



Research Paper

[10.22034/IJFP.2024.2011885.1266](https://doi.org/10.22034/IJFP.2024.2011885.1266)

The Effectiveness of Imago Therapy on Increasing Interpersonal Trust and Cognitive Flexibility in Young Couples

Ali Moshtaghi¹, Asghar Jafari^{2*}

1. M.A. In Family Counseling, Electronic campus, Islamic Azad University, Tehran, Iran
2. Department of Psychology Faculty of Humanities University of Kashan, Kashan, Iran

Article Info.	Abstract
<p>Received: 19.08.2023</p> <p>Accepted: 06.12.2023</p> <hr/> <p>Keywords:</p> <p><i>Imago therapy, Interpersonal trust, Cognitive flexibility, young couples</i></p>	<p>Abstract</p> <p>Marriage affects the cognitive, emotional, and behavioral health of young couples. Interpersonal trust and cognitive flexibility play a role in family functioning. The purpose of the present study was to determine the effectiveness of imago therapy in increasing interpersonal trust and cognitive flexibility in young couples. A quasi-experimental design was used. The statistical population included young couples who referred to Salam Counseling and Psychology Center in Esfahan in 2022. Through purposive sampling method, 16 couples who met the inclusion criteria were selected; they were randomly assigned to the two groups of imago therapy and control ($n_1=n_2=8$). Research instruments were Rempel and Holmes's (2007) Interpersonal Relationship Trust questionnaire and Dennis and Vanderwal's (2010) Cognitive Flexibility questionnaire, which were administered to the two groups in three stages. In addition, Muro et al.'s (2016) Imago Therapy program was implemented in the experimental group during ten weekly 60-minute sessions. Data were analyzed using mixed model repeated measures ANOVA. Findings showed that imago therapy could increase interpersonal trust and cognitive flexibility in young couples and this effect was sustained in the follow-up phase ($P < 0.001$). Therefore, it could be concluded that imago therapy was effective in increasing interpersonal trust and cognitive flexibility in young couples. Accordingly, it is suggested that this treatment package be used for the recovery of interpersonal trust and cognitive flexibility of couples.</p>
<p>*Corresponding author Email: a.jafari@kashanu.ac.ir</p>	
<p>How to Cite: Moshtaghi, A., Jafari, A. (2023). The Effectiveness of Imago Therapy on Increasing Interpersonal Trust and Cognitive Flexibility in Young Couples. <i>Journal of Family Psychology</i>. 10(2), 1-14.</p>	



اثربخشی ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) در افزایش اعتماد بین فردی و انعطاف پذیری شناختی زوج‌های جوان

علی مشتاقی^۱، اصغر جعفری^{۲*}

۱. کارشناس ارشد مشاوره، خانواده واحد الکترونیکی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
۲. دانشیار روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران

اطلاعات مقاله	چکیده
<p>تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۵/۲۸</p> <p>تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۹/۱۵</p> <p>کلیدواژه‌ها: ایماگوتراپی، اعتماد بین فردی، انعطاف پذیری شناختی، زوج‌های جوان</p>	<p>چکیده ازدواج روی سلامت شناختی، هیجانی و رفتاری زوج‌های جوان تأثیر می‌گذارد. اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی همسران در کارکرد خانواده تأثیر دارند. پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی ایماگوتراپی بر اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی در زوج‌های جوان انجام شد. روش پژوهش نیمه‌آزمایشی بود. جامعه آماری زوج‌های جوان مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره و روان‌شناسی سلام در شهر اصفهان در سال ۱۴۰۰ بودند. به روش نمونه‌گیری هدفمند، ۱۶ زوج واجد شرایط وارد مطالعه شدند. ۸ زوج در گروه آزمایش و ۸ زوج در گروه کنترل جایگزین شدند. ابزارهای پژوهش پرسش‌نامه‌های اعتماد در روابط بین فردی (Rempel & Holmes (1986) و انعطاف‌پذیری شناختی (Dennis and Vander Wal (2010) بودند که در سه مرحله روی هر دو گروه و برنامه ایماگوتراپی (Muro et al (2016) در ۱۰ جلسه زوج درمانی ۶۰ دقیقه‌ای برای گروه آزمایش اجرا و داده‌ها با استفاده از تحلیل اندازه‌گیری مکرر تحلیل شدند. نتایج نشان داد که ایماگوتراپی می‌تواند اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی در زوج‌های جوان را افزایش دهد و این تأثیر در مرحله پیگیری پایدار ماند ($P < 0.01$). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) در افزایش اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌های جوان تأثیر دارد. با توجه به کارآمدی این برنامه، پیشنهاد می‌شود برای بهبود اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌ها از این برنامه استفاده شود.</p>

*نویسنده مسئول:

پست الکترونیکی: a.jafari@kashanu.ac.ir

استناد به این مقاله:

مشتاقی، علی، جعفری، اصغر (۱۴۰۲). اثربخشی ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) در افزایش اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌های جوان. *روانشناسی خانواده*، ۱۰(۲)، ۱-۱۴.

مقدمه

خانواده به عنوان یکی از بنیادی‌ترین نهادهای اجتماعی، به دنبال تشکیل زندگی زناشویی شکل می‌گیرد. مرد و زن به وسیله ازدواج و به واسطه نیازهای جنسی و محبت جذب یکدیگر می‌شوند تا واحد خانواده را ایجاد کنند (Collins et al., 2018). از طرفی دیگر ازدواج نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت شناختی، هیجانی و رفتاری همسران دارد (Bradbury & Bodenmann, 2020). کیفیت این ارتباط نقش بسزایی در شکل‌گیری ادراک‌ها، نگرش‌ها و بازخوردهای اجتماعی دارد (Aydogan & Dincer, 2020). به نظر می‌رسد آنچه از خود ازدواج و تشکیل خانواده مهم‌تر است، اعتماد بین فردي در رابطه بین همسران است (Karris & Caldwell, 2015). اعتماد در رابطه زناشویی یک ویژگی دو طرفه بین همسران است که اغلب در کنار تعهد و عشق به عنوان هسته مرکزی یک رابطه زناشویی مطلوب در نظر گرفته می‌شود. اعتماد در رابطه زناشویی شامل بعد وفاداری، صداقت، پیش‌بینی‌پذیری و قابلیت اتکا در رابطه زناشویی است که وفاداری مهم‌ترین عامل اعتماد در رابطه زناشویی است (Jan et al., 2010). همچنین اعتماد بین فردي، تمایل فرد اعتمادکننده برای تأثیرپذیری از اعمال فرد مورد اعتماد بر اساس این انتظار است که وی عمل معینی را انجام خواهد داد. اعتماد بین فردي حوزه‌ای از تعاملات میان زوج‌ها، خانواده، دوستان و همکاران است (Lau & Rowlinson, 2009). از طرفی دیگر اعتماد، باور یک شخص نسبت به صداقت شخص دیگر است که عامل مهمی برای ایجاد صمیمیت بین آنهاست (Enayat & Hajian, 2016). در خانواده‌هایی که بی‌اعتمادی یا عدم وفاداری یکی از زوج‌ها مشاهده می‌شود، ممکن است طلاق و جدایی اتفاق نیفتد، ولی خانواده آرامش خود را از دست می‌دهد و جایی امن و آرام برای همسران و فرزندان نخواهد بود. در نتیجه این جراحات، همسر زخم خورده با احساس بی‌نظمی، انزوا و رهاشدگی رو به رو می‌شود و در نتیجه همسر خود را وفادار و قابل اعتماد نمی‌بیند (Gingo et al., 2017).

