارات، باورها و تصورات خیالی در مورد صمیمیت و روابط زناشویی، نشان دادن تأثیر باورهای مخرب بر احساسات و رفتارها
سوم	اصلاح خطاهای شناختی	رفع سوء تفاهم ناشی از برداشت‌های غلط یا متفاوت از یکدیگر و جایگزین کردن باورها و انتظارات منطقی
چهارم	شناسایی الگوهای اسنادی و تأثیر آن بر رابطه تبین اهداف و انتظارات واقع بینانه	بررسی اسنادهای غلط و انتظارات غیرواقع بینانه و زیر سؤال بردن آنها، آشنایی با انتظارات متقابل و توجه به ویژگی های مثبت یکدیگر
پنجم	ایجاد مهارت انتقال و دریافت صحیح و مؤثر افکار، احساسات و نیازهای یکدیگر	ارزیابی اشکالات مربوط به فرستنده و گیرنده پیام و تمرین و آموزش مهارت‌های فرستنده و گیرنده پیام
ششم	ایجاد مهارت‌های درک همدلانه و گوش دادن	ارزیابی الگوها و موانع ارتباطی زوجین و تمرین و آموزش مهارت‌های ارتباط کارآمد
هفتم	افزایش تبادلات رفتاری مثبت	شناخت الگوهای تقویت و تنبه هر یک از همسران، افزایش تقویت‌کننده‌های مثبت و کاهش تنبیه، درک و عینی‌سازی رفتار
هشتم	کاهش مشکلات و یادگیری مهارت حل مسأله	بررسی مشکلات موجود و ارزیابی روش‌های حل مسأله همسران و آموزش و تمرین مراحل روش حل مسأله
نهم	کاهش تعارضات بین همسران	بررسی تعارضات بین همسران، بررسی الگوهای حل تعارض و پیامدهای آن، آموزش و تمرین روش‌های حل تعارض
دهم	جمع‌بندی و نتیجه‌گیری	---

جدول ۲- هدف و محتوای مداخله ایماگوتراپی به تفکیک جلسه

جلسه	هدف	محتوی
اول	معارفه و آشنایی با ایماگوتراپی	بررسی تعارضات زناشویی و ایجاد انگیزه برای حل آن‌ها، شرح زوج درمانی ایماگوتراپی و نقش ایماگوها در تعارضات زناشویی
دوم	برنامه‌ریزی برای روابط آینده	آشنایی زوج‌ها با ویژگی‌های مثبت افراد مهم زندگی، برنامه‌ریزی برای روابط مناسب با همسر، بررسی چگونگی بهبود رابطه با همسر و یافتن زمینه مشترک
سوم	افزایش خود آگاهی	بررسی خاطرات و ناکامی‌های کودکی و واکنش به آن‌ها، پرورش تصویر ذهنی مثبت، نوشتن ویژگی‌های مثبت و منفی والدین و تعیین نیازهای کودکی و احساسات منفی
چهارم	شناخت همسر	شناخت عمیق همسر و تأثیر آن بر روابط فعلی زناشویی، استفاده از روش بیان ویژگی‌های مثبت و منفی همسر، مقایسه همسر با تصویر ذهنی خود و تأثیر آن بر فرد
پنجم	آشنایی با نیازها و آسیب‌های یکدیگر	آشنایی با نیازهای مختلف همسر، آگاهی از آسیب‌های متفاوت همسر و نحوه برخورد با نیازها و آسیب‌های همسر
ششم	بستن راه‌های خروجی	ایجاد تعهد مشترک و اطمینان از با هم بودن، افزایش صمیمیت و ارضای نیازهای مختلف زوجین و توافق متقابل
هفتم	تجدید خاطرات عاشقانه و بهبود روابط	ایجاد منطقه امن و افزایش صمیمیت و التیام زخم‌های عاطفی زوجین، مرور خاطرات خوب، شناخت روش‌های خشنود کردن همسر، مشخص کردن نیازها و آرزوهای برآورده نشده، ارائه هدیه‌های غیر منتظره و انجام فعالیت‌های تفریحی و لذت‌بخش مشترک
هشتم	یادگیری رفتارهای جدید	ایجاد منطقه امن و افزایش احساس شادی و پیوند عاطفی بین زوجین، استفاده از روش‌های تعیین رفتارهای آزارنده و ناامیدها و تعیین انتظارات و درخواست‌ها
نهم	تخلیه خشم و هیجان‌های منفی	بیان و تخلیه خشم در یک محیط امن و سازنده با هدف کاهش و حل رنجش‌های گذشته و التیام زخم‌های عاطفی، تمرین تخلیه خشم و آموزش روزهای مهار خشم
دهم	جمع‌بندی	مرور و جمع‌بندی جلسات قبل و تلاش جهت حفظ و تداوم تغییرات مثبت

