

# Comparing the Effects of Reality Therapy and Imago Relationship Therapy on Marital Control in Women Seeking a Divorce

Rafee F<sup>1</sup>, \*Asadi J<sup>2</sup>, Khajvand Khoshli A<sup>2</sup>

## Author Address

1. PhD Student of General Psychology, Department of Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran;

2. Assistant Professor, Department of Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran.

\*Corresponding author's email: [ardeshir.asadi@yahoo.com](mailto:ardeshir.asadi@yahoo.com)

Received: 2020 August 16; Accepted: 2020 October 31

## Abstract

**Background & Objectives:** After marriage, young couples encounter several tasks and should have a mutual understanding in their everyday life. Major reasons for the conflicts in the couples include communication-related problems and incorrect and unsatisfying relations. Marital control can seriously affect healthy marital relationships and impair couples' communications, and eventually lead to divorce. In the Reality Therapy (RT) approach, the problems and harms of married life arise from the efforts of each party to control the other to satisfy their needs and desires. Imago Relationship Therapy (IRT) is a novel approach to resolving conflicts and enriching the relationship between spouses, which relies on a sense of security and could be linked to marital control. Therefore, this research aimed to compare the effects of RT and IRT on marital control in women seeking a divorce.

**Methods:** This was a quasi-experimental study with a pretest-posttest-follow-up and a control group design. The statistical population of this study was all women applying for divorce in Hamedan City, Iran, in 2019. Considering the inclusion criteria, the eligible volunteers were selected by convenience sampling method; subsequently, they were randomly divided into three groups of RT, IRT, and control (n=10/group). The inclusion criteria of the study were the age range of 20–50 years and not receiving therapy services in psychological treatment centers. If a volunteer failed to participate in two intervention sessions, she was excluded from the study. IRT and RT were performed in groups and twice a week, for 10 sessions in 60 minutes and 8 sessions in 90 minutes, respectively. The Marital Control Questionnaire (Amini, 2017) was used in the pretest, posttest, and quarterly follow-up stages. The context of controlling practices in marital relationships includes emotional control, negligence control, verbal violence control, isolation control, and concealment control. Data analysis was performed using repeated-measures Analysis of Variance (ANOVA) in SPSS at the significance level of  $p < 0.05$ .

**Results:** The collected results suggested significant differences between the IRT, RT, and control groups in 3 measurement stages concerning marital control ( $p = 0.019$ ); same differences were detected regarding marital control and its components between the RT and IRT groups, including emotional control ( $p = 0.026$ ), verbal control ( $p = 0.008$ ), and secrecy control ( $p = 0.016$ ). However, no significant difference was observed in inattention control ( $p = 0.198$ ) and isolation control ( $p = 0.186$ ). Bonferroni posthoc test data indicated a significant difference between the RT and control groups in marital control variables ( $p = 0.033$ ) and emotional control ( $p = 0.025$ ). Thus, RT significantly reduced marital control and emotional control in the study subjects. However, in all variables, the scores of the IRT group and controls were not significantly different. Besides, the scores of the RT and IRT groups were significantly different in marital control ( $p = 0.048$ ). To evaluate the difference between marital control scores and its components in three assessment phases, Bonferroni posthoc test was employed. The relevant results revealed a significant difference between pretest and posttest ( $p < 0.001$ ), pretest and follow-up ( $p < 0.001$ ), as well as posttest and follow-up ( $p < 0.001$ ) values concerning marital control; there was a significant difference between pretest and posttest ( $p = 0.005$ ), pretest and follow-up ( $p < 0.001$ ), as well as posttest and follow-up ( $p < 0.001$ ) scores in emotional control. Furthermore, there was a significant difference between pretest and posttest ( $p < 0.001$ ), pretest and follow-up ( $p < 0.001$ ), as well as posttest and follow-up ( $p = 0.002$ ) data in verbal control ( $p < 0.001$ ). There was no significant difference between the pretest and posttest statistics of inattention control ( $p = 0.576$ ). There was no significant difference between posttest and follow-up data respecting isolation control ( $p = 0.999$ ). There was also no significant difference between posttest and follow-up values in secrecy control ( $p = 0.072$ ).

**Conclusion:** According to the present research findings, RT was more effective than IRT in improving marital control. Therefore, RT is suggested to be used as a more effective therapy method in this regard.

**Keywords:** Reality therapy, Imago relationship therapy, Marital control.

## مقایسه اثربخشی واقعیت‌درمانی و آموزش تصویرسازی ارتباطی (ایماگوتراپی) بر کنترل‌گری زناشویی زنان متقاضی طلاق

فرزانه رفعی<sup>۱</sup>، \*جوانشیر اسدی<sup>۲</sup>، افسانه خواجهوند خوشلی<sup>۲</sup>

توضیحات نویسندگان

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران؛

۲. استادیار گروه روان‌شناسی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران.

\*وابانامه نویسنده مسئول: [ardeshir.asadi@yahoo.com](mailto:ardeshir.asadi@yahoo.com)

تاریخ دریافت: ۲۶ مرداد ۱۳۹۹؛ تاریخ پذیرش: ۱۰ آبان ۱۳۹۹

### چکیده

**زمینه و هدف:** کنترل‌گری زناشویی از علل ناتوانی ارتباطی زوجین محسوب می‌شود که گاهی با طلاق زوجین تأثیرات زبانباری بر سلامت جسمی و روانی خانواده می‌گذارد؛ بنابراین این پژوهش با هدف مقایسه اثربخشی واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی بر کنترل‌گری زناشویی زنان متقاضی طلاق شهر همدان انجام شد. **روش بررسی:** طرح پژوهش حاضر، نیمه‌آزمایشی همراه با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و پیگیری با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش تمامی زنان متقاضی طلاق شهر همدان در سال ۱۳۹۸ بودند. سی نفر از افراد داوطلب با در نظر گرفتن معیارهای ورود به شیوه در دسترس وارد پژوهش شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و یک گروه گواه قرار گرفتند. آموزش ایماگوتراپی به مدت ده جلسه ۶۰ دقیقه‌ای و واقعیت‌درمانی به مدت هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به صورت گروهی انجام شد. ابزار پژوهش پرسشنامه کنترل‌گری زناشویی (امینی، ۱۳۹۶) بود که در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری برای هر سه گروه اجرا شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون بونفرونی از طریق نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ صورت گرفت. مقادیر احتمال کمتر از ۰/۰۵ از نظر آماری معنادار در نظر گرفته شد. **یافته‌ها:** واقعیت‌درمانی در کاهش کنترل‌گری زناشویی ( $p=0/033$ ) و کنترل‌گری هیجانی ( $p=0/025$ ) مؤثر است. بین واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی در متغیر کنترل‌گری زناشویی اختلاف معناداری وجود دارد ( $p=0/048$ ). به علاوه، تفاوت معناداری بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری و بین پس‌آزمون و پیگیری در متغیرهای کنترل‌گری زناشویی، کنترل‌گری هیجانی و کنترل‌گری کلامی مشاهده می‌شود ( $p<0/05$ ). **نتیجه‌گیری:** واقعیت‌درمانی موجب کاهش کنترل‌گری زناشویی زنان متقاضی طلاق می‌شود و در مقایسه با ایماگوتراپی این رویکرد اثر بیشتری بر کاهش کنترل‌گری زناشویی زنان متقاضی طلاق دارد. **کلیدواژه‌ها:** واقعیت‌درمانی، ایماگوتراپی، کنترل‌گری زناشویی.

هریک از زوجین برای به کنترل درآوردن دیگری به منظور ارضای نیازها و خواسته‌های خود است (۱۲). هالفورد و سیندر معتقدند برای ارتقای رضایت زناشویی، نیاز به آموزش خودنظم‌بخشی در بافت رابطه است (۱۳). هدف واقعیت‌درمانی، آموزش کاهش کنترل بیرونی و رشد کنترل درونی در زوجین است تا زوجین نیاز به کنترل همسر را در خود کاهش دهند و بیشتر به کنترل خود بپردازند (۵).

