

اثربخشی روش درمانی حساسیت زدایی از طریق حرکات چشم و بازپردازش و ایماگو درمانی بر دشواری در تنظیم هیجان، نوع دوستی و نردبان ناکامی زنان درگیر شکست عاطفی

## Comparison of the Effectiveness of Eye Movement Desensitization and Reprocessing Therapy and Imago Therapy Approaches in Altruism, Difficulty in Regulating Emotion and Failure of every day in People Involved in Emotional Divorce

مهسا حاجی آقا بزرگی<sup>۱</sup>، آدیس کراسکیان<sup>۲\*</sup>، حمید رضا وطنخواه<sup>۳</sup>، محمدرضا صیرفی<sup>۴</sup>

### چکیده

هدف پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی روش درمانی حساسیت زدایی از طریق حرکات چشم و بازپردازش و ایماگو درمانی بر دشواری در تنظیم هیجان، نوع دوستی و نردبان ناکامی زنان درگیر شکست عاطفی است. پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی و طرح پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری افراد درگیر طلاق عاطفی مراجعه کننده به مراکز مشاوره تهران در سال ۱۳۹۹ بودند. نمونه گیری به روش هدفمند بود. ۴۵ نفر نمونه با توجه به نتیجه پرسشنامه طلاق عاطفی و به دست آوردن ۱ انحراف معیار بالاتر از میانگین پرسشنامه های ملاک انتخاب، و به سه گروه ۱۵ نفری، کاملاً تصادفی تقسیم شدند. روش درمانی حساسیت زدایی از طریق حرکات چشم و بازپردازش و ایماگو درمانی به مدت ۱۱ جلسه به طور هفتگی به دو گروه آزمایش ارائه شد و گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفت. ابزارهای جمع آوری اطلاعات برگه اطلاعات جمعیت شناسی، مقیاس طلاق عاطفی گاتمن (۱۹۹۷)، پرسشنامه رفتار نوعدوستانه احمدی (۱۳۸۸)، پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجان (DERS) گراتز و رومر (۲۰۰۴)، مقیاس حافظه ناکامی های روزمره (MFE) بود. به منظور تحلیل فرضیه ها از روش تحلیل کواریانس چند متغیره و آزمون تعقیبی بونفرونی با اندازه گیری مکرر استفاده شد. یافته ها نشان داد از درمان های این پژوهش می توان در طرح ریزی مداخلات پیشگیرانه جهت ارتقاء و بهبود سلامت روان و روابط هیجانی در افراد درگیر طلاق عاطفی استفاده نمود.

**واژگان کلیدی:** ایماگو درمانی، نوعدوستی، دشواری در تنظیم هیجان، روش درمانی حساسیت زدایی از طریق حرکات چشم و بازپردازش، طلاق عاطفی، ناکامی.

### Abstract

Emotional divorce means emotional separation and love between the couple, and the relationship between the couple is severed mentally, physically, mentally and even verbally with each other and their life goes cold and complete blackout. The aim of this study was to compare the Effectiveness of Eye Movement Desensitization and Reprocessing Therapy and Imago Therapy Approaches in Altruism, Difficulty in Regulating Emotion and Failure of every day in People Involved in Emotional Divorce. The present study was a quasi-experimental study with pre-test, post-test and 3-month follow-up. The statistical population was people involved in emotional divorce who referred to counseling centers in Tehran in 2019. 45 people were selected by purposive sampling, and randomly divided into three groups of 15 people. Each treatment was presented for 11 sessions of 90 minutes per week and the control group was placed on a waiting list. Data collection tools, Demographic Information Sheet, Guttman (1997) Emotional Divorce Scale, Felner's and Ahmadi's Altruistic Behavior inventory (2008) Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) Graz and Roemer (2004) was the "Daily Failure Memory" (MFE) inventory. In order to analyze the hypotheses, multivariate analysis of covariance and Bonferroni post hoc test with repeated measures were used Emotion and Failure of every day in Eye Move.. The results were stable at the follow-up stage. The findings showed that the use of treatments in this study can be used in planning preventive interventions to promote and improve mental health and emotional relationships in people involved in emotional divorce.

**Keywords:** Eye Movement Desensitization and Reprocessing Therapy, Imago Therapy, Altruism, Difficulty in Regulating Emotion, Failure of every day, Emotional Divor

[Mahsa.h.bozorgi@gmail.com](mailto:Mahsa.h.bozorgi@gmail.com)

[adis.kraskian@yahoo.com](mailto:adis.kraskian@yahoo.com)

[Hamid\\_vatankha1@yahoo.com](mailto:Hamid_vatankha1@yahoo.com)

[Msf\\_3@yahoo.com](mailto:Msf_3@yahoo.com)

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران

<sup>۲</sup> استادیار گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۳</sup> استادیار گروه روانشناسی، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

<sup>۴</sup> استادیار گروه روانشناسی سلامت، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران

## مقدمه

خانواده نخستین و منحصر به فردترین نهاد اجتماعی است که سلامت و بهروزی یک جامعه را مرهون سلامت و رضایت اعضای آن دانسته اند (گلدنبرگ و گلدنبرگ<sup>۵</sup>، ۲۰۱۲). آنچه در یک خانواده اتفاق می افتد و کارکرد آن می تواند یک عامل کلیدی در ایجاد انعطاف پذیری و کاهش خطرات زمان اکنون و آینده در رویارویی با رخدادها و شرایط ناخواسته باشد (زوبریک، سیلبرن و دی موجو<sup>۶</sup>، ۲۰۰۶). برجسته ترین عامل فروپاشی خانواده آسیبی تحت عنوان طلاق است که برای فرد، خانواده و اجتماع آثار ویرانگری دارد (ترودل و گولدفورب<sup>۷</sup>، ۲۰۱۰). طلاق را می توان به دو دسته تقسیم کرد: طلاق آشکار که در آن زوجین به طور رسمی از یکدیگر جدا می شوند و طلاق پنهان که بنا به ضرورت و اجبار با همدیگر زندگی می کنند که به این گونه طلاق، طلاق عاطفی گفته می شود (پروین، داوودی و محمدی، ۱۳۹۰). نتایج پژوهش های علوی لواسانی و احمدی طهورسلطانی (۱۳۹۶) نشان داد خانواده هایی که در آن طلاق هیجانی وجود دارد تنظیم هیجانی اعضای خانواده با دشواری بیشتری همراه است. اصغری، عیسی پور هفت خوانی، قاسمی جوبنه (۱۳۹۷) یکی از عوامل مهم در کاهش فرسودگی زناشویی و به تبع آن کاهش طلاق عاطفی آموزش تنظیم هیجان به زوجها دانسته اند. علاوه بر این، باردن و کامپولا<sup>۸</sup> (۲۰۱۳) نشان دادند که توانایی تنظیم هیجانی افراد برای رشد سالم روابط بین فردی ضروری است. تنظیم هیجان مناسب یک پیش نیاز ضروری و یک ویژگی مهم سلامت روانی محسوب می شود در حالیکه دشواری در تنظیم هیجان یک عامل پرخطر برای سلامت روانی افراد می باشد (برکینگ<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). دشواری در تنظیم هیجان باعث به کارگیری راهبردهای سازش نایافته برای پاسخدهی به هیجان-ها می شود. پاسخ های غیرقابل پذیرش، دشواری در کنترل رفتارها هنگام مواجهه با آشفتگی-های هیجانی و نقص در استفاده کارآمد از اطلاعات هیجانی نمونه-هایی از این راهبردها هستند (تال و همکاران، ۲۰۱۲). دشواری تنظیم هیجان با اختلالات روانی، اختلال شخصیت مرزی، اختلال افسردگی، خشم، اختلال خوردن، اختلال استرس پس از سانحه، سوء مصرف الکل و مواد در ارتباط است (بندر، رینحلت-دان، اسبجن و پنز<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۲؛ روبرتن، دافرن و باکس<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۲؛ ارگتا<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۱). با توجه به اینکه زندگی در شرایط طلاق عاطفی افراد را به طرف مشکلات روحی و روانی سوق می دهد و آنان را مجبور به زندگی اجباری فاقد تفاهم در زیر یک سقف می کند، اگر راه حلی برای این مشکلات در نظر گرفته نشود سرانجام به طلاق قانونی منجر می شود (اصغری و همکاران، ۱۳۹۷). و از آنجایی که تحکیم خانواده در بهداشت روانی جامعه اثر گزار است، شناسایی مداخلات درمانی که موجب کاهش طلاق عاطفی و بهبود روابط بین فردی زوج می شود، از لحاظ بالینی و نظری حائز اهمیت است.

بنابراین این پژوهش با هدف اثر بخشی حساسیت زدایی از طریق حرکات چشم و باز پردازش و ایماگو درمانی بر دشواری در تنظیم هیجان، نوع دوستی و نردبان ناکامی زنان درگیر شکست عاطفی پرداخته شد.

<sup>5</sup> Goldenberg & Goldenberg

<sup>6</sup> Zubrick, Silburn & De Maio

<sup>7</sup> Trudel & Goldfarb

<sup>8</sup> Bardeen, Kumpula

<sup>9</sup> Berking, M

<sup>10</sup> Bender, Reinholdt- Dunne, Esbjorn & Pons

<sup>11</sup> Robertson, Daffern, Bucks

<sup>12</sup> Orgeta

## روش

روش تحقیق براساس استراتژی (راهبرد)، تجربی و براساس مسیر اجرا، نیمه‌آزمایشی و طرح آن به صورت (۲ گروه آزمایشی و ۱ گروه گواه) در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری (سه ماهه) می‌باشد. متغیر مستقل، روش درمانی حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و بازپردازش و ایماگو درمانی است که اعمال گشت و تأثیر آن بر نمرات پس آزمون و پیگیری با گروه گواه مورد مقایسه قرار گرفت. شرکت‌کنندگان پس از تکمیل پرسشنامه‌های مورد نظر در پژوهش و تشخیص طلاق عاطفی (با توجه به متغیرهای وابسته و کسب نمره برش مورد نظر) به صورت تصادفی در سه گروه به این پژوهش وارد شدند.

