

اثربخشی رویکرد پذیرش و تعهد بر راهبردهای حفظ همسر در زنان با تجربه ازدواج مجدد

تاریخ ارسال: ۱۴۰۳/۰۱/۲۸

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۳/۰۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۳/۱۳

تاریخ چاپ نهایی: ۱۴۰۳/۰۳/۲۰

چکیده

هدف این پژوهش بررسی اثربخشی رویکرد پذیرش و تعهد بر راهبردهای حفظ همسر در زنان دارای تجربه ازدواج مجدد بود. این پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل زنان دارای تجربه ازدواج مجدد مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر گنبد کاووس در نیمه نخست سال ۱۴۰۲ به دلیل مشکلات زناشویی در ازدواج دوم بود. از میان آنان ۲۴ نفر به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۲ نفر) جایگزین شدند. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه راهبردهای حفظ همسر (MRI-SF) بود. گروه آزمایش طی هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مداخله مبتنی بر پذیرش و تعهد را دریافت کرد، در حالی که گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیره تحلیل شدند. نتایج آزمون چندمتغیره ویلکز نشان داد که بین دو گروه در متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد ($F=34.08, p<0.001$). همچنین نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که پس از کنترل اثر پیش‌آزمون، میانگین نمرات مؤلفه تأمین منافع در گروه آزمایش به‌طور معناداری افزایش یافته است ($F=38.83, p<0.001, \eta^2=0.519$). علاوه بر این، نمرات مؤلفه تحمیل هزینه به‌طور معناداری کاهش یافت ($F=54.04, p<0.001, \eta^2=0.600$). اندازه اثرها بیانگر آن بود که بخش قابل توجهی از تغییرات مشاهده شده در راهبردهای حفظ همسر ناشی از اجرای مداخله مبتنی بر پذیرش و تعهد بوده است. یافته‌های پژوهش نشان داد که رویکرد پذیرش و تعهد می‌تواند با افزایش راهبردهای مبتنی بر تأمین منافع و کاهش راهبردهای مبتنی بر تحمیل هزینه، به بهبود راهبردهای حفظ همسر در زنان دارای تجربه ازدواج مجدد کمک کند. این رویکرد از طریق افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، پذیرش هیجانات و افکار دشوار، و تقویت رفتارهای مبتنی بر ارزش‌ها، نقش مؤثری در ارتقای کیفیت روابط زناشویی و پایداری ازدواج مجدد ایفا می‌کند.

کلیدواژه‌گان: رویکرد پذیرش و تعهد، راهبردهای حفظ همسر، تأمین منافع، تحمیل هزینه، ازدواج مجدد.

HEALTH PSYCHOLOGY AND
BEHAVIORAL DISORDERS

روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری

مهدی قزلسفلو^۱

۱. استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی و علوم ورزشی، دانشگاه گنبد کاووس، گنبد کاووس، ایران.

* ایمیل نویسنده مسئول:

m.ghezelselfloo@gonbad.ac.ir

شیوه استناددهی: قزلسفلو، مهدی. (۱۴۰۳). اثربخشی رویکرد پذیرش و تعهد بر راهبردهای حفظ همسر در زنان با تجربه ازدواج مجدد. *روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری*, ۱۳(۱), ۱-۱۵.

The Effectiveness of the Acceptance and Commitment Approach on Mate Retention Strategies in Women with Experience of Remarriage

Submit Date: 2024-04-15

Revise Date: 2024-05-24

Accept Date: 2024-06-02

Final Publish Date: 2024-06-09

Abstract

The present study aimed to investigate the effectiveness of the Acceptance and Commitment Therapy (ACT) approach on mate retention strategies among women with remarriage experience. This study employed a quasi-experimental pretest–posttest design with a control group. The statistical population consisted of women with remarriage experience who had referred to counseling centers in Gonbad-Kavus during the first half of 2023 due to marital problems in their second marriage. Twenty-four participants were selected through purposive sampling and randomly assigned to experimental and control groups (n=12 per group). Data were collected using the Mate Retention Inventory–Short Form (MRI-SF). The experimental group participated in eight weekly 90-minute ACT sessions, whereas the control group received no intervention. Data were analyzed using multivariate analysis of covariance (MANCOVA). Multivariate analysis revealed a significant overall difference between the experimental and control groups on the dependent variables (Wilks' Lambda, $F=34.08$, $p<0.001$). After controlling for pretest scores, ANCOVA results demonstrated a significant increase in the Provision of Benefits dimension among participants receiving ACT ($F=38.83$, $p<0.001$, $\eta^2=0.519$). Furthermore, a significant reduction was observed in the Cost Infliction dimension ($F=54.04$, $p<0.001$, $\eta^2=0.600$). The effect sizes indicated that a substantial proportion of variance in mate retention strategies was attributable to the intervention. The findings suggest that Acceptance and Commitment Therapy effectively improves mate retention strategies in women with remarriage experience by enhancing benefit-provision behaviors and reducing cost-inflicting behaviors. Through promoting psychological flexibility, acceptance of internal experiences, and value-based committed action, ACT contributes to healthier marital interactions and greater stability in remarital relationships.

Keywords: *Acceptance and Commitment Therapy, Mate Retention Strategies, Provision of Benefits, Cost Infliction, Remarriage.*

HEALTH PSYCHOLOGY AND
BEHAVIORAL DISORDERS

روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری

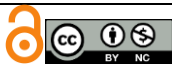


Mehdi Ghezelsefloo¹

1. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanities & Physical Education, Gonbad Kavous University, Gonbad Kavous, Iran

*Corresponding Author's Email:
m.ghezelsefloo@gonbad.ac.ir

How to cite: Ghezelsefloo, M. (2024). The Effectiveness of the Acceptance and Commitment Approach on Mate Retention Strategies in Women with Experience of Remarriage. *Health Psychology and Behavioral Disorders*, 2(1), 1-15.



ازدواج یکی از بنیادی‌ترین نهادهای اجتماعی است که نقش مهمی در تأمین سلامت روانی، انسجام خانوادگی و ثبات اجتماعی ایفا می‌کند. با این حال، بسیاری از ازدواج‌ها به دلایل مختلف از جمله تعارضات بین‌فردی، ناسازگاری‌های شخصیتی، مشکلات اقتصادی و ضعف مهارت‌های ارتباطی به جدایی و طلاق منتهی می‌شوند. افزایش نرخ طلاق در دهه‌های اخیر موجب شده است که پدیده ازدواج مجدد به عنوان یکی از راهکارهای بازسازی زندگی خانوادگی و جبران پیامدهای منفی طلاق مورد توجه قرار گیرد (Raley & Sweeney, 2020; Seifi Ghozlu et al., 2000). ازدواج مجدد برای بسیاری از افراد فرصتی جهت دستیابی به حمایت عاطفی، امنیت روانی و رضایت بیشتر از زندگی محسوب می‌شود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که افراد پس از ازدواج مجدد در بسیاری از موارد بهبودهایی در سلامت جسمانی، سلامت روان و کیفیت زندگی تجربه می‌کنند (Hu & To, 2018; Li et al., 2023). با وجود این، ازدواج مجدد همواره با چالش‌ها و پیچیدگی‌های خاصی همراه است که آن را از ازدواج نخست متمایز می‌سازد.