بر اساس نتایج پژوهش‌ها، متغیر دیگری که با عملکرد خانواده رابطه دارد، انعطاف‌پذیری شناختی است. انعطاف‌پذیری شناختی، توانایی فرد در تغییر آماهی‌های شناختی به منظور سازگاری با محرک‌های متغیر محیطی است. انعطاف‌پذیری فرد را قادر می‌سازد که در برابر فشارها، چالش‌ها، و سایر مسائل عاطفی و اجتماعی برخورد مناسب و کارآمد داشته باشد (Gloster et al., 2017). همچنین انعطاف‌پذیری فرآیندی است که طی آن توانایی فرد در برابر چالش‌های عاطفی، اجتماعی و جسمی افزایش می‌یابد (Rostami et al., 2016). انعطاف‌پذیری شناختی می‌تواند تغییرات اساسی در بازسازی افکار افراد ایجاد کند که این امر ارتباط بین انعطاف‌پذیری شناختی و مثبت‌اندیشی را در روابط بین فردي تبیین می‌کند. افرادی که انعطاف‌پذیری شناختی کمتری دارند، به سختی می‌توانند یادگیری‌های اولیه خود را تغییر دهند، آنها بر یادگیری‌های قبلی خود که حتی ممکن است پیامدهای منفی برای‌شان به همراه داشته باشد، پافشاری کنند و این پافشاری به سازگاری آنها با شرایط جدید آسیب می‌زند (Khazaei & Babaei, 2022).

زوج‌هایی که در روابط زناشویی خود اعتماد بین فردي بالایی دارند، معمولاً انعطاف‌پذیری شناختی بالاتری دارند و در برابر فشارها، چالش‌ها، و سایر مسایل عاطفی و اجتماعی زندگی زناشویی برخورد مناسب و کارآمدتری دارند (Martin et al., 2011). از آن جایی که مطالعه مسایل زوج‌های جوان به منظور پیشگیری از بروز مشکلات تهدیدکننده ازدواج و نهاد خانواده بسیار حایز اهمیت است و معمولاً در این دوره زوج‌ها مشکلات زیادی تجربه می‌کنند و حتی ممکن است به تعارضات زناشویی شدیدی هم منجر شود، پژوهش حاضر روی زوج‌های جوان انجام شده است که حدوداً ۵ تا ۶ سال از ازدواج آنان می‌گذرد (Bradbury & Bodenmann, 2020).

روش‌های درمانی گوناگونی برای تغییر و اصلاح و بهبود ویژگی‌ها و توانمندی‌های روان‌شناختی همسران و استفاده زوج‌ها از الگوی ارتباط سازنده متقابل در روابط زناشویی مطرح شده است که یکی از این روش‌ها، ایماگو تراپی^۱ است (Nikoogofar & Sangani, 2019). ایماگو تراپی (تصویرسازی ارتباطی) محصول هم‌فکری‌های Hendrix and Hunt است (Knapp, 2022). ایماگو تراپی یک روش درمانی است که به افزایش ارتباطات زوج‌ها، اصلاح تثبیت‌های تحولی، بهبود آسیب‌های دوران کودکی، افزایش خود متمایزسازی، و احیای تماس بین زوج‌ها می‌پردازد. علاوه بر این، ایماگو تراپی یک الگوی ارتباطی زوج درمانی است که مداخلات رفتاری، شناختی و عاطفی را جهت تسهیل و تغییر درونی زوج‌ها به کار می‌برد (Knapp, 2022). هدف ایماگو تراپی احیای تماس معنوی و عاطفی میان همسران جهت ایجاد یک هدف جدید برای ازدواج‌شان است. همچنین هدف ایجاد محیطی شفاف‌بخش است که همسران بتوانند به ارضای نیازها و احساسات مربوط به نادیده‌انگاری و بی‌ارزشی طرف مقابل بپردازند. این روش درمانی، زوج را به استفاده از رابطه همسری به عنوان یک منبع جهت بهبود، حل مشکل و رشد بیشتر راهنمایی می‌کند و آن‌ها را با عمق بخشیدن به ارتباطشان به تکامل می‌رساند و به آرامش و صمیمیت زندگی زناشویی کمک می‌کند (Luquet & Muro, 2018). در فرآیند تصویرسازی ارتباطی علاوه بر آگاهی دادن به زوج‌ها، آن‌ها از جنبه‌های ناخودآگاه روابط خود هم آگاه می‌شوند و به جای حل سطحی تعارض‌ها به بررسی ریشه آن‌ها می‌پردازد (Matin & Hayati, 2018). همسران می‌توانند با تغییر ازدواج ناخودآگاه به ازدواج آگاهانه، عشق و محبت مورد نیاز خود را دریافت کنند. این تصویر ناخودآگاه از مجموع پیام‌های پنهان مثبت و منفی ادراک‌شده در دوران کودکی به وجود می‌آید (Muro et al., 2016). تصویرسازی ارتباطی در ساختار خود به جنبه‌های انکار شده و ناقص شخصیت فرد می‌پردازد و با ارائه یک تصویر واقعی از عشق، علاقه و رابطه، تصویر خیالی از افراد را بازسازی می‌کند (Husseinpoor & Rezakhani, 2019).

درباره نقش و اهمیت ایماگو تراپی می‌توان گفت که این رویکرد به زوج‌ها کمک کند تا بتوانند در رابطه جنسی و عاطفی با همسر، خیال‌پردازی‌ها و افکار جنسی خود را در میان بگذارند نه اینکه صرفاً به ارضای جنسی اکتفا کنند. همچنین سعی کنند روابط صمیمی و توأم با عاطفه را در زندگی زناشویی تجربه کنند (Ghasemi Dehnavi et al., 2023). علاوه بر این ایماگو تراپی رویکرد نوینی است که در ایران تحقیقات زیادی درباره آن صورت نگرفته است و به این دلیل که یک درمان کوتاه‌مدت است و بینش و مهارت عملی را ترکیب می‌کند، می‌تواند در ایران کاربرد زیادی داشته باشد.

