



Research paper

The Effectiveness of Compassion-Focused Positive Couple Therapy on Entitlement, Bullying, and Marital Adjustment in Narcissistic Men

Sahar Haghighifard¹; Shahnaz Khaleghipour^{2*}; Mohammad Zare neyestanak³

Abstract

The current study aimed to determine the effectiveness of Compassion-Focused Positive Couple Therapy (CFPCT) on entitlement, bullying and compatibility in narcissistic men. The research's method was semi-experimental in comparison with a control with follow-up. The statistical population was men that came to a counseling center in east of Tehran in 2021, who showed narcissistic symptoms. 30 men who scored lower than others in compatibility with their spouses were selected and randomly assigned into one group of experimental and a control. The research tools were narcissistic personality of Iranian couple questionnaire, bullying in marital relationships, questionnaire of compatibility with spouse, Maladaptive schemas questionnaire, CFPCT protocol. The experimental group received CFPCT as a couple and face-to-face for 2 months in 15 sessions of 100 minutes twice a week. The data were analyzed by repeated measurement analysis of variance test. The results showed that there was a significant difference in entitlement and bullying in marital relations and compatibility with the spouse in the experimental group in comparison with the control one in the post-test phase, this effect continued in a one-month follow-up. Therefore CFPCT can be applied in counseling centers to improve the relationships of narcissistic spouses.

Keywords: Bullying, compassion, entitlement, marital adjustment, positive therapy

¹ Ph.D. student Department of Psychology, Naein Branch, Islamic Azad University, Naein, Iran

² Corresponding Author: Associate Professor, Department of Psychology, Naein Branch, Islamic Azad University, Naein, Iran Sh.khaleghipour@iau.ac.ir

³ Assistant Professor, Department of Psychology, Naein Branch, Islamic Azad University, Naein, Iran

اثربخشی زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در مردان خودشیفته

سحر حقیقی فرد^۱، شهناز خالقی پور^۲، محمد زارع نیستانک^۳

چکیده

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی زوج‌درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری در مردان خودشیفته دارای تعارض زناشویی انجام گرفت. روش پژوهش نیمه آزمایشی با گروه کنترل با پیگیری یک ماهه بود. جامعه آماری مردان خودشیفته دارای تعارض زناشویی یکی از مراکز مشاوره شرق تهران بودند که ۳۰ نفر با نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند و در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. ابزار سبانه شخصیت خودشیفته زوجین ایرانی محمد شارونی و همکاران، پرسشنامه قلدری در روابط زناشویی گل‌پرور، پرسشنامه سازگاری با همسر اسپانیر و همکاران و پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار یانگ بود. گروه آزمایش زوج‌درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت را به صورت زوجی و حضوری به مدت ۲ ماه در ۱۵ جلسه ۱۰۰ دقیقه‌ای هفته‌ای دوبار دریافت کردند. تحلیل داده‌ها با واریانس با اندازه‌گیری مکرر انجام شد. نتایج نشان داد زوج‌درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت، استحقاق و قلدری را کاهش و سازگاری با همسر را افزایش داد و تاثیر مداخله تداوم داشته است. بنابراین زوج‌درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت می‌تواند جهت اصلاح روابط زناشویی مردان خودشیفته مورد توجه قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها: استحقاق، درمان مثبت‌گرا، سازگاری با همسر، شفقت، قلدری

^۱دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی، واحد نایین، دانشگاه آزاد اسلامی، نایین، ایران

^۲نویسنده مسئول: دانشیار، گروه روان‌شناسی، واحد نایین، دانشگاه آزاد اسلامی، نایین، ایران Sh.khaleghipour@iau.ac.ir

^۳استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد نایین، دانشگاه آزاد اسلامی، نایین، ایران

مقدمه

روابط زناشویی موفق براساس ارتباط سازنده و الگوی عاطفی استوار است که آسیب‌های شخصیتی یکی از زوجین تاثیر مستقیم بر روابط صمیمانه دارد. کیفیت روابط به رشد شخصیت بستگی دارد (بابایی گرمخانی و همکاران، ۱۳۹۸). یکی از آسیب‌های شخصیتی تاثیرگذار بر روابط زناشویی زمانی شکل می‌گیرد که یکی از زوجین با شخصیتی خودشیفته^۱ رابطه را ادامه دهد. مطالعات نشان می‌دهد رابطه عمیق مثبت در همسران خودشیفته در درازمدت کاهش می‌یابد. خودشیفته‌ها از همدلی اجتناب کرده، احساس بزرگ منشی داشته و نیاز عمیق به تحسین دارند و برای احساسات دیگران ارزشی قائل نیستند (فارل^۲ و همکاران، ۲۰۱۹). کوهات بر این باور است خودشیفته‌ها خودبرتربینی بسیار نامحدودی دارند، در برابر هر طرد و انتقادی حساس هستند که این ویژگی، عزت نفس شکننده آن‌ها را پنهان می‌کند (ویلیام^۳ و همکاران، ۲۰۲۱). به جهت ایگوی ضعیف از ابعاد عاطفی و روانی سبب نیاز شدیدش به دیگران می‌شود ولی با داشتن تصویری خودکفا از خود، از وابستگی در روابط و ایجاد صمیمیت با دیگران اجتناب می‌کنند. ارتباط آن‌ها با دیگران صرفاً در راستای تایید خودپنداره‌شان می‌باشد. احساسی از غرور که انعکاس عزت نفس شکننده و اضطراب آن‌ها می‌باشد، پاسخ‌های پرخاشگرانه آن‌ها را برانگیخته می‌کند که می‌تواند ناشی از فعال شدن طحوازه آن‌ها باشد (استاربرد^۴ و همکاران، ۲۰۲۰).

یانگ معتقد است طحوازه‌ها قالب‌هایی هستند که از دوران کودکی در ذهن ایجاد شده و کنترل کننده فکر، احساس و رفتار هستند. مطالعات نشان می‌دهد خودشیفتگی با طحوازه استحقاق رابطه دارد (فریس^۵ و همکاران، ۲۰۲۱). افراد با طحوازه استحقاق خود را دارای ویژگی‌های خاص می‌دانند و باور دارند هر چه می‌خواهند می‌بایست فراهم باشد و خود را مستحق دریافت امتیازها و شرایط ویژه می‌دانند (کالوت و همکاران^۶، ۲۰۱۸). رفتارهای محق بودن که ناشی از طحوازه استحقاق است اگر مورد تایید قرار نگیرد می‌تواند رفتار قلدری را در فرد خودشیفته تقویت کند (زاینسکوکسی^۷ و همکاران، ۲۰۲۱).

از دیدگاه الویوس^۸ (۱۹۹۳) قلدری رفتاری است که طی آن در یک رابطه فرد دارای قدرت به صورت کلامی، روانی یا احساسی و فیزیکی آشکارا از بیشتر بودن قدرت خود سوء استفاده می‌کند و با پرخاشگری سعی در ارباب طرف دیگر دارد و توسط وی مورد آزار قرار می‌گیرد. شخصیت قلدر توجه جهت‌داری را در نحوه رفتار افراد به نظام شناختی‌اش دیکته می‌کند. نگرش بدبینانه در یک چرخه معیوب، نظام توجه و پردازش جهت‌دار، تمایل به مجاورت‌جویی زیاد ناشی از سبک دلبستگی آسیب پذیر باعث تمرکز بر رفتارهای پرخاشگرانه، زورگویی و قلدری در روابط با همسر می‌شود (گل پرور و همکاران، ۲۰۲۰). میل به تسلط بر دیگران و اثبات شایستگی خود در برتر بودن عاملی محوری برای بروز قلدری در روابط با همسر است. خودشیفته‌ها حرمت

- 1 . Narcissistic
2. Farrell
3. Williams
- 4 . STARBIRD
- 5 . Freis
- 6 . Calvete
- 7 . Zajenkowski
- 8 . Olweus

خود را با تسلط و ارزش‌زدایی از همسر افزایش می‌دهند که روابط سازگارانه با همسر را تحت تاثیر قرار می‌دهد (زاینسکوکی^۱ و همکاران، ۲۰۲۱).