برخلاف تصور رایج، ورود به یک رابطه جدید لزوماً به معنای رهایی کامل از مشکلات گذشته نیست. افرادی که تجربه طلاق را پشت سر گذاشته‌اند، اغلب با مجموعه‌ای از نگرانی‌ها، ترس‌ها و آسیب‌های روان‌شناختی وارد رابطه جدید می‌شوند. این افراد ممکن است خاطرات ناخوشایند ازدواج قبلی، نگرانی از تکرار شکست، بی‌اعتمادی به شریک زندگی و ترس از طردشدگی را با خود به همراه داشته باشند. همچنین وجود فرزندان حاصل از ازدواج قبلی، روابط با خانواده‌های گسترده و نقش‌های جدید خانوادگی می‌تواند بر پیچیدگی ازدواج مجدد بیفزاید (Balachandran & Jean Yeung, 2020; Bean et al., 2021; Emami et al., 2022). مطالعات انجام‌شده در کشورهای مختلف نشان داده‌اند که میزان ناپایداری و احتمال فروپاشی در ازدواج‌های مجدد نسبت به ازدواج‌های نخست بیشتر است و این آسیب‌پذیری در بافت‌های فرهنگی گوناگون مشاهده شده است (Iran Welfare, 2017; Russell, 2019; Zahl-Olsen et al., 2019).

در این میان، زنان دارای تجربه ازدواج مجدد با چالش‌های ویژه‌ای روبه‌رو هستند. بسیاری از آنان پس از طلاق با احساس کاهش ارزشمندی شخصی، نگرانی از قضاوت‌های اجتماعی، ترس از شکست مجدد و دشواری در اعتمادسازی مواجه می‌شوند. این عوامل می‌توانند کیفیت روابط زناشویی آنان را تحت تأثیر قرار دهند و زمینه‌ساز تعارضات مکرر شوند. یافته‌های پژوهش‌های کیفی نشان داده‌اند که زنان در ازدواج دوم اغلب فشارهای روانی و اجتماعی متعددی را تجربه می‌کنند و برای حفظ رابطه جدید خود تلاش بیشتری به کار می‌گیرند (Balali & Ramezani, 2021; Nguyen & Pawle, 2021). در نتیجه، بررسی عواملی که می‌توانند به پایداری و بهبود کیفیت این روابط کمک کنند، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

یکی از مفاهیم مهم در حوزه روابط زناشویی که در سال‌های اخیر توجه پژوهشگران را به خود جلب کرده است، راهبردهای حفظ همسر است. نظریه‌های تکاملی روابط انسانی بیان می‌کنند که افراد برای حفظ شریک زندگی و جلوگیری از تهدیدهای بالقوه علیه رابطه، مجموعه‌ای از رفتارها و راهبردها را به کار می‌گیرند که تحت عنوان راهبردهای حفظ همسر شناخته می‌شوند (Buss, 2023). این راهبردها طیفی گسترده از رفتارها را شامل می‌شوند که از رفتارهای مثبت نظیر ابراز محبت، حمایت عاطفی و افزایش رضایت شریک زندگی تا رفتارهای منفی مانند کنترل‌گری، نظارت افراطی و اعمال محدودیت را در بر می‌گیرند (Albert & Arnocky, 2021). هدف اصلی این رفتارها حفظ رابطه و کاهش احتمال خیانت یا ترک رابطه توسط شریک زندگی است.

بر اساس الگوهای نظری موجود، راهبردهای حفظ همسر به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند: راهبردهای مبتنی بر تأمین منافع و راهبردهای مبتنی بر تحمیل هزینه. راهبردهای تأمین منافع شامل رفتارهایی هستند که با افزایش رضایت، صمیمیت و جذابیت رابطه، احتمال تداوم آن را افزایش می‌دهند. در مقابل، راهبردهای تحمیل هزینه شامل رفتارهایی هستند که از طریق ایجاد محدودیت، کنترل یا کاهش آزادی‌های فردی شریک زندگی، احتمال خروج او از رابطه را کاهش می‌دهند (Buss, 2023; Tratner & McDonald, 2023). پژوهش‌ها نشان

داده‌اند که راهبردهای مبتنی بر تأمین منافع با رضایت زناشویی، تعهد و کیفیت رابطه ارتباط مثبت دارند، در حالی که راهبردهای مبتنی بر تحمیل هزینه اغلب با تعارضات زناشویی، ناراضی‌تی و کاهش کیفیت رابطه همراه هستند (Haas & Lannutti, 2022; Naidin, 2022). مطالعات مختلف نقش مهم راهبردهای حفظ همسر را در کیفیت روابط زناشویی تأیید کرده‌اند. برای مثال، پژوهش ناسیمنتو و لیتل نشان داد که رضایت از رابطه نقش میانجی مهمی در ارتباط میان راهبردهای حفظ همسر و تعهد زناشویی ایفا می‌کند (Nascimento et al., 2022). همچنین پژوهش دیگری نشان داد که سبک‌های دلبستگی از طریق تأثیر بر رضایت از رابطه، بر نحوه استفاده افراد از راهبردهای حفظ همسر اثرگذار هستند (Nascimento & Little, 2022). در ایران نیز یافته‌ها حاکی از آن است که ویژگی‌های شخصیتی و ساختارهای روان‌شناختی افراد با نوع راهبردهای حفظ همسر مورد استفاده آنان ارتباط معناداری دارد (Atari et al., 2017; Chegeni et al., 2018). افزون بر این، نتایج پژوهش پهلوانی مجدآبادی و محمودپور نشان داد که راهبردهای نگهداری زوج در کنار تحمل پریشانی و ذهن‌آگاهی می‌توانند در شکل‌گیری صمیمیت زناشویی نقش مهمی داشته باشند (Pahlevani Majdabadi No & Mahmoudpour, 2022). با توجه به اهمیت راهبردهای حفظ همسر در کیفیت روابط زناشویی، شناسایی مداخلاتی که بتوانند این راهبردها را بهبود بخشند ضروری به نظر می‌رسد. یکی از رویکردهای درمانی که در سال‌های اخیر اثربخشی قابل‌توجهی در حوزه روابط زوجین نشان داده است، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد است. این رویکرد که از موج سوم درمان‌های شناختی-رفتاری محسوب می‌شود، بر افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی تأکید دارد و تلاش می‌کند افراد را به پذیرش تجارب درونی، آگاهی از لحظه حال و حرکت در مسیر ارزش‌های شخصی هدایت کند (Hayes & King, 2024; Hayes et al., 2011).

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر این فرض استوار است که بسیاری از مشکلات روان‌شناختی ناشی از اجتناب تجربه‌ای، درگیری افراطی با افکار و تلاش ناکارآمد برای کنترل هیجان‌ها و رویدادهای درونی است. در این رویکرد، افراد می‌آموزند به جای مبارزه مداوم با افکار و احساسات ناخوشایند، آن‌ها را بپذیرند و در عین حال در جهت ارزش‌های مهم زندگی خود اقدام کنند (Dixon et al., 2023). شش فرآیند اصلی این درمان شامل پذیرش، گسلش شناختی، تماس با لحظه حال، خود به عنوان زمینه، شفاف‌سازی ارزش‌ها و اقدام متعهدانه است که در مجموع موجب افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی می‌شوند (Hayes & King, 2024; Hayes et al., 2011).

پژوهش‌های متعددی اثربخشی این رویکرد را در حوزه روابط زناشویی تأیید کرده‌اند. مطالعات نشان داده‌اند که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌تواند موجب کاهش تعارضات زناشویی، افزایش صمیمیت، بهبود رضایت جنسی و ارتقای کیفیت روابط زوجین شود (Amani et al., 2020; Behbahani & Ghorbansiroodi, 2018). همچنین در زوج‌هایی که با پریشانی‌های شدید رابطه‌ای مواجه بودند، این رویکرد توانسته است به بهبود تعاملات زوجی و کاهش تنش‌های ارتباطی کمک کند (Peterson et al., 2009). افزون بر این، نتایج پژوهش‌های انجام‌شده در حوزه خانواده نشان داده‌اند که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد موجب بهبود سازگاری فردی و خانوادگی شده و کیفیت روابط میان اعضای خانواده را ارتقا می‌بخشد (Brown et al., 2015). در ایران نیز شواهد پژوهشی نشان داده‌اند که این رویکرد در کاهش تعارضات زناشویی زوجین متقاضی طلاق و بهبود عملکرد روابط زوجی مؤثر است (Abbasi Bondaragh et al., 2023).