یکی از روش‌های مؤثر زوج‌درمانی در بهبود ویژگی‌های روان‌شناختی، روش زوج‌درمانی به روش ایماگوتراپی مبتنی بر نظریه هندریکس است. ایماگوتراپی نقش سنتی درمانگر است که در سلسله‌مراتب جایداشت به الگوی برابر طلب که در آن درمانگر نقش تسهیل‌کننده دارد، تبدیل شده است در این رویکرد، تعبیر و تفسیر، مواجهه و دیگر تعاملات و تبدلات در هنگام انگیختگی اضطراب وجود دارد و درمانگر زوجین را به وسیله این روش قدرتمند می‌کند (۱۴).

صمیمیت، مشخصه‌ای کلیدی و مهم در روابط زناشویی و از ویژگی‌های بارز ازدواجی موفق به‌شمار می‌آید؛ همچنین الگوهای ارتباطی می‌توانند میزان رضایت زناشویی را تعیین کنند (۱۵). آگاتاگلو اظهار می‌دارد که ایماگوتراپی به دو مقوله تحلیل‌های درون‌روانی و روابط میان‌فردی توجه می‌کند و این رویکرد ریشه تمام دشواری‌های کنونی را گسیختگی‌های پیوندهای انتظارداشته کودکی می‌داند که در روابط صمیمانه همسران پدیدار خواهد شد (۱۶). در دوره حیات خانوادگی، مرحله تازه‌آشنایی زوجین مرحله تعدیل، هماهنگ‌سازی و انطباق با یکدیگر است و می‌تواند یکی از مراحل باشد که زوجین کمترین میزان رضایت را از یکدیگر تجربه می‌کنند (۱۷). درست از همین زمان کنترل‌گری در زوجین ادامه می‌یابد و بدین‌سان ابعاد منفی کنترل‌گری زناشویی در افزایش تعارض‌های زوجین می‌تواند زندگی آن‌ها را در آستانه جدایی قرار دهد. در حال حاضر آموزش زوجین و روابط بین آن‌ها در سراسر جهان به مداخله فزاینده رایجی تبدیل شده است (۱۸). شناخت زمینه‌های ایجاد کنترل‌گری در زوجین و مداخلات درمانی برای کاهش آن از نیازهای ضروری مشاوران در مراکز مشاوره و روان‌شناختی است. واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی هر دو رویکردهایی هستند که می‌توان از آن‌ها به منظور کاهش کنترل‌گری استفاده کرد. ایماگو، عاملی مؤثر در انتخاب است؛ زیرا این امر توسط ناخودآگاه با هدف بهبود تمامیت فرد، به وسیله احیای مجدد ارتباط، شخصی و نیز بین‌شخصی که در دوران کودکی توسط ناکامی گسسته شده است، هدایت می‌شود (۱۹). از نظر واقعیت‌درمانی رفتار زنان و شوهران آشفته درقبال یکدیگر غیرمعتولانه است و آن‌ها توانایی قضاوت و ارزشیابی درست را از رفتار خود درقبال همسرشان ندارند (۲۰). واقعیت‌درمانی با تکیه بر انتخاب افراد بر زمان حال انجام می‌شود؛ درحالی‌که ایماگوتراپی به نقش ناهشیار فرد در مقوله قدرت و کشمش احساسی متأثر از گذشته زوجین می‌پردازد. همچنین ایماگوتراپی<sup>۵</sup> نیز رویکردی نوین برای حل تعارض‌ها و غنی‌سازی روابط همسران است که با تکیه بر حس امنیت، حس پیوند و یگانگی

خانواده به‌عنوان واحدی اجتماعی با ازدواج دو نفر شکل می‌گیرد. همه همسران زندگی زناشویی خود را با این امید آغاز می‌کنند که عمری را در کنار یکدیگر صمیمی و شادمانه زندگی کنند؛ اما دیری نمی‌گذرد که در برخی از زوج‌ها زندگی مشترکی که با تفاهم و توافق آغاز شده است، به تنش و تعارض منتهی می‌شود (۱). افزایش روزافزون تعارض‌های زناشویی و مشکلات مربوط به صمیمیت در دنیای معاصر و خطر جدایی و اثر منفی آن بر سلامت روانی زوجین و فرزندانشان موجب شده است تا مشاوران به‌خصوص آنان که با خانواده کار می‌کنند، نظریه‌ها و طرح‌هایی را برای کمک به زوجین دارای مشکل در روابط زناشویی و در حال طلاق ارائه دهند (۲). در آمریکا برای سنین بیشتر از ۳۵ سال در دو دهه گذشته نرخ طلاق دو برابر شده است؛ اما برای جوان‌ترها تفاوت چندانی وجود نداشته است (۳). در ایران نیز در خبرنامه سامانه ثبت احوال سال ۱۳۹۴ نسبت ازدواج به طلاق ۴/۳ ثبت شده است. (۴). طلاق می‌تواند تأثیری جدی بر رابطه ناسالم خانواده‌ها داشته باشد و به‌نوعی ناتوانی در ارتباط را بین زوجین ایجاد کند؛ این ناتوانی در ارتباط خود منجر به تأثیرات زیان‌باری بر سلامت جسمی و روان خانواده می‌شود و با عواقب متعددی همانند خشونت فیزیکی و اختلالات روان‌پریشی مرتبط است؛ همچنین گاهی سبب به‌وجود آمدن ناتوانی در زندگی اجتماعی و تحصیلی و شغلی در زندگی زوجین و فرزندان آن‌ها می‌شود (۵).

کنترل‌گری درواقع صفتی است که رفتار کنترل‌گرانه<sup>۲</sup> نامیده می‌شود و در آن فرد تمایل به کنترل‌کردن رفتار دیگران دارد. گاهی کنترل‌گرها از آسیب‌رسیدن به عشق خود و اعتماد به دیگران می‌ترسند. آن‌ها یا از شریک قبلی خیانت دیده‌اند یا در محیط کنترل‌گر<sup>۳</sup> بزرگ شده‌اند که عزت‌نفس کمی دارند یا کاهش عزت‌نفس خود را تنها راه برای اطمینان از ماندن شریک خود می‌دانند (۶). گاهی کنترل‌گری در عواطف طرف مقابل نیز اعمال می‌شود. فرد کنترل‌گر طرف مقابل را مجبور می‌کند تا همان هیچانی را ابراز کند که خودش می‌خواهد. اکثر افراد دوست دارند امور به‌شیوه خودشان انجام شود. کنترل‌گرها گاهی به‌جای پذیرش تفاوت‌های فردی، دیگران را مجبور به انجام کار، فکر یا احساس‌کردن به شیوه‌های خاص می‌کنند و اگر همسرشان به‌شیوه مطابق میلشان رفتار نکند، او را تنبیه می‌کنند (۷).

رویکرد واقعیت‌درمانی<sup>۴</sup> یکی از روش‌هایی است که با تکیه بر مفاهیمی چون، کنترل، مسئولیت‌پذیری و انتخاب می‌تواند بر راهبردهای کنارآیی و کنترل‌گری افراد تأثیر بگذارد (۸). روان‌شناسی کنترل درونی معتقد است گذشته‌ها بر رفتار کنونی ما اثر شگرفی دارد؛ ولی تعیین‌کننده رفتار کنونی ما نیست (۹). واقعیت‌درمانی یا زوج‌درمانی گلاسری حتی میزان تعهد اخلاقی زوجین را بدون شیوه‌های کنترل بیرونی به زوجین می‌آموزد (۱۰). به افراد می‌آموزد تنها شخصی را که آن‌ها می‌توانند مهار کنند، خودشان هستند؛ نه طرف مقابل (۱۱). در واقعیت‌درمانی و رویکرد گلاسری، مشکلات و آسیب‌های زندگی زناشویی ناشی از تلاش

<sup>۵</sup>. Imago therapy

<sup>۱</sup>. Divorce

<sup>۲</sup>. Controlling behavior

<sup>۳</sup>. Controlling environment

<sup>۴</sup>. Reality therapy

می‌تواند بر کنترل‌گری زناشویی مؤثر باشد. تصویرسازی ارتباطی زوجین در شرایط ناکارآمدی زناشویی آثاری دیرپا و گسترده بر سلامت روانی، جسمی و همچنین بهزیستی اقتصادی اشخاص دارد. این رویکرد نظریه‌ای یکپارچه است که با به‌کارگیری مفاهیم بنیادین نظریه دل‌بستگی بالبی<sup>۱</sup>، نظریه تحلیلی یونگ<sup>۲</sup>، نظریه روابط (نظریه بین‌فردی)<sup>۳</sup>، فلسفه من-تو بوبر<sup>۴</sup> و نظریه یادگیری اجتماعی<sup>۵</sup> و نیز تلفیق و ادغام نظریه گشتالت<sup>۶</sup> و رویکرد نوروساینس<sup>۷</sup> مفهوم‌سازی شده است (۱۹).