## خلاصه دیاگرام طرح پژوهش

پیگیری	پس‌آزمون	متغیر مستقل	پیش‌آزمون	گروه
<b>T3</b>	T2	X1	T1	آزمایش اول (E1)
<b>T3</b>	T2	X2	T1	آزمایش دوم (E2)
<b>T3</b>	T2	-	T1	کنترل (9X)

جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه زنان مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران در سال ۱۳۹۹\_۱۴۰۰ بودند. در تحقیق حاضر محقق بر این عقیده است که، وجه تمایز این پژوهش با تحقیقات انجام یافته اینست که نمونه مورد مطالعه در این تحقیق کسانی اند که به طور عینی مشکلات خانوادگی را تجربه کرده و این مشکلات و اختلافات تا حدی بوده که آنها را به مراکز مشاوره کشانده است و از این جهت، نمونه مطالعه دقیقاً می‌تواند معرف جامعه افرادی باشد که این ناسازگاری را در خانواده تجربه می‌کنند. به منظور تشکیل سه گروه با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند (با در نظر گرفتن ملاک‌های ورود و خروج)، ابتدا تقاضانامه‌هایی برای چندین مرکز خدمات مشاوره و روانشناسی در سطح شهر تهران فرستاده شد تا زنانی که برای درمان به این مراکز مراجعه نموده‌اند و تا به حال جلسات درمانی نداشته‌اند را برای شرکت در این پژوهش معرفی نمایند. همچنین، از طریق نصب اعلامیه در مراکز و پیام مجازی، در مورد پژوهش اطلاع رسانی شد. پس از تماس تلفنی، ثبت نام و برای شرکت در جلسه ارزیابی تعیین وقت شدند. تعداد ۶۰ نفر برای بررسی و تأیید ملاک‌های ورود به پژوهش، در جلسات ارزیابی شرکت نمودند. در جلسات ارزیابی از جهت ملاک‌های تعیین شده، مورد بررسی قرار گرفتند و سپس به صورت تصادفی ۱۵ نفر در گروه آزمایش اول و ۱۵ نفر در گروه آزمایش دوم و ۱۵ نفر در گروه گواه گروه‌بندی شدند. سه گروهی که به این ترتیب تشکیل شد مشابه هم بوده و اندازه‌گیری متغیرهای وابسته برای هر دو گروه آزمایش در یک زمان صورت گرفت. همچنین مرحله پیگیری سه ماه بعد از پس آزمون روی هر سه گروه اجرا شد. دلاور (۱۳۸۴) حجم نمونه‌ی حداقل ۱۵ نفر در هر گروه را برای پژوهش‌های آزمایشی و نیمه‌آزمایشی پیشنهاد داده است. به منظور تحلیل

فرضیه ها و سوالات پژوهش از روش تحلیل کواریانس چند متغیره با اندازه گیری مکرر<sup>۱۳</sup> (RM-MANCOVA) استفاده شد. قبل از اجرای (RM-MANCOVA) پیش فرض های آماری آن مورد بررسی قرار گرفت. شامل آزمون شاپیرو ویلک<sup>۱۴</sup> برای بررسی شرط توزیع طبیعی نمره ها، همچنین، برای بررسی همسانی کواریانس ها از آزمون گرین هاوس گیرز و آزمون بزرگ ریشه خطا، آزمون لوین<sup>۱۵</sup> برای برقراری شرط همسانی واریانس ها در متغیرهای پژوهش استفاده شد.

## یافته ها

نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری برای اندازه هر یک از متغیرها در جدول نمایش داده شده است.

تحلیل کواریانس چند متغیره نسبت F برای اندازه متغیر ترکیبی در مرحله پس آزمون

منبع	ارزش	F(۱۲و۶۲)	سطح معناداری	Eta
متغیر ترکیبی(گروه)	۰/۰۳۵	۲۲/۶۲۵	۰/۰۰۰۱	۰/۸۱۴

توجه: نسبت F چند متغیری از تقریب لامبدای ویلکز بدست آمده است.

مقادیر مجذوراتی Eta که در جدول فوق دیده می شود سهمی از واریانس است که مربوط به متغیر ترکیبی جدید می شود. قاعده کلی چنین است که اگر این مقدار بزرگتر از ۰/۱۴ باشد میزان اثر زیاد است در جدول فوق این مقدار برای متغیر ترکیبی جدید به نام گروه ۰/۸۱۴ است این نشان دهنده اثر زیاد است. همچنین نتایج آزمون لامبدای ویلکز در مورد متغیر ترکیبی معنی دار است و معنی داری در متغیر ترکیبی جدید نشان دهنده این است که شرکت کنندگان در سه گروه با هم متفاوت هستند و میانگین های گروه ها تحت تأثیر متغیر مستقل معنادار است. نتایج تحلیل کواریانس متغیرهای وابسته در جدول نشان داده شده است.