از سوی دیگر، مطالعات جدید نشان داده‌اند که رویکردهای مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌توانند در افزایش خودمدیریتی، تاب‌آوری و سازگاری افراد با شرایط دشوار زندگی نقش مؤثری داشته باشند (Jahangiri et al., 2023). این ویژگی‌ها به‌ویژه در زنان دارای تجربه ازدواج مجدد اهمیت زیادی دارند، زیرا این افراد معمولاً با خاطرات ناخوشایند گذشته، نگرانی از آینده و چالش‌های متعددی در رابطه جدید مواجه هستند. افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی می‌تواند به آنان کمک کند تا به جای استفاده از راهبردهای ناکارآمد مبتنی بر کنترل و تحمیل هزینه، از رفتارهای سازگارانه‌تر و مبتنی بر تأمین منافع برای حفظ رابطه بهره بگیرند.

با وجود گسترش پژوهش‌ها در زمینه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و نیز مطالعات مربوط به راهبردهای حفظ همسر، بررسی ارتباط این دو حوزه در جمعیت زنان دارای تجربه ازدواج مجدد همچنان محدود است. بخش عمده مطالعات پیشین بر رضایت زناشویی، صمیمیت، تعارضات

زوجی یا سلامت روان تمرکز داشته‌اند و کمتر به نقش این رویکرد در بهبود راهبردهای حفظ همسر پرداخته‌اند. از سوی دیگر، ویژگی‌های خاص ازدواج مجدد موجب می‌شود نتایج حاصل از مطالعات انجام‌شده بر زوجین عادی الزاماً قابل تعمیم به این گروه نباشد. بنابراین، انجام پژوهش‌هایی که بتوانند اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد را بر راهبردهای حفظ همسر در زنان دارای تجربه ازدواج مجدد بررسی کنند، ضروری به نظر می‌رسد.

بنابراین، هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی رویکرد پذیرش و تعهد بر راهبردهای حفظ همسر در زنان دارای تجربه ازدواج مجدد بود.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه پژوهش شامل کلیه‌ی زنان دارای تجربه ازدواج مجدد بودند که در ۶ ماهه اول سال ۱۴۰۲ بخاطر مشکلات زناشویی در ازدواج دوم به مراکز مشاوره سطح شهر گنبد کاووس مراجعه کرده بودند که از بین آنها به شیوه نمونه‌گیری هدفمند تعداد ۲۴ نفر پس از مطالعه پرونده، انجام مصاحبه اولیه و کسب رضایت انتخاب شدند. معیار ورود به پژوهش شامل: داشتن حداقل سطح تحصیلات سیکل، رضایت مکتوب و در شرف طلاق نبودن و ملاک خروج شامل: مصرف دارو یا مصرف مواد و غیبت بیش از دو جلسه، بود. افراد نمونه طور تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه گواه هر کدام ۱۲ نفر، جایگزین شدند. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای هر هفته یک جلسه تحت آموزش قرار گرفتند و در این مدت گروه گواه هیچ آموزشی را دریافت نکردند. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه راهبردهای حفظ همسر (Mate Retention Inventory-Short Form: MRI-SF) که توسط باس، شکلفورد و مک‌کابین (۲۰۰۸) ساخته شده، استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۳۸ ماده است که برای ارزیابی ۱۹ راهبرد حفظ همسر استفاده می‌شود که پاسخ‌دهندگان آن‌ها را بر اساس یک مقیاس لیکرت ۴ درجه‌ای (از "۰- هرگز" تا "۳-اغلب") درجه‌بندی می‌کنند. این راهبردها در دو دسته کلی طبقه‌بندی می‌شوند: تأمین منافع و تحمیل هزینه (باس و همکاران، ۲۰۰۸). نمره‌گذاری این ابزار از طریق میانگین‌گیری از پاسخ‌ها انجام شده است. باس، شکلفورد و مک‌کابین (۲۰۰۸) پایایی این مقیاس را به ترتیب برای تأمین منافع ۰/۹۱ و برای تحمیل هزینه ۰/۹۰ گزارش کرده‌اند. در ایران، پژوهش‌ها روایی دو عامل تأمین منافع و تحمیل هزینه را تأیید می‌کند (عطاری و همکاران، ۲۰۱۷؛ چگینی و همکاران، ۲۰۱۸). پایایی این دو عامل در پژوهش‌های بین‌المللی نیز تأیید شده‌اند، به طوری که در پژوهش لویز و همکاران (۲۰۱۶) ضرایب پایایی مؤلفه‌ها به ترتیب برای عامل تأمین منافع ۰/۸۶ و برای تحمل هزینه ۰/۷۹ گزارش شده است. ضریب پایایی آزمون در این پژوهش برای خرده مقیاس تأمین منافع ۰/۸۳ و برای خرده مقیاس تحمیل هزینه ۰/۷۸ به دست آمد.

پروتکل درمانی درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد هیز، استروسال و ویلسون (۲۰۱۱) به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای طی دو ماه توسط پژوهشگر اجرا گردید. جلسه اول شامل: معارفه، برقراری رابطه درمانی، تعیین قوانین گروه، سنجش افکار و احساسات پریشان‌کننده و سنجش شیوه‌های کنترل آن، توضیح درماندگی خلاق و دادن تکلیف (شناسایی شیوه‌ها کنترل) بود. جلسه دوم: معرفی درماندگی خلاق شامل: معرفی دنیای درون و بیرون در درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و توضیح درباره آن و طرح استعاره بود. جلسه سوم: به شناسایی ارزشها: شامل طرح استعاره‌ها و تمثیل‌ها در درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، معرفی ارزش‌ها و شناسایی ارزش‌های افراد و دادن تکلیف (بررسی ارزشهای زندگی و شناسایی حوزه‌های مهم زندگی) بود. جلسه چهارم: شناسایی گسلش: شامل بررسی ارزشها، اهداف، اعمال و موانع درونی و بیرونی، توضیح مفهوم گسلش و طرح استعاره مرتبط با آن و دادن تکلیف (شناسایی ارزش‌ها، اهداف و اعمال موانع درونی و بیرونی خود) بود. جلسه پنجم: مفهوم آمیختگی، آشنایی با ذهن آگاهی: شامل توضیح و تصریح مفاهیم آمیختگی و گسلش شناختی و استفاده از استعاره برای توضیح دادن آن‌ها، انجام تمرین‌ها برای آشنایی با مفهوم گسلش، انجام تمرین ذهن آگاهی و دادن تکلیف (انجام تمرین ذهن آگاهی) بود. جلسه ششم: مفهوم آمیختگی شناختی و توضیح خود مفهوم سازی شده: شامل معرفی انواع آمیختگی، آموزش مفهوم خود مفهوم سازی شده و آموزش چگونگی گسلش از آن، اشاره به ارزش‌ها و دادن تکلیف (انجام تمرین‌های ذهن آگاهی) بود. جلسه هفتم: توضیح پذیرش و بودن در زمان حال: شامل معرفی آمیختگی با

داستان زندگی، طرح استعاره‌های مرتبط، معرفی واقعیت در مقابل ذهنیت، ذهن آگاهی و تاکید بر نرمال بودن در زمان حال، اشاره به ارزشها و دادن تکلیف (انجام تمرین‌های ذهن آگاهی) بود. جلسه هشتم: جمع بندی و نتیجه گیری: شامل، بازخورد از جلسات برگزار شده، معرفی خود مشاهده‌گری، معرفی استعاره مرتبط، خلاصه کردن جلسات قبلی و تاکید بر فرآیندهای اصلی درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد، اجرای پس آزمون و دادن تکلیف (تاکید بر فرآیندهای اصلی درمان و انجام تمرین‌ها) بود.

