

Effectiveness of an Integrated Package of Divorce Prevention based on Compassion, Forgiveness and Transactional Analysis on Marital Intimacy in Couples Seeking Divorce

1. Samanesh Faghihi¹: Department of Family and Counseling, Ma.C., Islamic Azad University, Mashhad, Iran

2. Hamid Nejat²: Department of Family and Counseling, Ma.C., Islamic Azad University, Mashhad, Iran

3. Sosan Rahimi³: Department of Psychology, ToJ.C., Islamic Azad University, Torbat-e-Jam, Iran

4. Ali Akbar Samari⁴: Department of Clinical Psychology, Kash.C., Islamic Azad University, Kashmar, Iran

5. Ali Hosseinaei⁵: Department of Psychology and Counseling, Az.C., Islamic Azad University, Azadshahr, Iran

*Corresponding Author's Email Address: dr.nejat54@iau.ir



Abstract:

Objective: One of the challenges in the lives of couples seeking divorce is decline and decrease of marital intimacy. Therefore, the present research was conducted with the aim of determine the effectiveness of an integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis on marital intimacy in couples seeking divorce.

Methods and Materials: This study was a quasi-experimental with a pre-test and post-test design with a control group. The population of the present research was couples seeking divorce referred to all counseling centers of Sabzevar township in 2024 year, which from them 16 couples were selected as a sample with using purposive sampling method and randomly assigned into two equal groups. The experimental group trained 10 sessions of 90 minute with an integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis and the control group remained on the waiting list for training. Data were collected with the marital intimacy questionnaire (Bagarozzi, 2001) and analyzed with using statistical methods of chi-square and univariate analysis of covariance in SPSS-24 software at a significant level of 0.05.

Findings: The findings showed that between couples seeking divorce in the experimental and control groups there was a significant difference in terms of marital intimacy. In the other words, the integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis increased marital intimacy in couples seeking divorce ($P < 0.001$).

Conclusion: According to the results of this study, counsellors and therapists can use an integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis along with other educational and therapeutic methods to increased marital intimacy in couples seeking divorce.

Keywords: *Compassion, forgiveness, transactional analysis, marital intimacy, couples seeking divorce*

How to Cite: Faghihi, S., Nejat, H., Rahimi, S., Samari, A. A., & Hosseinaei, A. (2026). Effectiveness of an Integrated Package of Divorce Prevention based on Compassion, Forgiveness and Transactional Analysis on Marital Intimacy in Couples Seeking Divorce. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 3(1), 1-12.

Received: 12 June 2025

Revised: 24 September 2025

Accepted: 01 October 2025

Published: 21 March 2026



Copyright: © 2026 by the authors.

Published under the terms and conditions of Creative Commons

Attribution-NonCommercial 4.0

International (CC BY-NC 4.0) License.

اثربخشی بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل بر صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق

۱. سمانه فقیهی^{ID}: گروه علمی خانواده و مشاوره، واحد مشهد، دانشگاه آزاد اسلامی، مشهد، ایران

۲. حمید نجات^{ID}*: گروه علمی خانواده و مشاوره، واحد مشهد، دانشگاه آزاد اسلامی، مشهد، ایران (نویسنده مسئول)

۳. سوسن رحیمی^{ID}: گروه علمی روان‌شناسی، واحد تربت جام، دانشگاه آزاد اسلامی، تربت جام، ایران

۴. علی اکبر ثمری^{ID}: گروه علمی روان‌شناسی، واحد کاشمر، دانشگاه آزاد اسلامی، کاشمر، ایران

۵. علی حسینیانی^{ID}: گروه علمی روان‌شناسی و مشاوره، واحد آرادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آرادشهر، ایران

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: dr.nejat54@iau.ir

چکیده

هدف: یکی از چالش‌های زندگی زوجین متقاضی طلاق، افت و کاهش صمیمیت زناشویی است. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل بر صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق انجام شد.

مواد و روش: این مطالعه نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش حاضر زوجین متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به همه مراکز مشاوره شهرستان سبزوار در سال ۱۴۰۳ بودند که از میان آنها ۱۶ زوج با روش نمونه‌گیری هدفمند به‌عنوان نمونه انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه مساوی جایگزین شدند. گروه آزمایش ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای با بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل آموزش دید و گروه کنترل در لیست انتظار برای آموزش ماند. داده‌ها با پرسشنامه صمیمیت زناشویی (باگاوزی، ۲۰۰۱) جمع‌آوری و با روش‌های آماری کای اسکور و تحلیل کوواریانس تک‌متغیری در نرم‌افزار SPSS-24 در سطح معناداری ۰/۰۵ تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که بین زوجین متقاضی طلاق گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر صمیمیت زناشویی تفاوت معناداری وجود داشت. به عبارت دیگر، بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق شد ($P < 0/001$).

نتیجه‌گیری: طبق نتایج این مطالعه، مشاوران و درمانگران می‌توانند از بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل در کنار سایر روش‌های آموزشی و درمانی برای افزایش صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق استفاده نمایند.

کلیدواژگان: شفقت، بخشش، تحلیل رفتار متقابل، صمیمیت زناشویی، زوجین متقاضی طلاق

نحوه استناددهی: فقیهی، سمانه، نجات، حمید، رحیمی، سوسن؛ ثمری، علی‌اکبر، و حسینیانی، علی. (۱۴۰۵). اثربخشی بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل بر صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۳(۱)، ۱-۱۲.