سازگاری با همسر ارزیابی کلی از وضعیت فعلی رابطه است که می‌تواند انعکاسی از میزان شادی از روابط و یا ترکیبی از خشنود بودن به واسطه وجود بسیاری از عوامل مختص رابطه زناشویی باشد که لازمه آن انطباق سلیقه‌ها، شناخت ویژگی‌های فردی، ایجاد قواعد رفتاری و شکل‌گیری الگوهای گفتگو است. آن‌ها در فرایند زناشویی همانند ابراز محبت و عشق، احترام متقابل، روابط جنسی، تشابه نگرش و چگونگی ارتباط و حل مسئله موفق‌ترند (دادوندی و همکاران، ۱۳۹۹).

الگوی دل‌بستگی آسیب‌پذیر و عزت‌نفس‌شکننده در زوجین خودشیفته بیانگر شفقت نداشتن با خود و سایر افراد است و ارائه درمان‌های موثری که بتواند با تمرکز بر شفقت روابط زوجی را استحکام بخشد قابل توجه است (پارنل^۲ و همکاران، ۲۰۱۸). خود شفقت‌ورزی یک عامل محافظ برای پرورش انعطاف‌پذیری عاطفی محسوب می‌شود که جهت‌گذار از یک رابطه سلطه‌گر تسلیم شده و گسترش یک رابطه محبت‌آمیز بنا شده است (کرایچ^۳ و همکاران، ۲۰۲۰).

در زوج درمانی مثبت گرا جهت دهی ذهن به سمت طرز فکر راه حل محور است که برای نقاط قوت و هیجان‌ات مثبت در رابطه زوجی اهمیت قائل است و یادآوری، همخوانی و همبستگی، نحوه کارکرد مثبت در رابطه با همسر را توضیح می‌دهد و دلیل تعارضات زناشویی را تجربه هیجان‌ات منفی مثل انتقاد، دفاعی بودن، تحقیر و سرزنش می‌داند (اسنایدر و همکاران، ۲۰۱۵)، ترجمه خالقی پور و رحیمی، ۱۴۰۱).

درمان متمرکز بر شفقت گیلبرت (۲۰۰۰) تلفیقی از نظریه‌های مکاتب روان‌شناسی و مذهب است که مستلزم پاسخ‌های متعادل و ذهن آگاه در مقابل ناراحتی‌هاست و اجتناب از احساسات ناراحت کننده نیست. توانایی تبدیل درک، پذیرش و عشق به شکل درونی است. خودشفقتی به جای دور شدن از روایت مشکلات فردی حفظ متانت و قضاوت‌های عادلانه در مواجهه با تجربیات ناخوشایند و خوش‌بینی نسبت به زندگی در زمان حال است. توانایی تبدیل درک، پذیرش و عشق به شکل درونی است (تیموری و همکاران، ۱۴۰۰). مطالعات نشان می‌دهند که شفقت به خود یک راهبرد تنظیم هیجانی موثر در بهبود روابط زوجین است که زمینه را برای شکل‌گیری عواطف مثبت، مهرورزی و خودارزشمندی فراهم می‌کند (نفر^۴، ۲۰۲۲).

در زوج درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت زوجین ضمن تلاش برای مهربان بودن با خود با بهوشیاری زمینه مهرورزی با همسر را یاد می‌گیرند و با ترسیم نقشه عشق در سه حوزه دوستی، کنترل دعوا و ایجاد معانی مشترک تعارضات منفی خود را به تعاملات مثبت تغییر می‌دهند همچنین نگرانی‌هایی که در گذشته پیش آمده و باعث شکاف در رابطه شده را ترمیم کرده و با توجه به رابطه قوی عاطفی و اهداف مشترک براساس روابط استوار نقشه عشق را پایه‌ریزی و با دیدگاه مثبت تعارض را مدیریت می‌کنند (وینتر^۵ و همکاران، ۲۰۲۲).

- 1 . Zajenkowski
- 2 . Parnell
- 3 . Craig
- 4 . Neff
- 5 . Winter

۷۴..... اثربخشی زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در ...

روبین (۲۰۱۹) مطرح کرد استحقاق نادرست در تمایلات جنسی با تنظیم هیجان رشد نیافته رابطه دارد. پژوهش خدمتی (۱۳۹۹) نشان داد خودشفقتی و ارتباط با دیگران با قلدری رابطه منفی دارد. پژوهش چان و تان (۲۰۲۲) نشان داد زوج درمانی مثبت گرا می‌تواند بر خشم، حسادت، مسائل جنسی و پیوند بهتر با شریک زندگی موثر باشد. پژوهش مراد حاصلی و خلعتیری (۱۴۰۰) نشان داد هر دو درمان مثبت‌نگر و شفقت‌ورزی بر خودارزشمندی و مسئولیت‌پذیری تاثیر دارد. مطالعه بابایی و همکاران (۱۳۹۸) (نشان داد مشاوره گروهی با رویکرد شفقت راهبردهای تنظیم هیجان غیرسازگارانه را کاهش می‌دهد و بر رضایت زناشویی تاثیر دارد. پژوهش تیموری و همکاران (۱۴۰۰) نشان داد درمان مبتنی بر شفقت بر تنظیم هیجان زنان آسیب‌دیده از خیانت همسر اثربخش است. پژوهش لسانی و همکاران (۱۴۰۰) نشان داد نقص در شفقت بر خود و احساس شرم در رابطه بین آسیب‌های دوران کودکی و خودشیفتگی نقش میانجی دارد. پژوهش رحیمی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۸) نشان داد ابعاد سازش نیافته خودشیفتگی همانند محق بودن و بهره‌کشی با عشق رابطه منفی دارد و برای کاهش خودشیفتگی می‌توان از بهوشیاری و خودشفقت‌ورزی بهره گرفت.

بنابراین باتوجه به اینکه آسیب‌های ناشی از خودشیفتگی کانون عاطفی خانواده را تحت تاثیر قرار داده و طلاق عاطفی را در خانواده گسترش می‌دهد، توجه به مداخلاتی که بتواند افراد را از بحران‌های ناشی از گسترش آسیب‌های روان‌شناختی و اجتماعی ناشی از تعارضات در حوزه خانواده محافظت کند مورد توجه می‌باشد. بنابراین این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی زوج درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در مردان خودشیفته بود. فرضیه پژوهش عبارتند از: زوج درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در مردان خودشیفته اثربخش است.