مجددا تمام آزمودنی‌ها پرسشنامه‌ها را تکیل کردند. لازم به ذکر است که شرایط ورود به تحقیق شامل گذشت ۳ تا ۱۰ سال از ازدواج، دا شتن حداقل تح صیلات دیپلم، داشتن سن ۳۰ تا ۴۵ سال و عدم سابقه طلاق و معیارهای خروج از تحقیق شامل غیبت بیش از یک جلسه و انصراف از ادامه همکاری بودند.

پر سشنامه دلزدگی زنا شویی پاینز (۲۰۰۴): این پرسشنامه ۲۱ سؤال داشته و سه خرده مقیاس خستگی ج سمی شامل اح ساس خ ستگی، س ستی و دا شتن اختلال‌های خواب است که با ۵ سؤالس نجیده می‌شود؛ خرده مقیاس از پا افتادن عاطفی شامل احساس افسردگی، ناامیدی و در دام افتادن است که با ۱۰ سؤال

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

اندازه‌گیری می‌شود؛ و ج خرده مقیاس از پا افتادن روانی شامل احساس بی‌ارزشی، سرخوردگی و خشم به همسر ا ست که با ۶ سؤالس نجیده می شود. سؤال‌ها به روش لیکرت ۷ درجه‌ای از هرگز= ۱ تا همیشه= ۷ نمره‌گذاری می‌گردد. روایی پرسشنامه با آزمون آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد و پایایی آن نیز مورد تایید قرار گرفت.

پرسشنامه تحمل ناکامی هرینگتون (۲۰۰۵): این مقیاس دارای ۳۵ گویه است و چهار خرده مقیاس عدم تحمل عاطفی؛ عدم تحمل ناراحتی؛ پیشرفت؛ شایستگی را بررسی می‌کند. و به صورت طیف لیکرت ۵ امتیازی (از ۵= کاملاً موافقم تا ۱= کاملاً مخالفم) نمره گذاری می‌شود. مجموع نمرات پایین نشانه تحمل ناکامی بالای آزمودنی و مجموع نمرات بالا نشان دهنده تحمل ناکامی کم آزمودنی می‌با شد. بنابراین د ستیابی به نمرات کمتر مطلوب است. روایی پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به دست آمد و پایایی پرسشنامه نیز مورد تایید قرار گرفت.

پر س شنامه اح ساس مثبت زوجین ن سبت به هم سر (PF): این پرسشنامه دارای ۱۷ سؤال برای اندازه‌گیری احساس مثبت فرد نسبت به همسر خود است که در سال ۱۹۷۵ در کلینیک زوج‌درمانی دانشگاه ایالتی نیویورک ساخته شده و با اعداد ۱ (برای احساس کاملاً منفی تا ۷ (برای کاملاً مثبت) نمره‌گذاری می‌شود. برای به دست آوردن نمره کلی پرسشنامه می‌توان امتیازات تک تک سؤالات را با همدیگر جمع کرد. امتیازات بین ۱۷ تا ۴۳ نشان می‌دهد که میزان احساسات مثبت ضعیف می‌با شد. امتیازات بین ۴۳ تا ۶۸ نشان می‌دهد که میزان احساسات مثبت متوسط می‌باشد. امتیازات بالای ۶۸ نشان می‌دهد که میزان احساسات مثبت بسیار خوب می‌باشد.

بعد از اتمام جلسات مداخله تمام آزمودنی‌ها مجددا پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. در نهایت از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار)، آزمون شاپیروویلک جهت بررسی توزیع طبیعی داده‌ها، آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره و آزمون تعقیبی بونفرونی و به کمک نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ جهت تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها استفاده شد.