نتایج تحلیل کواریانس متغیرهای وابسته در مرحله پس آزمون

متغیر وابسته	مجموع مجذورات SS	درجه آزادی DF	میانگین مجذورات MS	F	سطح معناداری P	Eta
طلاق عاطفی	۱۱۱/۷۵۳	۲	۵۵/۸۷۷	۲۴/۹۶۸	۰/۰۰۰۱	۰/۵۸۱
خطا	۸۰/۵۶۷	۳۶	۲/۲۳۸			
ناکامی	۳۱۲۵/۱۲۶	۲	۱۵۶۲/۵۶۳	۲۳/۳۲۳	۰/۰۰۰۱	۰/۵۶۴
خطا	۲۴۱۱/۸۸۵	۳۶	۶۶/۹۹۷			
دشواری در تنظیم هیجان	۲۳۰۰۸/۹۳۹	۲	۱۱۵۰۴/۴۶۹	۴۸/۹۶۶	۰/۰۰۰۱	۰/۷۳۱
خطا	۸۴۵۸/۱۱۰	۳۶	۲۳۴/۹۴۷			
نوع دوستی	۲۵۳/۱۸/۹۴۵	۲	۹۱۲۶/۹۷۳	۱۱۳/۹۰۵	۰/۰۰۰۱	۰/۸۶۴
خطا	۲۸۸۴/۶۰۱	۳۶	۸۰/۱۲۸			

<sup>13</sup> repeated measures analysis of variance

<sup>14</sup> Shapiro-Wilk test of normality

<sup>15</sup> Levene's test

همچنین در جدول تحلیل کوواریانس تک متغیری ANCOVA نشان داده شده است با توجه به اینکه ۵ متغیر وابسته دارد. با تقسیم ۰/۰۵ بر ۵ تصحیح بونفونی اجرا شده است پس حد معنی داری کوچکتر از ۰/۰۱ است، این امر در مورد هر ۵ متغیر صادق است. مقدار Eta نشان می‌دهد که تقریباً ۵۸ درصد از واریانس متغیر طلاق عاطفی و تقریباً ۵۶ درصد از واریانس متغیر ناکامی و حدود ۷۳ درصد از واریانس متغیر دشواری در تنظیم هیجان و تقریباً ۸۶ درصد از واریانس متغیر نوع دوستی برای متغیر گروه به حساب آمده است. پاسخ به فرضیه‌های پژوهش فرضیه اصلی: بین رویکرد روش درمانی حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و بازپزدازش و و ایماگو درمانی و کنترل بر طلاق عاطفی، ناکامی، دشواری در تنظیم هیجان، و نوع دوستی در افراد درگیر طلاق عاطفی تفاوت وجود دارد.

نتایج جدول نشان می‌دهد بین گروه‌های آزمایش که تحت تأثیر رویکرد روش درمانی حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و بازپزدازش و ایماگو درمانی قرار گرفتند و گروه کنترل که تحت هیچ گونه درمانی قرار نگرفتند تفاوت معنادار وجود دارد. ( $F(12,62) = 22.625, P = 0.0001, Eta = 0.814$ ) و این تفاوت با توجه به میانگین‌های تعدیل شده به سود گروه‌های تحت درمان است.