روش پژوهش

این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون- پیگیری یک ماهه با گروه کنترل بود. جامعه آماری مردان دارای صفات غیربالینی شخصیت خودشیفته دارای تعارضات زناشویی مراجعه کننده به یکی از مراکز مشاوره شرق تهران در سال ۱۴۰۰ بودند که با روش نمونه‌گیری هدفمند از ۳۷ نفر ۳۰ نفر انتخاب شدند و با انتساب تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. معیارهای ورود، کسب نمره بالاتر از ۲۰ در سیاهه شخصیت خودشیفته زوجین ایرانی، داشتن تعارضات زناشویی طبق تایید مشاور و تمایل به همکاری جهت بیان تجارب زندگی زناشویی بود. سپس از آنها دعوت شد همراه با همسر خود جهت ورود به مداخله زوج درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت‌ورزی شرکت کنند. معیارهای خروج غیبت بیشتر از دو جلسه، دریافت درمان موازی به صورت همزمان و عدم تمایل به ادامه درمان بود. اصول اخلاقی پژوهش شامل تکمیل فرم رضایت آگاهانه، حق خروج از مطالعه، بدون ضرر بودن مداخلات درمانی، در اختیار قرار دادن نتایج به شرکت‌کنندگان و ارائه درمان به گروه کنترل بعد از پایان پژوهش بود.

جهت اجرا در پاییز و زمستان ۱۴۰۰ با فراخوان در رسانه‌های اجتماعی از زوجینی که تمایل داشتند رضایت زناشویی خود را ارتقا دهند دعوت شد به یکی از مراکز مشاوره شرق تهران مراجعه کنند. با بررسی خودشیفتگی مردان و تعارضات زناشویی زوجین افرادی که ملاک‌های ورود را داشتند با روش قرعه کشی در دو گروه قرار گرفتند. گروه آزمایش مداخله زوج‌درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت را ۱۵ جلسه ۱۰۰ دقیقه‌ای به صورت زوجی به مدت ۲ ماه، هر هفته دو جلسه دریافت کرد و پس از آن بلافاصله بعد از اتمام مداخله اجرا شد. سپس بعد از یک ماه مجدداً آزمون پیگیری به عمل آمد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر در برنامه SPSS انجام شد.

ابزار

سیاهه شخصیت خودشیفته زوجین ایرانی^۱: این سیاهه توسط محمد شارونی و همکاران (۱۳۹۸) در زوجین ایرانی روسازی شده است. دارای ۴۰ گویه و هفت عامل اقتدار^۲، خودبسندگی^۳، برتری جویی^۴، تکبر^۵، خودنمایی^۶، محق بودن^۷ و استعمار^۸ است. گویه‌ها به صورت صفر و یک و در دامنه ۰ تا ۴۰ نمره‌گذاری می‌شود. نمرات بالاتر از ۲۰ خودشیفتگی را نشان می‌دهد. ضرایب همسانی درونی عامل‌ها بین ۰/۶۱ تا ۰/۸۳ گزارش شده است. ضرایب همبستگی ۰/۱۶ تا ۰/۴۷ بین عامل‌های خودشیفتگی با تعارض زناشویی و دلزدگی زناشویی از روایی سازه حمایت می‌کند. در این پژوهش ضرایب همسانی درونی عامل‌ها بین ۰/۷۳ تا ۰/۸۶ بدست آمد.

پرسشنامه قلدری زناشویی^۹: پرسشنامه قلدری گل پرور و خبازیان (۱۳۹۴) دارای ۳۰ گویه و شش عامل اهانت و تهدید^{۱۰}، نادیده گرفتن و کم توجهی^{۱۱}، کینه توزی و آزار^{۱۲}، تحقیر^{۱۳}، انتقاد^{۱۴} و فشار کاری غیرمتعارف عمدی^{۱۵} است. گویه‌ها در طیف پنج درجه‌ای هرگز=۱ تا خیلی زیاد = ۵ در دامنه ۳۰ تا ۱۵۰ نمره‌گذاری می‌شود که نمره افزایشی نشان‌دهنده قلدری بیشتر است. پایایی با آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۴ و برای عامل‌ها بین ۰/۶۵ تا ۰/۹۵ است. تحلیل عاملی اکتشافی با چرخش از نوع واریماکس مبتنی بر مولفه‌های اصلی روایی سازه را تایید می‌کند و ۶۶/۲۷ درصد کل واریانس مشترک عامل‌ها را تبیین می‌کند. در این پژوهش ضریب پایایی برای نمره کل ۰/۸۷ بدست آمد.

- 1 . Narcissistic Personality Inventory for Iranian Couples (NPI-IC)
- 2 . authority
- 3 . self-sufficiency
- 4 . superiority
- 5 . vanity
- 6 . exhibitionism
- 7 . entitlement
- 8 . exploitativeness
- 9 . Marital bullying scale(MBS)
- 10 . Insults and threats
- 11 . Ignoring and underestimating
- 12 . Malice and abuse
- 13 . Humiliation
- 14 . Criticism
- 15 . Unconventional work pressure

۷۶..... اثربخشی زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در ...

پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه^۱: فرم کوتاه پرسشنامه ۷۵ سوالی طرحواره ناسازگار اولیه که توسط یانگ و براون^۲ طراحی شده است ۱۵ طرحواره را در پنج حوزه طرد و بریدگی، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری را ارزیابی می‌کند. گویه‌ها در مقیاس لیکرت شش درجه‌ای از ۱= کاملاً غلط تا ۶= کاملاً درست نمره گذاری می‌شوند. نمره بیشتر در هر طرحواره نشان‌دهنده احتمال بیشتر وجود طرحواره ناسازگار است. در این پژوهش شرکت‌کنندگانی که در طرحواره استحقاق نقطه برش ۱۸/۶۳ کسب کرده بودند دارای طرحواره استحقاق شناسایی شدند. یانگ پایایی با روش آلفای کرونباخ را ۰/۹۶ و برای تمام خرده مقیاس‌ها بیشتر از ۰/۸۰ گزارش کرده است (یان^۳ و همکاران، ۲۰۱۸). غیائی و همکاران (۱۳۹۰) ضریب پایایی نمره کل پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ را ۰/۹۴ و روایی همزمان آن با مقیاس نگرش‌های ناکارآمد را ۰/۶۴ گزارش کرده است. در پژوهش حاضر ضریب پایایی برای کل پرسشنامه ۰/۹۳ و برای طرحواره استحقاق ۰/۷۱ به دست آمد.

پرسشنامه سازگاری با همسر^۴: پرسشنامه سازگاری با همسر ۳۲ سوالی که توسط اسپانیر^۵ (۱۹۷۶) اعتباریابی شده دارای چهار عامل رضایت^۶، همبستگی^۷، توافق دو نفری^۸ و ابراز محبت^۹ می‌باشد که به صورت طیف ۶ درجه‌ای از صفر (همیشه اختلاف داریم تا پنج (توافق دائم داریم) نمره گذاری می‌شود. دامنه نمره از صفر تا ۱۶۰ می‌باشد. پایایی آن با آلفای کرونباخ برای عامل‌ها از ۰/۸۰ تا ۰/۹۰ گزارش شده است. عیسی نژاد (۱۳۹۹) پایایی با روش همسانی درونی را ۰/۸۱ گزارش کرده است. روایی همزمان این پرسشنامه با مقیاس رضایت زناشویی لاک-والاس ۰/۹۰ همبستگی مثبت دارد (داودوندی و همکاران، ۱۳۹۹). در این پژوهش همسانی درونی پرسشنامه ۰/۸۴ به دست آمد.

زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت^{۱۰}: گروه آزمایش مداخله زوج‌درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت را طی ۱۵ جلسه ۱۰۰ دقیقه‌ای به صورت زوجی هفته‌ای دو جلسه دریافت کردند. جهت ارزیابی روایی محتوایی بسته از نظرات ۵ متخصص در مورد تطابق محتوایی، تناسب جلسات، زمان اختصاص یافته، ترتیب و کفایت جلسات را در چک لیست نمره گذاری کنند. نسبت روایی محتوایی برای کل اهداف ۰/۸۹ بدست آمد که از سطح ملاک قابل قبول بالاتر است.

جدول ۱: خلاصه محتوای جلسات زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت خالق پور و حقیقی (۱۴۰۱)

جلسات	اهداف	محتوا	تغییر رفتار مورد انتظار	تمرین
-------	-------	-------	-------------------------	-------

- 1 . Early Maladaptive Schemas Questionnaire-Short Form (EMSQ-SF)
- 2 . Young & Brown
- 3 . Yan
- 4 . Dyadic adjustment scale (DAS)
- 5 . Spanier
- 6 . Dyadic Satisfaction
- 7 . Dyadic Cohesion
- 8 . Dyadic Consensus
- 9 . Affectional Expression
- 10 . Compassion-focused positive couple therapy

اول	آشنایی با منطق کار	معرفی طرح «زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت»	پذیرش درمان	فرم قرارداد همکاری
دوم	رابطه فعلی زوجین	شناسایی رابطه فعلی، سنجش سطح تمایز، ارزیابی نیازها و انتظارات و تعهد زوجین	شناخت نیازها و انتظارات	قرم مشکلات، مقیاس مشارکت زناشویی
سوم	رهایی از تجارب فردی گذشته	شناخت ترس ها، خواسته ها و آرزوهای گذشته تاثیرگذار بر روابط با همسر، قاب بندی داستان های فردی منفی از تجارب گذشته و تبدیل آن ها در قالب داستان های زوجی مثبت	چشم انداز جدید به روابط با همسر	داستان های خانوادگی قبل از ازدواج، مجسمه سازی خلاقانه
چهارم	مذاکره سازنده	گفتگوی "آنچه اتفاق افتاده، گفتگوی احساسات و نیازها و گفتگوی هویت، موانع ابراز احساسات (اضطراب، بازداری، شرم)، درک احساسات همسر با شفقت، استفاده نکردن از تحقیر و رفتار دفاعی	پذیرش ذهن آگاهانه احساس خود و همسر	فرم ثبت روزانه احساسات و نیازها
پنجم	گوش دهی فعال	گوش دهی فعال شامل روشن کردن، بازخورد، گوش دادن با بدن، همدلی، تعویض نقش و از موضع طرف مقابل استدلال کردن، موانع گوش دادن شامل فکر خوانی، مرور ذهنی، قضاوت کردن، نصیحت کردن، برحق بودن و از ریل خارج شدن و تسلی دادن	روابط مثبت	تمرین مهارت گوش دهی
ششم	موانع روابط متقابل	تغییر روش های آزارنده شامل اهمیت ندادن، کناره گرفتن، تهدید و آشنایی با موانع ارتباطی شامل قربانی دیدن خود، تناقض نهفته و نقاط همیشه تاریک	حذف روش های آزارنده در رابطه	فرم ثبت اختلاف
هفتم	مهارت مدیریت عصبانیت و استحقاق	تحلیل افکار محرک، شناسایی ملامت گرها و بایدها شامل استدلال نادرست محق بودن، عدالت و تغییر، با جرات و احترام مذاکره کردن، مقاومت در بایدها با اصل مسئولیت شخصی، ایجاد منابع جدید حمایت	اجرای کردن اصل مسئولیت شخصی	فرم سنجش عصبانیت
هشتم	تقویت روابط متقابل	انجام رفتارهای مهرآمیز، درخواست رفتارهای مهرآمیز، رفتارهای مهرآمیز متقابل همراه با احترام، همدلی و پذیرش	تولید عناصر مثبت ارتباطی	تعهدنامه رفتارهای مهرآمیز، حساب بانکی عاطفی
نهم	مدیریت هیجان	مدیریت هیجانات در طول گفتگو، ابهام نداشتن محتوای پیام، عدم شخصی سازی افراطی، یادآوری نیات خوب خود و همسر با بازگویی مشکل، تایید کردن، عبارات اعتباربخش، قدردانی برای اعتباربخشی	سیستم مشارکتی	ایفای نقش معکوس، "نخواهید که برنده شوید"
دهم	تایام ارتباطی	یادآوری عناصر مثبت رابطه زوجی، مرور خاطرات گذشته برای یافتن رفتارهای مراقبت آمیز و تجارب تاییدکننده عشق به همدیگر و ترکیب آن ها در قالب داستانی زوجی و اختصاص نام "زوج انعطاف پذیر"	رابطه انعطاف پذیر	نوشتن داستان زندگی زوجی و خواندن آن با صدای بلند
یازدهم	مهارت شفقت ورزی	شفقت از درون به بیرون، تامل در مورد احساس های خود و همسر، توصیف مغزآگاه، منطقی و هیجانی، توصیف توجه، رفتار، استدلال و احساس مشفقانه و غیر مشفقانه، چگونه مهربان بودن با خود و همسر با حالت ذهن آگاهانه، اتصال	پذیرش مسئولیت هیجان ها	تصویرسازی ذهنی رفتار مشفقانه نگاه کردن در آینه روابط

۷۸ اثربخشی زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در ...

	همدلانه، جدایی اتحاد یافته و ایجاد تحمل، تجربه حسی و تصویر مهربانانه از خود و همسر		
دوازدهم	مدیریت تعارض با شروع ملایم، پرسیدن سوال، باز تعبیر مثبت، باز تولید تعاملات و رفتارهای مثبت به صورت تجسمی و واقعی، پرسش های مثبت گرا، عمق بخشیدن خلاقانه به رابطه با انجام فعالیت های غیر منتظره و مهربانانه برای همسر	تسهیم فعالیت های مثبت، سه یادآوری برای سپاسگزاری از همسر، پنج ساعت جادویی	مدیریت تعارض
سیزدهم	شناسایی افکار بدبینانه و مجادله، بیان خوبی هایی که در رابطه وجود دارد، بیان مهربانی ها و الطافی که توسط همسر انجام گرفته و توجه به واکنش های وی، یادآوری و بیان توانمندی های همسر، قدردانی از همسر، انجام کارهای مشترک، تقدیر از همسر با جشن کوچک، ابداع روش هایی برای افزایش تجارب هدفمند، پذیرش شوخ طبعی همسر، تجسم موفقیت های آینده	تصویرسازی همسر مهربان	تقویت عناصر مثبت ارتباطی
چهاردهم	تلاش اصلاحی برای حل تعارض، باز نویسی مشکل در راستای پیامد مطلوب، تعیین اهداف، ارائه راه حل با مشارکت همدیگر	یادگیری روش حل مسئله	پرورش فضای حل مسئله
پانزدهم	تعیین ارزش ها در رابطه با همسر، خلق معنای مشترک در زندگی زوجی، شناسایی اهداف ارزشمند خود در رابطه زناشویی، تمرکز بر عشق و دل بستگی، خود کاوی، بخشش خود و پذیرش اشتباهات، دیدن شایستگی ها و توانمندی های خود و همسر، بازسازی حس احترام و پذیرش رادیکالی همسر با وجود تفاوت ها، خوش بینی به همسر، توجه به شریک زندگی به عنوان دارایی و نه آسیب رسان یا نجات بخش	فرم ارزش ها در رابطه با همسر، تکنیک های خنثی سازی، فاصله گرفتن از صدای ذهن و تکنیک روی دیگر سکه	پذیرش و تعهد تغییر

یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۳۰ زوج حضور داشتند. میانگین سنی در گروه آزمایش ۳۷/۴۱ و میانگین سنی در گروه کنترل ۳۶/۵۳ بود. تعداد فرزندان در گروه آزمایش ۴۶/۶۷ درصد دارای یک فرزند، ۴۰ درصد دارای دو فرزند و ۱۳/۳۳ درصد بدون فرزند بوده‌اند. در گروه کنترل ۴۰ درصد دارای یک فرزند، ۵۳/۳ درصد دارای دو فرزند و ۶/۷ درصد بدون فرزند بوده‌اند. میزان تحصیلات در گروه آزمایش ۳۳/۳۳ درصد دکتری، ۲۶/۶۷ درصد فوق لیسانس، ۲۰ درصد لیسانس و ۲۰ درصد فوق دیپلم و دیپلم بوده‌اند. در گروه کنترل ۲۶/۶۷ درصد دکتری، ۴۰ درصد فوق لیسانس، ۲۶/۶۳ درصد لیسانس و ۶/۷ درصد فوق دیپلم و دیپلم بوده‌اند. میانگین مدت ازدواج در گروه آزمایش ۸/۹۱ و در گروه کنترل ۷/۳۶ سال بود.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار متغیر های مورد مطالعه گروه آزمایش و کنترل به تفکیک مراحل سنجش

متغیر	مرحله	آزمایش		کنترل
		میانگین	انحراف معیار	
استحقاق	پیش آزمون	۲۴/۱۳	۰/۳۲	۰/۲۳
		۲۴		

۰/۳۶	۲۶/۴۳	۰/۲۰	۱۳/۲۰	پس آزمون	
۰/۳۳	۲۵/۶۰	۰/۱۸	۱۳/۰۶	پیگیری	
۰/۵۸	۷۰/۲۶	۰/۶۳	۶۹/۸۶	پیش آزمون	
۰/۶۲	۶۹/۸۰	۰/۵۸	۴۷/۹۳	پس آزمون	قلدری
۲/۸۵	۶۹	۰/۴۹	۴۶/۸۳	پیگیری	
۰/۳۳	۷۵	۰/۳۵	۷۵/۴۶	پیش آزمون	
۰/۴۱	۷۴/۴۶	۱/۲۶	۱۱۱/۶۶	پس آزمون	سازگاری با همسر
۰/۴۷	۷۴/۶۶	۱/۵۶	۱۱۳/۰۶	پیگیری	

ابتدا مفروضه‌های آماری تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر بررسی شد. برای بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون شاپیرو-ویلک استفاده شد. آماره‌ها و مقدار احتمال در متغیر طرحواره استحقاق ($\text{Statistic}=0/819 \text{ sig}= 0/517$)، در قلدری ($\text{Statistic}=0/817 \text{ sig}= 0/327$) و سازگاری با همسر ($\text{Statistic}=0/907 \text{ sig}= 0/411$) نشان داد، داده‌ها از توزیع نرمال برخوردار است. جهت بررسی مفروضه همگنی واریانس‌ها با آزمون لون در طرحواره استحقاق ($0/298$) واریانس دو جامعه تایید شد. در بررسی مفروضه ماتریس کواریانس - واریانس نتایج نشان می‌دهد پیش فرض تساوی واریانس کواریانس برای استحقاق ($F = 1/52, \text{BoxsM} = 0/710, \text{sig} = 0/161$)، قلدری ($F = 1/79, \text{BoxsM} = 0/983$)، سازگاری با همسر ($F = 1/61, \text{BoxsM} = 0/891, \text{sig} = 0/125$) است که نشان می‌دهد مفروضه یکسانی کواریانس رعایت شده است. نتایج آزمون موجلی نشان می‌دهد که فرض کرویت برای هر سه متغیر استحقاق ($0/02 = \text{sig}, W = 0/08$)، قلدری ($0/01 = \text{sig}, W = 0/17$) و سازگاری با همسر ($0/01 = \text{sig}, W = 0/11$) برقرار نیست. براین اساس در آزمون فرضیه‌ها از معیار گرین هاوس گیسر استفاده می‌شود. در متغیر استحقاق نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد بین پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری و تعامل زمان با گروه تفاوت معنی‌داری وجود دارد. مجذور سهمی اِتا برای عامل زمان $0/42$ ، عامل زمان و گروه $0/38$ ، عامل گروه $0/65$ است. در متغیر قلدری نتایج نشان می‌دهد بین پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری و تعامل زمان با گروه تفاوت معنی‌داری وجود دارد. مجذور سهمی اِتا برای زمان $0/63$ و برای زمان و گروه $0/54$ و برای گروه $0/36$ است. در متغیر سازگاری با همسر بین پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری و تعامل زمان با گروه تفاوت معنی‌داری وجود دارد. مجذور سهمی اِتا برای زمان $0/49$ ، تعامل زمان و گروه $0/68$ و برای گروه $0/72$ می‌باشد.

جدول ۳: آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری تکراری برای متغیرهای پژوهش

متغیرها	منابع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	اندازه اثر
---------	-------------	---------------	------------	-----------------	---	------------

۸۰..... اثربخشی زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در ...

۰/۴۲	*۷۶/۱۳	۱۹۴۵۹/۹۷	۱/۲۵	۳۸۹۱۹/۹۴	زمان	
۰/۳۸	*۳۲/۴۵	۱۱۴۵۵/۲۸	۱/۶۵	۲۲۹۱۰/۵۶	تعامل زمان × گروه	استحقاق
۰/۶۵	*۵۳/۷۱	۳۲۴۸۹/۷۶	۱	۳۲۴۸۹/۷۶	گروه	
۰/۶۳	*۳۸/۴۰	۹۳۸۱/۱۰	۱/۱۷	۱۸۷۶۲/۲۱	زمان	
۰/۵۴	*۲۴/۴۷	۵۴۶۷/۰۹	۱/۸۷	۱۰۹۳۴/۱۸	تعامل زمان × گروه	قلدری
۰/۳۶	*۳۱/۹۱	۱۲۵۴۰/۲۹	۱	۱۲۵۴۰/۲۹	گروه	
۰/۴۹	*۶۰/۹۸	۴۳۱۳۳/۹۳	۱/۰۶	۸۶۲۶۷/۸۷	زمان	
۰/۶۸	*۹۱/۸۷	۲۷۱۸۴/۶۱	۱/۹۱	۵۴۳۶۹/۲۳	تعامل زمان × گروه	سازگاری با همسر
۰/۷۲	*۷۲/۶۵	۸۳۴۰۹/۱۰	۱	۸۳۴۰۹/۱۰	گروه	

*P≤0/05

جدول ۴ نتایج آزمون تعدیل بونفرونی را برای هم‌سنجی نمرات نشان می‌دهد. در گروه آزمایش میانگین نمرات طرحواره استحقاق و قلدری در مرحله پس‌آزمون در مقایسه با پیش‌آزمون کاهش داشته است. مقایسه نمرات پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد تاثیر مداخله بر استحقاق و قلدری تداوم داشته است. همچنین در گروه آزمایش میانگین نمره سازگاری با همسر در مرحله پس‌آزمون در مقایسه با پیش‌آزمون افزایش معنادار داشته است. مقایسه نمرات پس‌آزمون و پیگیری نشان می‌دهد تاثیر مداخله بر سازگاری با همسر تداوم داشته است ($p \leq 0/05$).