داده‌ها با استفاده از نسخه ۲۴ نرم‌افزار اس. پی. اس. اس و به روش تجزیه و تحلیل کواریانس چندمتغیره، تحلیل شد.

یافته‌ها

میانگین سنی زوجین شرکت‌کننده در گروه آزمایشی ۳۸/۹۵ سال (انحراف معیار = ۵/۳۳) و میانگین سنی زوجین گروه گواه ۳۷/۲۵ سال (انحراف معیار = ۵/۱۵) بود. از میان شرکت‌کننده، ۶ نفر (۲۵ درصد) دیپلم، ۵ نفر (۲۱ درصد) فوق دیپلم؛ ۱۰ نفر (۴۲ درصد) لیسانس؛ ۳ نفر (۱۲ درصد) فوق لیسانس، بودند.

جدول ۱. آمار توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه کنترل و آزمایش

متغیرها	آزمایش		کنترل	
	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
تامین منافع	۴/۷۶	۳۰/۳۳	۲۲/۷۰	۳/۲۴
تحلیل هزینه	۳/۱۸	۲۴/۰۵	۳/۹۸	۳/۸۴

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین نمره خرده مقیاس تامین منافع از ۲۱/۲۴ به ۳۰/۳۳ افزایش و خرده مقیاس تحلیل هزینه از ۳۲/۵۰ به ۲۴/۰۵، در گروه آزمایش کاهش یافته است. در مقابل، در گروه کنترل تغییر قابل توجهی مشاهده نمی‌شود. این یافته‌ها به صورت اولیه نشانگر اثربخشی مداخله متمرکز بر پذیرش و تعهد بر راهبردهای حفظ همسر، است.

در ادامه برای بررسی اثربخشی رویکرد مبتنی بر پذیرش و تعهد از آزمون تجزیه و تحلیل کواریانس چند متغیره استفاده شد. برای انجام این آزمون ابتدا پیش فرض‌های آن بررسی شد. برای بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف استفاده شد که با توجه به نتایج، پیش‌آزمون و پس‌آزمون تامین منافع به ترتیب $(P < 0/099, K-S = 0/120)$ و $(P < 0/43, K-S = 0/120)$ و پیش‌آزمون و پس‌آزمون تحلیل هزینه به ترتیب $(P < 0/25, K-S = 0/761)$ ، $(P < 0/83, K-S = 0/721)$ ؛ فرض نرمال بودن متغیرها در هر دو گروه رعایت شد. همچنین پیش فرض همگنی واریانس‌ها نیز در دو گروه از طریق آزمون لون مورد بررسی قرار گرفت که نتایج نشان داد، برای متغیر تامین منافع در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون به ترتیب $(F = 0/188; F = 0/087)$ و پیش‌آزمون تحلیل هزینه و پس‌آزمون آن به ترتیب $(F = 0/16; F = 0/440)$ در سطح $(P < 0/05)$ معنادار نبود که نشان دهنده همگنی واریانس‌ها در گروه‌ها در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون می‌باشد.

جدول ۲. تاثیر مداخله رویکرد مبتنی بر پذیرش و تعهد بر خرده مقیاس‌های تامین و منافع و تحلیل هزینه

آزمون	مقدار	F	درجه آزادی فرضیه	خطای درجه آزادی	معناداری	مجذور اتا
لامبدای ویکلز	۰/۳۳۸	۳۴/۰۸	۲	۱۹	۰/۰۰۱	۰/۶۶۲

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که نتایج آزمون لامبدای ویکلز به عنوان رایج‌ترین آزمون نشان داد که بین نمره خرده مقیاس تامین منافع و تحلیل هزینه، در دو گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معناداری وجود دارد $(F = 34/08, P < 0/01)$. مقدار ضریب اتا نشان می‌دهد که ۰/۶۶۲ واریانس‌ها توسط تامین منافع و تحلیل هزینه، تبیین می‌شوند.

جدول ۳. تفاوت بین گروهی خرده مقیاس‌های تامین منافع و تحمیل هزینه (تحلیل کواریانس چند متغیره)

منبع تغییرات	متغیرهای وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری	مجذور اتا نسبی
تامین منافع	۱۶/۶۴۰	۱	۱۶/۶۴۰	۳۸/۸۳	۰/۰۰۱	۰/۵۱۹	
تحمیل هزینه	۲۷/۰۴۶	۱	۲۷/۰۴۶	۵۴/۰۶	۰/۰۰۱	۰/۶۰۰	

چنانچه در جدول ۳ مشاهده می‌شود، نتایج تحلیل کواریانس در مقدار **F** تاثیر متغیر مستقل (آموزش رویکرد مبتنی بر پذیرش و تعهد) به ترتیب بر روی نمره خرده مقیاس تامین منافع (۳۸/۸۳۲) و تحمیل هزینه (۵۴/۰۴۶)؛ در سطح ۰/۰۵ معنی دار است. یعنی پس از خارج کردن تاثیر پیش آزمون، اختلاف معنی داری بین میانگین نمرات گروه آزمایش و کنترل در پس آزمون در هر دو متغیر وجود دارد. مقدار مجذور اتا نشان دهنده این است که ۵۱ درصد تغییرات نمرات گروه‌ها در متغیر تامین منافع ناشی از اجرای متغیر مستقل می‌باشد. همچنین ۶۰ درصد تغییرات نمرات گروه‌ها در متغیر تحمیل هزینه ناشی از اجرای متغیر مستقل می‌باشد. در نهایت با توجه به نتایج تحلیل کواریانس می‌توان نتیجه گرفت که آموزش رویکرد مبتنی بر پذیرش و تعهد بر روی راهبردهای حفظ همسر(تامین منافع و تحمیل هزینه) اثربخش است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی رویکرد پذیرش و تعهد بر راهبردهای حفظ همسر در زنان دارای تجربه ازدواج مجدد انجام شد. نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد موجب افزایش معنادار راهبردهای حفظ همسر مبتنی بر تامین منافع و کاهش معنادار راهبردهای مبتنی بر تحمیل هزینه در زنان گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شد. همچنین اندازه اثرهای به دست آمده نشان داد که بخش قابل توجهی از تغییرات مشاهده شده در متغیرهای وابسته ناشی از اجرای مداخله بوده است. این یافته‌ها بیانگر آن است که رویکرد پذیرش و تعهد می‌تواند الگوهای رفتاری زوجین را در جهت استفاده بیشتر از رفتارهای سازنده و کاهش رفتارهای کنترل‌گرانه و آسیب‌زا هدایت کند و از این طریق در ارتقای کیفیت روابط زناشویی زنان دارای تجربه ازدواج مجدد نقش مؤثری داشته باشد.