مقایسه اثربخشی این دو رویکرد با توجه به تأثیر زمانی هر یک از آن‌ها تاکنون در هیچ پژوهشی بررسی نشده است. بر همین اساس، پژوهش حاضر برای اولین بار با هدف مقایسه اثربخشی واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی بر کنترل‌گری زناشویی زنان متقاضی طلاق در شهر همدان انجام شد.

## ۲ روش بررسی

پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون و پیگیری سه‌ماهه با گروه گواه بود. جامعه آماری تمامی زنان متقاضی طلاق شهرستان همدان در سال ۱۳۹۸ بودند. در تحقیقات نیمه‌آزمایشی معمولاً انتخاب نمونه به صورت تصادفی یا غیرتصادفی، دشوار است؛ بنابراین محقق از آزمودنی‌های داوطلب واجد شرایط استفاده می‌کند که معمولاً در تحقیقات آزمایشی (علی یا مداخله‌ای) نمونه‌های کوچک‌تر بین ۱۰ تا ۳۰ نفر کافی خواهد بود (۲۱)؛ لذا در این پژوهش از بین داوطلبان واجد شرایط براساس ملاک‌های ورود، ۳۰ نفر به شیوه دردسترس وارد مطالعه شدند و به صورت تصادفی در سه گروه ۱۰ نفره آزمایشی (واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی) و گواه قرار گرفتند. ملاک‌های ورود شرکت‌کنندگان به پژوهش سن ۲۰ تا ۵۰ سال داوطلبان و استفاده نکردن از خدمات مراکز مشاوره و روان‌شناختی بود. همچنین ملاک خروج شرکت‌کنندگان از پژوهش، داشتن بیش از دو جلسه غیبت در جلسات آموزشی بود.

اجرای پژوهش با توضیح درباره هدف و انجام پژوهش برای افراد داوطلب شرکت در مطالعه شروع شد. مدت جلسات درمانی در رویکرد واقعیت‌درمانی هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای و در ایماگوتراپی ده جلسه ۶۰ دقیقه‌ای بود و به صورت گروهی، هفته‌ای دو بار مطابق با جداول ۱ و ۲ به ترتیب براساس دستورالعمل‌های مرتبط اجرا شد. پرسشنامه کنترل‌گری زناشویی (۶) قبل از جلسه اول به‌عنوان پیش‌آزمون و بعد از اجرای مداخله‌های درمانی به صورت پس‌آزمون و به منظور پیگیری بعد از سه ماه روی هر سه گروه مطالعه شده اجرا شد.

امینی در سال ۱۳۹۶ نسخه فارسی پرسشنامه کنترل‌گری زناشویی را ساخت (۶). این پرسشنامه حاوی ۲۱ سؤال در مقیاس لیکرت با پنج گزینه کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً موافقم است و در زمینه سنجش شیوه‌های کنترل‌گری زناشویی شامل کنترل‌گری هیجانی، کنترل‌گری از طریق بی‌توجهی، کنترل‌گری از طریق خشونت کلامی، کنترل‌گری از طریق انزوا و کنترل‌گری از طریق پنهان‌کاری به کار می‌رود. سؤالات ۱ تا ۴ مربوط به عامل کنترل‌گری هیجانی، سؤالات ۵ تا ۸ مربوط به عامل کنترل‌گری بی‌توجهی، سؤالات ۹ تا ۱۵ مربوط به عامل کنترل‌گری کلامی، سؤالات ۱۶ تا ۱۸ مربوط به عامل کنترل‌گری انزوا و سؤالات ۱۹ تا ۲۱ مربوط به عامل کنترل‌گری پنهان‌کاری است (۶). براساس پژوهش امینی، آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۹۳۳، به دست آمد و برای پنج خرده‌مقیاس کنترل‌گری هیجانی ۰/۷۸۲، کنترل‌گری از طریق بی‌توجهی ۰/۸۱۵، کنترل‌گری از طریق خشونت کلامی ۰/۸۶۸، کنترل‌گری از طریق انزوا ۰/۷۶۱ و کنترل‌گری از طریق پنهان‌کاری ۰/۶۴۱ است (۶).

آموزش گروهی واقعیت‌درمانی برگرفته از پژوهش امانی بود که با هدف حل تعارض‌های زوجین و حفظ زندگی مشترک تدوین شده است (۲۲). روایی پروتکل واقعیت‌درمانی در پژوهش عباسی و همکاران نیز تأیید شده است (۱۱). شرح مختصر این پروتکل در جدول ۱ مشاهده می‌شود.

جدول ۱. محتوای آموزشی واقعیت‌درمانی

جلسات	سرفصل مطالب	خلاصه تکلیف جلسات
اول	معارفه، توضیح درباره نحوه اجرای محتوا، تعریف نیازهای بنیادین	آگاهی از تفاوت نیازهای خودم و همسر
دوم	رفتار کلی، آموزش مؤلفه‌های رفتاری و کنترل ما بر مؤلفه‌ها	انجام تغییر در احساس و فیزیولوژی به واسطه فکر و عمل
سوم	آشنایی با کنترل بیرونی و جایگزینی نظریه انتخاب به جای خصلت کنترل بیرونی، معرفی عادات مهرورزی و عادات مخرب	بررسی هفت عادت مهرورزی و هفت عادت تخریبگر کنترل‌گری در خود
چهارم	آموزش مفهوم دنیای کیفی	بررسی سهیم‌کردن دنیای کیفی همسران و خرسندی
پنجم	آموزش تکنیک حلقه حل تعارض یا حلقه مذاکره	تمرین تکنیک در منزل
ششم	آشنایی زوجین با نحوه به‌وجود آمدن و حل تعارض با استفاده از خلاقیت	شناسایی تعارض‌های موجود و خلاقیت در حل آن
هفتم	آشنایی با ده اصل بنیادین تئوری انتخاب	استفاده از اصول بنیادین در حل تعارض
هشتم	مرور و جمع‌بندی	مرور کلی

5. Social learning theory

6

7. Gestalt theory

7. Neuroscience approach

1. Bowlby attachment theory

2. Jung's analytic theory

3. Object relations theory

4. Buber and "I-Thou" philosophy

آموزش ایماگوتراپی توسط هندریکس و هانت با هدف افزایش ارتباط زوجین باهم، بهبود زخم‌های دوران کودکی و ارتقای تمایز یافتگی زوجین طراحی شد (۱۹). روایی این برنامه آموزشی در پژوهش

محنایی و همکاران نیز به تأیید رسید (۱۴). شرح مختصر جلسه‌ها در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. محتوای آموزشی ایماگوتراپی