تاریخ دریافت: ۲۲ خرداد ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: ۲ مهر ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش: ۹ مهر ۱۴۰۴

تاریخ انتشار: ۱ فروردین ۱۴۰۵



مجاز و حق نشر: © ۱۴۰۵ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

Extended Abstract

Introduction

The family is the main pillar of society and therefore the health and dynamism of society depend on the health of the family, especially the health of couples (Afunts & Jurajda, 2024). In recent years, the divorce rate has increased significantly; so that 55 percent of marriages in the United States and 40-45 percent in the Australia, England, Germany and Switzerland end in divorce. According to official Iranian statistics, the divorce rate in 2010 year was 21 percent which ranked fourth in the world, but this figure has reached about 24 percent in 2023 year (Mohammadnia & Foroughi Kaldareh, 2024). Divorce is one of the most important challenges of social life in today's world, which has many negative psychological consequences including a decrease in marital intimacy (Yang et al., 2024). Marital intimacy refers to feelings based on love and affection, having a partner and companion in life, satisfying emotional and psychological needs and increasing happiness and satisfaction in marital life (Scheinkman et al., 2022). The structure of marital intimacy is a very important behavioral pattern with emotional, affective and social components based on love, satisfaction and acceptance that makes marriage sustainable and continues married life (Moon et al., 2021). This structure plays an effective role in improving marital life, ensuring family mental health and providing strength to deal with problems and challenges in family and social life (Du et al., 2024).

To reduce the consequences of divorce, the use of an integrated package of divorce prevention can be effective, which for this purpose can be called an integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis. The integrated package of divorce prevention by improving the quality of communication, promoting empathy, and reducing communication conflicts in marital life helps manage marital relationships and reduce the likelihood of divorce in marital life (Bearkat et al., 2022). Compassion means deeply understanding the pain, needs

and desires of oneself and others and responding to them based on kindness and empathy (Zarotti et al., 2023). Compassion-based therapy is a method for helping individuals move from a submissive, domineering relationship to a more loving relationship with themselves. In essence, the goal of this therapy is to facilitate emotional change toward greater self-care and support, which reduces self-attacking and emotional turmoil and enhances self-acceptance and psychological resilience (Gilbert et al., 2022).

Also, forgiveness is an important factor in reducing resentment and suffering and creating the basis for positive and sustainable interactions between couples and it teaches couples to focus on strengthening the marital relationship by forgiving and forgiving mistakes (Song et al., 2021). Forgiveness therapy is one of the multidimensional methods of increasing initiative, strengthening willpower and increasing expectation and hope for the future in marital life, which increases intimacy between couples and improves marital satisfaction (Pernicano et al., 2022). In addition, transactional analysis focuses on improving marital relationships and improving their quality by identifying unhealthy behavioral patterns and interactions (Thiagarajan & McKimm, 2019). This therapy is a rational method that helps each partner understand and analyze their behavior and take responsibility for the present, so that couples can better understand their relationships and work together to solve problems and challenges (Messina et al., 2021).

Studies indicate that the number of couples seeking divorce is high and increasing, and these couples face many challenges in their married life, including a decrease in marital intimacy. Therefore, to improve them should be used effective treatment methods, which from the effective methods in this regard include treatments based on compassion, forgiveness and transactional analysis. Today, the use of combined and integrated methods has grown significantly and it seems that the combination of the aforementioned treatment methods can also be effective in

improving psychological characteristics, including marital intimacy of couples seeking divorce. Considering the above-mentioned materials, the present research was conducted with the aim of determine the effectiveness of an integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis on marital intimacy in couples seeking divorce.

Methods and Materials

This study was a quasi-experimental with a pre-test and post-test design with a control group. The population of the present research was couples seeking divorce referred to all counseling centers of Sabzevar township in 2024 year, which from them 16 couples were selected as a sample with using purposive sampling method and randomly assigned into two equal groups.

The inclusion criteria included being a divorce applicant, having at least a high school education, having lived together for one year, not being addicted to any of the partners, not taking psychiatric medications such as anti-anxiety and anti-depressants, not having received psychological services in the past three months and willingness to participate in the study. In addition, the exclusion criteria included missing more than two sessions of training classes and withdrawing from further participation.

The experimental group trained 10 sessions of 90 minute with an integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis and the control group remained on the waiting list for training. Data were collected with the marital intimacy questionnaire

(Bagarozzi, 2001) and analyzed with using statistical methods of chi-square and univariate analysis of covariance in SPSS-24 software at a significant level of 0.05.

Findings

Analyses were conducted for two groups of 16 individuals (8 couples). The findings showed that the couples seeking divorce in the experimental and control groups did not differ significantly in terms of education level, duration of marriage and number of children ($P>0.05$). Also, between couples seeking divorce in the experimental and control groups there was a significant difference in terms of marital intimacy. In the other words, the integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis increased marital intimacy in couples seeking divorce ($P<0.001$).

Discussion and Conclusion

Overall, the results of this study showed that an integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis increased marital intimacy in couples seeking divorce. This result has many practical implications that family health professionals and planners can use to train therapists in the field of integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis. According to the results of this study, counsellors and therapists can use an integrated package of divorce prevention based on compassion, forgiveness and transactional analysis along with other educational and therapeutic methods to increased marital intimacy in couples seeking divorce.