در تبیین کلی این یافته می‌توان بیان کرد که زنان دارای تجربه ازدواج مجدد اغلب با مجموعه‌ای از نگرانی‌ها، ترس‌ها و آسیب‌های هیجانی ناشی از تجربه طلاق و شکست رابطه پیشین مواجه هستند. این تجارب می‌توانند باعث شکل‌گیری الگوهای ارتباطی مبتنی بر بی‌اعتمادی، حساسیت نسبت به طرد شدن، نگرانی از خیانت و تلاش افراطی برای کنترل رابطه شوند. در چنین شرایطی، افراد برای حفظ رابطه ممکن است به جای استفاده از راهبردهای سازنده، به رفتارهای مبتنی بر تحمیل هزینه، محدودسازی و کنترل متوسل شوند. درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد با افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و کمک به افراد برای پذیرش هیجان‌ها و افکار ناخوشایند، زمینه لازم را برای تغییر این الگوهای ناکارآمد فراهم می‌کند (Hayes & King, 2024; Hayes et al., 2011). در واقع، زمانی که فرد می‌آموزد به جای اجتناب از تجارب درونی یا تلاش برای کنترل افراطی محیط، هیجان‌ها و افکار خود را بپذیرد، توانایی بیشتری برای انتخاب رفتارهای مبتنی بر ارزش‌ها و اهداف بلندمدت رابطه پیدا می‌کند.

یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج مطالعاتی که اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد را بر کیفیت روابط زناشویی و کاهش مشکلات ارتباطی نشان داده‌اند همسو است. پژوهش‌های امنی و همکاران نشان داد که این رویکرد موجب کاهش آشفتگی و تعارضات زناشویی و افزایش خوش‌بینی در زنان متأهل می‌شود (Amani et al., 2018). همچنین بهبهانی و قربان‌شیرودی گزارش کردند که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد موجب افزایش صمیمیت زناشویی و رضایت جنسی در زنان می‌شود (Behbahani & Ghorbanshiroodi, 2020). افزون بر این، پژوهش عباسی بندراغ و همکاران نشان داد که درمان زوجی مبتنی بر پذیرش و تعهد در کاهش تعارضات زناشویی زوجین متقاضی طلاق اثربخش است.

(Abbasi Bondaragh et al., 2023). همسویی این یافته‌ها با نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که سازوکارهای بنیادی این رویکرد در بهبود روابط زوجی می‌توانند در زمینه راهبردهای حفظ همسر نیز مؤثر واقع شوند.

یکی از یافته‌های مهم این پژوهش افزایش معنادار راهبردهای مبتنی بر تأمین منافع در گروه آزمایش بود. راهبردهای تأمین منافع شامل رفتارهایی مانند ابراز محبت، توجه، حمایت عاطفی، ارتقای کیفیت رابطه و تلاش برای افزایش رضایت شریک زندگی هستند. پژوهشگران حوزه روان‌شناسی تکاملی معتقدند این دسته از راهبردها نقش مهمی در تداوم روابط عاطفی و افزایش تعهد زوجین دارند (Albert & Arnocky, 2021; Buss, 2023). نتایج پژوهش‌های مختلف نیز نشان داده‌اند که استفاده از راهبردهای تأمین منافع با رضایت زناشویی، تعهد بیشتر و کیفیت بالاتر رابطه ارتباط دارد (Haas & Lannutti, 2022; Naidin, 2022). در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد از طریق روشن‌سازی ارزش‌ها و تأکید بر اقدام متعهدانه، افراد را تشویق می‌کند رفتارهایی را انتخاب کنند که با اهداف بلندمدت و ارزش‌های اساسی آنان در زندگی مشترک هماهنگ باشد. زمانی که زنان شرکت‌کننده در پژوهش ارزش‌هایی نظیر عشق، احترام، صمیمیت و حمایت متقابل را شناسایی می‌کنند، احتمال بیشتری دارد که رفتارهای خود را در جهت تقویت این ارزش‌ها سازمان‌دهی کنند. در نتیجه، استفاده از راهبردهای مبتنی بر تأمین منافع افزایش می‌یابد.

علاوه بر این، آموزش ذهن‌آگاهی و تماس با لحظه حال که از اجزای اصلی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد است، می‌تواند موجب افزایش آگاهی افراد نسبت به نیازهای هیجانی خود و همسرشان شود. چنین آگاهی‌ای به بهبود همدلی، درک متقابل و پاسخ‌دهی مناسب به نیازهای رابطه منجر می‌شود. پژوهش براون و همکاران نیز نشان داد که این رویکرد می‌تواند سازگاری زوجی و خانوادگی را ارتقا دهد و تعاملات مثبت میان اعضای خانواده را افزایش دهد (Brown et al., 2015). بنابراین، افزایش راهبردهای مبتنی بر تأمین منافع در پژوهش حاضر را می‌توان نتیجه رشد آگاهی، پذیرش و جهت‌گیری ارزشی شرکت‌کنندگان دانست.

یافته دیگر پژوهش حاضر کاهش معنادار راهبردهای مبتنی بر تحمیل هزینه بود. این راهبردها شامل رفتارهایی نظیر محدودسازی آزادی‌های شریک زندگی، کنترل‌گری، تهدید، ایجاد حس گناه، نظارت افراطی و سایر رفتارهایی است که با هدف جلوگیری از ترک رابطه انجام می‌شوند (Tratner & McDonald, 2023). مطالعات مختلف نشان داده‌اند که استفاده مداوم از این راهبردها با کاهش رضایت از رابطه، افزایش تعارض و تضعیف کیفیت روابط زناشویی همراه است (Nascimento & Little, 2022; Nascimento et al., 2022). در زنان دارای تجربه ازدواج مجدد، ترس از شکست مجدد رابطه می‌تواند احتمال استفاده از چنین راهبردهایی را افزایش دهد. این زنان ممکن است برای محافظت از رابطه جدید خود به رفتارهای کنترل‌گرانه متوسل شوند، زیرا تجربه قبلی آنان احساس ناامنی و نگرانی از دست دادن رابطه را تشدید کرده است (Balali & Ramezani, 2023; Emami et al., 2022).

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد از طریق کاهش اجتناب تجربه‌ای و افزایش پذیرش هیجان‌های ناخوشایند، نیاز به کنترل افراطی را کاهش می‌دهد. هنگامی که فرد می‌آموزد اضطراب، حسادت یا ترس از طردشدگی را بدون تلاش برای سرکوب یا حذف آن‌ها تجربه کند، احتمال کمتری دارد که این هیجان‌ها را به رفتارهای کنترل‌گرانه تبدیل کند (Dixon et al., 2023). از سوی دیگر، فرایند گسلس شناختی به افراد کمک می‌کند افکار تهدیدکننده را صرفاً به عنوان رویدادهای ذهنی در نظر بگیرند و از واکنش‌های تکانشی نسبت به آن‌ها فاصله بگیرند (Hayes et al., 2011). در نتیجه، کاهش راهبردهای مبتنی بر تحمیل هزینه در گروه آزمایش را می‌توان حاصل افزایش توانایی تنظیم هیجانی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانست.

یافته‌های پژوهش حاضر همچنین از منظر نظریه‌های مربوط به حفظ همسر قابل تبیین است. پژوهشگران معتقدند کیفیت رابطه یکی از مهم‌ترین عوامل تعیین‌کننده نوع راهبردهای حفظ همسر است. هنگامی که افراد از رابطه خود رضایت بیشتری دارند، بیشتر از راهبردهای مبتنی بر تأمین منافع استفاده می‌کنند و کمتر به راهبردهای مبتنی بر تحمیل هزینه متوسل می‌شوند (Nascimento et al., 2022; Pahlevani Majdabadi No & Mahmoudpour, 2022). درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد با بهبود کیفیت تعاملات زوجی، افزایش

صمیمیت و کاهش تعارضات می‌تواند رضایت رابطه را ارتقا دهد و در نتیجه الگوی استفاده از راهبردهای حفظ همسر را تغییر دهد. این تبیین با یافته‌های پژوهش‌های قبلی درباره ارتباط میان رضایت رابطه، دلبستگی و راهبردهای حفظ همسر همخوانی دارد (Haas & Lannutti, 2022; Naidin, 2022).