از آن جایی که درمان مبتنی بر تصویرسازی ارتباطی به احیا و بهبود ارتباط بین همسران، اصلاح تثبیت‌های تحولی، آگاه‌سازی زوج‌ها از جنبه‌های ناخودآگاه روابط زناشویی، رسیدن به تصویر واقعی از عشق، علاقه و بازسازی تصویر خیالی زوج‌ها در رابطه زناشویی می‌پردازد، به نظر می‌رسد که در چارچوب یک برنامه زوج‌درمانی کوتاه مدت می‌تواند برای زوج‌های جوان بسیار مفید و کارآمد باشد. همچنین با توجه به این که زوج‌های ایرانی در شرایط گذر از دوره سنتی به دوره مدرن هستند، ممکن است این شرایط روابط زوج‌های جوان، میزان اعتماد بین فردی همسران و انعطاف‌پذیری شناختی آنان را تحت تاثیر قرار دهد. تاثیر این شرایط می‌تواند آسیب‌های شدیدی را در روابط زناشویی ایجاد کند. لذا با توجه به جایگاه خاص خانواده به لحاظ فرهنگی و ارزشی، امروزه ازدواج

¹ imago therapy

مشتاقي و جعفري: اثربخشي ايماکوتراپي (تصويرسازي ارتباطي) در افزايش اعتماد بين فردي...

جوانان و مسايل زناشویی به یک دغدغه اساسی در ایران تبدیل شده است. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی ايماکوتراپي (تصويرسازي ارتباطي) در افزايش اعتماد بين فردي و انعطاف پذيري شناختي زوج های جوان انجام شد.

روش

روش پژوهش نیمه آزمایشی و طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل و یک دوره پیگیری یک‌ماهه بود. جامعه آماری زوج‌های متأهل جوان مراجعه‌کننده به مرکز خدمات مشاوره و روان‌شناسی سلام در شهر اصفهان در سال ۱۴۰۰ بودند. با توجه به این که در پژوهش حاضر زوج‌هایی با ویژگی‌های خاصی مانند زوج متأهل جوان و مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره سلام مدنظر بود، از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. بر اساس نقطه برش ۶۳ در پرسش‌نامه اعتماد بین‌فردی و با توجه به حجم نمونه در پژوهش نیمه آزمایشی، ۱۶ زوج که نمره پایین‌تر از ۶۳ بدست آوردند و واجد ملاک‌های ورود به پژوهش بودند، انتخاب و به طور تصادفی و مساوی در دو گروه آزمایش و کنترل (۸ زوج در هر گروه) جایگزین شدند. ملاک‌های ورود شرکت‌کنندگان به پژوهش شامل داشتن رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش و داشتن تمایل و توانایی برای انجام تمرین‌های مربوط به مداخلات درمانی ايماکوتراپي. همچنین ملاک‌های خروج شرکت‌کنندگان از خروج شامل داشتن ازدواج مجدد، داشتن تعارضات زناشویی شدید، داشتن درخواست طلاق و شرکت در جلسات مشاوره یا در کارگاه‌های آموزشی روان‌شناسی و مشاوره بودند. همه ۸ زوج در گروه آزمایش و ۸ زوج در گروه کنترل تا پایان فرآیند پژوهش حاضر بودند و هیچ‌اف آزمودنی وجود نداشت.

ابزار سنجش

پرسش‌نامه اعتماد در روابط بین‌فردی (IRS): این پرسش‌نامه توسط Rempel and Holmes (1986) ساخته شد. دارای ۱۸ گویه و سه خرده‌مقیاس پیش‌بینی‌پذیری، قابلیت اعتماد و وفاداری است. پاسخ به گویه‌ها بر اساس لیکرت ۷ درجه‌ای میزان مخالفت یا موافقت خود با هر یک از گویه‌ها مشخص می‌شود. نمره کل اعتماد بین‌فردی از جمع امتیاز همه گویه‌ها با هم بدست می‌آید. پایین‌ترین نمره (نشانگر اعتماد پایین به همسر) و بالاترین نمره (بیانگر اعتماد زیاد) است. سازندگان این پرسش‌نامه ضریب آلفای کرونباخ کل پرسش‌نامه ۰/۸۰ را برای آن بدست آوردند (Rempel & Holmes, 1986). در ایران ضریب آلفای کرونباخ کل آزمون ۰/۸۱ و ضریب آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های پیش‌بینی ۰/۷۱، قابلیت اعتماد ۰/۷۲ و وفاداری ۰/۷۰ گزارش شده است (Khandeh del & Kavianfar, 2016). در پژوهش حاضر ضریب پایایی کل پرسش‌نامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ بدست آمد.

پرسش‌نامه انعطاف‌پذیری شناختی (CFI): این پرسش‌نامه توسط Dennis and Vander Wal (2010) ساخته شده و یک ابزار خودگزارشی کوتاه ۲۰ گویه است و سه جنبه از انعطاف‌پذیری شامل میل به درک موقعیت‌های سخت به عنوان موقعیت‌های قابل کنترل، توانایی درک چندین توجه جایگزین برای رویدادهای زندگی و رفتار انسان‌ها و توانایی ایجاد چندین راه‌حل جایگزین برای موقعیت‌های سخت می‌باشد. این پرسش‌نامه برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در کار بالینی و غیربالینی و برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در ایجاد تفکر انعطاف‌پذیر در درمان شناختی رفتاری افسردگی و سایر بیماری‌های روانی به کار

می‌رود. این پرسش‌نامه دارای مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۷ (کاملاً موافقم) می‌باشد. گویه‌های ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۱ و ۱۷ به طور معکوس نمره گذاری می‌شوند. جمع نمرات تمام گویه‌ها نمره کل آزمون انعطاف‌پذیری شناختی را به دست می‌دهد. بالاترین نمره ۱۴۰ و پایین‌ترین نمره ۲۰ می‌باشد. نمره بالا نشان‌دهنده انعطاف‌پذیری شناختی بیشتر و نمره پایین نشان‌دهنده انعطاف‌پذیری شناختی کمتر می‌باشد. همبستگی آن با پرسش‌نامه افسردگی بک ۰/۳۹ و با مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی مارتین ۰/۷۵ است که روایی همزمان قابل قبولی است (Dennis & Vander Wal, 2010). پایایی با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه و خرده مقیاس‌های ادراک کنترل و ادراک گزینه‌های مختلف به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۹۱ و ۰/۸۴ و با روش بازآزمایی به ترتیب ۰/۸۱، ۰/۷۵ و ۰/۷۷ بدست آمد. پایایی با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه و دو عامل حل مساله و ادراک کنترل‌پذیری به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۷۷ و ۰/۸۱ به دست آمد (Kohandani & Abolmaali Alhossenin, 2018). در پژوهش حاضر ضریب پایایی پرسش‌نامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بدست آمد.