خانواده رکن اصلی جامعه است و به همین دلیل سلامت و پویایی جامعه در گرو سلامت خانواده و به‌ویژه سلامت زوجین می‌باشد (Afunts & Jurajda, 2024). چالش‌ها و سرخوردگی‌های زندگی زناشویی باعث کاهش تدریجی دلبستگی عاطفی به همسر می‌شود و با احساس بیگانگی، بی‌علاقگی و بی‌اعتنایی زوجین به یکدیگر همراه می‌باشد (Caksen, 2022). در سال‌های اخیر، آمار طلاق افزایش چشمگیری داشته است؛ به‌طوری که ۵۵ درصد از ازدواج‌ها در ایالات متحده و ۴۰ تا ۴۵ درصد در استرالیا، انگلستان، آلمان و سوئیس به طلاق می‌انجامد. نرخ طلاق بر اساس آمار رسمی ایران در سال ۱۳۸۹ برابر ۲۱ درصد بود که در رتبه چهارم جهان قرار گرفت، اما این آمار در سال ۱۴۰۲ به حدود ۲۴ درصد رسیده است (Mohammadnia & Foroughi Kaldareh, 2024). طلاق به‌عنوان یکی از مهم‌ترین مسائل اجتماعی و روانشناختی عصر حاضر (Hasanpour Asil et al., 2025) و یکی از مهم‌ترین چالش‌های زندگی اجتماعی در جهان امروز است که پیامدهای منفی روانشناختی بسیاری از جمله افت و کاهش صمیمیت زناشویی دارد (Yang et al., 2024). صمیمیت زناشویی به احساس‌های مبتنی بر عشق و محبت، داشتن شریک و همراه در زندگی، ارضای نیازهای عاطفی و روانی و افزایش شادی و خشنودی در زندگی زناشویی اشاره دارد (Scheinkman et al., 2022). صمیمیت زناشویی یک نیاز اساسی انسان است و نشان‌دهنده نزدیکی، تشابه و رابطه صمیمانه با همسر است که مستلزم آگاهی زناشویی، درک عمیق روابط زوجی و پذیرش و ابراز افکار و احساس‌های زناشویی می‌باشد (Wickrama et al., 2022). سازه صمیمیت زناشویی یک الگوی رفتاری بسیار مهم با مولفه‌های عاطفی، هیجانی و اجتماعی بر پایه عشق، رضایت خاطر و پذیرش است که باعث پایداری ازدواج و تداوم زندگی زناشویی می‌شود (Moon et al., 2021). این سازه نقش موثری در بهبود زندگی زناشویی، تأمین بهداشت روانی خانواده و نیرومندی برای مقابله با مشکل‌ها و چالش‌های زندگی خانوادگی و اجتماعی دارد (Du et al., 2024).

برای کاهش پیامدهای طلاق استفاده از بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق می‌تواند موثر واقع شود که برای این منظور می‌توان بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل را نام برد. بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق از طریق بهبود کیفیت ارتباطات، ارتقای همدلی و کاهش تعارض‌های ارتباطی در زندگی زناشویی باعث مدیریت روابط زناشویی و کاهش احتمال وقوع طلاق در زندگی

زناشویی می‌شود (Bearkat et al., 2022). شفقت به معنای درک عمیق دردها، نیازها و خواسته‌های خود و دیگران و پاسخگویی به آنها بر اساس مهربانی و همدلی است (Zarotti et al., 2023). درمان مبتنی بر شفقت روشی برای کمک به افراد جهت گذار از رابطه سلطه‌گر تسلیم‌شده و گسترش بیشتر یک رابطه محبت‌آمیز با خود است. در واقع، هدف این روش درمانی تسهیل تغییر عاطفی برای مراقبت بیشتر و حمایت از خود می‌باشد که حمله به خود و آشفتگی عاطفی را تضعیف و پذیرش خود و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را تقویت می‌نماید (Gilbert et al., 2022). این روش درمانی مبتنی بر سه مولفه مهربانی با خود به جای قضاوت خود، اشتراک‌های انسانی به جای انزوا و ذهن‌آگاهی به جای همانندسازی افراطی است. بنابراین، اساس این روش درمانی این است که عوامل، افکار و رفتارهای بیرونی تسکین‌بخش باید درونی شوند تا ذهن به آنها همانند موارد بیرونی واکنش نشان دهد و در مواجهه با آنها آرام گردد (Ereksan et al., 2024).

همچنین، بخشش عامل مهمی برای کاهش کینه و رنجش و زمینه‌ساز تعامل‌های مثبت و پایدار میان زوجین می‌باشد و به زوجین یادمی‌دهد که با گذشت و بخشش اشتباه‌ها بر تقویت ارتباط زناشویی تمرکز نمایند (Song et al., 2021). بخشش درمانی یکی از روش‌های چندبعدی پربراسازی پیش‌قدم‌بودن، تقویت اراده، افزایش انتظار و امید بیشتر به آینده در زندگی زناشویی است که باعث افزایش صمیمیت زوجین و بهبود رضایت زناشویی می‌گردد (Pernicano et al., 2022). در این روش درمانی به زوجین مطالبی درباره اصلاح و بهبود نگرش و جهان‌بینی نسبت به خود، همسر و هستی و تشویق به بخشش همسر از طریق بازتفسیر اتفاق‌ها و رویدادهای تنش‌زای پیش‌آمده آموزش داده می‌شود (Yu et al., 2021). علاوه بر آن، تحلیل رفتار متقابل با شناسایی الگوهای رفتاری و تعامل‌های ناسالم بر بهبود روابط زناشویی و ارتقای کیفیت آن تمرکز می‌کند (Thiagarajan & McKimm, 2019). این روش درمانی، روشی عقلانی است که به هر یک از زوجین در درک و تحلیل رفتار خود و قبول مسئولیت با توجه به زمان حال کمک می‌کند تا زوجین روابط خود را بهتر درک کنند و برای حل مشکل‌ها و چالش‌ها با یکدیگر بیشتر همکاری نمایند (Messina et al., 2021). هدف این روش درمانی افزایش آگاهی و قدرت زوجین برای گرفتن تصمیم‌های تازه و مسئولیت‌پذیری شخصی است تا روند زندگی خود را در جهت مثبت تغییر دهند و زمینه را برای بهبود زندگی زناشویی مهیا سازند (Muller et al., 2019).

از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل بر صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق انجام شد.