جلسات	سرفصل مطالب	خلاصه تکلیف جلسات
اول	معارفه و قرارداد	تصمیم به تلاش مسئولانه برای بهبود رابطه با همسر
دوم	برنامه‌ریزی برای روابط آینده	ارزیابی امکان پیشرفت در رابطه و آشنایی با نظر یکدیگر
سوم	افزایش خودآگاهی	کشف و مرور خاطرات گذشته، کشف ناکامی‌های اصلی دوران کودکی و نحوه واکنش، پرورش تصویر ذهنی مناسب
چهارم	شناخت همسر	شناخت عمیق همسر
پنجم	کار ناتمام از دوران کودکی و یادگیری مکالمه آگاهانه	شناخت زخم‌های عاطفی، آشنایی با نیازها و مشکلات، ارسال پیام‌های مؤثر و روشن به یکدیگر
ششم	بستن راه‌های خروجی	تعارض‌ها و سبک‌های حل تعارض زوجین
هفتم	تجدید خاطرات عاشقانه و بهبود رابطه	افزایش رفتارهای مثبت متقابل و کاهش رفتارهای منفی
هشتم	یادگیری رفتارهای جدید	افزایش احساس شادی و پیوند عاطفی
نهم	آموزش تخلیه خشم و هیجان‌ها	بیان و تخلیه خشم در محیطی امن و سازنده
دهم	جمع‌بندی، نتیجه‌گیری و یکپارچه‌سازی خود	بازیابی تغییرات افراد

ام‌باکس و کرویت موجلی به‌عنوان پیش‌فرض روش تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. تحلیل داده‌ها از طریق تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۰ صورت گرفت. مقادیر احتمال کمتر از ۰/۰۵ از نظر آماری معنادار در نظر گرفته شد.

### ۳ یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن افراد گروه واقعیت‌درمانی ۳۳/۱۰±۷/۴۴ سال، میانگین و انحراف معیار سن افراد گروه ایماگوتراپی ۳۴/۸۰±۸/۷۰ سال و میانگین و انحراف معیار افراد گروه گواه ۳۳/۷۰±۷/۴۲ سال بود. همچنین توصیف تحصیلات افراد شرکت‌کننده در پژوهش براساس جدول ۳ نمایان است.

اجرای پژوهش با توجه به محدودیت‌های دادگستری شهر همدان در ارائه مجوز اجرا، با هماهنگی مدیریت مرکز صیانت از بنیاد خانواده به‌منظور اطلاع‌رسانی فراخوان اجرا به متقاضیان طلاق، به‌وسیله تراکت آغاز شد. محل اجرا در مجتمع ولیعصر شهر همدان هماهنگ شد. درنهایت از بین افراد متقاضی، پس از تماس با آن‌ها و آگاهی آن‌ها از نحوه اجرای پژوهش، در صورت دارا بودن شرایط ورود به پژوهش و اعلام آمادگی، فقط ۳۰ نفر باقی ماندند که به‌صورت تصادفی در سه گروه قرار گرفتند. در این مطالعه اصول اخلاقی با کسب رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان و محرمانه نگاه‌داشتن اطلاعات شخصی آزمودنی‌ها رعایت شد. از آزمون شاپیروویلیک به‌منظور بررسی نرمال بودن داده‌ها و از آزمون‌های

جدول ۳. مشخصات توصیفی سه گروه مطالعه‌شده برحسب تحصیلات

متغیر	طبقات	واقعیت‌درمانی		ایماگوتراپی		گواه
		تعداد	درصد	تعداد	درصد	
تحصیلات	دیپلم و کمتر از دیپلم	۲	۲۰/۰	۳	۳۰/۰	۳
	کاردانی و کارشناسی	۶	۶۰/۰	۶	۶۰/۰	۶
	کارشناسی ارشد و بیشتر	۲	۲۰/۰	۱	۱۰/۰	۱

معنادار نبود که به‌معنای برقراری پیش‌فرض همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس است. از آزمون موجلی برای مفروضه کرویت استفاده شد. آماره موجلی برای متغیر کنترل‌گری زناشویی (۰/۴۶۷) و مؤلفه‌های آن شامل کنترل‌گری هیجانی (۰/۷۱۴)، کنترل‌گری بی‌توجهی (۰/۹۳۱)، کنترل‌گری کلامی (۰/۸۹۸)، کنترل‌گری انزوا (۰/۷۹۱) و کنترل‌گری پنهان‌کاری (۰/۷۵۰) به‌دست آمد که به‌لحاظ آماری معنادار نبود و پیش‌فرض کرویت نیز رد نشد. پس از بررسی مفروضه‌های مذکور برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر

برای بررسی نرمال بودن نمرات کنترل‌گری و مؤلفه‌های آن در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل، آزمون شاپیروویلیک به‌کار رفت و فرض نرمالیتی رد نشد ( $p > 0.05$ ). از آزمون ام‌باکس به‌عنوان پیش‌فرض تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. برای متغیر کنترل‌گری زناشویی ( $p = 0.052$ ) و مؤلفه‌های آن شامل کنترل‌گری هیجانی ( $p = 0.153$ )، کنترل‌گری بی‌توجهی ( $p = 0.326$ )، کنترل‌گری کلامی ( $p = 0.233$ )، کنترل‌گری انزوا ( $p = 0.306$ ) و کنترل‌گری پنهان‌کاری ( $p = 0.113$ ) آزمون ام‌باکس

استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ نمایان است.

جدول ۴. شاخص‌های توصیفی مؤلفه‌های متغیر تحقیق در پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری به تفکیک گروه‌های آزمایش و گروه گواه به همراه تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری		تحلیل واریانس	
		انحراف میانگین	انحراف معیار	انحراف میانگین	انحراف معیار	انحراف میانگین	انحراف معیار	F	مقدار p
واقعیت‌درمانی	واقعیت‌درمانی	۷۹/۵۰	۱۷/۳۱	۹/۹۹	۶۶/۶۰	۴۰/۳	۵/۸۶	۴۶/۳۸	<۰/۰۰۱
	ایماگوتراپی	۸۳/۱۰	۱۱/۴۸	۹/۰۸	۷۳/۳۰	۷۱/۸۰	۱۰/۷۹	۴/۶۴۱	۰/۰۱۹
کنترل‌گری	گواه	۸۰/۹۰	۲۱/۰۱	۲۲/۰۶	۷۸	۷۶/۳۰	۱۸/۱۲	۱۶/۸۰	<۰/۰۰۱
	واقعیت‌درمانی	۱۴/۸۰	۳/۸۸	۲/۷۹	۱۲/۵۰	۱۰/۵۰	۳/۲۴	۲۱/۳۹۹	<۰/۰۰۱
کنترل‌گری هیجانی	ایماگوتراپی	۱۴/۵۰	۴/۱۹	۲/۷۴	۱۳/۲۰	۱۱/۶۰	۱/۵۷	۴/۱۶۸	۰/۰۲۶
	گواه	۱۶	۴/۶۱	۴/۰۹	۱۴/۹۰	۱۵/۶۰	۳/۵۹	۸/۷۳۳	<۰/۰۰۱
کنترل‌گری بی‌توجهی	واقعیت‌درمانی	۱۵	۵/۴۱	۳/۸۶	۱۲/۵۳	۱۳/۳۰	۴/۸۷	۷/۲۳۶	۰/۰۰۲
	ایماگوتراپی	۱۳/۹۰	۳/۹۵	۴/۴۵	۱۴/۹۰	۱۵/۴۰	۲/۳۶	۱/۷۲۲	۰/۱۹۸
کنترل‌گری کلامی	گواه	۱۴/۶۰	۵/۳۷	۳/۲۳	۱۳/۷۰	۱۵	۳/۷۴	۱۳/۴۹۵	<۰/۰۰۱
	واقعیت‌درمانی	۲۸/۳۰	۵/۳۱	۶/۰۴	۲۲/۵	۱۷/۷۰	۲/۸۳	۳۸/۱۱۱	<۰/۰۰۱
کنترل‌گری انزوا	ایماگوتراپی	۳۰/۲۰	۳/۵۵	۴/۱۸	۲۵/۸۰	۲۴/۱۰	۵/۱۹	۵/۸۹۵	۰/۰۰۸
	گواه	۲۸/۵۰	۶/۶۲	۳/۸۹	۲۳/۶۰	۲۴/۵۰	۴/۱۱	۹/۲۵۵	<۰/۰۰۱
کنترل‌گری پنهان‌کاری	واقعیت‌درمانی	۱۰/۰۱	۲/۷۴	۲/۳۱	۹/۴۰	۱۰/۸۰	۳/۷۹	۱۰/۶۴۵	<۰/۰۰۱
	ایماگوتراپی	۱۱/۷۰	۱/۸۸	۱/۰۵	۸/۶۰	۱۰	۲/۴۴	۱/۷۹۴	۰/۱۸۶
واقعیت‌درمانی	گواه	۱۰/۳۰	۳/۳۶	۳/۱۶	۹/۶۰	۱۰/۳۰	۲/۹۰	۶/۱۸۱	۰/۰۰۶
	واقعیت‌درمانی	۱۱/۴۰	۳/۳۳	۲/۶۲	۹/۷۰	۶/۳۰	۳/۳۰	۱۶/۴۸۵	<۰/۰۰۰
کنترل‌گری پنهان‌کاری	ایماگوتراپی	۱۲/۸۰	۲/۰۹	۲/۳۹	۱۰/۸۰	۱۰/۷۰	۱/۹۴	۴/۸۶۲	۰/۰۱۶
	گواه	۱۱/۵۰	۲/۷۱	۳/۹۷	۱۰/۶۰	۱۰/۹۰	۱/۵۲	۸/۷۲۳	<۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود، میانگین نمرات پیش‌آزمون متغیر کنترل‌گری زناشویی و مؤلفه‌های آن شامل کنترل‌گری هیجانی، کنترل‌گری بی‌توجهی، کنترل‌گری کلامی، کنترل‌گری انزوا و کنترل‌گری پنهان‌کاری، بعد از درمان مبتنی بر واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی، در مرحله پس‌آزمون کاهش یافته است؛ همچنین این تغییرات در مرحله پیگیری و در طول زمان در بیشتر موارد باقی مانده است یا بیشتر کاهش داشته است؛ این امر به این معنا است که بین واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی در سه زمان اندازه‌گیری متغیر کنترل‌گری زناشویی ( $p=۰/۰۱۹$ ) و مؤلفه‌های آن شامل کنترل‌گری هیجانی ( $p=۰/۰۲۶$ )، کنترل‌گری کلامی ( $p=۰/۰۰۸$ ) و کنترل‌گری پنهان‌کاری ( $p=۰/۰۱۶$ ) تفاوت معنادار وجود دارد، ولی در متغیرهای کنترل بی‌توجهی ( $p=۰/۱۹۸$ ) و کنترل‌گری انزوا ( $p=۰/۱۸۶$ )، تفاوت معنادار نیست.