برنامه مداخله‌ای ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی): در این پژوهش از برنامه ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) Muro et al. (2016) استفاده شد. این برنامه در ۱۰ جلسه زوجی به زوج‌های جوان آموزش داده شد که خلاصه آن در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱: خلاصه برنامه ایماگوتراپی

عنوان	هدف	محتوا
جلسه اول: معارفه و قرارداد	آشنایی و توضیح اهداف درمان، بررسی تصویر ذهنی رابطه	دو برگه کاغذ برداشته و یک سری جملات کوتاه که بیان‌کننده رابطه تصویر شما از یک رابطه عشقی ارضاکننده است را بنویسید. همچنین از همسران بخواهید این کار را انجام دهد. جملات را با همسران در میان بگذارید. چنانچه همسران جملاتی نوشته که به ذهن شما نیامده، آنها را به لیست خود اضافه کنید. دور دو جمله‌ای که بیشتر از سایر جملات اهمیت دارند، خط بکشید. همچنین مواردی را که فکر می‌کنید برای هر دوی شما رسیدن به آن مشکل خواهد بود با ستاره مشخص کنید.
جلسه دوم: برنامه‌ریزی برای آینده	ارزیابی امکان پیشرفت در رابطه	این اهداف از طریق نوشتن قواعد شخصی و فهرست مشترکی که شامل آرزوها، کیفیت‌ها و ویژگی‌های مطلوب در روابط فعلی و آن چه آرزو می‌کردند در رابطه شان وجود داشته باشد و همچنین آشنایی با عقاید همسر، مقایسه و پیدا کردن موارد مشابه و تعیین فهرست مشترک با بیان به زمان حال ساده. مثال: ما با یکدیگر خوش می‌گذاریم.
جلسه سوم: افزایش خودآگاهی	شناسایی و مرور خاطرات گذشته، ناکامی‌ها و پرورش تصویر ذهنی مناسب	بازگشت به خانه دوران کودکی و مرور خاطرات، نوشتن ویژگی‌های مثبت و منفی والدین و تاثیر آن بر فرد، تعیین نیازهای بر طرف نشده دوران کودکی و احساسات منفی و بررسی ناکامی‌های کودکی و نحوه واکنش به آنها.
جلسه چهارم: شناخت همسر	شناخت عمیق همسر	بیان ویژگی‌های مثبت همسر به طور مثال مهربان بودن و مسئولیت‌پذیر بودن و ویژگی‌های منفی همسر به طور مثال نق زدن و عصبی بودن، مقایسه ویژگی‌های همسر با تصویر ذهنی خود، بررسی و تأثیر متقابل تصویر ذهنی خود با ویژگی‌های همسر.
جلسه پنجم: کار ناتمام از دوران کودکی و یادگیری مکالمه آگاهانه	شناخت زخم‌های عاطفی یکدیگر، آشنایی با نیازها و مشکلات یکدیگر	آموزش و تمرین روش مکالمه آگاهانه بوسیله گفتگو با زوج‌ها، گفتگو با زوج‌ها از طریق فرآیند انعکاس دادن، تایید کردن و احساس همدلی.

مشتاقی و جعفری: اثربخشی ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) در افزایش اعتماد بین فردی...

عنوان	هدف	محتوا
جلسه ششم: بستن راه‌های خروجی	ایجاد تعهد مشترک و اطمینان از با هم بودن، افزایش صمیمیت، ارضا نیازها	تعیین راه‌های خروجی خود و همسر و برنامه‌ریزی برای بستن راه‌های خروجی. هر کدام از همسران فهرستی از انواع معمول خروجی‌های خود مانند پرخوری، تا دیر وقت کار کردن و موارد دیگری که فقط برای دوری از همسر انجام می‌دادند، نوشتند. مقایسه این فهرست با همسر و توافق برای بستن این خروجی‌ها.
جلسه هفتم: تجدید خاطرات عاشقانه و بهبود رابطه	ایجاد منطقه امن، افزایش صمیمیت و التیام زخم‌های عاطفی، ایجاد چرخه مثبت تعامل	مرور رفتارها و خاطرات خوب گذشته، تعیین روش‌های فعلی خشوند کردن همسر، مشخص کردن نیازها و آرزوهای برآورده نشده، ارائه هدیه‌های غیرمنتظره و انجام رفتارهای تفریحی مشترک.
جلسه هشتم: یادگیری رفتارهای جدید	افزایش احساس امنیت و پیوستگی، شادی و پیوند عاطفی	تمرین تخلیه و مهار خشم به شکل سازنده و بررسی وضعیت ناتمام و حل نشده گذشته. به این صورت که زوج‌ها امیال و خواسته‌هایی را که در پشت یاس‌هایشان نهفته بود، مشخص کردند. روی یک کاغذ جداگانه فهرست کاملی از تمامی چیزهایی از همسر تهیه کردند که آنها را رنج می‌داد. مثال چه موقع همسران شما را عصبانی می‌کند؟ چه موقع همسران را ناراحت می‌کنید؟ سپس در کاغذ جداگانه دیگری میل و خواسته‌ای را که در پشت هر یک از یاس‌ها و شکایت‌های آنها وجود داشت استخراج می‌کردند و آن را به صورت مثبت می‌نوشتند. مثال دوست دارم وقتی عصبانی و ناراحت هستی لحن صدايت طبيعي باشد.
جلسه نهم: تخلیه خشم و هیجان‌ها	بیان خشم و تخلیه آن در یک محیط امن و سازنده، کاهش درد و رنج گذشته و التیام زخم‌های گذشته	جمع‌بندی بخش‌های مختلف خویشتن انکار شده، خویشتن گمشده، خویشتن دروغین و خویشتن واقعی. در این تمرین زوج‌ها آموختند؛ هنگامی که از یکدیگر رنجیده و عصبانی می‌شوند، همسر خود را با گفتن این جمله که از تو دلخورم، از تو عصبانی هستم و آیا مایل هستی که به من گوش کنی؟ از احساس خود آگاه کنند. سپس شخصی که نقش حمایت‌گر به عهده او بود، چند نفس عمیق کشید و تجسم کرد که همسرش که اکنون در نقش بیانگر یا ابرازکننده است، کودکي آزرده و زخمی است. بنابراین تمایل خود را نسبت به گوش دادن به احساسات همسرش اعلام کرد. سپس شخص بیانگر به اختصار رنجش یا خشم خود را با او در میان گذاشت.
جلسه دهم: یکپارچه‌سازی خود	خویشتن گمشده و پذیرش خویشتن دروغین و خویشتن انکار شده	بعد از اعمال تغییراتی مثبت و بالغانه دوباره در قالب نظمی یکپارچه، هماهنگ و متعادل با یکدیگر بر کمال و یکپارچگی نخستین خویش که در بدو تولد داشتند، برسند. با این تمرین خودآگاهی افراد نسبت به تغییراتی که کرده بودند، افزایش یافت. در پایان جمع‌بندی و یکپارچه‌سازی خود صورت گرفت. پرسش‌نامه‌ها در مرحله پس‌آزمون و یک ماه بعد در مرحله پیگیری اجرا شدند.