روش‌شناسی پژوهش

این مطالعه نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش حاضر زوجین متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به همه مراکز مشاوره شهرستان سبزوار در سال ۱۴۰۳ بودند که از میان آنها ۱۶ زوج با روش نمونه‌گیری هدفمند به‌عنوان نمونه انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه مساوی جایگزین شدند. ملاک‌های ورود به مطالعه شامل متقاضی طلاق بودن، حداقل تحصیلات سیکل، گذشت یک سال از زندگی مشترک، عدم اعتیاد هیچ یک از زوجین، عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی مانند ضداضطراب و ضدافسردگی، عدم سابقه دریافت خدمات روان‌شناختی در سه ماه گذشته و تمایل جهت شرکت در پژوهش بودند. همچنین، ملاک‌های خروج از مطالعه شامل غیبت بیشتر از دو جلسه در کلاس‌های آموزشی و انصراف از ادامه همکاری بودند.

برای انجام این پژوهش پس از هماهنگی‌های لازم با مسئولان مراکز مشاوره شهرستان سبزوار به عمل آمد و از آنان خواسته شد تا زوجین متقاضی طلاق را معرفی نمایند. زوجین متقاضی طلاق از نظر ملاک‌های ورود به مطالعه بررسی و فرایند نمونه‌گیری تا زمان رسیدن نمونه‌ها به ۱۶ زوج ادامه یافت و این زوجین به‌صورت تصادفی ساده در دو گروه مساوی شامل گروه‌های آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۶ نفر معادل ۸ زوج) جایگزین شدند. لازم به ذکر است که برای زوجین متقاضی طلاق اهمیت و ضرورت پژوهش تبیین و به آنان درباره رعایت نکات و ملاحظات اخلاقی اطمینان‌خاطر داده شد. گروه آزمایش ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای با بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل آموزش دید و گروه کنترل در لیست انتظار برای آموزش ماند و پس از اتمام مداخله در گروه آزمایش یک دوره آموزشی دریافت کرد. مداخله در گروه آزمایش هفته‌ای دو جلسه توسط پژوهشگر اول پژوهش حاضر که دارای مدرک دوره‌های مذکور بود به‌صورت گروهی در یکی از کلینیک‌های خدمات روان‌شناختی شهرستان سبزوار انجام شد. بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل توسط پژوهشگران پژوهش حاضر طبق ۱۲ نفر از خبرگان روانشناسی و مشاوره با شاخص‌های نسبت

نتایج پژوهش‌ها حاکی از اثربخشی درمان‌های مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل بر افزایش صمیمیت زناشویی بودند. برای مثال، نتایج پژوهش Derikvandi & Esfahaniasl (2024) نشان داد که زوج درمانی متمرکز بر شفقت باعث کاهش اضطراب دلبستگی و اجتناب دلبستگی و افزایش صمیمیت عاطفی در زوجین ناسازگار شد. Aminzadeh & Bolghan-Abadi (2024) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که درمان مبتنی بر شفقت باعث کاهش خودانتقادی و افزایش صمیمیت زناشویی در زوجین شد. در پژوهشی دیگر Shojaei Vazhnany et al (2020) گزارش کردند که درمان مبتنی بر شفقت باعث افزایش صمیمیت زناشویی و تنظیم هیجان در زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شد. همچنین، نتایج پژوهش Pouryahya et al (2019) حاکی از آن بود که مداخله مبتنی بر بخشش به شیوه گروهی باعث کاهش احساس‌های منفی و افزایش احساس‌های مثبت و صمیمیت زناشویی در زنان آسیب‌دیده از پیمان‌شکنی همسر شد. علاوه بر آن، نتایج پژوهش Golshan et al (2021) نشان داد که تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش نگرش صمیمانه و عزت‌نفس و کاهش افسردگی در زنان شد. Shakouee & Abolmaali Alhoseyni (2020) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که روان درمانی مبتنی بر تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش صمیمیت زناشویی و رضایت جنسی در زنان مبتلا به افسردگی غیربالینی شد. در پژوهشی دیگر Rezaeifar et al (2019) گزارش کردند که آموزش تحلیل رفتار متقابل باعث کاهش وابستگی و افزایش صمیمیت زناشویی در کارمندان متأهل شد.

بررسی‌ها حاکی از آن است که آمار زوجین متقاضی طلاق بالا و در حال افزایش می‌باشد و این زوجین در زندگی زناشویی با چالش‌های فراوانی از جمله کاهش و افت صمیمیت زناشویی مواجه هستند. بنابراین، برای بهبود آنها باید از روش‌های درمانی مؤثر استفاده کرد که از روش‌های مؤثر در این زمینه می‌توان درمان‌های مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل را نام برد. امروزه استفاده از روش‌های ترکیبی و یکپارچه رشد چشمگیری داشته و به نظر می‌رسد که ترکیب روش‌های درمانی مذکور نیز بتواند در بهبود ویژگی‌های روان‌شناختی از جمله صمیمیت زناشویی زوجین متقاضی طلاق مؤثر واقع شود. این روش مداخله یکی از روش‌های احتمالاً مؤثر است که توسط پژوهشگران پژوهش حاضر طراحی و بر همین اساس جدید و بدیع می‌باشد. با توجه به مطالب مطرح‌شده، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی بسته یکپارچه پیشگیری

روایی محتوایی ۰/۷۶ و شاخص روایی محتوایی ۰/۸۳ طراحی که هدف، محتوا و

تکلیف خانگی آن به تفکیک جلسه‌ها در جدول ۱ گزارش شد.