از سوی دیگر، زنان دارای تجربه ازدواج مجدد اغلب در شرایط خانوادگی پیچیده‌ای قرار دارند که شامل نقش‌های والدینی جدید، روابط با فرزندان ناتنی و سازگاری با ساختار خانواده بازسازی شده است. این شرایط می‌تواند استرس‌های مضاعفی ایجاد کند و خطر تعارضات زناشویی را افزایش دهد (Balachandran & Jean Yeung, 2020; Bean et al., 2021). درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد به افراد کمک می‌کند به جای تلاش برای حذف کامل این چالش‌ها، شیوه‌های مؤثرتری برای مواجهه با آن‌ها پیدا کنند. چنین تغییری می‌تواند نقش مهمی در حفظ پایداری ازدواج‌های مجدد داشته باشد.

همچنین نتایج این پژوهش را می‌توان در پرتو مطالعات مربوط به پیامدهای ازدواج مجدد تفسیر کرد. اگرچه ازدواج مجدد می‌تواند به بهبود سلامت روان و کیفیت زندگی منجر شود، اما موفقیت آن تا حد زیادی به کیفیت روابط زوجی و نحوه مدیریت تعارضات بستگی دارد (Hu & To, 2018; Li et al., 2023). از آنجا که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد موجب بهبود مهارت‌های روان‌شناختی مرتبط با تنظیم هیجان، پذیرش و تعهد به ارزش‌های رابطه می‌شود، می‌تواند یکی از مداخلات مؤثر برای تقویت پایداری و موفقیت ازدواج‌های مجدد محسوب شود. این موضوع با یافته‌های پژوهش‌های مربوط به تاب‌آوری، خودمدیریتی و سازگاری روان‌شناختی نیز همسو است (Jahangiri et al., 2023). در مجموع، نتایج پژوهش حاضر نشان داد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌تواند با افزایش راهبردهای مبتنی بر تأمین منافع و کاهش راهبردهای مبتنی بر تحمیل هزینه، نقش مؤثری در بهبود راهبردهای حفظ همسر در زنان دارای تجربه ازدواج مجدد ایفا کند. این یافته‌ها ضمن تأیید ظرفیت درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در ارتقای کیفیت روابط زناشویی، نشان می‌دهد که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی می‌تواند یکی از سازوکارهای مهم در تداوم و پایداری روابط زوجی پس از ازدواج مجدد باشد.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی همراه بود. نخست، حجم نمونه نسبتاً محدود بود و شرکت‌کنندگان تنها از میان زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره یک شهر انتخاب شدند که می‌تواند تعمیم‌پذیری نتایج را کاهش دهد. دوم، استفاده از ابزارهای خودگزارشی احتمال تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی و تمایل به ارائه تصویر مطلوب از خود را افزایش می‌دهد. سوم، نبود مرحله پیگیری باعث شد پایداری اثرات مداخله در بلندمدت مورد بررسی قرار نگیرد. همچنین متغیرهایی مانند مدت زمان ازدواج مجدد، تعداد فرزندان و ویژگی‌های شخصیتی شرکت‌کنندگان کنترل نشدند که ممکن است بر نتایج اثرگذار بوده باشند.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با حجم نمونه بزرگ‌تر و در شهرها و فرهنگ‌های مختلف انجام شوند تا امکان تعمیم نتایج افزایش یابد. همچنین اجرای مطالعات طولی همراه با دوره‌های پیگیری چندماهه یا یک‌ساله می‌تواند اطلاعات دقیق‌تری درباره ماندگاری اثرات درمان ارائه دهد. مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد با سایر رویکردهای زوج‌درمانی و بررسی نقش متغیرهای میانجی مانند انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، ذهن‌آگاهی، سبک دلبستگی و رضایت زناشویی نیز می‌تواند به غنای ادبیات پژوهشی این حوزه کمک کند.

توصیه می‌شود مشاوران خانواده و زوج‌درمانگران از برنامه‌های مبتنی بر پذیرش و تعهد در کار با زنان و زوج‌های دارای تجربه ازدواج مجدد استفاده کنند. برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای ارتقای مهارت‌های پذیرش، تنظیم هیجان، ذهن‌آگاهی و ارتباط مؤثر می‌تواند به کاهش رفتارهای کنترل‌گرانه و افزایش رفتارهای حمایت‌گرانه در روابط زناشویی کمک کند. همچنین مراکز مشاوره خانواده می‌توانند برنامه‌های پیشگیرانه ویژه زوج‌های در آستانه ازدواج مجدد طراحی کنند تا آنان پیش از ورود به رابطه جدید، مهارت‌های لازم برای حفظ و تقویت رابطه را فراگیرند.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران از تمامی شرکت‌کنندگان که در اجرای پژوهش حاضر کمک نمودند نهایت قدردانی و سپاس را دارند.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

چکیده گسترده

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Marriage is one of the most important social institutions and plays a critical role in individual well-being, family stability, and social cohesion. Nevertheless, a substantial proportion of marriages end in separation and divorce due to various interpersonal, psychological, and contextual factors (Raley & Sweeney, 2020; Seifi Ghozlu et al., 2000). Following divorce, many individuals seek remarriage as a means of rebuilding emotional security, social support, and life satisfaction. Research has shown that remarriage may contribute positively to physical and psychological health and can improve overall quality of life (Hu & To, 2018; Li et al., 2023). However, remarriage is not merely a continuation of marital life; rather, it represents a unique relational context characterized by distinct challenges and vulnerabilities.

Individuals entering a second marriage often carry unresolved emotional experiences from previous relationships, including fear of abandonment, distrust, emotional wounds, and concerns about repeating past failures. Moreover, remarried couples frequently face additional complexities such as stepfamily dynamics, parenting responsibilities, and adaptation to new family structures (Balachandran & Jean Yeung, 2020; Bean et al., 2021). These challenges contribute to the higher instability of remarriages compared with first marriages,

a pattern documented across different cultural settings (Iran Welfare, 2017; Russell, 2019; Zahl-Olsen et al., 2019).

Women with remarriage experience are particularly vulnerable to relational stressors. Qualitative studies indicate that remarried women often struggle with emotional insecurity, social stigma, fear of another marital failure, and difficulties in establishing trust within the new relationship (Balali & Ramezani, 2023; Emami et al., 2022; Nguyen & Pawle, 2021). Consequently, understanding factors that promote marital stability and relationship maintenance among this population is of considerable practical and theoretical importance.

One construct that has received increasing attention in relationship research is mate retention strategies. From an evolutionary perspective, mate retention refers to behavioral tactics used by individuals to preserve romantic relationships and reduce the likelihood of partner infidelity or relationship dissolution (Buss, 2023). These strategies encompass a broad range of behaviors, including affectionate acts, emotional support, vigilance, monitoring, and control behaviors (Albert & Arnocky, 2021). Contemporary research generally categorizes mate retention strategies into two broad domains: benefit-provision and cost-infliction. Benefit-provision strategies involve behaviors aimed at increasing a partner's satisfaction and commitment through affection, support, and positive relationship experiences. In contrast, cost-infliction strategies involve behaviors intended to restrict or control the partner through jealousy induction, surveillance, or other coercive tactics (Buss, 2023; Tratner & McDonald, 2023).