روش اجرای پژوهش

ابتدا در مرکز خدمات مشاوره و روان‌شناسی سلام در شهر اصفهان، یک جلسه با تمام شرکت‌کنندگان برگزار شد و درباره ماهیت پژوهش، ملاحظات اخلاقی مانند رازداری در اطلاعات شخصی، محرمانه بودن نتایج و زمان حضور در جلسات و تعداد جلسات توضیح داده شد. مداخلات ایماگوتراپی برای شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش به صورت زوج‌درمانی در ۱۰ جلسه یک ساعته اجرا شد. شرکت‌کنندگان هر دو گروه قبل و پایان مداخلات و یک ماه بعد در مرحله پیگیری پرسش‌نامه‌ها را تکمیل کردند. تا پایان دوره هیچ افت آزمودنی وجود نداشت. به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی، پس از اتمام پژوهش، برنامه درمانی به طور

روانشناسی خانواده، ۱۰ (۲)، ۱۴-۱

فشرده در ۳ جلسه برای گروه کنترل اجرا شد. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های کروییت موخلی، توزیع طبیعی، همگنی واریانس‌ها، تحلیل اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بنفرونی و نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ تحلیل شدند.

یافته‌ها

داده‌های مربوط به ۸ زوج (۱۶ شرکت‌کننده) در گروه آزمایش و ۸ زوج (۱۶ شرکت‌کننده) در گروه کنترل تحلیل شدند.

جدول ۲. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان (۱۶ نفر در هر گروه)

متغیرها	آزمایش ایماگوتراپی		گروه کنترل		
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	
جنسیت	مرد	۸	۵۰	۸	۵۰
	زن	۸	۵۰	۸	۵۰
	کل	۱۶	۱۰۰	۱۶	۱۰۰
سن	۲۵ تا ۲۰	۵	۳۱/۲۵	۴	۱۸/۷۵
	۳۰ تا ۲۶	۴	۲۵	۶	۳۷/۵
	۳۵ تا ۳۱	۳	۱۸/۷۵	۲	۱۲/۵
	۴۰ تا ۳۶	۴	۱۸/۷۵	۴	۲۵
مدت ازدواج	۱ تا ۳ سال	۷	۴۳/۷۵	۶	۳۷/۵
	۴ تا ۶ سال	۹	۵۶/۲۵	۱۰	۶۲/۵

جدول ۲ ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش ایماگوتراپی و گروه کنترل را نشان می‌دهد.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار نمرات اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی

گروه‌ها	مراحل	اعتماد بین فردی		انعطاف‌پذیری شناختی	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	پیش‌آزمون	۶۲/۶۹	۱۲/۱۷	۸۶/۵۵	۱۴/۲۳
	پس‌آزمون	۹۶/۰۵	۱۵/۲۴	۱۰۷/۸۵	۱۷/۱۹
	پیگیری	۹۶/۰۶	۱۵/۲۲	۱۰۷/۲۷	۱۷/۲۱
کنترل	پیش‌آزمون	۶۱/۹۳	۱۴/۱۴	۸۷/۴۳	۱۴/۱۹
	پس‌آزمون	۶۱/۲۵	۱۴/۲۸	۸۷/۱۵	۱۴/۲۳
	پیگیری	۶۱/۳۱	۱۴/۲۲	۸۷/۱۷	۱۴/۲۹

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که نمره‌های گروه‌های آزمایش و کنترل در پیش‌آزمون تقریباً مشابه است ولی در پس‌آزمون و پیگیری متفاوت هستند.

مشتاقی و جعفری: اثربخشی ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) در افزایش اعتماد بین فردی...

جدول ۴. نتایج آزمون‌های کرویت موخلی، نرمال بودن داده‌ها و همگنی واریانس‌ها

متغیرها	کرویت		خی دو		شاپرو ویلک		لون	
	W	p	Z	p	F	p	F	p
اعتماد بین فردی	۰/۴۶	۱۱/۲۶	۰/۷۱	۱۷/۳۵	۱/۹۶	۰/۶۱	۰/۳۲	
انعطاف‌پذیری شناختی	۰/۸۹	۱۱/۲۷	۰/۸۵	۱۷/۲۱	۱/۹۶	۰/۷۲	۰/۲۶	

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که مفروضه‌های کرویت موخلی، نرمال بودن داده‌ها و همگنی واریانس‌ها در مورد توزیع داده‌ها برقرار می‌باشند. بنابراین برای بررسی تاثیر مداخلات مبتنی بر ایماگوتراپی در افزایش اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی در زوج‌های جوان از تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد.

جدول ۵. نتایج تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری مکرر در گروه‌های تحت ایماگوتراپی و کنترل در سه مرحله

متغیرها	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	p	ضریب تا
اعتماد بین فردی	درون گروهی (مراحل)	۱۴۵۸/۴۵	۲ و ۲۷	۷۲۹/۲۲	۵۱/۸۳**	<۰/۰۰۱	۰/۴۹
	بین گروهی (مداخله)	۷۸۹/۳۹	۱ و ۲۸	۷۸۹/۳۹	۵۳/۶۸**	<۰/۰۰۱	۰/۵۵
انعطاف‌پذیری شناختی	تعامل (مراحل*مداخله)	۸۹۷/۷۳	۱ و ۲۷	۸۹۷/۷۳	۵۹/۷۳**	<۰/۰۰۱	۰/۵۷
	درون گروهی (مراحل)	۱۸۶۳/۱۳	۲ و ۲۷	۹۳۱/۵۶	۵۷/۲۳**	<۰/۰۰۱	۰/۵۶
	بین گروهی (مداخله)	۸۹۸/۳۱	۱ و ۲۸	۸۹۸/۳۱	۵۱/۳۹**	<۰/۰۰۱	۰/۴۸
	تعامل (مراحل*مداخله)	۱۱۲۹/۹۴	۱ و ۲۷	۱۱۲۹/۹۴	۵۹/۳۱**	<۰/۰۰۱	۰/۵۸

در جدول ۵ تفاوت بین گروهی و درون گروهی در سه مرحله و اثر تعامل مداخله و مراحل اندازه‌گیری معنادار است ($P < 0/01$). بنابراین آموزش ایماگوتراپی در افزایش اعتماد بین فردی زوج‌های جوان اثر داشته و اثر تعامل برای افزایش اعتماد بین فردی ۵۷ درصد است ($P < 0/01$). همچنین نتایج نشان می‌دهد که تفاوت بین گروهی و درون گروهی در سه مرحله و اثر تعامل مداخله و مراحل اندازه‌گیری معنادار است ($P < 0/01$). بنابراین ایماگوتراپی در افزایش انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌های جوان اثر داشته و اثر تعامل برای افزایش انعطاف‌پذیری شناختی ۵۸ درصد است ($P < 0/01$).