یافته‌ها

نتایج نشان داد بین گروه‌های زوج درمانی شناختی-رفتاری، ایماگوتراپی و کنترل حداقل در یکی از متغیرهای دلزدگی زناشویی، تحمل ناکامی یا احساس مثبت نسبت به همسر تفاوت معنادار وجود دارد (F=۳۱/۷۶، P=۰/۰۰۱). از طرف دیگر مشخص شد بین روش‌های مداخله مورد بررسی در هر سه متغیر دلزدگی زناشویی (CB)، تحمل ناکامی (FT) و احساس مثبت نسبت به همسر (PF)، از نظر آماری تفاوت معناداری وجود دارد (جدول ۳).

نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی نشان داد هر دو روش زوج درمانی شناختی- رفتاری و ایماگوتراپی در مقایسه با گروه کنترل باعث کاهش معنادار دلزدگی زناشویی، افزایش تحمل ناکامی و افزایش احساس مثبت نسبت به همسر در زوجین دارای تعارضات زناشویی شدند. همچنین روش زوج درمانی ایماگوتراپی در مقایسه با روش زوج درمانی شناختی- رفتاری از اثربخشی بیشتری در کاهش دلزدگی زناشویی، افزایش تحمل ناکامی و افزایش احساس مثبت نسبت به همسر در زوجین مورد بررسی شد.

بحث

آمارها مبین این واقعیت است که در ایران تقریباً در مقابل هر ۳ مورد ازدواج، ۱ مورد طلاق رخ می‌دهد. از

جدول ۳- بررسی اثربخشی روش‌های مداخله بر متغیرهای دلزدگی زناشویی، تحمل ناکامی و احساس مثبت نسبت به همسر

متغیر	منبع تغییرات	S.S.	D.F.	M.S.	ضریب F	Sig.	اندازه اثر	توان آماری
CB	گروه	۴۹۸/۲۹	۲	۴۹۸/۲۹	۲۷/۶۸	۰/۰۰	۰/۷۸	۰/۹۱
FT	گروه	۵۳۷/۸۸	۲	۵۳۷/۸۸	۲۹/۸۸	۰/۰۰	۰/۸۴	۰/۹۸
PF	گروه	۴۱۱/۰۶	۲	۴۱۱/۰۶	۲۲/۸۴	۰/۰۱	۰/۶۴	۰/۸۸

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

جدول ۴- مقایسه اثربخشی روش‌های مداخله بر کاهش دلزدگی زناشویی، افزایش تحمل ناکامی و افزایش احساس مثبت به همسر

گروه اول	گروه دوم	اختلاف میانگین‌ها	خطای استاندارد	Sig.
دلزدگی‌زناشویی (CB)				
زوج درمانی شناختی- رفتاری	کنترل	۴/۲۲	۰/۵۸	۰/۰۰
ایماگوتراپی	کنترل	۶/۱۷	۰/۷۶	۰/۰۰
زوج درمانی شناختی- رفتاری	ایماگوتراپی	۳/۶۸	۰/۴۶	۰/۰۰
تحمل ناکامی (FT)				
زوج درمانی شناختی- رفتاری	کنترل	۵/۷۱	۰/۶۳	۰/۰۰
ایماگوتراپی	کنترل	۷/۳۹	۰/۸۹	۰/۰۰
زوج درمانی شناختی- رفتاری	ایماگوتراپی	۴/۰۸	۰/۵۲	۰/۰۰
احساس مثبت نسبت به همسر (PF)				
زوج درمانی شناختی- رفتاری	کنترل	۵/۰۳	۰/۵۹	۰/۰۰
ایماگوتراپی	کنترل	۵/۸۷	۰/۶۵	۰/۰۰
زوج درمانی شناختی- رفتاری	ایماگوتراپی	۲/۰۹	۰/۳۷	۰/۰۴