جدول ۱. هدف، محتوا و تکلیف خانگی بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل به تفکیک جلسه‌ها

جل سه	هدف	محتوا	تکلیف خانگی
اول	آشنایی و تعیین اهداف	برقراری ارتباط اولیه با زوجین (یخ‌شکنی)، معرفی اعضای گروه و مداخله‌کننده، مروری بر قوانین و ساختار جلسه‌ها، تعیین هدف‌ها و انتظارات هر شرکت‌کننده و مقدمه‌ای بر اهمیت پیشگیری از طلاق	صحبت درباره صمیمیت و بررسی مشکل‌ها و چالش‌های زناشویی
دوم	مفهوم‌سازی موردی	معرفی مفاهیم شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل و شناسایی افکار، احساس‌ها و رفتارهای خود	نوشتن یک نامه به شریک زندگی همراه با بیان احساس‌ها و انتظارات
سوم	آشنایی با خود و شریک زندگی و شناسایی نقاط قوت و ضعف	خودآگاهی و شناخت احساس‌ها، معرفی و تشریح تحلیل رفتار متقابل و شناسایی نقاط قوت و ضعف در ارتباط با دیگران و شریک زندگی	تهیه لیست نقاط قوت و ضعف خود و شریک زندگی
چهارم	ارتباط مؤثر	آموزش مهارت‌های گوش‌دادن فعال و بیان احساس‌ها بدون قضاوت	تمرین گوش‌دادن فعال در مکالمه‌های روزمره و ثبت و گزارش تجربه خود
پنجم	درک اهمیت شفقت و همدلی در روابط	تشریح شفقت و همدلی، آموزش نگرش غیرقضاوت‌گرایانه، یاری‌رسانی به یکدیگر و شریک زندگی و آموزش واکنش‌دادن به اقدام طرد	انجام یک عمل دلسوزانه برای شریک زندگی و ثبت تجربه خود
ششم	بخشش و رهایی از کینه	تعریف بخشش و تفاوت آن با فراموشی و یادگیری مفهوم بخشش و چگونگی رهایی از کینه	تمرین عملی رهایی از کینه و نوشتن نامه به کسی که از او دلخور هستید (می‌توانید ارسال نکنید)
هفتم	تکنیک‌های مدیریت تعارض سازگار	آموزش شناسایی منابع تعارض، آموزش روش‌های مؤثر مدیریت تعارض با استفاده از تکنیک‌های سازگار و تمرین شبیه‌سازی موقعیت‌های تعارض	شناسایی یک تعارض در زندگی و برنامه‌ریزی برای حل آن با استفاده از تکنیک‌های یادگرفته‌شده
هشتم	درک بهتر رفتارها و الگوهای ارتباطی	معرفی نظریه تحلیل رفتار متقابل و آموزش نقش الگوهای ارتباطی در ارتباط با دیگران و شریک زندگی	تجزیه و تحلیل یک مکالمه اخیر با شریک زندگی با مفاهیم تحلیل رفتار متقابل
نهم	تقویت روابط عاطفی	آموزش اهمیت وقت‌گذاری مشترک، فعالیت‌های مشترک برای تقویت روابط و آموزش تکنیک‌های ابراز عشق و محبت	برنامه‌ریزی برای یک فعالیت مشترک با شریک زندگی
دهم	خلاصه و جمع‌بندی	مرور نکات کلیدی دوره آموزشی، بحث درباره تجربه‌های شرکت‌کنندگان و ارائه راهکارهای منسجم و پیوسته برای پیشگیری از طلاق	تمرین کاربست راهکارهای یادگرفته‌شده در زندگی واقعی

ابزارهای پژوهش حاضر شامل **فرم اطلاعات جمعیت‌شناختی** (شامل سطح

تحصیلات، مدت ازدواج و تعداد فرزندان) و **پرسشنامه صمیمیت زناشویی** بود که توسط Bagarozzi (2001) با ۴۴ گویه طراحی شد. نمره هر گویه بر اساس طیف لیکرت ده درجه‌ای از یک (ابتداً این نیاز در من وجود ندارد) تا ده (کاملاً این نیاز در من قوی است) و نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌شود. بنابراین، حداقل و حداکثر نمره در آن به ترتیب ۴۴ و ۴۴۰ است و نمره بالاتر حاکی از صمیمیت زناشویی بیشتر می‌باشد. سازنده روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش کرد. در ایران،

Ahramiyan et al (2021) پایایی پرسشنامه صمیمیت زناشویی را با روش آلفای

کرونباخ ۰/۸۴ محاسبه نمودند. در پژوهش حاضر میزان پایایی پرسشنامه صمیمیت زناشویی با روش آلفای کرونباخ از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌ها ۰/۸۹ به دست آمد.

داده‌های پژوهش حاضر با روش‌های آماری کای اسکوتر و تحلیل کوواریانس تک‌متغیری در نرم‌افزار SPSS-24 در سطح معناداری ۰/۰۵ تحلیل شدند.

یافته‌ها

دوره سوم، شماره اول

تحلیل‌ها برای دو گروه ۱۶ نفری (۸ زوجی) انجام و نتایج آزمون کای اسکوتر برای مقایسه اطلاعات جمعیت‌شناختی زوجین متقاضی طلاق در جدول ۲ ارائه شد.

جدول ۲. نتایج آزمون کای اسکوتر برای مقایسه اطلاعات جمعیت‌شناختی زوجین متقاضی طلاق