### بحث و نتیجه گیری

بین اثر بخشی رویکرد حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و باز پزدازش و ایماگو درمانی بر شکست عاطفی، نردبان ناکامی، دشواری در تنظیم هیجان و نوع دوستی در افراد دارای شکست عاطفی تفاوت وجود دارد. نتایج نشان می‌دهد بین گروه‌های آزمایش که تحت تأثیر رویکرد حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و باز پزدازش و ایماگو درمانی قرار گرفتند و گروه کنترل که تحت هیچ گونه درمانی قرار نگرفتند تفاوت معنادار وجود دارد. ( $ETA = 0.814, F(12,62) = 22.625, P = 0.000$ ) و این تفاوت با توجه به میانگین‌های تعدیل شده به سود گروه‌های تحت درمان است. مقادیر مجزوراتی Eta که در جداول آمده است، سهمی از واریانس است که مربوط به متغیر ترکیبی جدید می‌شود. قاعده کلی چنین است که اگر این مقدار بزرگتر از ۰/۱۴ باشد میزان اثر زیاد است در جدول فوق این مقدار برای متغیر ترکیبی جدید به نام گروه ۰/۸۱۴ است این نشان دهنده اثر زیاد است. همچنین نتایج آزمون لامبدای ویکلز در مورد متغیر ترکیبی معنی دار است و معنی داری در متغیر ترکیبی جدید نشان دهنده این است که شرکت کنندگان در سه گروه با هم متفاوت هستند و میانگین‌های گروه‌ها تحت تأثیر متغیر مستقل معنادار است. نتایج تحلیل کوواریانس متغیرهای وابسته در جدول نشان داده شده است. به طور کلی نتایج به دست آمده در این فرضیه‌ها بیانگر عدم تفاوت در اثر بخشی مداخله‌های حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و باز پزدازش و ایماگو درمانی در مرحله پس آزمون و پیگیری است. یکی از مهمترین راه‌ها جهت تشکیل خانواده منسجم، آموزش خانواده‌ها است. البته محتوای آموزشی نیز مهم است لذا اگر آموزه‌ها متناسب با دانش افراد و جذاب باشد می‌تواند زمینه انتقال اطلاعات لازم را فراهم کند (هندریکس و هانت، ۲۰۱۳). در حوزه مشاوره و روان شناسی، رویکردهای گوناگون زوج درمانی، با هدف کاهش تعارض‌ها و آشفتگی ارتباطی میان زوجین به وجود آمده است (حسن آبادی، مجرد، سلطانی فر، ۱۳۹۲). که هدف ایجاد ارتباط بهتر بین زوجین و کاهش تعارض‌های زناشویی و در نتیجه افزایش رضایت زناشویی سرلوحه کار اکثریت آنها بوده است. نظریه ایماگو این است که با بهره‌گیری از روشهای درست رابطه‌ی ما با همسرمان می‌تواند به فضایی «من و مقدس» تبدیل شود. اگر ما به خلق این فضا مبادرت

بورزیم، نه تنها رابطه ی رؤیاهایمان را ایجاد خواهیم کرد، بلکه به عنوان یک فرد رشد کرده و به نسخه ی کامل تر سالمتر و خود شکوفاتر خودمان تبدیل می شویم. ایماگو تراپی (تصویرسازی ارتباطی) پارادایمی است که به افزایش ارتباطات زوجین، اصلاح تثبیت های رشدی، بهبود جراحات دوران کودکی، افزایش متمایزسازی از طرف مقابل و همچنین احیای تماس بین آنها می پردازد، ایماگو یک مدل ارتباطی از زوج درمانی است که مداخلات رفتاری، عاطفی و شناختی را جهت تسهیل درک و تغییر درونی در زوجین به کار می گیرد. هدف احیای تماس معنوی و عاطفی میان زوجین و همچنین افراد جهت ایجاد یک هدف تازه برای ازدواجشان است (هندریکس، ۲۰۰۸؛ رحمانی شمس و نظری، ۱۳۹۵). دیدگاه ایماگو تراپی معتقد است که مراحل رشد در دوران کودکی به خصوص روابط اولیه کودک با والدین بر روابط زناشویی آنها در دوران ازدواج تأثیری گذارد.

از آنجایی که هر انسانی از یک تصویر ناخودآگاه از مراقب ایده آلیش در طول تعامل با مراقبان اولیه در دوران کودکی برخوردار است. این تصویر همان ایماگو است (اشلی<sup>۱۶</sup>، ۲۰۱۵). فرآیند ایماگو شامل متعهد و مقید کردن خود به درک صدمات روحی خودمان و همسرمان برای یادگیری مهارتهای جدید و تعبیر رفتارهای رنج آور و زیان بخش است. آنهم در مسیری که در آن نیازهای همسرمان را برآورد می کنیم و تکه های گم و انکارشده از وجودمان را دوباره به وجود خود بازمی گردانیم تا به این ترتیب به تکامل روحی و معنوی برسیم (هندریکس، ۲۰۱۳).

در پژوهش اسمیت، لوکیت و گلرت<sup>۱۷</sup> (۲۰۱۵) برنامه آموزشی دو روزه فشرده در مورد تصویرسازی ارتباطی (مبتنی بر کتاب: دریافت عشق دلخواهتان)، تغییرات مثبت و معنیداری را در سازگاری زناشویی ایجاد کرد و این تغییرات در پیگیری سه ماهه نیز پایدار ماند.

مارتین و بایالوسکی<sup>۱۸</sup> (۲۰۱۱) در مطالعه ای چگونگی تجارب زنان آفریقایی-آمریکایی در پیگیری آموزش فنون تصویرسازی ارتباطی 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.

علاوه بر روش ایماگو درمانی، پژوهش هایی تأثیرات درمان حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و باز پردازش بر متغیرهای مختلف سلامت روان و بالطبع آن بهبود عملکرد خانواده ذکر کرده اند.

هاشمیان مقدم و آقامحمدیان شعرباف (۱۳۹۰) پژوهشی با هدف تاثیر حساسیت زدایی منظم از طریق حرکت چشم و پردازش مجدد بر کاهش شدت افسردگی اساسی زنان انجام دادند که روش درمانی حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و بازپردازش در مقایسه با گروه کنترل در کاهش نرخ شدت افسردگی، میزان اضطراب، میزان برآشفتگی ذهنی و افزایش اعتماد به شناختواره مثبت به لحاظ آماری تفاوت معناداری دارد.