این‌رو، شناسایی عوامل مؤثر بر متزلزل ساختن بنیان خانواده از جمله دلزدگی زناشویی، ناکامی، احساس منفی نسبت به همسر و ... و بررسی راهکارهای پیشگیری و مرتفع ساختن آن‌ها از جمله روش‌های مختلف زوج درمانی اهمیت انکارناپذیری به منظور حفظ بنیان مقدس خانواده در ایران برخوردار می‌با شد. لذا در این مطالعه به مقایسه اثربخشی ایماگوتراپی و زوج درمانی شناختی و رفتاری بر دلزدگی زناشویی، تحمل ناکامی و احساس مثبت نسبت به همسر در زوجین پرداخته شد. نتایج ن شان داد که: ۱) روش زوج درمانی شـ ناختی- رف تاری با عث کاهش مع نادار دلزدگی زناشویی، افزایش معنادار تحمل ناکامی و افزایش معنادار احساس مثبت نسبت به همسر در زوجین دارای تعارضات زناشویی می‌شود. ۲) روش زوج درمانی ایماگوتراپی باعث کاهش معنادار دلزدگی زناشویی، افزایش معنادار تحمل ناکامی و افزایش معنادار احساس مثبت نسبت به همسر در زوجین دارای تعارضات زناشویی شد (۳) روش زوج درمانی ایماگوتراپی از اثربخشی بیشتری در مقایسه با روش زوج درمانی شناختی- رفتاری جهت کاهش دلزدگی زناشویی، افزایش تحمل ناکامی و افزایش احساس مثبت نسبت به همسر در زوجین دارای تعارضات زناشویی، برخوردار می‌باشد. یافته‌های مطالعه حاضر با بخشی از نتایج تحقیق دی کلرک (۲۰۰۱) که در یا فت ایماگوتراپی توانسته است رضایت و خشنودی زوجین را افزایش دهد، همخوانی دارد (۱۷). همچنین، نتایج تحقیق حا ضر، بخ شی از یافته‌های مطالعه وا سترمن و همکاران (۲۰۰۸) را که دریافتند زوج درمانی شناختی- رفتاری باعث بهبود رضایت زناشویی زوجین، کاهش علائم آ شفتگی روانشناختی و دلزدگی شوهر از همسر شده و کارکرد کلی رابطه را افزایش می‌د هد، تأیید می‌ک نند (۱۸). علاوه براین، یافته‌های مطالعه حا ضر، با بخ شی از نتایج تحقیق مارتین و بایلاوسکی (۲۰۱۱) که دریافتند، روش زوج درمانی مبتنی بر ایماگو، گفتگوهای بین همسران را ر شد داده، فهم از خود و فهم از همسران را افزایش داده، فهم از دوران کودکی خود و همسران را افزایش داده و همچنین اعتماد به خود را نیز افزایش داده است، همخوانی دارد (۱۹). از طرف دیگر، نتایج تحقیق حا ضر، بخشی از یافته‌های مطالعه پینز (۲۰۰۴) را که دریافتند زوج درمانی گروهی شناختی- رفتاری موجب کاهش دلزدگی زناشویی شده است، تأیید می‌کند (۲۰). همچنین، یافته‌های مطالعه حاضر، با بخشی از نتایج تحقیق جانگ (۲۰۱۵) که در یافت ایماگوتراپی بر روابط زناشویی، صمیمت زناشویی، ارتباطات زناشویی، مهارت‌های ارتباطی برای حل و فصل تعارضات زناشویی، احترام متقابل، نقش جنسیتی، رضایت جنسی، زمان با هم بودن و تصمیم‌گیری زوجین تأثیر مثبت معناداری دارد، همخوانی دارد (۱۰). علاوه

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

براین، نتایج تحقیق حاضر، بخشی از یافته‌های مطالعه عظیمی‌فر و همکاران (۱۳۹۵) را که در یافتند زوج درمانی شناختی- رفتاری موجب افزایش شادی زناشویی زوجین شده است، تأیید می‌کند (۲۱). از طرف دیگر، یافته‌های مطالعه حاضر بخشی از نتایج تحقیق اسمید و همکاران (۲۰۱۶) را که دریافتند ایماگوتراپی بر افزایش الگوهای ارتباطی و رضایت ارتباطی زوجین تأثیری معنادار داشته است، تأیید می‌کند (۲۲). همچنین، نتایج تحقیق حاضر با بخشی از یافته‌های مطالعه کریمی و خلعتبری (۱۳۹۶) که دریافتند زوج درمانی شناختی- رفتاری به صورت معناداری روی دلزدگی زناشویی و مؤلفه‌های آن، رضایت زناشویی و صمیمیت زناشویی تأثیر دارد، همخوانی دارد (۲۳). علاوه براین، یافته‌های مطالعه حاضر بخشی از نتایج تحقیق شکرالله‌زاده و همکاران (۱۳۹۶) را که دریافتند آموزش مهارت‌های شناختی- رفتاری بر تعارض‌های زناشویی بی‌رمقی زناشویی تأثیرگذار است، تأیید می‌کند (۲۴). از طرف دیگر، نتایج تحقیق حاضر با بخشی از یافته‌های مطالعه لوکوت و مورو (۲۰۱۸) را که دریافتند ایماگوتراپی نقش مهمی در بهبود عوامل خانوادگی و زناشویی دارد و با عوامل منحصر به فرد خود بر بهبود مشکلات زناشویی زوجین تأثیر دارد، همخوانی دارد (۱۳).