واریانس متغیرهای کنترل‌گری زناشویی و مؤلفه‌های آن شامل کنترل‌گری هیجانی، کنترل‌گری بی‌توجهی، کنترل‌گری کلامی، کنترل‌گری انزوا و کنترل‌گری پنهان‌کاری، بعد از درمان مبتنی بر واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی، در مرحله پس‌آزمون کاهش یافته است؛ همچنین این تغییرات در مرحله پیگیری و در طول زمان در بیشتر موارد باقی مانده است یا بیشتر کاهش داشته است؛ این امر به این معنا است که بین واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی در سه زمان اندازه‌گیری متغیر کنترل‌گری زناشویی ( $p=۰/۰۱۹$ ) و مؤلفه‌های آن شامل کنترل‌گری هیجانی ( $p=۰/۰۲۶$ )، کنترل‌گری کلامی ( $p=۰/۰۰۸$ ) و کنترل‌گری پنهان‌کاری ( $p=۰/۰۱۶$ ) تفاوت معنادار وجود دارد، ولی در متغیرهای کنترل بی‌توجهی ( $p=۰/۱۹۸$ ) و کنترل‌گری انزوا ( $p=۰/۱۸۶$ )، تفاوت معنادار نیست. در راستای تعیین اثربخشی هر یک از روش‌های درمانی در متغیرهای وابسته از آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ نشان داده شده است.

جدول ۵ از طریق آزمون تعقیبی بونفرونی، مقایسه میانگین نمرات گروه‌های واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی را در پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد. براساس این جدول، گروه واقعیت‌درمانی و گروه گواه در متغیرهای کنترل‌گری زناشویی ( $p=۰/۰۳۳$ ) و کنترل‌گری هیجانی ( $p=۰/۰۲۵$ ) تفاوت معناداری باهم دارند و این امر به معنای تأثیر معنادار واقعیت‌درمانی بر کاهش کنترل‌گری زناشویی و کنترل‌گری هیجانی است؛ ولی در همه متغیرها نمرات گروه ایماگوتراپی و گروه گواه تفاوت معنادار باهم ندارد. نمرات گروه‌های واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی نیز در متغیر کنترل‌گری زناشویی تفاوت معناداری باهم دارد ( $p=۰/۰۴۸$ ).

جدول ۵ از طریق آزمون تعقیبی بونفرونی، مقایسه میانگین نمرات گروه‌های واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی را در پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد. براساس این جدول، گروه واقعیت‌درمانی و گروه گواه در متغیرهای کنترل‌گری زناشویی ( $p=۰/۰۳۳$ ) و کنترل‌گری هیجانی ( $p=۰/۰۲۵$ ) تفاوت معناداری باهم دارند و این امر به معنای تأثیر معنادار واقعیت‌درمانی بر کاهش کنترل‌گری زناشویی و کنترل‌گری هیجانی است؛ ولی در همه متغیرها نمرات گروه ایماگوتراپی و گروه گواه تفاوت معنادار باهم ندارد. نمرات گروه‌های واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی نیز در متغیر کنترل‌گری زناشویی تفاوت معناداری باهم دارد ( $p=۰/۰۴۸$ ).

جدول ۵. نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه دوتایی گروه‌ها

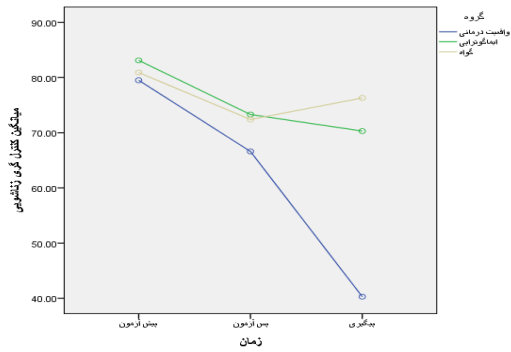
مقدار احتمال	خطای معیار	تفاوت میانگین‌ها	گروه‌ها	متغیر
۰/۰۴۸	۵/۲۸	- ۱۳/۴۳	ایماگوتراپی	کنترل‌گری زناشویی
۰/۰۳۳	۵/۲۸	- ۱۴/۴۰	گواه	
۰/۹۹۸	۵/۲۸	۰/۹۶۶	گواه	
۰/۹۰۷	۱/۳۳۱	- ۱/۱۴۰	ایماگوتراپی	کنترل‌گری هیجانی
۰/۰۲۵	۱/۳۳۱	- ۳/۸۰۰	گواه	
۰/۲۴۸	۱/۳۳۱	- ۲/۴۰	گواه	
۰/۰۰۹	۱/۶۳۳	- ۵/۶۳۳	ایماگوتراپی	کنترل‌گری کلامی
۰/۰۵۱	۱/۶۳۳	- ۴/۱۶۶	گواه	
۰/۹۹۸	۱/۶۳۳	۱/۱۱۶	گواه	
۰/۰۲۲	۰/۹۰۶	- ۲/۶۳۳	ایماگوتراپی	کنترل‌گری پنهان‌کاری
۰/۰۶۶	۰/۹۰۶	- ۲/۲۰	گواه	
۰/۹۹۸	۰/۹۰۶	۰/۴۳۳	گواه	