<sup>16</sup> Ashley

<sup>17</sup> Schmidt, C., Luquet, W., & Gehlert, N.

<sup>18</sup> . Martin, T. L., & Bielawski, D. M.

نظریه پردازان دیگر هم سعی در تبیین عملکرد خانواده نموده اند. از معروفترین نظریه پردازان این حیطه، طرحواره درمانی<sup>۱۹</sup> است. طرحواره مفهومی در روان شناسی شناختی است که به بررسی این نکته می پردازد که افراد چگونه می اندیشند، چگونه ادراک و پردازش می کنند و چگونه اطلاعات را به یاد می آورند (یوسفی، ۱۳۹۰). طرحواره ها در مسیر زندگی تداوم دارند و بر چگونگی رابطه ی فرد با خود و دیگران به ویژه شریک زندگی تأثیر دارند و ناخشنودی در روابط زناشویی زمینه را برای جدایی فراهم می کنند (یانگ، کولسکو و ویشار، ۲۰۰۶، ترجمه حمیدپور و اندوز، ۱۳۸۸).

شیدان فر، نوایی نژاد، ولی الله (۲۰۲۰/۱۳۹۹) پژوهشی با هدف مقایسه اثر بخشی زوج درمانی هیجان مدار و ایماگوتراپی بر سازگاری فردی زوجین (در سال های اولیه ازدواج) انجام گرفت. روش پژوهش نیمه آزمایشی با دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل بود. تحلیل آماری با استفاده از آزمون تحلیل کواریانس چند متغییره انجام شد. و هر دو رویکرد بر سازگاری فردی زوجین تاثیر داشتند ( $p < 0/001$ ).

فتوحی، میکائیلی، وعطادخت و هاجیلو (۲۰۱۸/۱۳۹۷) پژوهشی با هدف مقایسه اثربخشی زوج درمانی های مبتنی بر فراهیجان، روایت درمانی و ایماگوتراپی بر سازگاری و دلزدگی زناشویی زوجین متعارض انجام گرفت. این پژوهش از نوع مطالعات آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون و گروه کنترل بود. تجزیه و تحلیل داده ها نشان داد که گروه دریافت کننده زوج درمانی مبتنی بر فراهیجان نسبت به گروه های زوج درمانی روایتی و ایماگوتراپی؛ و همچنین گروه دریافت کننده زوج درمانی روایتی نسبت به گروه ایماگوتراپی میانگین نمراتشان در پس آزمون سازگاری زناشویی افزایش و در پس آزمون دلزدگی زناشویی کاهش یافته بود ( $P < .0/05$ ) با توجه به نتایج بدست آمده زوج درمانی مبتنی بر فراهیجان با توجه به ماهیت تلفیقی خود و استفاده از مبانی و اصول اعتقادی نظریه های مختلف درمانی نسبت به زوج درمانی روایتی و ایماگوتراپی اثربخشی بیشتری بر افزایش سازگاری زناشویی و کاهش دلزدگی زناشویی زوجین متعارض دارد.

قائمی، اعتمادی، بهرامی، فاتح زاده (۲۰۱۸/۱۳۹۷) پژوهشی با هدف بررسی تأثیر رویکرد متقابل ایماگو تراپی و طرحواره درمانی بر اعتیاد عاشقانه دختران شهر اصفهان پرداختند. روش پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی و پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS با تجزیه کواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که رویکرد یکپارچه سازی، اعتیاد به عشق دختران را بهبود می بخشد.

متین و حیاتی (۱۳۹۶) پژوهشی با هدف بررسی اثر بخشی آموزش گروهی ایماگوتراپی بر مهارت حل مشکل خانواده و مکانیزم های دفاعی زنان مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر همدان پرداختند. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که ایماگوتراپی باعث افزایش مهارت حل مشکل خانواده، کاهش استفاده از سبک های دفاعی رشد نیافته و روان آزده و افزایش استفاده از سبک های دفاعی رشد یافته شده است. با توجه به این نکته که ایماگوتراپی یک درمان

<sup>19</sup> schema-focused therapy

<sup>20</sup> Young JE, Klosko JS, Weishaar

ارتباط محور بوده و در طی جلسات فنون بهبود روابط را به زوجین ارائه می دهد، بنابراین میتوان از این روش در بهبود روابط زوجین و افزایش مولفه های مرتبط با آن بهره برد، که نتیجه آن به حل مشکلات خانواده منتهی می گردد.