جدول ۶. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای تعیین اثر مداخله بر متغیرهای پژوهش

متغیر	زمان اندازه‌گیری	گروه آزمایش	
		تفاوت میانگین	انحراف معیار
اعتماد	پیش آزمون - پس آزمون	۴۳/۳۶ - **	۴/۱۸
	مقدار احتمال	<۰/۰۰۱	
بین فردی	پیش آزمون - پیگیری	۴۳/۳۷ - **	۴/۱۰
	مقدار احتمال	<۰/۰۰۱	
انعطاف پذیری	پس آزمون - پیگیری	۰/۰۱ -	۰/۰۹
	مقدار احتمال	۰/۷۲۳	
شناختی	پیش آزمون - پس آزمون	۱۵۳/۳۰ - **	۱۴/۱۲
	مقدار احتمال	<۰/۰۰۱	
شناختی	پیش آزمون - پیگیری	۱۵۳/۷۲ - **	۱۳/۱۷
	مقدار احتمال	<۰/۰۰۱	
	پس آزمون - پیگیری	۰/۱۳	۰/۹۸
	مقدار احتمال	۰/۴۱۸	

نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد که تفاوت میانگین‌های گروه‌های تحت ایماگوتراپی در مراحل پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیش‌آزمون با پیگیری معنادار هستند که نشان‌دهنده تاثیر مداخلات در افزایش اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی و ماندگاری این تاثیر در مرحله پیگیری است.

بحث

نتایج پژوهش حاکی از اثربخشی ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) در افزایش اعتماد بین فردی زوج‌های جوان بود که با نتایج پژوهش‌های (Aydogan and Muro et al. (2016), Husseinpoor and Rezakhani (2019), Matin and Hayati (2018) و Dincer (2020) و Knapp (2022) مطابقت داشت. طبق نتایج این پژوهش‌ها، مداخلات مبتنی بر ایماگوتراپی می‌تواند به طور مستقیم و غیرمستقیم اعتماد بین فردی در زوج‌های جوان را افزایش دهد.

برنامه ایماگوتراپی به زوج‌ها کمک می‌کند به رابطه مشترک آگاهانه دست پیدا کنند، مکانیزم‌های دفاعی‌شان در برابر صمیمیت را شناسایی کنند و مکانیسم‌هایی که باعث کشمکش قدرت می‌شوند را درک کنند. این برنامه درمانی به زوج‌ها کمک می‌کند ارتباطات بین خودشان، درون خودشان و با جهان هستی را احیاء کنند. در تصویرسازی ارتباطی به همسران آگاهی داده می‌شود و مهم‌تر اینکه درباره جنبه‌های ناخودآگاه روابطشان و بررسی ریشه تعارضات به آنان آموزش می‌دهد. همچنین به افراد کمک می‌کند که همسر را به عنوان یک فرد متفاوت و بدون دردهای ناشی از فرافکنی‌های ناهشیار درک کنند، توقعات خود را از همسرشان تعدیل کرده و به جنبه‌های انکار شده و مخفی شخصیت خود بپردازند و در نهایت به رابطه مشترک هشیار دست یابند و سبک‌های دفاعی همسران نیز از حالت رشد نایافته و روان‌آزرده کاهش یابد و به سمت سبک‌های دفاعی رشد یافته تغییر کنند (Matin & Hayati, 2018). همچنین در برنامه ایماگوتراپی به زوج‌ها کمک می‌شود تا در ارتباط‌شان روابط آگاهانه را تجربه کنند. طبق نظریه هندریکس، این رویکرد باعث درمان آسیب‌هایی می‌شود که فرد در دوران کودکی با آن مواجه شده است. از آن جایی که تأکید این رویکرد بر گفتگوی زوج‌ها و یادگیری مهارت‌های گفتگو است و از این طریق همسران یاد می‌گیرند که به گونه‌ای با محیط ارتباط برقرار کنند که فضای امنی برای ابراز خویشتن فراهم شود. بر این اساس در پژوهش حاضر تلاش شد تا مهارت گوش دادن و هنر همدلی به همسران آموزش داده شود. با توجه به ویژگی‌های سبک دلبستگی ایمن به نظر می‌رسد افرادی که از روابط صمیمانه

مشتاقي و جعفري: اثربخشي ايماکوتراپي (تصويرسازي ارتباطي) در افزايش اعتماد بين فردي...

لذت مي برند، خود را باور دارند و در جستجوي حمايت اجتماعي هستند و توانايي به اشتراک گذاشتن احساساتشان را دارند. در تمرين هاي ايماکوتراپي زوج ها با تمرين ذهن آگاهي و مشاهده غير قضاوتي و پذيرش احساس هاي بدني، ادراک ها، شناخت ها و عواطف و همچنين آموختن فنون گفتگو، توانستند سبک دلبستگي ايمن را در خود افزايش دهند (Husseinpoor & Rezakhani, 2019).

آموزش ايماکوتراپي (تصويرسازي ارتباطي) باعث افزايش قابل توجهي در اعتماد و رفتار همدلي بين زن و شوهر مي شود. در واقع تصويرسازي ارتباطي با ايجاد جو حمايتي در هنگام گفتگو، توانايي درک ديدگاه ديگري و ارتباط با همسر، ديدن خود و همسر به روشني و بدون تحريف، مديريت تبادل ارتباط منفي و کنترل خشم، توانايي براي حل مشکل را در زنان تقويت مي کند. زوج ها در جريان آموزش تصويرسازي ارتباطي، با تمرين مکالمه آگاهانه (گفتگوي ايماکويي) مي آموزند که با درميان نهادن مسائل و مشکلات و نگراني هاي خود با يکديگر مي توانند از گير افتادن در تعاملات منفي، خود را نجات دهند و زمينه هاي احتمالي بروز تعارضات زناشويي را حل و فصل کنند و صميميت بيشتري را تجربه کنند. هر چه تعامل ميان همسران بيشتري باشد و اين تعامل ها توأم با محبت و همدلي بيشتري باشد، همسران از با هم بودن و رابطه زناشويي رضايت بيشتري خواهند داشت. ارائه راه حل هاي ارتباط محور موجب شد که افراد توانمندی حل مشکل را در خود رشد دهند و در هنگام مواجهه با مسائل مختلف بتوانند به طور مناسبی از آنها استفاده کنند (Muro et al., 2016). اين تمرين ها زوج ها را در جهت رسيدن به همدلي و صميميت، درک متقابل يکديگر و در نتيجه حل مشکلات زناشويي سوق مي دهند. انجام برخي تمرين ها در رويکرد تصويرسازي ارتباطي مثل تجديد خاطرات عاشقانه گذشته، دادن هديه هاي غيرمنتظره و انجام فعاليت هاي تفريحي مشترک منجر به افزايش اعتماد بين فردي، احساسات مثبت، صميميت و نزديکي عاطفي مي شود (Knapp, 2022).