جدول ۶. نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه تأثیر زمان

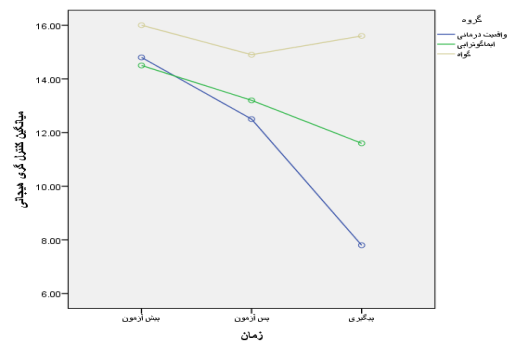
معناداری	خطای معیار	تفاوت میانگین‌ها	زمان	متغیر
< ۰/۰۰۱	۱/۴۷۴	۱۰/۴۰	پس آزمون	کنترل‌گری زناشویی
< ۰/۰۰۱	۲/۵۷۷	- ۱۸/۸۶۷	پیگیری	
< ۰/۰۰۱	۱/۶۵۵	۸/۴۶۷	پیگیری	
۰/۰۰۵	۰/۴۵۱	۱/۵۷۶	پس آزمون	کنترل‌گری هیجانی
< ۰/۰۰۱	۰/۶۵۱	- ۳/۸۰۰	پیگیری	
< ۰/۰۰۱	۰/۴۴۸	۱/۸۶۷	پیگیری	
۰/۵۷۶	۰/۵۹۸	۰/۸۰۰	پس آزمون	کنترل‌گری بی‌توجهی
۰/۰۰۷	۰/۶۷۲	۲/۲۶۷	پیگیری	
۰/۰۳۲	۰/۵۳۵	۱/۴۶۷	پیگیری	
< ۰/۰۰۱	۰/۸۹۱	۵/۰۳۳	پس آزمون	کنترل‌گری کلامی
< ۰/۰۰۱	۱/۱۰۸	۸/۳۶۷	پیگیری	
۰/۰۰۲	۰/۸۷۸	۳/۳۳۳	پیگیری	
< ۰/۰۰۱	۰/۳۱۷	۱/۴۶۷	پس آزمون	کنترل‌گری انزوا
< ۰/۰۰۱	۰/۴۵۴	۱/۸۶۷	پیگیری	
۰/۹۹۹	۰/۴۸۸	۰/۴۰۰	پیگیری	
< ۰/۰۰۱	۰/۳۶۳	۱/۵۳۳	پس آزمون	کنترل‌گری پنهان‌کاری
< ۰/۰۰۱	۰/۵۵۶	۲/۹۳۳	پیگیری	
۰/۰۷۲	۰/۵۸۵	۱/۴۰۰	پیگیری	

برای ارزیابی تفاوت نمرات کنترل‌گری زناشویی و مؤلفه‌های آن در سه دوره زمانی، نتایج آزمون بونفرونی نشان داد که تفاوت معناداری بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون، پیش‌آزمون و پیگیری، پس‌آزمون و پیگیری در متغیرهای کنترل‌گری زناشویی، کنترل‌گری هیجانی و کنترل‌گری کلامی وجود دارد. در متغیر کنترل‌گری بی‌توجهی، تفاوت معناداری بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون مشاهده نشد ( $p=0/576$ ). در متغیر کنترل‌گری انزوا تفاوت معناداری بین پس‌آزمون و پیگیری وجود نداشت ( $p=0/999$ ). در متغیر کنترل‌گری پنهان‌کاری نیز تفاوت معناداری بین پس‌آزمون و پیگیری مشاهده نشد ( $p=0/072$ ).

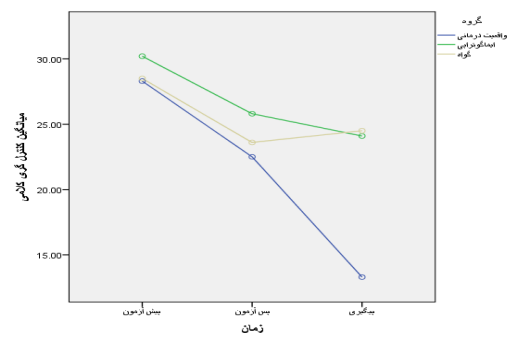
در متغیر کنترل‌گری زناشویی نمرات پس‌آزمون و پیگیری در گروه واقعیت‌درمانی کاهش معنادار داشت (نمودار ۱). در متغیر کنترل‌گری هیجانی در گروه واقعیت‌درمانی در نمرات پس‌آزمون و پیگیری کاهش معنادار دیده شد (نمودار ۲). در متغیر کنترل‌گری کلامی در گروه واقعیت‌درمانی نمرات پس‌آزمون و پیگیری کاهش معنادار داشت (نمودار ۳). همچنین در متغیر کنترل‌گری پنهان‌کاری در گروه واقعیت‌درمانی در نمرات پس‌آزمون و پیگیری کاهش معنادار مشاهده شد (نمودار ۴).



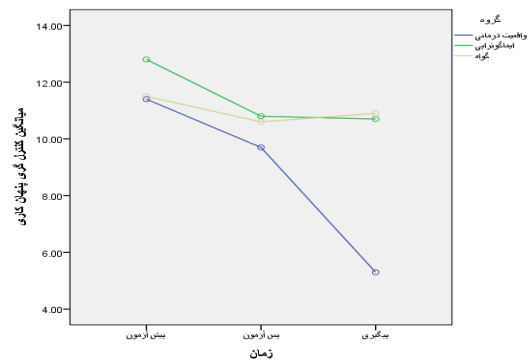
نمودار ۱. تغییرات کنترل‌گری زناشویی در طول زمان به تفکیک گروه‌ها



نمودار ۲. تغییرات کنترل‌گری هیجانی در طول زمان به تفکیک گروه‌ها



نمودار ۳. تغییرات کنترل‌گری کلامی در طول زمان به تفکیک گروه‌ها



نمودار ۴. تغییرات کنترل‌گری پنهان‌کاری در طول زمان به تفکیک گروه‌ها

است، می‌توان گفت که تمام انسان‌ها به‌غیر از نیاز به بقا برای ارضای سایر نیازهای خود و به‌ویژه نیاز به قدرت با مشکل روبه‌رو هستند. آن‌ها تحت‌تأثیر این نیازها مدت‌ها کنترل بیرونی را در همه جنبه‌های زندگی‌شان اعمال می‌کنند و وارد کارزاری روزمره در جریان زناشویی می‌شوند. واقعیت‌درمانی برای خارج‌شدن از این نبرد، راه‌های کنارآمدن بهتر را به افراد یاد می‌دهد و به آن‌ها می‌آموزد که کنترل بیرونی در ناهشیار یا ساختار ژن افراد موجود نیست؛ بلکه رفتاری انتخاب‌شده است و یک نیاز نیست. زوجین در این روش یاد می‌گیرند تا نظریه انتخاب را به‌جای روش کنترل بیرونی انتخاب کنند. مطابق با نظر گلاسر، شکست در ازدواج نتیجه کنترل بیرونی بر روابط زناشویی است (۱۲). براساس روش زوج‌درمانی مبتنی بر واقعیت‌درمانی، روان‌شناسی کنترل بیرونی باید به روان‌شناسی کنترل درونی تبدیل شود تا هریک از زوجین جداگانه برای نقش خود در کاهش مسائل زناشویی تلاش کند و برای ایجاد روابط خوب و صمیمانه منتظر همسرش نباشد. هریک از زوج‌ها درخواست‌هایی دارد که اساساً برای آن‌ها ازدواج می‌کند و اگر نتواند به این خواسته‌هایش در ازدواج دست یابد، رفتارهایی را انتخاب می‌کند که باعث تخریب روابط صمیمانه و فروریختن پایه‌های ازدواج می‌شود (۲). گلاسر برای تقویت ازدواج و دستیابی هریک از زوجین به خواسته‌های خود می‌کوشد تا هریک از آن‌ها رفتارهایی را انتخاب کند که هم‌زمان با حفظ اصل ازدواج به خواسته‌های خود نیز دست یابد (۵). این در حالی است که ایماگوتراپی بر اثرگذاری ناخودآگاه تجارب کودکی بر انتخاب همسر و میل ناخودآگاه برای بهبودی و التیام تأکید می‌کند و شکاف ارتباطی زمان کودکی را عامل همه مشکلات انسان‌ها می‌داند (۱۹).