همچنین تساپلاس و همکاران (۲۰۰۹) نیز رابطه بین دلزدگی زناشویی کنونی و رضایت زناشویی آینده را بررسی کردند. نتایج بدست آمده حاکی از آن بود که دلزدگی زناشویی کنونی عامل پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی آینده می‌باشد و دلزدگی کنونی منجر به از بین رفتن صمیمیت و جدایی عاطفی زوجین می‌شود (۲۵). مارتین و بایلاوسکی (۲۰۱۱) چگونگی تجارب زنان آفریقایی- آمریکایی در پیگیری آموزش فنون تصویرسازی ارتباطی را بررسی کردند و به این نتایج دست یافتند؛ این آموزش گفتگوهای بین همسران را رشد داد، فهم از خود و فهم از همسران را افزایش داد، فهم از دوران کودکی خود و همسران را افزایش داد و همچنین اعتماد به خودشان را نیز افزایش داد (۱۹). جانگ (۲۰۱۵) به بررسی اعتبار محتویات ایماگوتراپی زوجین و اثرات کاربرد ایماگوتراپی در زوجین، پرداخت و به این نتیجه رسید که ایماگوتراپی بر روابط زناشویی، صمیمیت زناشویی، ارتباطات زناشویی، مهارت‌های ارتباطی برای حل و فصل تعارضات زناشویی، احترام متقابل، نقش جنسیتی، رضایت جنسی، زمان با هم بودن و تصمیم‌گیری زوجین تأثیر مثبت معناداری دارد (۱۰). عظیمی‌فر و همکاران (۱۳۹۵) نیز به مقایسهٔ اثربخشی زوج درمانی شناختی- رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر افزایش شادی زناشویی زوجین ناراضی پرداختند. نتایج نشان داد که مداخلات زوج درمانی شناختی- رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد موجب افزایش شادی زناشویی زوجین شده‌اند (۲۱).

نتیجه‌گیری

در نهایت، با توجه به یافته‌های تحقیق حاضر توصیه می‌شود که درمانگران و روانشناسان بالینی برای کاهش دلزدگی زناشویی، افزایش تحمل ناکامی و افزایش احساس مثبت نسبت به همسر زوجین دارای تعارضات زناشویی از هر دو روش زوج درمانی شناختی- رفتاری و ایماگوتراپی، به ویژه روش زوج درمانی ایماگوتراپی استفاده کنند. با این حال عدم دسترسی به تمام آزمودنی‌ها، عدم کنترل شرایط روحی آنها هنگام تکمیل پرسشنامه‌ها و انجام مداخلات و عدم کنترل وضعیت اقتصادی و اجتماعی آزمودنی‌ها از جمله محدودیت‌های تحقیق حاضر بود که ممکن است بر نتایج تحقیق تاثیر داشته باشند.

نتایج تایید کننده تاثیر دو روش زوج درمانی شناختی –رفتاری و ایماگوتراپی در زوجین دارای تعارضات زناشویی می‌باشد. بنابراین استفاده از این روش‌ها جهت بهبود شرایط زوجین با مشورت پزشک توصیه می‌شود.

References

1. Goldenberg L وGoldenberg H. (5th edition). Family Therapy. Peacok Publishers. 2004.
2. Vanpelt N. Creative ways to keep Romance Alive. Retrieved. Septamber 1. 2004, httpzl/www.heartnhon1e.c0lTu'articlesfkeepingromance a live.htm.
3. Gito M, Ihara H, Ogata H. The relationship of

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

resilience, hardiness, depression and burnout among Japanese psychiatric hospital nurses. J Nurs Educ Pract. 2013;3(11).

4. Goel S, Narang DK, Koradia K. Marital Adjustment, Mental Health and Frustration Reactions during Middle Age. Int J Sci Res Publ. 2013;3(9):1-8.