شجاعیان (۱۳۹۶) پژوهشی با هدف تعیین اثربخشی زوج درمانی های مشارکتی و تصویرسازی ارتباطی (ایماگوتراپی) بر الگوهای ارتباطی و صمیمیت زوج های آشفته پرداختند. یافته ها نشان داد که زوج درمانی مشارکتی باعث افزایش الگوی ارتباطی سازنده (۰/۴۷/۰۵)، صمیمیت (۰/۳۰/۹۵) و کاهش الگوهای توقع-کناره گیری (۰/۲۹/۵۷) و اجتنابی متقابل (۰/۳۳/۶۴) شده است. از سویی دیگر، رویکرد تصویرسازی ارتباطی موجب افزایش الگوی ارتباطی سازنده متقابل (۰/۳۰/۳۶)، صمیمیت (۰/۳۸/۷۷) و کاهش الگوهای توقع-کناره گیری (۰/۲۸/۹۰) و اجتنابی متقابل (۰/۲۹/۵۷) گردیده است. همچنین مقایسه هنجاری نشان داد که زوج های شرکت کننده بعد از درمان از زوج های بهنجار قابل تمایز نیستند. بنابراین می توان گفت هر دو رویکرد زوج درمانی ضمن بهبود الگوهای ارتباطی و صمیمیت توانسته اند آشفته گی در زوج های مراجعه کننده را کاهش دهند.

شیدان فر نازنین، نوابی نژاد شکوه، فرزاد (۱۳۹۶) پژوهشی با هدف تعیین و مقایسه اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار EFCT و ایماگوتراپی IRT بر رضایتمندی زناشویی زوجین در سال های اولیه ازدواج پرداختند. در مجموع با توجه به نتایج این پژوهش می توان گفت ایماگوتراپی در مقایسه با زوج درمانی هیجان مدار بر رضایتمندی زناشویی زوجین در سال های اولیه ازدواج مؤثرتر است.

هنرپروران (۱۳۹۶) پژوهشی با هدف تبیین اثر بخشی رویکرد تلفیقی ایماگو تراپی و رابطه با ابژه بر کنترل عواطف زوجین خیانتکار پرداختند. طرح پژوهش در این جا، طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. نتایج پس آزمون جلسه پیگیری نشان دادند که نه تنها خرده مقیاس اضطراب تغییری معنادار داشته است بلکه دیگر خرده مقیاس ها نیز نسبت به پس آزمون جلسه دهم تغییر معنادار بیش تری را نشان می دهد که خود بیانگر پایداری و روند رو به افزایش تغییرات در طول زمان می باشد.

فتوح آبادی (۱۳۹۵) پژوهشی با هدف تبیین اثربخشی درمان تلفیقی طرحواره درمانی و ایماگوتراپی بر رشد فردی و ثبات ازدواج زوجین پرداختند. روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی بود بین گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنادار مشاهده گردید (۰/۰۱). شواهد به دست آمده در این پژوهش حاکی از آن است که درمان تلفیقی طرحواره درمانی و ایماگوتراپی بر رشد فردی و ثبات ازدواج تاثیر معناداری دارد. بنا به ستون مجذور ضریب اتا میزان تاثیر تلفیق طرح واره درمانی و ایماگوتراپی بر رشد فردی زنان (۹۲ درصد) کمتر از مردان (۹۳ درصد) است و میزان تاثیر تلفیق طرح واره درمانی و ایماگوتراپی بر بی ثباتی ازدواج زنان (۸۷ درصد) بیشتر از مردان (۸۳ درصد) است.

رفاهی و اردلانی (۱۳۹۴) پژوهشی با هدف بررسی اثربخشی آموزش ایماگوتراپی بر میزان تمایل به بخشش در زوجین خیانت دیده پرداختند. طرح پژوهشی آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه آزمایش و کنترل



بوده است. یافته ها نشان داد که آموزش ایماگوتراپی در بهبود نمره کل بخشش در زنان موثر بوده و در مولفه های تشخیص و تصدیق، تاوان و غرامت و دلجویی و احساس عمل زنان تأثیر معناداری دارد. اما در مولفه های احساس بهبودی و درک واقع بینانه موثر نبوده است. اما ایماگوتراپی در بهبود نمره کل بخشش و مولفه ای آن به جز دلجویی و احساس عمل در مردان موثر نبوده است.

## Resources

Alavi lavasani A A, ahmadi thouri M. . (2017) Association between Maltreatment in Childhood and Emotional Divorce: Mediating Role of Attachment Styles, Early Maladaptive Schemas and Difficulty in Emotional Regulation. JHPM; 6 (4) :49-58 [\[link\]](#)

Asghari F, Issapour Haft Khani Kh, Ghasemi Jobneh R (1397). The effectiveness of emotion regulation training on marital burnout and emotional divorce of women seeking divorce. Social Work Quarterly. 7 (1): 14-21 [\[link\]](#)

Azizi R (1395), The effectiveness of schema therapy on improving communication beliefs and marital adjustment of couples with marital problems in Kermanshah. Master Thesis, Psychology, Razi University [\[link\]](#)

Falah, Sh (1389). The effect of imagotherapy workshop on the intimacy of couples living in Tehran. Thesis, Al-Zahra University, Faculty of Educational Sciences and Psychology, M.Sc [\[link\]](#)