دیگر یافته پژوهش وجود تفاوت معنادار بین پس‌آزمون و پیگیری در کنترل‌گری زناشویی و مؤلفه‌های کنترل‌گری هیجانی، کنترل‌گری بی‌توجهی و کنترل‌گری کلامی است که بر تأثیر زمان در ایجاد تغییرات در واقعیت‌درمانی دلالت می‌کند و نشانگر این نکته است که فاصله زمانی پس از آموزش می‌تواند بر کنترل‌گری زناشویی و این مؤلفه‌ها مؤثر باشد.

نتایج پژوهش حاضر در سایه یک‌سری ملاحظه‌ها و محدودیت‌ها قرار داشت؛ ازجمله محدودیت‌های این پژوهش انتخاب نمونه به‌صورت در دسترس بود. از دیگر محدودیت‌ها کنترل‌نکردن وجود اختلالات شخصیتی در نمونه پژوهش بود که باتوجه به ماهیت واقعیت‌درمانی مبنی بر اینکه اختلال شخصیت روش غیرمسئولانه فرد برای برآورده‌شدن نیازهایش است، به آن پرداخته نشد. همچنین اجرای پژوهش تنها در بین زنان متقاضی طلاق انجام پذیرفت که باتوجه به تقابلی بودن رفتار زوجین از محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. اجرای مرحله پیگیری به‌دلیل بیماری کرونا محدودیت‌های اجرایی خاص خود را داشت. تأثیر میزان مهارت درمانگران نیز می‌تواند ازجمله عواملی باشد که اعتبار درونی این پژوهش را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. باتوجه به محدودیت‌های ذکرشده، پیشنهاد می‌شود که این پژوهش در حجم وسیع‌تر و در جامعه آماری متفاوت و در بین زوجین با فرهنگ‌های

این پژوهش با هدف بررسی مقایسه اثربخشی واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی بر کنترل‌گری زناشویی انجام پذیرفت. نتایج پژوهش حاضر مشخص کرد که اثر واقعیت‌درمانی بر کاهش کنترل‌گری زناشویی معنادار بوده است، ولی ایماگوتراپی در کاهش کنترل‌گری زناشویی زنان متقاضی طلاق اثربخش نبوده است. تاکنون در هیچ پژوهشی به بررسی اثربخشی دو رویکرد واقعیت‌درمانی و ایماگوتراپی بر کنترل‌گری زناشویی پرداخته نشده است. در این پژوهش فرضیه مبنی بر اثربخشی ایماگوتراپی بر کنترل‌گری زناشویی زوجین رد شد. این یافته با یافته‌های سایر تحقیقاتی که اثربخشی ایماگوتراپی را بر متغیرهای ارتباطی زوجین بررسی کرده‌اند، همخوانی ندارد. در پژوهش خلیلی و همکاران، تأثیر ایماگوتراپی بر صمیمیت زوجین تأیید شد (۹). داده‌های پژوهش شیدانفر و همکاران نیز به تأثیر ایماگوتراپی بر صمیمیت زناشویی زوجین منتج شده است (۱۷). همچنین تحقیق هالفورد و سیندر بیانگر اثربخشی رابطه‌درمانی در زوج‌درمانی و بهبود ارتباط بین زوجین است (۱۳). در تبیین این یافته می‌توان گفت، رویکرد ایماگوتراپی براساس تئوری کودک زخم‌خورده به‌دنبال التیام در فرایند درمانی است. این رویکرد به‌دنبال رابطه‌ای صمیمانه و متعهدانه است که بر مبنای ایده بهبودی متقابل قابل دستیابی است. در این فرایند، گفت‌وگوی ایمن و آینه‌سازی از آموزش‌ها و تکالیف مهم درمانی محسوب می‌شود. از سوی ایماگوتراپی در ساختار خود به جنبه‌های ناقص و انکارشده شخصیت افراد می‌پردازد و با ارائه تصویر واقعی از عشق، تصویر خیالی افراد را بازسازی می‌کند. ایماگوتراپی به افراد کمک می‌کند که توقعات خود را از همسرشان تعدیل کنند و به جنبه‌های انکارشده و مخفی شخصیت خود بپردازند. تصویرسازی ارتباطی یک‌نظریه و شیوه درمان از شراکت متعهدانه با تأکید بر رابطه زناشویی است (۱۹). گاهی اوقات در ابتدا یکی از زوجین نمی‌خواهد وارد فرایند درمان شود، این بدان جهت است که وی احساس می‌کند به جلسه درمان آورده می‌شود تا مقصر و گناهکار شناخته شود. از نظر آماری، فرد درمانی احتمال طلاق را افزایش می‌دهد (۱۴). با توجه به آنچه گفته شد، حضور زنان متقاضی طلاق و مشارکت کم مردان در این پژوهش، می‌تواند تبیین یافته اثربخش‌نبودن ایماگوتراپی بر کاهش کنترل‌گری زناشویی زنان متقاضی طلاق باشد.

یافته‌های دیگر این پژوهش نشان داد که واقعیت‌درمانی بر کنترل‌گری زناشویی اثربخش بوده است. پژوهش همسانی در بررسی اثربخشی واقعیت‌درمانی بر کنترل‌گری یافت نشد؛ اما نتایج پژوهش‌های عرب‌پور و هاشمیان نشان داد که دایره مشکل‌گشا در رویکرد گلاسری بر تعامل با همسر و از خودگذشتگی زوجین مؤثر است؛ ولی بر روابط مهرآمیز و صمیمیت زناشویی اثربخش نیست (۲). عباسی مولید و همکاران نیز در پژوهش خود نشان دادند که زوج‌درمانی گلاسر بر افزایش تعهد اخلاقی ناشی از مسئولیت‌پذیری زوجین اثربخش است (۱۰). بخارایی در مطالعه خود نشان داد، آموزش واقعیت‌درمانی بر کاهش تعارض‌های زناشویی مؤثر است (۲۰). نتایج مطالعات یادشده با یافته‌های پژوهش حاضر همسویی دارد. در تبیین این یافته که اثربخشی واقعیت‌درمانی بر کنترل‌گری زنان بیش از ایماگوتراپی بوده

متفاوت انجام گیرد و با در نظر گرفتن متغیرهای دیگر از قبیل متغیرهای وضعیت اقتصادی اجتماعی تکرار شود. همچنین با در نظر گرفتن نتایج پژوهش به درمانگران توصیه می‌شود با به کارگیری واقعیت‌درمانی و تأکید بر مسئولیت‌پذیری و انتخاب آگاهانه، در راستای کاهش رفتارهای کنترل‌گرانه در زوجین و کاهش آمار جدایی و طلاق تلاش کنند.

## ۵ نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش نشان داد، واقعیت‌درمانی موجب کاهش کنترل‌گری زناشویی و کنترل‌گری هیجانی می‌شود. با توجه به این تحقیق می‌توان گفت که واقعیت‌درمانی بیش از ایماگوترابی در بهبود کنترل‌گری زناشویی مؤثر است و نشان‌دهنده آف‌های جدیدی در مداخلات بالینی است و همچنان نیاز به ارزیابی بیشتری دارد.

## ۶ تشکر و قدردانی

از شرکت‌کنندگان که صبورانه ما را در اجرای این پژوهش یاری کردند، سپاسگزاری می‌شود.

## ۷ بیانیه‌ها

تأییدیه اخلاقی و رضایت‌نامه از شرکت‌کنندگان

این مقاله برگرفته از رساله دکتری با کد پیگیری ۱۶۲۲۶۰۷۳۵ و کد رساله به شماره ۱۷۳۴۳۸۳۸۳۵۴۰۵۲۱۶۲۲۶۰۷۳۵ در رشته روان‌شناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان است. در این پژوهش اصول اخلاقی با کسب رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان و

محرمانه نگاه داشتن اطلاعات شخصی آزمودنی‌ها رعایت شد.

