ISSN: 2717-3216 Journal of Family Psychology 2023 10(2), 1-14 https://www.ijfpjournal.ir/

Journal of Family Psychology

Research Paper

10.22034/IJFP.2024.2011885.1266

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

Ali Moshtaghi[1], 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.

Received: 19.08.2023

Accepted: 06.12.2023

Keywords:

Imago therapy, Interpersonal trust, Cognitive flexibility, young couples

Abstract

Abstract

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 (n1=n2=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.

***Corresponding author**
Email: a.jafari@kashanu.ac.ir

How to Cite:
Moshtaghi, A., Jafari, A. (2023). The Effectiveness of Imago Therapy on Increasing InterpersonlTrust and Cognitive Flexibility in Young Couples. *Journal of Family Psychology. 10*(2), 1-14.

دو فصلنامه
روانشناسی خانواده. سال دهم، شماره ۲، پاییز و زمستان ۱۴۰۲



مقاله پژوهشی

اثربخشی ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) در افزایش اعتماد بین‌فردی و انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌های جوان

علی مشتاقی[۱]، اصغر جعفری[۲*]

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

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۵/۲۸

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۹/۱۵

کلیدواژه‌ها:

ایماگوتراپی،

اعتماد بین‌فردی،

انعطاف‌پذیری شناختی،

زوج‌های جوان

چکیده

ازدواج روی سلامت شناختی، هیجانی و رفتاری زوج‌های جوان تأثیر می‌گذارد. اعتماد بین فردی و انعطاف‌پذیری شناختی همسران در کارکرد خانواده تاثیر دارند. پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی ایماگوتراپی بر اعتماد بین‌فردی و انعطاف‌پذیری شناختی در زوج‌های جوان انجام شد. روش پژوهش نیمه‌آزمایشی بود. جامعه آماری زوج های جوان مراجعه کننده به مرکز مشاوره و روان شناسی سلام در شهر اصفهان در سال ۱۴۰۰ بودند. به روش نمونه گیری هدفمند، ۱۶ زوج واجد شرایط وارد مطالعه شدند. ۸ زوج در گروه آزمایش و ۸ زوج درگروه کنترل جایگزین شدند. ابزارهای پژوهش پرسش‌نامه های اعتماد در روابط بین فردی Rempel & Holmes (1986) و انعطاف پذیری شناختی Dennis and Vander Wal (2010) بودند که در سه مرحله روی هر دو گروه و برنامه ایماگوتراپی Muro et al (2016) در ۱۰جلسه 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 بین‌فردی و انعطاف‌پذیری شناختی در زوج‌های جوان را افزایش دهد و این تاثیر در مرحله پیگیری پایدار ماند (P<۰/۰۰۱). بنابراین می توان نتیجه گرفت که ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) در افزایش اعتماد بین‌فردی و انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌های جوان تاثیر دارد. با توجه به کارآمدی این برنامه، پیشنهاد می‌شود برای بهبود اعتماد بین‌فردی و انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌ها از این برنامه استفاده شود.

***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 بین‌فردی 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 بین‌فردی 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 فردی، تمایل فرد اعتمادکننده برای تأثیرپذیری از اعمال فرد مورد اعتماد بر اساس این انتظار است که وی عمل معینی را انجام خواهد داد. اعتماد بین‌فردی 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 جراحت، 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 آمایه‌های 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 بین‌فردی تبیین می‌کند. افرادی که انعطاف‌پذیری شناختی کمتری دارند، به سختی می‌توانند یادگیری‌های اولیهٔ 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 بین‌فردی 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 معمولا در این دوره زوج‌ها مشکلات زیادی تجربه می کنند و حتی ممکن است به تعارضات زناشویی شدیدی هم منجر شود، پژوهش حاضر روی زوج‌های جوان انجام شده است که حدودا 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، ایماگوتراپی[1] است (Nikoogoftar & Sangani, 2019). ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) محصول هم‌فکری‌های Hendrix and Hunt است (Knapp, 2022). ایماگوتراپی 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 براین، ایماگوتراپی 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 ایماگوتراپی احیای تماس معنوی و عاطفی میان همسران جهت ایجاد یک هدف جدید برای ازدواج‌شان است. همچنین هدف ایجاد محیطی شفابخش است که همسران بتوانند به ارضای نیازها و احساسات مربوط به نادیده‌انگاری و بی‌ارزشی طرف مقابل بپردازد. 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 ایماگوتراپی 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 ایماگوتراپی 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 بین‌فردی 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

جوانان و مسایل زناشویی به یک دغدغه اساسی در ایران تبدیل شده است. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) در افزایش اعتماد بین‌فردی و انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌های 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 روان شناسی سلام در شهر اصفهان در سال ۱۴۰۰ بودند. با توجه به این که در پژوهش حاضر زوج‌هایی با ویژگی‌های خاصی مانند زوج متاهل جوان و مراجعه کننده 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، ۱۶زوج 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 ایماگوتراپی. همچنین ملاک های 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 هیچ افت 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 خرده مقیاس پیش‌بینی‌پذیری، قابلیت اعتماد و وفاداری است. پاسخ به گویه‌ها بر اساس لیکرت ۷ درجه ای میزان مخالفت یا موافقت خود با هر یک از گویه‌ها مشخص می‌شود. نمره کل اعتماد بین فردی 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 توجیه 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 ۱۷به طور معکوس نمره‌گذاری 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.