Fatouhabadi, Kh. (2015) The effect of combination schema therapy and perception therapy on individual growth and marital stability of couples. Thesis, Islamic Azad University, Marvdasht Branch, Faculty of Educational Sciences and Psychology, M.Sc. [\[link\]](#)

Freeman N. Constructive thinking and early maladaptive Schemas as predictors of interpersonal adjustment and marital satisfaction. Ph.D. Dissertation. New York: New York University, 1998, 21-83. [\[link\]](#)

Ghaemi, Z. Etemadi A. (2009). Investigating the effect of integrated approach (imagotherapy and schema therapy) on love addiction and schema of girls in Isfahan. Thesis, University of Isfahan, M.Sc., Faculty of Social Sciences, Educational Psychology. [\[link\]](#)

Hamzeh kh , Navabi Nejad St , Shafiabadi, A. (1395). Comparison of the effectiveness of schema therapy, applied relaxation training and mental imagery on reducing cognitive anxiety in elite athletes. Sports Psychology Studies, 5 (18), 99-114 [\[link\]](#).

Hatfield. E. Sprecher. S. Measuring passionate love in intimate relationship. (1986). Journal of adolescence, 9,383-410. [\[link\]](#)

Hendrix H , Hunt H (2008). Get the love you love: A practical guide for couples. Translated by Rahmani Shams, Hassan and Nazari, Morteza, (2016) Tehran: The Generation of the Sun. [\[link\]](#)

Hendrix H , Hunt, H (2013). Easy Marriage Guide. Translated by Rahmanishams, Hassan and Nazari, Morteza, (2015). Tehran: Sun Generation. [\[link\]](#)

Jamei, M. Rajabi gh (2013). Evaluation of the effectiveness of imagotherapy therapy on the quality of marital relations and empathy among couples referring to counseling centers. Thesis, Shahid Chamran University of Ahvaz - Faculty of Educational Sciences and Psychology, M.Sc [\[link\]](#)

Matin H, Hayati M, (2017) The Effectiveness of Imagotherapy Group Training on Women's Defense Mechanisms and Problem Solving, Culture of Counseling and Psychotherapy in the Eighth Year of Winter No. 32. [\[link\]](#)

Mahmoudpour A , Dehghanpour S , Yoosefi N , Ejade S. (2020). Predicting Women's Marital Intimacy Based on Mindfulness, Conflict Resolution Patterns, Perceived Social Support, and Social Well-being. Quarterly Social Psychology Research, 10(39), 102-83. [\[link\]](#)

Moazi Nezhad M, Arefi M, Amiri H . ( 2021) Comparison of the Effectiveness of Couple Training Based on Approach Acceptance and Commitment (ACT) and Imago therapy on sexual intimacy in Couples. JCR ; 19 (76) :24-47 [\[link\]](#)

Nowland R, Talbot R, Qualter P. (2018). Influence of loneliness and rejection sensitivity on threat sensitivity in romantic relationships in young and middle-aged adults. Personality and Individual Differences. 131:185-190. [\[link\]](#)

Piravi, M., and Bahrami, H. (1396). Investigating the Relationship between Early Mismatched Schemas of Couples and Marital Adjustment in Married Students of Tehran Research Sciences Branch. The Rise of Psychology, 6 (1 (18 in a row)), 131-158. [\[link\]](#)

Pourabdol S, Roshan R, Yaghubi H, Sobhi-gharamaleki N, Gholami fesharaki M. 2020. The Role of Psychological Inflexibility and Emotion Dysregulation in Predicting Intensity of Anger in Competitive Athletes. JCR; 19 (75) :192-213 [\[link\]](#)

Refahi , J. Ardalani, L (1394). The effectiveness of imagotherapy (mental imagery) on the willingness to forgive in unfaithful couples referred to Isfahan Justice in the winter of 93. Thesis of Islamic Azad University - Islamic Azad Universit Marvdasht Branch, Faculty of Educational Sciences and Psychology, M.Sc. [\[link\]](#)

Salehian A , Ahadi H , Kraskian Mojambari A , Migouni M. (2021). The effectiveness of acceptance and commitment group therapy on cognitive abilities of students with personality type D. Quarterly Journal of Counseling and Psychotherapy Excellence, , 9 (36), 45-56. [\[link\]](#)

Scott, W., Tyser, J., Penningroth, S. L., & Strauch, C. Assessing self-schema content: The relationship of psychological needs to early maladaptive schemas, rejection sensitivity, and personality traits. Self and Identity, (2021).1-22 [\[link\]](#)

Sheydanfar N, Navabinejad S, Farzad V. Comparing the effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy (EFCT) and Imago Relation Therapy (IRT) in couple's marital satisfaction. ijfp. 2018; 4 (2) :75-88 [\[link\]](#)

Young ME, Long LL ( ۱۹۹۸ Counseling and psychotherapy of couple. New York: Guilford; 21-85. [\[link\]](#)