متغیر	سطح	گروه آزمایش		گروه کنترل		معناداری
		تعداد	درصد	تعداد	درصد	
سطح تحصیلات	سیکل	۱	۶/۲۵	۰	۰/۰۰	۰/۷۵۱
	دیپلم	۲	۱۲/۵۰	۲	۱۲/۵۰	
	فوق دیپلم	۱	۶/۲۵	۲	۱۲/۵۰	
	لیسانس	۱۰	۶۲/۵۰	۱۰	۶۲/۵۰	
	فوق لیسانس	۲	۱۲/۵۰	۱	۶/۲۵	
	دکتری تخصصی	۰	۰/۰۰	۱	۶/۲۵	
مدت ازدواج	۲ سال	۰	۰/۰۰	۲	۱۲/۵۰	۰/۴۹۴
	۳ سال	۳	۱۸/۷۵	۵	۳۱/۲۵	
	۴ سال	۷	۴۳/۷۵	۴	۲۵/۰۰	
	۵ سال	۴	۲۵/۰۰	۳	۱۸/۷۵	
	۶ سال	۲	۱۲/۵۰	۱	۶/۲۵	
	۷ سال	۰	۰/۰۰	۱	۶/۲۵	
تعداد فرزند	بدون فرزند	۲	۱۲/۵۰	۰	۰/۰۰	۰/۳۸۷
	یک فرزند	۸	۵۰/۰۰	۸	۵۰/۰۰	
	دو فرزند	۶	۳۷/۵۰	۸	۵۰/۰۰	

طبق نتایج جدول ۲، زوجین متقاضی طلاق گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر سطح تحصیلات، مدت ازدواج و تعداد فرزند تفاوت معناداری نداشتند ($P > ۰/۰۵$). نتایج میانگین و انحراف معیار صمیمیت زناشویی زوجین متقاضی طلاق گروه‌های آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول ۳ ارائه شد.

جدول ۳. نتایج میانگین و انحراف معیار صمیمیت زناشویی زوجین متقاضی طلاق

متغیر	مرحله	گروه آزمایش		گروه کنترل	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
صمیمیت زناشویی	پیش‌آزمون	۱۸۳/۹۱	۶/۸۴	۱۸۵/۳۵	۹/۳۷
	پس‌آزمون	۲۱۴/۵۶	۱۱/۶۳	۲۰۳/۱۲	۱۰/۳۱

طبق نتایج جدول ۳، میانگین صمیمیت زناشویی زوجین متقاضی طلاق گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل از مرحله پیش‌آزمون به مرحله پس‌آزمون افزایش بیشتری یافته است. بررسی پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس تک‌متغیری نشان داد که فرض نرمال بودن صمیمیت زناشویی بر اساس مقادیر کجی و کشیدگی در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون به دلیل قرار داشتن در دامنه ± ۱ رد نشد. همچنین، فرض همگنی واریانس‌ها بر اساس آزمون لوین در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون به دلیل معناداری بزرگ‌تر از $۰/۰۵$ رد نشد ($P > ۰/۰۵$). افزون بر آن، فرض همگنی شیب رگرسیون بر اساس اثر تعاملی پیش‌آزمون و گروه به دلیل معناداری بزرگ‌تر از $۰/۰۵$ رد نشد ($P > ۰/۰۵$). در نتیجه، شرایط استفاده از روش تحلیل کوواریانس تک‌متغیری وجود داشت. نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری برای تعیین اثربخشی بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل بر صمیمیت زناشویی زوجین متقاضی طلاق در جدول ۴ ارائه شد.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری برای تعیین اثربخشی بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل بر

صمیمیت زناشویی زوجین متقاضی طلاق

متغیر	منبع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	معناداری	اندازه اثر	توان آماری
صمیمیت زناشویی	گروه	۱۱۹۴/۱۶	۱	۱۱۹۴/۱۶	۱۲/۴۶	۰/۰۰۱	۰/۳۰	۰/۹۲

طبق نتایج جدول ۴، بین زوجین متقاضی طلاق گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر صمیمیت زناشویی تفاوت معناداری وجود داشت. به عبارت دیگر، بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق شد ($P < 0.001$).

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به آمار بالای طلاق و تقاضا برای آن و مشکل‌ها و چالش‌های فراوانی که زوجین متقاضی طلاق با آن مواجه هستند، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل بر صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق انجام شد.

یافته‌های این پژوهش نشان داد که بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق شد. با اینکه پژوهشی درباره اثربخشی روش یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل بر افزایش صمیمیت زناشویی یافت نشد، اما پژوهش‌هایی درباره هر یک از روش‌ها بر افزایش صمیمیت زناشویی یافت شدند که همسو با پژوهش حاضر بودند. برای نمونه، نتایج پژوهش‌های Aminzadeh & Bolghan- (2024)، Derikvandi & Esfahaniasl (2024)، Abadi (2024) و Shojaei Vazhnany et al (2020) نشان‌دهند اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر شفقت بر افزایش صمیمیت زناشویی، نتایج پژوهش Pouryahya et al (2019) حاکی از اثربخشی مداخله مبتنی بر بخشش بر افزایش صمیمیت زناشویی و نتایج پژوهش‌های Golshan et al (2021)، Shakouee (2021)، Abolmaali Alhoseyni & Rezaeifar et al (2020) و (2019) حاکی از اثربخشی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش صمیمیت زناشویی بودند.

در تبیین اثربخشی بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل بر افزایش صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق می‌توان