رضایت برای انتشار

این امر غیر قابل اجرا است.

دردسترس بودن داده‌ها و مواد

به منظور دردسترس بودن داده‌ها، تمامی داده‌های تحقیق در فضای ابری مجازی گوگل درایو با ایمیل farraf61gmail.com در اختیار تمامی این نویسندگان مقاله است.

تزامن منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند که هیچ‌گونه تضاد منافی ندارند.

منابع مالی

این پژوهش با هزینه شخصی و بدون هیچ حمایت مالی سازمان یا نهادی انجام شده است.

مشارکت نویسندگان

نویسنده اول پژوهش مسئولیت طراحی مطالعه و انجام پژوهش، جمع‌آوری داده‌ها، آنالیز و تفسیر داده‌ها را به عهده داشته است. نویسنده دوم در ارائه ایده پژوهش و در تمامی مراحل انجام پژوهش از قبیل تدوین پژوهش و آنالیز و تحلیل داده‌ها بازبینی و مرور نقادانه داشته است که تغییر در شیوه تحلیل داده‌ها و انجام پیگیری در روند اجرای مطالعه را موجب شده است. نویسنده سوم مقاله به‌عنوان مشاور پژوهش تمامی مراحل مطالعه را بازبینی کرده است و در آن مرور نقادانه داشته است. همه نویسندگان نسخه نهایی این پژوهش را قبل از انتشار مطالعه و تأیید کرده‌اند.

## References

1. Asghari Ganji A, Navabinejad Sh. The effectiveness of the couple therapy based on internal control psychology in increasing marital satisfaction. Quarterly Journal of Family and Research. 2014; 11(2) 37-50 [Persian] <http://qjfr.ir/article-1-84-fa.html>
2. Arabpour E, Hashemiyani K. The effectiveness of couple therapy via reality therapy method on the improvement of intimacy relations of couples. Journal of Educational Psychology. 2012;3(1):1-13. [Persian] [http://psyedu.toniau.ac.ir/article\\_557369\\_6e20709d5aa5470cda24ec9352908f31.pdf](http://psyedu.toniau.ac.ir/article_557369_6e20709d5aa5470cda24ec9352908f31.pdf)
3. Kennedy S, Ruggles S. Breaking up is hard to count: the rise of divorce in the United States, 1980-2010. Demography. 2014;51(2):587-98. doi: [10.1007/s13524-013-0270-9](https://doi.org/10.1007/s13524-013-0270-9)
4. Demographic Statistics Newsletter 2015 [Internet]. Tehran, Iran: Office of Statistics and Demographic Information and Immigration, national organization for civil registration; 2015. [Persian] <https://www.sabteahval.ir/DeskTopModules/Magazines/showattachment.aspx?id=3330&mid=50912>
5. Glasser W, Glasser C. Eight lessons for a happier marriage. 1<sup>st</sup> ed. New York: Harper; 2007.
6. Amini H. Sakht noskheye Irani porseshname kontrol-gari dar ravabet zanashouie va taieen vijegihaye ravan-sanji an [Making an Iranian version of the control questionnaire in marital relations and determining its psychometric characteristics] [Thesis for M.A.]. [Mashhad, Iran]: Ferdowsi University; 2017, p:78. [Persian]
7. Omidian M. Rabete-ye raftarha-ye mahar garayane zojeyn va karkard khanevade [The Relationship between Couple's Restraining Behaviors and Family Functioning] [Thesis for M.A.]. [Qazvin, Iran]: Imam Khomeini International University; 2014, p:169. [Persian]
8. Fatollahzadeh N. Effectiveness of marital life enrichment based on Choice Theory on quality of marital relationship and couples' intimacy. Quarterly of Applied Psychology. 2018;11(3):353-72. [Persian] <http://apsy.sbu.ac.ir/article/download/19132/6784>
9. Khalili S, Barzegar Kahn mouei S, Sahebi A, Farahani H. Explore the impact of choice theory and reality therapy interventions on couples marital satisfaction. Journal of Applied Psychological Research. 2016;7(1):1-23. [Persian] [https://japr.ut.ac.ir/article\\_57756\\_050b90f5af20ab776d77006e269db307.pdf?lang=en](https://japr.ut.ac.ir/article_57756_050b90f5af20ab776d77006e269db307.pdf?lang=en)

10. Abbasi Molid H, Fatehizadeh M, Ghomrani A. The effect of Glaser's vocal therapy on increasing the moral commitment of couples. *Insight and Islamic Education*. 2013;10(25):59–80. [Persian] [http://init.jrl.police.ir/article\\_10189\\_8ac3f8c99cf5a4c6dc1df7291d10d83e.pdf](http://init.jrl.police.ir/article_10189_8ac3f8c99cf5a4c6dc1df7291d10d83e.pdf)
11. Abbasi H, Ahmadi SA, Maryam Fatehi zadeh MMF zadeh, Bahrami F. The effect of glaser's reality therapy on personal commitment of couples. *Family Pathology, Counseling and Enrichment Journal*. 2016;2(1):39–53. [Persian] <http://fpcej.ir/article-1-116-en.pdf>
12. Soltanloo F. Effectiveness of reality therapy on group self-efficacy, happiness and marital conflicts in married women. *Journal of Psychology New Ideas*. 2019;3(7):1–21. [Persian] <http://jnip.ir/article-1-239-fa.pdf>
13. Halford WK, Snyder DK. Universal processes and common factors in couple therapy and relationship education. *Behav Ther*. 2012;43(1):1–12. doi: [10.1016/j.beth.2011.01.007](https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.01.007)
14. Mohannaee S, Poladei Rayshahri A, Golestaneh S, Keykhosrovani M. Effectiveness of couple therapy by Hendrix Imago therapy method on improving communication patterns and reducing emotional divorce. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*. 2019;7(1):58–65. [Persian] <http://ijpn.ir/article-1-1248-en.pdf>
15. Sodani M, Shogaeyan M, Khojastamhr R, Shiralinia KH. The effectiveness of collaborative couple therapy on communication patterns and intimacy of couples referring to counseling centers of Behbahan, Iran. *Armaghane danesh*. 2017;22(4):499–514. [Persian] <http://armaghanej.yums.ac.ir/article-1-1548-en.pdf>
16. Agathagelou AM. Individual psychodynamic development : the Imago relationship approach in organizational context [Ph.D dissertation in Psychology]. University of South Africa; 2013.
17. 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. *Journal of Family Psychology*. 2018;4(2):75–88. [Persian] <http://ijfp.ir/article-1-299-en.pdf>
18. Bradford K, Skogrand L, Higginbotham BJ. Intimate partner violence in a statewide couple and relationship education initiative. *Journal of Couple & Relationship Therapy*. 2011;10(2):169–84. doi: [10.1080/15332691.2011.562468](https://doi.org/10.1080/15332691.2011.562468)
19. Hendrix H, Hunt HL. Making marriage simple: ten relationship-saving truths. Rahmani Shams H, Nazari SM. (Persian translator). Tehran: Nasl-e-Aftab Pub;2016.
20. Bokharaee M. Barrasi tassir moshavere gorouhi ba roykard vaghe'ieat darmani bar kahesh ta'arozat zanzashouie zanan khane-dar mantaghe 5 Tehran [Effect of reality therapy group counseling approach to reduce marital conflict housewives in 5<sup>th</sup> district of Tehran] [Thesis for M.A]. [Tehran, Iran]: Alzahra University; 2006, p:149. [Persian]
21. Hasanzadeh R. Applied research methods. Tehran: Ravan Pub;2018. [Persian]
22. Amani A. The efficacy of reality therapy on marital commitment and self esteem of couples. *Family Counseling and Psychotherapy*. 2015;5(2):1–23. [Persian] [http://fcp.uok.ac.ir/article\\_15723\\_53937610f198b92c7db5f5ba5b1cca6e.pdf](http://fcp.uok.ac.ir/article_15723_53937610f198b92c7db5f5ba5b1cca6e.pdf)