جدول ۴: نتایج آزمون بونفرونی برای مقایسه میانگین‌های نمرات متغیرهای پژوهش در سه مرحله

متغیرها	مراحل	میانگین تعدیل شده	تفاوت مراحل	تفاوت میانگین
	پیش آزمون	۲۴/۴۳	پیش آزمون-پس آزمون	*۱۰/۹۳
استحقاق	پس آزمون	۱۳/۲۹	پیش آزمون-پیگیری	*۱۱/۰۷
	پیگیری	۱۳/۱۶	پس آزمون-پیگیری	۰/۱۴
قلدری	پیش آزمون	۶۹/۸۳	پیش آزمون-پس آزمون	*۲۱/۹۳
	پس آزمون	۴۷/۹۷	پیش آزمون-پیگیری	*۲۲/۹۳
	پیگیری	۴۶/۸۶	پس آزمون-پیگیری	۱/۰۱
سازگاری با همسر	پیش آزمون	۷۵/۵۳	پیش آزمون-پس آزمون	*-۳۶/۲۰
	پس آزمون	۱۱۱/۷۲	پیش آزمون-پیگیری	*-۳۷/۶۰
	پیگیری	۱۱۳/۴۹	پس آزمون-پیگیری	-۱/۴۰

بحث و نتیجه‌گیری

این مطالعه با هدف اثربخشی زوج درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در مردان خودشیفته انجام گرفت. براساس یافته‌ها این مداخله بر استحقاق اثربخش بود که با پژوهش روبین (۲۰۱۹) همسو بود. براساس دیدگاه کوهات استحقاق، موجب توجه به خواسته‌های خود و بی‌مسئولیتی می‌شود و در مواقعی فعال می‌شود که فرد خودشیفته احساس کند مورد سرزنش و قضاوت همسر قرار گرفته است که در این وضعیت با توجه به دیدگاه نف (۲۰۲۲) با تحریک شبکه‌های عصبی چندگانه مغز در مراکز شناخت و هیجان، رفتار همسر، توهین‌آمیز و رنج‌آور تصور می‌شود و زمینه شرم فرد را موجب می‌شود، فرد خودشیفته به نشانه تلافی به نیازهای همسر، بی توجه می‌شود. براساس رویکرد اسنایدر (۲۰۱۵) درمان مثبت‌نگر مبتنی بر شفقت در زوج‌ها با فعال کردن فضیلت‌های عشق و مهرورزی، خرد، شادی و صبر، انعطاف‌پذیری و سرمایه روانی را ارتقا داده، با پذیرش مسئولیت هیجان‌ها به طور ذهن‌آگاهانه، ضمن توجه به حقوق خود و همسر به دور از هر گونه تحقیر و سرزنش، به توانمندی‌های مثبت همسر توجه می‌شود. همچنین با فن نگاه در آینه روابط، فرد خواسته‌ها، قضاوت‌ها، انتظارات و دلبستگی‌های خود را می‌بیند و با پذیرش مسئولیت هیجان‌های خود با مهربانی و کنجکاوای تمام علائم هشداردهنده نگرانی تغییر یافته و طرحواره استحقاق غیرفعال می‌شود. با فعال شدن عاطفه مثبت پنهان و تعادل یافتگی ایگو، رفتارهای منفی و غیر اخلاقی جایش را به رفتارهای فضیلت محور می‌دهد باعث بازسازی کفایت، خودارزشمندی و رضایت شده، شدت رفتارهای استحقاق در رابطه زوجی را کاهش می‌دهد.

نتایج دیگر پژوهش نشان داد زوج درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت بر قلدری اثربخش بود. یافته‌های این پژوهش هم جهت با پژوهش خدمتی (۱۳۹۹) بود. با توجه به دیدگاه فارل (۲۰۱۹) می‌توان مطرح کرد در افراد خودشیفته به جهت کمال‌گرایی و انتظارات ایده‌آل‌گرایانه از همسر، نحوه رفتار به طور ناخواسته قلدرانه شده، منجر به تداوم خودشیفتگی و همدلی عاطفی پایین در روابط می‌شود و احساس عدم امنیت و تعلق‌پذیری و گرایش‌های خودمحورانه را تقویت می‌کند. این رفتار ناخواسته موجب قربانی شدن همسر می‌شود. زوج درمانی مثبت‌نگر مبتنی بر شفقت با رویکرد نف (۲۰۲۲) به عنوان یک سبک هیجانی مثبت و یک ویژگی پایدار جایگزین بدتنظیمی هیجانی شده، موجب تنظیم و تعادل هیجان می‌شود که به جای پذیرش منفعلانه و تسلیم در برابر موقعیت‌ها، با شکل‌گیری رابطه مراقبت‌محور در شرایط رنج کمک می‌کند با موقعیت‌ها بهتر کنار بیاید و امنیت هیجانی ایجاد شود، توجه به نیازها و خواسته‌های تعادل یافته بیشتر می‌شود، به صورتی که زوج‌ها می‌توانند با احترام و بدون سرزنش یکدیگر قضاوت‌ها و خواسته‌های ایده‌آل‌گرایانه خود را مشاهده کنند و با درک و اصلاح الگوهای ناسازگار رفتاری و هیجانی بر رفتار قلدری فرد خودشیفته تاثیر بگذارند.

نتایج دیگر پژوهش نشان داد زوج درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت بر سازگاری با همسر در مردان خودشیفته اثربخش بود. یافته‌های این پژوهش با نتایج پژوهش‌های چان و تان (۲۰۲۲) و مرادحاصلی و خلعتبری (۱۴۰۰) همراستا می‌باشد. با توجه به دیدگاه استاربرید (۲۰۲۰) خودشیفته‌ها به جهت ایگوی ضعیف نمی‌توانند با همسر خود صمیمی شوند و ارتباط آن‌ها فقط در جهت تایید خودپنداره‌شان می‌باشد که اگر با عدم تایید مواجه شوند در روابط شان ناسازگاری نشان می‌دهند. زوج درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت با تمرین سرمایه‌گذاری عاطفی و روابط مراقبت‌محور، زوجین را ترغیب می‌کند به خواسته‌ها و نیازهای همسر با مهربانی، انعطاف‌پذیری و حمایت‌گرایانه پاسخگو باشند و با رفتارهای تاییدی و توجه به یکدیگر کانون مثبتی

۸۲..... اثربخشی زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در ...

را برای روابط بهتر آغاز کنند، این مسئله موجب می‌شود فرد خودشیفته احساس کند بدون سرزنش و نادیده گرفته شدن با همدلی و روابط مراقبت محور مورد محبت و پذیرش همسر قرار می‌گیرد. این اشتیاق و انگیزش بر حالت مثبت خلقی و پذیرش همسر تاثیر می‌گذارد، خاطرات ضمنی نگران‌کننده بازسازی می‌شود و صمیمیت و سازگاری زناشویی ارتقا می‌یابد. در مجموع زوج درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر شفقت باعث مهارتی می‌شود که زوجین با تعهد به کار روی داستان "ما" پیامد داستان منفی زندگی‌شان را در قالب یک داستان مثبت قاب‌بندی کنند، تجارب و انتظارات خود را در قالب علاقه به ایجاد یک داستان منسجم یکپارچه کنند که از پیامدهای آن تاثیر مثبت بر رفتارهای استحقاق، قلدری و ناسازگاری با همسر در زوج خودشیفته می‌باشد.