گفت که آموزش‌های مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل می‌توانند نقش به‌سزایی در پیشگیری از طلاق ایفاء کنند. این سه شیوه آموزشی از طریق بهبود کیفیت ارتباط‌های خانوادگی، ارتقای همدلی و کاهش تعارض‌های زناشویی سبب مدیریت روابط زناشویی می‌شوند. شفقت به معنای درک عمیق دردها و نیازهای خود و دیگران و پاسخگویی به آنها با مهربانی و همدلی نقش مهمی در بهبود روابط خانوادگی و زناشویی دارد و به زوجین کمک می‌کند تا درک بهتری از مشکل‌ها و نیازهای زناشویی پیدا کرده و از وقوع واکنش‌های تنش‌زا اجتناب نمایند. همچنین، بخشش عاملی برای کاهش کینه و رنجش زمینه‌ساز تعامل‌های مثبت و پایدار میان زوجین است و این مهارت به زوجین می‌آموزد که با گذشت از اشتباه‌های همسر خود بر تقویت روابط زناشویی و ایجاد محیطی مثبت برای زندگی مشترک تمرکز کنند. افزون بر آن، تحلیل رفتار متقابل با شناسایی الگوهای رفتاری و ارتباطی ناسالم و ناسازگار زوجین و تلاش برای اصلاح آنها به بهبود کیفیت روابط زوجین کمک می‌کند. این شیوه از طریق بررسی تعامل‌های زناشویی اقدام به شناسایی و اصلاح رفتارهای مخرب و ناسازگار زناشویی می‌کند و الگوهای ارتباطی سالم‌تری را ایجاد و سبب کاهش تعارض‌های زناشویی می‌شوند. با توجه به مطالب مطرح‌شده، بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل می‌تواند سبب بهبود بسیاری از ویژگی‌های روان‌شناختی زوجین به‌ویژه زوجین متقاضی طلاق گردد و بر همین اساس منطقی است که روش مداخله مذکور بتواند نقش موثری در افزایش صمیمیت زناشویی داشته باشد.

مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش شامل عدم پیگیری نتایج در بلندمدت، استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند، محدودشدن جامعه پژوهش به زوجین متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهرستان سبزوار و استفاده از ابزار خودگزارشی برای جمع‌آوری داده‌ها بود. در نتیجه، پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آتی اثربخشی بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل در دوره‌های پیگیری کوتاه‌مدت و بلندمدت بررسی گردد، در صورت امکان از

مشارکت نویسندگان

نویسندگان این مطالعه با همدیگر مشارکت و همکاری فعال داشتند.

تشکر و قدردانی

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند که از مسئولان همه مراکز مشاوره شهرستان سبزوار به‌ویژه مسئول مرکز مشاوره‌ای که مداخله در آن انجام شد و زوجین متقاضی طلاق شرکت‌کننده در مطالعه حاضر تشکر و قدردانی نمایند.

References

- Afunts, G., & Jurajda, S. (2024). Who divorces whom: Unilateral divorce legislation and the educational structure of marriage. *Demography*, 61(4), 1097-1116. <https://doi.org/10.1215/00703370-11462868>
- Ahramiyan, A., Sodani, M., & Gholamzadeh Jofreh, M. (2021). The effectiveness of solution - focused therapy on attitudes toward marital infidelity and marital intimacy of married people. *Journal of Psychological Science*. 20(101), 799-811. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.17357462.1400.20.101.6.1>
- Aminzadeh, M. S., & Bolghan-Abadi, M. (2022). Effectiveness of the compassion-focused therapy on self-criticism and marital intimacy among couples. *International Journal of Body, Mind and Culture*, 9(4), 335-342. <http://dx.doi.org/10.22122/ijbmc.v9i4.395>
- Bagarozzi, D. A. (2001). Enhancing intimacy in marriage. New York: Routledge Publisher. <https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9781315787053/enhancing-intimacy-marriage-dennis-bagarozzi>
- Bearkat, F., Amini, N., Deyreh, E., & Shafiabady, A. (2022). The effectiveness of integrated pattern for divorce prevention, based approach encouragement and approach based on compassion and forgiveness on emotional intimacy and family adaptability in divorced spouses. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 13(49), 249-278. <https://doi.org/10.22054/qccpc.2020.48694.2281>
- Caksen, H. (2022). The effects of parental divorce on children. *Psychiatry*, 33(1), 81-82. <https://doi.org/10.22365/jpsych.2021.040>
- Derikvandi A, Esfahaniasl M. (2024). The effectiveness of compassion-focused couple therapy on marital attachment and emotional intimacy of incompatible

روش‌های نمونه‌گیری تصادفی استفاده شود، این پژوهش بر روی زوجین متقاضی طلاق سایر شهرها انجام گردد و در صورت امکان جهت جمع‌آوری داده‌ها از ابزارهای دیگرگزارشی مانند مشاهده یا مصاحبه استفاده شود. آخرین پیشنهاد پژوهشی اینکه اثربخشی بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل با سایر روش‌های آموزشی مورد بررسی و مقایسه قرار گیرد.

به‌طور کلی نتایج این پژوهش نشان داد که بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل باعث افزایش صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق شد. این نتیجه دارای تلویحات کاربردی بسیاری است که متخصصان و برنامه‌ریزان حوزه سلامت خانواده می‌توانند از نتایج آن بهره‌برداری کنند و اقدام به تربیت درمانگرانی در زمینه درمان یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل نمایند. طبق نتایج این مطالعه، طبق نتایج این مطالعه، مشاوران و درمانگران می‌توانند از بسته یکپارچه پیشگیری از طلاق مبتنی بر شفقت، بخشش و تحلیل رفتار متقابل در کنار سایر روش‌های آموزشی و درمانی برای افزایش صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق استفاده نمایند.

تعارض منافع

بین نویسندگان این پژوهش هیچ تضاد منافی وجود نداشت.

حمایت مالی

این پژوهش با هزینه شخصی نویسندگان انجام شد و هیچ حامی مالی نداشت.

موازین اخلاقی

پژوهش دارای کد اخلاق IR.IAU.MSHD.REC.1403.103 از کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی- واحد علوم پزشکی مشهد است. لازم به ذکر است که برای نمونه‌ها اهمیت و ضرورت پژوهش و لزوم رعایت موازین اخلاقی تبیین شد و فرم رضایت‌نامه شرکت در پژوهش به اعضای آنها رسید.