5. Saremipoor N, Benny Ci P, Zomorodi S. The effectiveness of training mindfulness strategies on increasing the tolerance of failure and depression in women with addicted spouses. Quart J Educ Counsel Psychother. 2015;7:70-44.

6. Vazifeh dan R. The study of the relationship between positive feelings towards the spouse and family health in law enforcement officers of North Khorasan province, North Khorasan Police. Knowl Quart. 2016;3(12):48-35.

7. Baucom D, Epstein N, LaTaillade J, Kirby J. Cognitive-behavioral couple therapy. In A. Gurman (ed. Clinical handbook of couple therapy. New York. Guilford Press. 2002:31-72. 4th edition.

8. Hofmann SG. "An Introduction to Modern CBT", Psychological Solutions to Mental Health Problems. Chichester, UK: Wiley-Blackwell. 2011.

9. Epstein NB, Zheng L. Cognitive-behavioral couple therapy. Curr Opin Psychol. 2017;13:142-147.

10. Jung S. Validity of Imago Couple Therapy's Contents and effects of Application of the Imago Couple Therapy. J Soc Pers Relat. 2015;6:243-275.

11. Hendrix H, Hunt HL, Luquet W, Carlson J. Using the Imago Dialogue to Deepen Couples Therapy. J Individ Psychol. 2015;71(3):253-72.

12. Roshani Sh, Tafteh M, Khosravi Z. Meta-analysis of divorce research in Iran in the last two decades (1998-1997) and presenting strategies to reduce divorce and its negative consequences for women and children. Women Dev Politics. 2019;17(4):674-653.

13. Luquet W, Muro L. Imago Relationship Therapy Alignment With Marriage and Family Common Factors. Fam J. 2018;26(4):405-410.

14. Shidanfar N, Navainezhad S, Farzad V. Comparison of the effectiveness of emotion-oriented couple therapy and imagotherapy on marital satisfaction of couples. Fam Psychol. 2017;4(2):88-75.

15. Hadian S, Amini D. Predicting Marital Boredom Based on Emotional Intelligence, Communication Skills and Marital Conflicts of Married Couples, Hamadan Azad University. Women Res J. 2019;10(1):211-179.

16. Honarparvaran N. Comparison of the effectiveness of imagotherapy and couple therapy of satire on the life stability of conflicting couples. Psychol Methods Models. 2019;10(37):206-191.

17. DeKlerk JH. Imago relationship therapy and Christian marriage counseling. (dissertation). Ranp Afrikaans University. 2001:12-13.

18. Westman M, Bakker AB. Cross over of burnout among health care professionals. In J. R. B. Halbesleben (Ed.), Handbook of stress and burnout in healthcare (pp. 1–16). New York, NY: Nova Science. 2008.

19. Martin, T. L. & Bielawski, D. M. (2011). What Is the African American's Experience Following Imago Education? Journal of Humanistic Psychology, 52, 226-228.

20. Pines AM. Adult attachment styles and their relationship to burnout: a preliminary, Cross-cultural investigation. Work Stress. 2004;18(1):66-80.

21. Azimifar S, Fatihzadeh MS, Bahrami F, Ahmadi SA, Abedi A. Comparison of the effectiveness of cognitive-behavioral couple therapy and therapy based on acceptance and commitment on increasing marital happiness of dissatisfied couples. Psychol Cogn Psychiatry. 2016;3(2):81-56.

22. Smidt CD, Luquet W, Gehlert NC. Evaluating the Impact of the "Getting the Love You Want" Couples Workshop on Relational Satisfaction and Communication Patterns. J Couple Relat Ther. 2016;15(1):1-18.

23. Karimi B, Khalatbari J. The effectiveness of cognitive-behavioral therapy on marital boredom, marital satisfaction and intimacy of couples. Educ Psychol. 2017;8(1):74-65.

24. Shokrallahzadeh M, Forouzeh M, Bazrafshan MR, Hosseini H. The effect of cognitive-behavioral couple therapy on marital conflict and apathy, pathology. Counsel Fam Enrich. 2017;3(1).

25. Sapelas I, Aron A, Orbuc T. Marital boredom now predicts less satisfaction 9 years later. Psychol Sci. 2009;20(5):543-545.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]