افزون بر اين، در اين پژوهش نتيجه گرفته شد که برنامه ايماکوتراپي (تصويرسازي ارتباطي) انعطاف پذيري شناختي زوج هاي جوان را افزايش مي دهد که با نتايج پژوهش هاي (Ghasemi Dehnavi et al. (2016)، (Nikoogoftar and Muro et al. (2016)، (Sangani (2019) و (Luquet and Muro (2019) مطابقت دارد. از آن جايي که انعطاف پذيري شناختي، به عنوان اساس سلامت روان شناختي شناخته مي شود؛ هدف اصلي انعطاف پذيري شناختي ايجاد توانايي انتخاب عملي در بين گزینه هاي مختلف که متناسب تر باشد. نه اينکه صرفاً براي اجتناب از افکار، احساسات، خاطره ها يا تمايلات آشفته ساز اقدامي انجام شود. انعطاف پذيري شناختي ميزان تجربه پذيري فرد در مقابل تجارب دروني و بيروني و توانايي تغيير آمايه هاي شناختي به منظور سازگاري با محرک هاي در حال تغيير محيطي را نشان مي دهد (Dennis, & Vander Wal, 2010). اين ويژگي شخصيتي نوع واکنش افراد را در مقابل تجارب جديد مشخص مي کند. افراد انعطاف پذير، درباره دنياي دروني و بيروني خود، کنجکاو و تجربه پذير هستند (Kashdan & Roitenberg, 2010). افراد انعطاف پذير از گزینه هاي جايگزين استفاده مي کنند، چارچوب فکري خود را مثبت بازسازي مي کنند و موقعيت هاي چالش برانگيز يا رويدادهاي استرس زا را مي پذيرند (Gloster et al., 2017). همچنين توانايي فرد را در تجربه هاي عاطفي منفي در زمان حال و سازگاري با رويدادهاي آشفته ساز و محدود کننده رفتار افزايش مي دهد (Brassell et al., 2016). در برنامه ايماکوتراپي تلاش مي شود تا با تمرين مکالمه آگاهانه، تعاملات درست و سازنده، مهارت گوش دادن فعال و درک همدلانه در ميان زوج ها را بهبود بخشد. تمرين هايي نظير بيان احساسات مثبت و

منفی به زنان کمک می‌کند تا راحت‌تر بتوانند احساسات مثبت و منفی خود را با همسر خود در میان بگذارند. بر این اساس ایماگوتراپی سبب می‌شود که هیجانات مثبت در همسران افزایش یابد. در نتیجه تغییر در هیجانات موجب بهبود انعطاف‌پذیری آنان می‌شود (Ghasemi Dehnavi et al., 2016).

از آن جایی که در برنامه درمان تصویرسازی ارتباطی روی تصویرهای ذهنی دوران کودکی کار می‌شود که این تصویرها آمیزه‌ای است از بازنمایی ذهنی والدین و مراقبان، به ویژه خصلت‌های منفی که بیشترین صدمات روحی را به افراد وارد کرده‌اند و همچنین در برنامه درمان تصویرسازی ارتباطی فرصتی ایجاد می‌شود که زوجها بیشتر با جنبه‌های اصلی و اولیه وجود خودشان آشنا می‌شوند که در فرآیند سازگاری ذهنی و شناختی آنان نقش اساسی دارند (Luquet & Muro, 2018). از این زوجها در برنامه تصویرسازی ارتباطی، تصاویر ذهنی را در شریک زندگی خود جستجو می‌کنند تا به این روش دوباره آن شرایطی را تصویرسازی کنند و فرصتی را تجربه کنند که به آنها صدمه روحی وارد شده است و بتوانند برای همیشه به فعال شدن این تصاویر مزاحم در ذهن‌شان پایان دهند. از جایی که این تصاویر تثبیت شده، ذهن فرد را خشک و بسته نگه می‌دارند، مداخلات مبتنی بر درمان تصویرسازی ارتباطی می‌تواند با تغییر این تصاویر و اصلاح تثبیت‌های دوران کودکی موجب افزایش انعطاف‌پذیری شناختی شود (Knapp, 2022). بنابراین وقتی همسران با استفاده از تمرینات درمان تصویرسازی ارتباطی به نقش تصاویر دوران کودکی آگاه می‌شوند و با تمرین تلاش می‌کنند که تاثیر آنها را روی رابطه زناشویی تغییر و اصلاح کنند، می‌توانند به مرحله‌ای برسند که در ارتباط بین فردی با همسر خود به روابط آگاهانه‌تری دست یابند و در زندگی زناشویی روابط بهتری را نیز با همسر خود برقرار کنند. همچنین آگاهی از نقش تصاویر ذهنی و تلاش برای تغییر و اصلاح تثبیت‌های ذهنی و تجربه کارآمد هیجان‌ها به بهبود انعطاف‌پذیری شناختی همسران کمک می‌کند. به طور کلی در این پژوهش نتیجه گرفته شد که مداخلات مبتنی بر ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) می‌تواند اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی زوجها را افزایش دهد. از آن جایی که این پژوهش روی زوجها را در مرکز مشاوره سلام در شهر اصفهان انجام شده است و این زوجها به لحاظ ویژگی‌های پایه شناختی، عاطفی، خانوادگی و شخصیتی متفاوت هستند، احتمال دارد که این ویژگی‌ها روی نتایج پژوهش تاثیر گذاشته باشد. لذا در تبیین و تعمیم نتایج محدودیت ایجاد می‌کنند. بر این اساس پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی، نقش این متغیرها مطالعه یا کنترل شوند. همچنین با توجه به کارآمدی برنامه ایماگوتراپی روی زوجها را پیشنهاد می‌شود در جلسات زوج‌درمانی، به منظور بالا بردن سطح اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی آنان از این برنامه استفاده شود.

تشکر و سپاسگزاری

از مدیر مرکز خدمات مشاوره و روانشناسی سلام در شهر اصفهان و کلیه زوجها را شکر می‌کنم که در پژوهش تشکر و قدردانی می‌شود.

تعارض منافع

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده در دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیکی تهران است. در این مقاله حامی مالی و تعارض منافع وجود ندارد.