- Pernicano, P. U., Wortmann, J., & Haynes, K. (2022). Acceptance and forgiveness therapy for veterans with moral injury: spiritual and psychological collaboration in group treatment. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 28(2), 57-78. <https://doi.org/10.1080/08854726.2022.2032982>
- Pouryahya, S., Shirkavand, F., Salimi, A., Davarniya, R., & Shakarami, M. (2019). The effect of group forgiveness-based intervention on marital intimacy of women affected by infidelity of spouse. *Journal of Internal Medicine Today*, 25(2), 102-109. <https://imtj.gmu.ac.ir/article-1-3043-en.html>
- Rezaeifar, N., Dousti, Y., & Mirzaian, B. (2019). The effectiveness of psychotherapy based on transactional analysis on marital intimacy and sexual satisfaction in women with non-clinical depression. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, 6(1), 35-42. <http://dx.doi.org/10.21859/ijpn-06015>
- Scheinkman, M., Iasenza, S., Ludwig, K., Cronin, T., Lemor, S., & Papp, P. (2022). Sexual intimacy and aging: An integrative framework to promote intimacy resilience in couple therapy. *Family Process*, 61(2), 456-475. <https://doi.org/10.1111/famp.12767>
- Shakouee, F., & Abolmaali Alhoseyni, Kh. (2020). The effectiveness of interaction analysis training on dependency and marital intimacy of married employees. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 63 (Special Psychology), 43-50. <https://doi.org/10.22038/mjms.2020.16177>
- Shojaei Vazhnany, F., Sohrabi, A., Azizi, A., Mohammadi Rayegani, M., & Nasiri Hanis, G. (2020). The effectiveness of compassion-focused therapy on couple's marital intimacy and emotion regulation. *Rooyesh-e-Ravanshenasi*, 8(12), 11-20. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.2383353.1398.8.12.13.1>
- Song, M. J., Yu, L., & Enright, R. D. (2021). Trauma and healing in the underserved populations of homelessness and corrections: Forgiveness therapy as an added component to intervention. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 28(3), 694-714. <https://doi.org/10.1002/cpp.2531>
- Thiagarajan, P., & McKimm, J. (2019). Mapping transactional analysis to clinical leadership models. *British Journal of Hospital Medicine*, 80(10), 600-604. <https://doi.org/10.12968/hmed.2019.80.10.600>
- Wickrama, K. A. S., O'Neal, C. W., & Klopach, E. T. (2022). Midlife financial strain and later-life health and wellbeing of husbands and wives: Linking and moderating roles of couple intimacy trajectories. *Family Process*, 61(4), 1593-1609. <https://doi.org/10.1111/famp.12749>
- Yang, J. H., Yang, H. J., Jung, S. C., Choi, C., & Bum, C. H. (2024). Comparative analysis of stroke, marital intimacy, marital satisfaction and divorce intention according to the type of participation in marital leisure sports activities. *Behavioral couples. Journal of Psychological Science*. 23(133), 233-250. <http://dx.doi.org/10.52547/JPS.23.133.233>
- Du, X., Chaiviboontham, S., & Sumdaengrit, B. (2024). The experiences of Chinese colorectal cancer survivors in marital intimacy after ostomy creation: A qualitative study. *Belitung Nursing Journal*, 10(2), 222-230. <https://doi.org/10.33546/bnj.3212>
- Erekson, D. M., Griner, D., & Beecher, M. E. (2024). Compassion focused therapy for groups: Transdiagnostic treatment for turbulent times. *International Journal of Group Psychotherapy*, 74(2), 149-176. <https://doi.org/10.1080/00207284.2024.2314278>
- Gilbert, P., Basran, J. K., Raven, J., Gilbert, H., Petrocchi, N., Cheli, S., & et al. (2022). Compassion focused group therapy for people with a diagnosis of bipolar affective disorder: A feasibility study. *Frontiers in Psychology*, 13(841932), 1-33. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.841932>
- Golshan, A., Zargham Hajebi, M., & Sobi-Gharamaleki, N. (2021). The effect of transactional analysis training on intimacy attitude, self-esteem and depression in physically disabled women. *Health Psychology*, 9(36), 25-44. <https://doi.org/10.30473/hpj.2021.54873.4936>
- Hasanpour Asil, B., Zarbakhsh Bahri, M., & Hamzeh, T. (2025). Comparing the effectiveness of group schema therapy and mindfulness-based stress reduction program on psychological symptoms, communication beliefs, and resilience among couples applying for divorce. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 2(2), 1-20. <https://quarterlyecp.com/index.php/ecp/article/view/240>
- Messina, I., Scotta, F., Marchi, A., Benelli, E., Grecucci, A., & Sambin, M. (2021). Case report: Individualization of intensive transactional analysis psychotherapy on the basis of ego strength. *Frontiers in Psychology*, 12(618762), 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.618762>
- Mohammadnia, S., & Foroughi Kaldareh, Z. (2024). *Comparison of resilience, sexual satisfaction, irrational beliefs and marital adjustment in couples seeking divorce and those not seeking divorce in Rasht city*. Tehran: The 5th International & 8th National Conference on Management, Psychology and Behavioral Sciences. <https://www.sid.ir/paper/1366104/fa>
- Moon, K. J., Chung, M. L., & Hwang, S. Y. (2021). The perceived marital intimacy of spouses directly influences the rehabilitation motivation of hospitalized stroke survivors. *Clinical Nursing Research*, 30(4), 502-510. <https://doi.org/10.1177/1054773820924573>
- Muller, T., Suetani, S., Cutbush, J., & Parker, S. (2019). Gaming the system: using transactional analysis to explore dysfunctional processes in clinical supervision. *Australasian Psychiatry*, 27(6), 645-650. <https://doi.org/10.1177/1039856219848830>

Sciences, 14(757), 1-12.
<https://doi.org/10.3390/bs14090757>

Zarotti, N., Poz, R., & Fisher, P. Compassion-focused therapy for an older adult with motor functional neurological disorder: A case study. *Clinical Gerontologist*, 46(3), 457-466.
<https://doi.org/10.1080/07317115.2022.2130124>