جدول۱: 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 بیان کننده رابطه تصویر شما از یک رابطه عشقی ارضاکننده است را بنویسید. همچنین از همسرتان بخواهید این کار را انجام دهد. جملات را با همسرتان در میان بگذارید. چنانچه همسرتان 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 می‌گذارنیم.
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 ناکامی های 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.

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 راه های 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 خشنود 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 همسرتان شما را عصبانی می‌کند؟ چه موقع همسرتان را نارحت 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 نارحت هستی لحن صدایت طبیعی باشد.
جلسه نهم: تخلیه خشم و هیجان ها	بیان خشم و تخلیه آن در یک محیط امن و سازنده، کاهش درد و رنج گذشته و التیام زخم های 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 عصابی 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 خودآگاه 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، کودکی آرزده 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

فشرده در ۳ جلسه برای گروه کنترل اجرا شد. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های کرویت 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	۲۰ تا ۲۵	۵	۳۱/۲۵	۴	۱۸/۷۵
	۲۶ تا ۳۰	۴	۲۵	۶	۳۷/۵
	۳۱ تا ۳۵	۳	۱۸/۷۵	۲	۱۲/۵
	۳۶ تا ۴۰	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 شرکت کنندگان در گروه آزمایش ایماگوتراپی و گروه کنترل را نشان می‌دهد.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار نمرات اعتماد بین‌فردی و انعطاف‌پذیری شناختی

گروه‌ها		اعتماد بین‌فردی		انعطاف‌پذیری شناختی	
	مراحل	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 تقریبا مشابه است ولی در پس‌آزمون و پیگیری متفاوت هستند.

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

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

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که مفروضه‌های کرویت موخلی، نرمال‌بودن 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 اتا
اعتماد بین‌فردی	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
	تعامل (مراحل*مداخله)	۸۹۷/۷۳	۱ و ۲۷	۸۹۷/۷۳	۵۹/۷۳**	<۰/۰۰۱	۰/۵۷
انعطاف‌پذیری شناختی	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 بین‌گروهی و درون‌گروهی در سه مرحله و اثر تعامل مداخله و مراحل اندازه‌گیری معنادار است (P<۰/۰۱). بنابراین آموزش ایماگوتراپی در افزایش اعتماد بین‌فردی زوج‌های جوان اثر داشته و اثر تعامل برای افزایش اعتماد بین‌فردی ۵۷ درصد است (P<۰/۰۱). همچنین نتایج نشان می‌دهد که تفاوت بین‌گروهی و درون‌گروهی در سه مرحله و اثر تعامل مداخله و مراحل اندازه‌گیری معنادار است (P<۰/۰۱). بنابراین ایماگوتراپی در افزایش انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌های جوان اثر داشته و اثر تعامل برای افزایش انعطاف‌پذیری شناختی ۵۸ درصد است (P<۰/۰۱).

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

متغیر	زمان اندازه‌گیری	گروه آزمایش		
		تفاوت میانگین	انحراف معیار	مقدار احتمال
اعتماد بین‌فردی	پیش‌آزمون - پس‌آزمون	-۴۳/۳۶ **	۴/۱۸	<۰/۰۰۱
	پیش‌آزمون - پیگیری	-۴۳/۳۷ **	۴/۱۰	<۰/۰۰۱
	پس‌آزمون - پیگیری	-۰/۰۱	۰/۰۹	۰/۷۲۳
انعطاف پذیری شناختی	پیش‌آزمون - پس‌آزمون	-۱۵۳/۳۰ **	۱۴/۱۲	<۰/۰۰۱
	پیش‌آزمون - پیگیری	-۱۵۳/۷۲ **	۱۳/۱۷	<۰/۰۰۱
	پس‌آزمون- پیگیری	۰/۱۳	۰/۹۸	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 بین‌فردی و انعطاف‌پذیری شناختی و ماندگاری این تاثیر در مرحله پیگیری است.

بحث

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

لذت می‌برند، خود را باور دارند و در جستجوی حمایت اجتماعی هستند و توانایی به اشتراک گذاشتن احساسات‌شان را دارند. در تمرین‌های ایماگوتراپی زوج‌ها با تمرین ذهن‌آگاهی و مشاهده غیر قضاوتی و پذیرش احساس‌های بدنی، ادراک‌ها، شناخت‌ها و عواطف و همچنین آموختن فنون گفتگو، توانستند سبک دلبستگی ایمن را در خود افزایش دهند (Husseinpoor & Rezakhani, 2019).