References

- Aydogan, D., & Dincer, D. (2020). Creating resilient marriage relationships: Self-pruning and the mediation role sacrifice with satisfaction. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 39(2), 500-510. [Doi.org/10.1007/s12144-019-00472-x](https://doi.org/10.1007/s12144-019-00472-x)
- Bradbury, T. N., & Bodenmann, G. (2020). Interventions for couples. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16(1), 99-123. [Doi 10.1146/annurev-clinpsy-071519-020546](https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-071519-020546)
- Brassell, A. A., Rosenberg, E., Parent, J., Rough, J. N., Fondacaro, K., & Seehuus, M. (2016). Parent's psychological flexibility: Associations with parenting and child psychosocial wellbeing. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 5(2), 111-120. [Doi.org/10.1016/j.jcbs.2016.03.001](https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2016.03.001)
- Collins, R. N., Gilligan, L. J., & Poz, R. (2018). The evaluation of a compassion-focused therapy group for couples experiencing a dementia diagnosis. *Clinical gerontologist*, 41(5), 474-486. [Doi. 10.1080/07317115.2017.1397830](https://doi.org/10.1080/07317115.2017.1397830)
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy Research*, (34)3, 241-53. [Doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4](https://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4)
- Enayat, B., & Hajian, H. (2016). Factors Associated with Trusting non- Infidelity of the Spouse in Isfahan City Case Study: Married Men and Women in Isfahan City). *Journal of Applied Sociology*, 26(4), 69-86. [In Persian] [Doi.20.1001.1.20085745.1394.26.4.4.4](https://doi.org/10.1001.1.20085745.1394.26.4.4.4)
- Ghasemi Dehnavi, T., Yousefi, Z., & Farhadi, Hadi. (2023). The effectiveness of imago therapy on marital satisfaction and emotional experience towards the spouse among the men with marital conflicts. *Journal of Education and Health Promotion*, 12 (418), 1-7. [In Persian] [Doi. 10.4103/jehp.jehp_520_22](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_520_22)
- Gingo, M., Roded, A. D., & Turiel, E. (2017). Authority, autonomy, and deception: Evaluating the legitimacy of parental authority and adolescent deceit. *Journal of Research on Adolescence*, 27(4), 862-877. [Doi.org/10.1111/jora.12319](https://doi.org/10.1111/jora.12319)
- Gloster, A. T., Meyer, A. H., & Lieb, R. (2017). Psychological flexibility as a malleable public health target: Evidence from a representative sample. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 6(2), 166-171. [Doi.org/10.1016/j.jcbs.2017.02.003](https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2017.02.003)
- Husseinpoor, M., & Rezakhani, S. D. (2019). The Impact of Imago Therapy Training on Attachment Styles and Family Functioning among Women. *The Women and Families Cultural- educational*, 13(45): 153-169. [In Persian] [Doi. 20.1001.1.26454955.1397.13.45.8.3](https://doi.org/10.1001.1.26454955.1397.13.45.8.3)
- Jan, R. M., Gerris, M. J., Delsing, M. H., & Johan, H. L. (2010) Big-Five personality factors and interpersonal trust in established marriages. *Family Science*, 1:1, 48-62, [Doi. 10.1080/19424620903424094](https://doi.org/10.1080/19424620903424094)
- Karris, M., & Caldwell, B. E. (2015). Integrating emotionally focused therapy, self-compassion, and compassion-focused therapy to assist shame-prone couples who have experienced trauma. *The Family Journal*, 23(4), 346-357. [Doi.org/10.1177/1066480715601676](https://doi.org/10.1177/1066480715601676)
- Kashdan, J., & Roitenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*. 30 (7). 865-878. [In Persian] [Doi. 10.1016/j.cpr.2010.03.001](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001)
- khandeh del, S., & Kavianfar, H. (2016). The role of trust on interpersonal relationships and family resilience on martial satisfaction of employment couples. *Pathology, counseling and family enrichment*, 1(1): 14-31. [In Persian] <http://fpcej.ir/article-1-103-fa.html>
- Khzaei, S., & Babaei, M. (2022). The Role of Cognitive Flexibility and Religious Coping Strategies in Predicting Divorce of Women with Betrayal Experiences. *Journal of Family Relations Studies*, 2(4). 4-12. [In Persian] [Doi.10.22098/jhrs.2022.1407](https://doi.org/10.22098/jhrs.2022.1407)

- Knapp, J. M. (2022). Doing imago relationship therapy in the space-between. *Journal of Marital and Family therapy*, 48(2), 669-670. [Doi.org/10.1111/jmft.12527](https://doi.org/10.1111/jmft.12527)
- Kohandani, M., & Abolmaali Alhossenin, Kh. (2018). Factor structure and psychometric properties of Persian version of cognitive flexibility of Dennis, Vander Wal and Jillon. *Psychological Methods and Models*, 8 (29):53-70. [In Persian] [Doi. 20.1001.1.22285516.1396.8.29.3.2](https://doi.org/20.1001.1.22285516.1396.8.29.3.2)
- Lau, E., & Rowlinson, S. (2009). Interpersonal trust and inter-firm trust in construction projects, *Construction Management and Economics*, 27, 539. [Doi.org/10.1080/01446190903003886](https://doi.org/10.1080/01446190903003886)
- Luquet, W., & Muro, L. (2018). Imago Relationship Therapy Alignment with Marriage and Family Common Factors. *The Family Journal*, 26(4), 405-410. [Doi.org/10.1177/1066480718803342](https://doi.org/10.1177/1066480718803342)
- Martin, M. M., Staggers, SM., & Anderson, CM. (2011). The relationships between cognitive flexibility with dogmatism, intellectual flexibility, preference for consistency, and self-compassion. *Communication Research Reports*, (28)3, 275-80. [Doi. 10.1080/08824096.2011.587555](https://doi.org/10.1080/08824096.2011.587555)
- Matin, H., & Hayati, M. (2018). The Effectiveness of IMAGO therapy group training on Defensive Mechanisms and Women's Problems. *Counseling culture and Psychotherapy*, 8(32), 63-87. [In Persian] [Doi.org/10.22054/qccpc.2018.23933.1577](https://doi.org/10.22054/qccpc.2018.23933.1577)
- Muro, L., Holliman, R., & Luquet, W. (2016). Imago relationship therapy and accurate empathy development. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 15(3), 232-246. [Doi. 10.1080/15332691.2015.1024373](https://doi.org/10.1080/15332691.2015.1024373)
- Nikoogofar, M., & Sangani, A. R. (2019). Comparing the effectiveness of acceptance and commitment therapy (ACT) and Imago therapy on resilience in women with marital problems. *Clinical Psychology Studies*, 9(34), 227-246. [In Persian] [Doi.org/10.22054/jcps.2019.39031.2068](https://doi.org/10.22054/jcps.2019.39031.2068)
- Rempel, K., & Holmes, G. (1986). Trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, 109-135. [Doi. 10.1037/0022-3514.49.1.95](https://doi.org/10.1037/0022-3514.49.1.95)
- Rostami, C., Jahangerlu, A., Sohrabi, A., & Ahmadian, H. (2016). The role of cognitive flexibility and mindfulness in predicting student Procrastination. *Zanko Journal of Medicine Science*, 17 (53), 50-61. [In Persian] <http://zanko.muk.ac.ir/article-1-131-fa.html>

COPYRIGHTS

©2023 by the authors. Licensee Family Psychology Association of Iran. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>)