از محدودیت‌های این پژوهش این است که گروه مورد هدف مردان خودشیفته دارای تعارض زناشویی در شهر تهران بوده‌اند که با توجه به خاص بودن نمونه‌ها نمی‌توان داده‌های مختص به یک جامعه خاص را به سایر جوامع اختصاص داد. این پژوهش به مقایسه با سایر درمان‌ها نپرداخته است. فقط تاثیر پیگیری یک ماهه بررسی شده و پیگیری ۶ ماهه و یک ساله ارزیابی نشده است. بنابراین پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده مرحله پیگیری بلندمدت برای ارزیابی ماندگاری مداخله اجرا شود، از سایر مداخلات برای مقایسه با درمان حاضر استفاده شود و مشاوران خانواده از این درمان جهت کاهش قلدری زناشویی و طرحواره استحقاق و بهبود سازگاری زناشویی در زوجینی که دارای همسر خودشیفته هستند استفاده کنند.

تشکر و قدردانی

این پژوهش برگرفته از رساله دکتری سحر حقیقی فرد است، نویسندگان مراتب تشکر خود را از شرکت کنندگانی که با پژوهشگران همکاری کرده اند اعلام می‌دارد.

منابع

- اسنايدر، سی آر و لویز، سی جی. (۲۰۱۵). روان شناسی مثبت نگر، علم توانمندی های انسان، ترجمه شهناز خالقی پور؛ سعید رحیمی (۱۴۰۱) اصفهان: انتشارات دانشگاه ازاد اسلامی نجف آباد. ۱-۶۷۶.
- بابایی گرمخانی، محسن؛ کسایی، عبدالرحیم؛ زهراکار، کیانوش و اسدپوره اسماعیل. (۱۳۹۸). اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر شفقت، بر راهبردهای تنظیم هیجان و رضایت زناشویی زنان پیمان شکن دارای خیانت سایبری. مشاوره و روان درمانی خانواده، ۹(۲)، ۷۳-۹۲.
- ۲۰۰۱۰۱۰۱.۲۲۵۱۶۶۵۴.۱۳۹۸.۹.۲۴۰.
- تیموری، زهره؛ مجتبابی، مینا؛ و رضا زاده، محمدرضا. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار و درمان مبتنی بر شفقت خود بر تنظیم هیجان در زنان آسیب دیده از خیانت همسر. مجله علوم پزشکی گیلان، ۲(۳۰)، ۱۳۰-۱۴۳.
- 20.1001.1.23223065.1400.11.4.1.0
- خدمتی، نسرين. (۱۳۹۹). بررسی نقش ارضاء نیازهای بنیادین روانشناختی و خودشفقت ورزی در پیش بینی قلدری دانش آموزان دبیرستانی .
- رویش روان شناسی ، ۹(۲)، ۶۵-۷۲ . 20.1001.1.2383353.1399.9.2.14.9
- داودوندی، مریم، نوابی نژاد، شکوه و ولی اله، فرزاد (۱۳۹۹). اثربخشی زوج درمانی هیجان-محور بر بهبود سازگاری زناشویی و صمیمیت زوجها. فصلنامه خانواده و پژوهش، ۱۵(۱)، ۵۶-۳۹ . ۲۰۱۰۰۱۰۱.۲۶۷۶۶۷۲۸.۱۳۹۷.۱۵.۱.۳۰.۱

رحیمی نژاد، عباس؛ رضازاده، رضا؛ قربانی، نیما؛ درخشان، مرضیه. (۱۳۹۸). ارتباط ابعاد سازش یافته و سازش نایافته خودشیفتگی با عشق: نقش واسطه‌ای بهوشیاری و خودمهارگری. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۸(۸۴)، ۲۲۴۷-۲۲۵۵. [10.22059/JAPR.2020.277483.643200](https://doi.org/10.22059/JAPR.2020.277483.643200).

عیسی نژاد، امید و علیزاده، زینب. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش تقویت مقابله زوجی بر سازگاری زناشویی و راهبردهای مقابله‌ای زوجی، فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی، ۱۱(۱)، ۶۷-۸۵. [10.22059/JAPR.2020.277483.643200](https://doi.org/10.22059/JAPR.2020.277483.643200).

غیاثی، مهناز، مولوی، حسین، نشاط دوست، حمید طاهر، & صلواتی، مژگان. (۱۳۹۰). بررسی ساختار عاملی پرسشنامه‌ی طرحواره‌ی یانگ (نسخه‌ی سوم فرم کوتاه) در شهر تهران. *دست‌آوردهای روان‌شناختی*، ۱۸(۱)، ۹۳-۱۱۸.

گل‌پرور، محسن و خبازیان، بیتا. (۱۳۹۴). رابطه شخصیت خودشیفته و دل‌بستگی آسیب‌پذیر با قلدری (زورگویی) و سرمایه روان‌شناختی. *روان‌شناسی بالینی و شخصیت*، ۱۳(۲)، ۱۳۹-۱۴۸. [10.22059/JAPR.2020.277483.643200](https://doi.org/10.22059/JAPR.2020.277483.643200).

لسانی سمانه، شاهقلیان مهناز، سرافراز مهدی رضا، عبداللهی محمدحسین. (۱۴۰۰). پیش‌بینی نارسیسیزم آسیب‌شناختی بر اساس آسیب‌های دوران کودکی و به واسطه‌ی نقص در شفقت خود و احساس شرم. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۰(۹۷)، ۷۷-۸۸. [10.22059/JAPR.2020.277483.643200](https://doi.org/10.22059/JAPR.2020.277483.643200).

[20.1001.1.17357462.1400.20.97.6.3](https://doi.org/10.22059/JAPR.2020.277483.643200)

محمدشارونی، رضوان؛ حسین زاده تقوایی، مرجان؛ شکری؛ امید؛ دانش، عصمت و برجعلی، احمد. (۱۳۹۸). مشخصه‌های روان‌سنجی نسخه‌ی فارسی سیاهه‌ی شخصیت خودشیفته در زوجین ایرانی: ساختار عاملی، روایی و پایایی. *روان‌سنجی*، ۷(۲۸)، ۱۷۱-۱۴۹.

مراذحاصلی، نرگس، خلعتبری. جواد. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی درمان مثبت‌نگر با درمان متمرکز بر شفقت بر خودارزشمندی، بهزیستی، مسئولیت‌پذیری و خودمراقبتی بیماران مبتلا به سرطان پستان. *مطالعات اسلامی در حوزه سلامت*، ۴(۳)، ۳۹-۶۰. [10.22059/JAPR.2020.277483.643200](https://doi.org/10.22059/JAPR.2020.277483.643200).

[2022.254249.1088/۱۰.۳۰۴۸۳](https://doi.org/10.22059/JAPR.2020.277483.643200)

Babaei, M., Kasaii, A., Zaharakar, K., & Asadpor, E. (2020). Effectiveness of compassion-focused group counseling on emotion regulation strategies and marital satisfaction of betrayal women with cyber infidelity. *Family Counseling and Psychotherapy*, 9(2), 73-92. (Text in Persian). <https://doi.org/10.22059/JAPR.2020.277483.643200>

Calvete, E., Fernández-González, L., González-Cabrera, J. M., & Gámez-Guadix, M. (2018). Continued bullying victimization in adolescents: Maladaptive Schemas as a Mediation Mechanism. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(3), 650-660. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0677-5>.