Previous studies have demonstrated that benefit-provision strategies are positively associated with relationship satisfaction, intimacy, and commitment, whereas cost-infliction strategies are often linked to conflict, dissatisfaction, and relational instability (Haas & Lannutti, 2022; Naidin, 2022). Research has further indicated that relationship satisfaction mediates the association between mate retention behaviors and commitment, highlighting the importance of adaptive relationship maintenance processes (Nascimento et al., 2022). Similarly, attachment styles appear to influence mate retention behaviors through their effects on relationship satisfaction (Nascimento & Little, 2022). Studies conducted in Iran have also shown significant associations between personality characteristics and mate retention behaviors (Atari et al., 2017; Chegeni et al., 2018). Furthermore, couple maintenance strategies have been found to contribute to marital intimacy and relational quality (Pahlevani Majdabadi No & Mahmoudpour, 2022).

Given the importance of mate retention strategies in maintaining relationship quality, interventions that promote adaptive relationship maintenance behaviors deserve attention. Acceptance and Commitment Therapy (ACT), one of the third-wave cognitive-behavioral therapies, has emerged as an effective approach for improving interpersonal functioning and psychological well-being. ACT seeks to enhance psychological flexibility by helping individuals accept internal experiences, remain present-focused, and engage in behaviors consistent with personal values (Hayes & King, 2024; Hayes et al., 2011).

The theoretical foundation of ACT suggests that psychological suffering often results from experiential avoidance and cognitive fusion. Rather than attempting to eliminate unpleasant thoughts and emotions, ACT encourages individuals to accept these experiences while pursuing meaningful and value-based actions (Dixon et al., 2023). Through six core processes—acceptance, cognitive defusion, present-moment awareness, self-as-context, values clarification, and committed action—ACT aims to cultivate adaptive coping and behavioral flexibility (Hayes & King, 2024; Hayes et al., 2011).

A growing body of evidence supports the effectiveness of ACT in improving marital and family functioning. Studies have reported positive effects of ACT on marital intimacy, sexual satisfaction, conflict reduction, and relationship adjustment (Amani et al., 2018; Behbahani & Ghorbanshiroodi, 2020). ACT-based interventions have also demonstrated effectiveness in reducing marital distress among couples experiencing significant relational difficulties (Peterson et al., 2009). Moreover, ACT has been shown to enhance family adjustment and interpersonal functioning in broader family contexts (Brown et al., 2015). Recent findings

further suggest that ACT-based approaches can improve self-management, resilience, and adaptation to challenging life circumstances (Jahangiri et al., 2023). Despite these promising findings, little research has specifically examined the effectiveness of ACT on mate retention strategies among women with remarriage experience. Therefore, the present study sought to address this gap by investigating whether ACT could improve mate retention strategies in this population.

Methods and Materials

This study employed a quasi-experimental design using a pretest–posttest structure with a control group. The target population consisted of women with remarriage experience who had sought counseling services due to marital difficulties in their second marriage. Participants were recruited through purposive sampling based on predefined inclusion criteria. A total of 24 women were selected and randomly assigned to either an experimental group or a control group, with 12 participants in each group.

Data were collected using the Mate Retention Inventory–Short Form (MRI-SF), which assesses two major dimensions of mate retention strategies: benefit-provision and cost-infliction. Prior to the intervention, all participants completed the questionnaire as a pretest measure.

The experimental group participated in an ACT-based intervention consisting of eight weekly sessions, each lasting approximately 90 minutes. The intervention focused on increasing psychological flexibility through acceptance, mindfulness, values clarification, cognitive defusion, and committed action exercises. The control group received no intervention during the study period.

At the completion of the intervention, all participants completed the posttest assessment. Data were analyzed using multivariate analysis of covariance (MANCOVA) to examine group differences while controlling for pretest scores.

Findings

The average age of participants in the experimental group was 38.95 years, while the average age in the control group was 37.25 years. Participants represented diverse educational backgrounds, ranging from diploma to postgraduate degrees.

Descriptive statistics indicated that the mean score for benefit-provision increased substantially in the experimental group from pretest to posttest, whereas little change was observed in the control group. Conversely, cost-infliction scores decreased noticeably among participants receiving the intervention, while remaining relatively stable in the control group.

Preliminary analyses confirmed that assumptions required for multivariate analysis were met. Tests of normality revealed no significant deviations from normal distribution, and Levene’s tests supported homogeneity of variance across groups.

Multivariate analysis demonstrated a statistically significant overall difference between the experimental and control groups on the combined dependent variables. Wilks’ Lambda indicated a significant multivariate effect, $F = 34.08$, $p < .001$, with a large effect size.

Subsequent univariate analyses revealed significant intervention effects on both dimensions of mate retention strategies. For benefit-provision, the analysis of covariance showed a significant group effect, $F = 38.83$, $p < .001$, with a partial eta squared of .519. For cost-infliction, a significant group effect was also observed, $F = 54.04$, $p < .001$, with a partial eta squared of .600. These findings indicate that the intervention substantially increased adaptive relationship-maintenance behaviors while simultaneously reducing maladaptive and controlling behaviors.

Discussion and Conclusion

The findings of the present study demonstrated that Acceptance and Commitment Therapy significantly improved mate retention strategies among women with remarriage experience. Specifically, participants who

received ACT showed higher levels of benefit-provision behaviors and lower levels of cost-infliction behaviors compared with participants in the control group.

These results suggest that ACT contributes to healthier relationship maintenance patterns by helping individuals respond more flexibly to emotional distress and interpersonal challenges. Women entering remarriage often carry fears, insecurities, and emotional burdens from previous marital experiences. Such concerns may increase the tendency to engage in controlling or coercive behaviors as a means of protecting the relationship. By fostering acceptance and psychological flexibility, ACT appears to reduce the need for defensive and controlling responses while encouraging behaviors that strengthen emotional connection and mutual support.

The increase in benefit-provision strategies may be attributed to the emphasis ACT places on values clarification and committed action. When individuals identify core relational values such as intimacy, respect, trust, and support, they become more motivated to engage in behaviors consistent with those values. Consequently, they are more likely to express affection, provide emotional support, and actively invest in the quality of their relationships.

Similarly, the reduction in cost-infliction strategies may reflect improvements in emotional regulation and acceptance. Participants learned to experience difficult emotions such as jealousy, anxiety, and fear without immediately reacting to them through controlling behaviors. Cognitive defusion techniques may have enabled them to distance themselves from threatening thoughts and reduce impulsive reactions toward their partners.

The findings also highlight the relevance of psychological flexibility as a protective factor in remarriage relationships. The ability to tolerate uncertainty, accept emotional discomfort, and remain committed to valued relationship goals may be particularly important for individuals navigating the complexities of remarriage. Through enhancing these capacities, ACT appears capable of promoting relationship stability and strengthening adaptive patterns of partner maintenance.

Overall, the results indicate that Acceptance and Commitment Therapy is an effective intervention for improving mate retention strategies among women with remarriage experience. By increasing adaptive benefit-provision behaviors and reducing maladaptive cost-infliction behaviors, ACT can contribute to healthier marital interactions, greater relationship satisfaction, and enhanced stability in remarital relationships. These findings support the integration of ACT-based interventions into counseling and therapeutic programs designed for remarried women and couples experiencing relational challenges.