آموزش ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) باعث افزایش قابل توجهی در اعتماد و رفتار همدلی بین زن و شوهر می‌شود. در واقع تصویرسازی ارتباطی با ایجاد جو حمایتی در هنگام گفتگو، توانایی درک دیدگاه دیگری و ارتباط با همسر، دیدن خود و همسر به روشنی و بدون تحریف، مدیریت تبادل ارتباط منفی و کنترل خشم، توانایی برای حل مشکل را در زنان تقویت می‌کند. زوج‌ها در جریان آموزش تصویرسازی ارتباطی، با تمرین مکالمه آگاهانه (گفتگوی ایماگویی) می‌آموزند که با در میان نهادن مسائل و مشکلات و نگرانی‌های خود با یکدیگر می‌توانند از گیر افتادن در تعاملات منفی، خود را نجات دهند و زمینه‌های احتمالی بروز تعارضات زناشویی را حل و فصل کنند و صمیمیت بیشتری را تجربه کنند. هر چه تعامل میان همسران بیشتر باشد و این تعامل‌ها توأم با محبت و همدلی بیشتری باشد، همسران از با هم بودن و رابطه زناشویی رضایت بیشتری خواهند داشت. ارائه راه حل‌های ارتباط محور موجب شد که افراد توانمندی حل مشکل را در خود رشد دهند و در هنگام مواجه با مسائل مختلف بتوانند به طور مناسبی از آنها استفاده کنند (Muro et al., 2016). این تمرین‌ها زوج‌ها را در جهت رسیدن به همدلی و صمیمیت، درک متقابل یکدیگر و در نتیجه حل مشکلات زناشویی سوق می‌دهند. انجام برخی تمرین‌ها در رویکرد تصویرسازی ارتباطی مثل تجدید خاطرات عاشقانه گذشته، دادن هدیه‌های غیرمنتظره و انجام فعالیت‌های تفریحی مشترک منجر به افزایش اعتماد بین‌فردی، احساسات مثبت، صمیمت و نزدیکی عاطفی می‌شود (Knapp, 2022).

افزون بر این، در این پژوهش نتیجه گرفته شد که برنامه ایماگوتراپی (تصویرسازی ارتباطی) انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌های جوان را افزایش می‌دهد که با نتایج پژوهش‌های Ghasemi Dehnavi et al. (2016)، Muro et al. (2016)، Nikoogoftar and Sangani (2019) و Luquet and Muro (2019) مطابقت دارد. از آن جایی که انعطاف‌پذیری شناختی، به عنوان اساس سلامت روان‌شناختی شناخته می‌شود؛ هدف اصلی انعطاف‌پذیری شناختی ایجاد توانایی انتخاب عملی در بین گزینه‌های مختلف که متناسب‌تر باشد. نه اینکه صرفاً برای اجتناب از افکار، احساسات، خاطره‌ها یا تمایلات آشفته‌ساز اقدامی انجام شود. انعطاف‌پذیری شناختی میزان تجربه‌پذیری فرد در مقابل تجارب درونی و بیرونی و توانایی تغییر آمایه‌های شناختی به منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیطی را نشان می‌دهد (Dennis, & Vander Wal, 2010). این ویژگی شخصیتی نوع واکنش افراد را در مقابل تجارب جدید مشخص می‌کند. افراد انعطاف‌پذیر، درباره دنیای درونی و بیرونی خود، کنجکاو و تجربه‌پذیر هستند (Kashdan & Roitenberg, 2010). افراد انعطاف‌پذیر از گزینه‌های جایگزین استفاده می‌کنند، چارچوب فکری خود را مثبت بازسازی می‌کنند و موقعیت‌های چالش برانگیز یا رویدادهای استرس‌زا را می‌پذیرند (Gloster et al., 2017). همچنین توانایی فرد را در تجربه‌های عاطفی منفی در زمان حال و سازگاری با رویدادهای آشفته‌ساز و محدودکننده رفتار افزایش می‌دهد (Brassell et al., 2016). در برنامه ایماگوتراپی تلاش می‌شود تا با تمرین مکالمه آگاهانه، تعاملات درست و سازنده، مهارت گوش دادن فعال و درک همدلانه در میان زوج‌ها را بهبود بخشد. تمرین‌هایی نظیر بیان 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 رو 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 بین‌فردی و انعطاف‌پذیری شناختی زوج‌های جوان را افزایش دهد. از آن جایی که این پژوهش روی زوج‌های جوان مراجعه‌کننده 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 زوج‌های جوان 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 زوج‌های جوان شرکت‌کننده 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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Khazaei, S., & Babaei, M. (2022). The Role of Cognitive Flexibility and Religious Coping Strategies in Predicting Divorce of Women with Betrayal Experiences. *Journal of Familiy Relations Studies*, 2(4). 4-12. [In Persian] Doi.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

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

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

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

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

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

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

Nikoogoftar, 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

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

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)