Chan, E. W. L., & Tan, H. J. R. (2022). Positive psychology couple schema therapy: A new model of couple therapy focusing on reigniting couple attraction via schema therapy and positive psychology. *Journal for ReAttach Therapy and Developmental Diversities*, 2(2), 61-69. <https://doi.org/10.26407/2019jrtd.1.24>

Craig, C., Hiskey, S., & Spector, A. (2020). Compassion-focused therapy: a systematic review of its effectiveness and acceptability in clinical populations. *Expert Review of Neurotherapeutics*, 20(4), 385-400. <https://doi.org/10.1080/14737175.2020.1746184>.

Davoudvandi, M., Navabinejad, P. D., & Farzad, P. D. (2018). The effectiveness of emotionally focused couple therapy in improving marital adjustment and couples' intimacy. *Quarterly Journal of Family and Research*, 15(1), 39-56. (Text in Persian). <https://doi.org/10.22059/JAPR.2020.277483.643200>.

Isanejad, O & Alizade, Z. (2020). The Effectiveness of Couples Coping Enhancement Training (CCET) on Marital Adjustment and Marital Coping Strategies, *Applied Psychological Research Quarterly*, 11(1), 67-85. (Text in Persian). <https://doi.org/10.22059/JAPR.2020.277483.643200>.

- ۸۴..... اثربخشی زوج درمانی مثبت گرا مبتنی بر شفقت بر استحقاق، قلدری و سازگاری با همسر در ...
- Farrell, A. H., & Vaillancourt, T. (2019). Developmental pathways of perfectionism: Associations with bullying perpetration, peer victimization, and narcissism. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 65(1), 101065. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2019.101065>.
- Freis, S. D., & Hansen-Brown, A. A. (2021). Justifications of entitlement in grandiose and vulnerable narcissism: The roles of injustice and superiority. *Personality and Individual Differences*, 168, 110345. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110345>
- Ghiasi, M., Molavi, M., Neshatdost, H., & Salavati, M. (2011). The Factor Structure of Farsi Version of Young Schema Questionnaire-S3 in Two Groups in Tehran. *Psychological Achievements*, 18(1), 93-118, (Text in Persian).
- Golparvar, M., & Khabazian, B. (2015). The Relationship between narcissistic personality and vulnerable attachment with bullying and psychological capital. *Clinical Psychology and Personality*, 13(2), 139-148. (Text in Persian). <https://doi.org/10.22070/13.2.139>.
- Khedmati, N. (2020). The role of satisfying basic psychological needs and self-compassion in predicting bullying in high school. *Rooyesh-e-Ravanshenasi*, 9(2), 65-72. (Text in Persian). <https://doi.org/20.1001.1.2383353.1399.9.2.14.9>.
- Lessani S, Shahgholian M, Sarafraz MR, Abdollahi MH. (2021). Prediction of pathological narcissism based on childhood trauma with the mediating role of self-compassion deficit and shame. *Journal of Psychological Science*. 20(97), 77-88. (Text in Persian). <https://doi.org/20.1001.1.17357462.1400.20.97.6.3>.
- Mohamad Sharooni, R., Hosein zade Taghvai ,M., Shokri, O., Danesh , E., BorjAli, A (2019). Psychometric Properties of the Farsi Version of the Narcissistic Personality Inventory among Iranian Couples: Factor Structure, Validity and Reliability. *Psychometry*, 7(28), 149-171. (Text in Persian).
- Moradhaseli,T& Khalatbari.(2020). Comparison of the Effectiveness of Positive Psychotherapy and Compassion Focused Therapy in Promoting Self-Worth and Psychological Well-Being in Breast Cancer Patients. *Razavi International Journal of Medicine*, 10(2), 17-22. <https://doi.org/10.30483/RIJM.2022.254249.1088>.
- Neff, K. D. (2022). Self-Compassion: Theory, Method, Research, and Intervention. *Annual Review of Psychology*, 74, 193-218. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-032420-031047>.
- Parnell, K. J., & Hammer, J. H. (2018). Deciding on couple therapy: The role of masculinity in relationship help-seeking. *Psychology of Men & Masculinity*, 19(2), 212. <https://doi.org/10.1037/men0000098>.
- Rahiminezhad A, rezazadeh R, ghorbani N, derakhshan M. (2020). The relationship between adapted dimensions and unexplained compromise with love: the mediating role of self-care and self-control. *Journal of Psychological Science*, 18(84), 2247-2255. (Text in Persian). <https://doi.org/20.1001.1.17357462.1398.18.84.5.2>.
- Ruben, D. (2019). Chapter 4 - Mis-entitlement of thrill-seeking sexual assaults in individuals with unregulated urges (establishing operations) .*Behavioral Forensics*, 113-127. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-819805-6.00004-X>.
- Snyder, C. R & Lopez, S, G. (2015). *Positive Psychology*, Translated by Khaleghipour S & Pordanjani Rahimi, S. New York Published by Oxford University Press, Inc.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 15-28. <https://doi.org/10.2307/350547>
- Starbird, A. D., & Story, P. A. (2020). Consequences of childhood memories: Narcissism, malevolent, and benevolent childhood experiences. *Child Abuse & Neglect*, 108, 104656. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104656>.

- Teymori Z, Mojtabaei M, Rezazadeh SMR.(2021).Comparison of the Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy and Selfcompassion-based Therapy On Emotion Regulation In Women Affected by Infidelity. *Journal of Guilan University of Medical Sciences*; 30(2):130-143.(Text in Persian). <https://doi.org/20.1001.1.23223065.1400.11.4.1.0>.
- Williams, R., Casini, M. P., Moselli, M., Frattini, C., & Ronningstam, E. (2021). The road from pathological narcissism to suicidality in adolescence: An empirical study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9761.<https://doi.org/10.3390/ijerph18189761>.
- Winter, F., Mander, J., Jarczok, M. N., Warth, M., Negi, L. T., Harrison, T. & Aguilar-Raab, C. (2022). Change Mechanism of Cognitively-Based Compassion Training for Couples with Depression: An Exploratory Empirical Investigation of Process Variables. *Journal of Integrative and Complementary Medicine*. 28(7):591-599. <https://doi.org/10.1089/jicm.2022.0497>.
- Young, J.E. and Brown, G. (1990) Young Schema Questionnaire. Cognitive Therapy Center of New York, New York.
- Yan, Y., Wang, J., Yu, W., He, L., & Oei, T. P. (2018). Young Schema Questionnaire: Factor structure and specificity in relation to anxiety in Chinese adolescents. *Psychiatry investigation*, 15(1), 41. <https://doi.org/10.4306/pi.2018.15.1.41>.
- Zajenkowski, M., & Gignac, G. E. (2021). Narcissism and intelligence among couples: Why are narcissistic women perceived as intelligent by their romantic partners? *Personality and Individual Differences*, 172, 110579. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110579>.

تناقض و حمایت مالی

این پژوهش بدون دریافت حمایت مالی از سازمانی خاص انجام شده است و هیچ‌گونه تعارض منافی برای نویسندگان وجود ندارد.



This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0 license) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).