فهرست منابع

References

- Abbasi Bondaragh, S., Azmodeh, M., Ghanbari Hashem Abadi, B. A., & Hosseinasab, S. D. (2023). The Impact of Acceptance and Commitment Couples Therapy on Reducing the Marital Conflicts between Couples Applying for Divorce. *Research in Clinical Psychology and Counseling*, 13(1), 25-46. <https://doi.org/10.22067/tpccp.2023.77768.1317>
- Albert, G., & Arnocky, S. (2021). Use of Mate Retention Strategies. In *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science* (pp. 8324-8334). Springer International Publishing.
- Amani, A., Isanejad, O., & Alipour, E. (2018). Effectiveness of Acceptance and Commitment Group Therapy on Marital Distress, Marital Conflict and Optimism in Married Women Visited the Counseling Center of Imam Khomeini Relief Foundation in Kermanshah. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 5(1), 42-64. <https://doi.org/10.29252/shenakht.5.1.42>
- Atari, M., Barbaro, N., Sela, Y., Shackelford, T. K., & Chegeni, R. (2017). The Big Five Personality Dimensions and Mate Retention Behaviors in Iran. *Personality and individual differences*, 104, 286-290. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.08.029>

- Balachandran, L., & Jean Yeung, W. J. (2020). Old Bonds, New Ties: Contextualizing Family Transitions in Re-Partnerships, Remarriage and Stepfamilies in Asia. *Journal of Family Issues*, 41(7), 879-890. <https://doi.org/10.1177/0192513X20918428>
- Balali, E., & Ramezani, R. (2023). A Qualitative Study of Women's Challenges in Second Marriage. *Women's strategic studies*, 25(99), 165-206. <https://doi.org/10.22095/jwss.2023.378000.3138>
- Bean, R. C., Ledermann, T., Higginbotham, B. J., & Galliher, R. V. (2021). Adjustment Difficulties and Marital Stability in Remarriages: The Role of Stepfamily Constellation. *Marriage & Family Review*, 57(8), 721-740. <https://doi.org/10.1080/01494929.2021.1958123>
- Behbahani, M., & Ghorbanshiroodi, S. (2020). The Effectiveness of Group Therapy Based on Acceptance and Commitment on Marital Intimacy and Sexual Satisfaction in Premenopausal Women Referred. *Quarterly of Applied psychology*, 14(3), 369-389. <https://doi.org/10.61838/kman.pwj.2.1.4>
- Brown, F. L., Whittingham, K., Boyd, R. N., McKinlay, L., & Sofronoff, K. (2015). Does Stepping Stones Triple P plus Acceptance and Commitment Therapy Improve Parent, Couple, and Family Adjustment Following Paediatric Acquired Brain Injury? A Randomised Controlled Trial. *Behaviour Research and Therapy*, 73, 58-66. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2015.07.001>
- Buss, D. M. (2023). The Sexual Selection of Human Mating Strategies: Mate Preferences and Competition Tactics. In *The Oxford Handbook of Evolutionary Psychology and Romantic Relationships* (pp. 15-41). <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197524718.013.1>
- Chegeni, R., Pirkalani, R. K., & Dehshiri, G. (2018). On Love and Darkness: The Dark Triad and Mate Retention Behaviors in a Non-Western Culture. *Personality and individual differences*, 122, 43-46. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.10.007>
- Dixon, M. R., Hayes, S. C., & Belisle, J. (2023). *Acceptance and Commitment Therapy for Behavior Analysts: A Practice Guide from Theory to Treatment*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003250371>
- Emami, G., Sadeghi, M., & Panaghi, L. (2022). Individuals' Lived Experience in Remarriage, After Divorce. *Iranian Journal of Family Psychology*, 9(1), 90-103. <https://doi.org/10.22034/ijfp.2023.552138.1101>
- Haas, S. M., & Lannutti, P. J. (2022). Relationship Maintenance Behaviors, Resilience, and Relational Quality in Romantic Relationships of LGBTQ+ People. *Couple and family psychology: Research and practice*, 11(2), 117. <https://doi.org/10.1037/cfp0000186>
- Hayes, S. C., & King, G. A. (2024). Acceptance and Commitment Therapy: What the History of ACT and the First 1,000 Randomized Controlled Trials Reveal. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 33, 100809. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2024.100809>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2011). *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change*. Guilford Press.
- Hu, Y., & To, S. (2018). Family Relations and Remarriage Post Divorce and Post Widowhood in China. *Journal of Family Issues*, 39(8), 2286-2310. <https://doi.org/10.1177/0192513X17748694>
- Iran Welfare, O. (2017). Remarry. <https://www.behzisti.ir/news>
- Jahangiri, F., Karimi, J., Roozbahani, M., & Razani, M. (2023). Comparing the Effectiveness of Compassion-Focused Acceptance and Commitment Therapy and Yoga Exercises on Self-Management of People with Multiple Sclerosis. *Rooyesh*, 12(8), 107-116. <https://doi.org/10.1001.1.2383353.1402.12.8.11.9>
- Li, X., Jiang, Q., Cheng, X., & Ge, T. (2023). Remarriage after Divorce and Health in Later Life: Findings from CHARLS in China. *Journal of Family Issues*, 44(2), 560-582. <https://doi.org/10.21203/rs.2.15466/v1>
- Naidin, S. (2022). Frequency of Mate Retention Strategies in Relation to Couple Satisfaction: The Moderating Effect of Partner Jealousy. *Studia Doctoralia*, 13(2), 107-116. <https://doi.org/10.47040/sd/sdpsych.v13i2.152>
- Nascimento, B., & Little, A. (2022). Relationship Satisfaction Mediates the Association between Perceived Partner Mate Retention Strategies and Relationship Commitment. *Current Psychology*, 41(8), 5374-5382. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01045-z>
- Nascimento, B. S., Little, A. C., Monteiro, R. P., Hanel, P. H., & Vione, K. C. (2022). Attachment Styles and Mate-Retention: Exploring the Mediating Role of Relationship Satisfaction. *Evolutionary Behavioral Sciences*, 16(4), 362. <https://doi.org/10.1037/ebs0000272>
- Nguyen, O. T., & Pawle, R. H. (2021). A Thematic Analysis Study about Remarriage of Elderly Men in Vietnam. *Scholar*, 13(2), 286.
- Pahlevani Majdabadi No, R., & Mahmoudpour, A. (2022). Development of Marital Intimacy Model Based on Couple Maintenance Strategies, Distress Tolerance with the Mediating Role of Mindfulness. *The Women and Families Cultural-Educational*, 17(61), 11-34. <https://doi.org/10.26454955.1401.17.61.1.6>
- Peterson, B. D., Eifert, G. H., Feingold, T., & Davidson, S. (2009). Using Acceptance and Commitment Therapy to Treat Distressed Couples: A Case Study with Two Couples. *Cognitive and Behavioral Practice*, 16(4), 430-442. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2008.12.009>
- Raley, R. K., & Sweeney, M. M. (2020). Divorce, Repartnering, and Stepfamilies: A Decade in Review. *Journal of marriage and family*, 82(1), 81-99. <https://doi.org/10.1111/jomf.12651>

- Russell, P. (2019). Re-Tying the Knot? Remarriage and Divorce by Consent in Mid-Victorian England. *American Journal of Legal History*, 59(2), 257-285. <https://doi.org/10.1093/ajlh/njz009>
- Seifi Ghozlu, S. J., Sadri Damirchi, E., Rezaei Sharif, A., & Sheykholeslami, A. (2000). Investigating Psychological-Marital Problems of Women Who Filed for a Divorce and Examining the Effectiveness of Affective-Reconstructive Therapy on It. *Applied Psychology*, 17(2), 217-243. <https://doi.org/10.48308/apsy.2022.226999.1310>
- Tratner, A. E., & McDonald, M. M. (2023). Perceived Religiosity of Romantic Partners Moderates the Relationship between Self-Reported Religiosity and Mate Retention Behaviors. *Personality and individual differences*, 214, 112341. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112341>
- Zahl-Olsen, R., Thuen, F., & Espehaug, B. (2019). Divorce and Remarriage in Norway: A Prospective Cohort Study between 1981 and 2013. *Journal of Divorce & Remarriage*, 60(8), 600-611. <https://doi.org/10.1080/10502556.2019.1619378>