



Life Experience of Non-forgiveness in Injured Spouses: A Phenomenological Study ¹

By: Reza Khojasteh Mehr ², Shams Sobhanijoo ³, Mansour Sudani ⁴, Zabihullah
Abbaspour ⁵

received: 27/10/2020 accepted: 02/01/2021

Abstract

Background and Aim: Despite the benefits of forgiveness for improving and strengthening relationships, people do not always respond to interpersonal mistakes and injuries by forgiving. Also, a thorough understanding of how individuals respond to interpersonal injuries and errors requires careful consideration of interpersonal situations that do not end in forgiveness; Therefore, the purpose of this study is to investigate the biological experience of the phenomenon of non-forgiveness in the marital life of injured spouses.

Method: The present study is a qualitative descriptive psychological study in which 10 participants, 6 females and 4 males were selected by snowball sampling. Semi-structured interview method was used to collect data and this process continued until the stage of data saturation.

Results: Based on the results of this study, the experience of non-forgiveness of injured spouses has five components: 1. Severity and nature of injury; 2. A sense of hatred, revenge and avoidance of the abusive spouse; 3. Not apologizing and regretting the hurtful spouse and not trying to compensate for the hurtful behavior; 4. Prevent re-injury; And 5. Getting rid of the hurtful spouse's reminders and getting rid of the hurtful memories.

Conclusion: According to the results, it was found out why sometimes people do not want or cannot forgive the hurting spouse. The findings of this qualitative study also revealed that although forgiveness and unforgiveness are related; But the two structures are separate, and non-forgiveness cannot be reduced by forgiveness alone. The results of the present study are discussed in detail.

Keywords: Non-forgiveness, forgiveness, marriage, injured spouses, qualitative study, phenomenology.

1. This article is an excerpt from Dr. Shams Sobhani-Joo's dissertation entitled Life Experience of Non-Forgiveness in Injured Spouses: A Descriptive Psychological Phenomenological Study (Khuzestan Province, Ahvaz City) 1399 at Shahid Chamran University of Ahvaz.

2. Corresponding Author: Professor of Counseling Department, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz. khojasteh_r@scu.ac.ir

3. PhD Student in Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Iran. sobhanishams@gmail.com

4. Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Iran. sodani_m@scu.ac.ir

5. Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Iran. z.abbaspour@scu.ac.ir

تجربه زیسته عدم گذشت در همسران آسیب‌دیده: یک مطالعه پدیدارشناسی^۱

رضا خجسته‌مهر^۱، شمس سبحانی‌جو^۲، منصور سودانی^۳، ذبیح‌اله عباس‌پور^۴

۱. استاد گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز. (نویسنده مسئول)

khojasteh_r@scu.ac.ir

۲. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، ایران.

sobhanishams@gmail.com

۳. استاد گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، ایران. sodani_m@scu.ac.ir

۴. استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، ایران. z.abbaspour@scu.ac.ir

چکیده

زمینه و هدف: با وجود منافعی که گذشت کردن برای بهبود و تقویت روابط دارد، افراد همیشه خطاها و آسیب‌های بین فردی را با گذشت کردن پاسخ نمی‌دهند. همچنین، درک کامل اینکه چگونه افراد به آسیب‌ها و خطاهای بین فردی پاسخ می‌دهند، مستلزم بررسی دقیق موقعیت‌های بین فردی است که به گذشت ختم نمی‌شود؛ از این رو، هدف این پژوهش بررسی تجربه زیسته پدیده گذشت نکردن در زندگی زناشویی همسران آسیب‌دیده است.

روش: پژوهش حاضر، مطالعه‌ای کیفی از نوع پدیدارشناسی توصیفی روان‌شناسانه است که در آن ۱۰ شرکت‌کننده، ۶ زن و ۴ مرد، به روش نمونه‌گیری گلوله‌برفی انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از روش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته استفاده شد و این روند تا مرحله اشباع داده‌ها ادامه یافت.

یافته‌ها: بر اساس نتایج این پژوهش، تجربه عدم گذشت همسران آسیب‌دیده، پنج جزء تشکیل‌دهنده دارد: ۱. شدت و ماهیت آسیب؛ ۲. حس تنفر، انتقام و اجتناب از همسر آسیب‌رسان؛ ۳. عدم عذرخواهی و پشیمانی همسر آسیب‌رسان و تلاش نکردن وی برای جبران رفتار آسیب‌زا؛ ۴. جلوگیری از آسیب‌دیدن مجدد؛ و ۵. رهایی از یادآوری همسر آسیب‌رسان و خلاصی از خاطرات آسیب‌زا.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج مشخص شد که چرا گاهی اوقات افراد نمی‌خواهند یا نمی‌توانند همسر آسیب‌زننده را ببخشند. یافته‌های این پژوهش کیفی، همچنین مشخص ساخت که هرچند گذشت و عدم گذشت با هم مرتبط است؛ اما دو سازه مجزا هستند و نمی‌توان عدم گذشت را تنها از طریق گذشت کردن کاهش داد. نتایج پژوهش حاضر به تفصیل مورد بحث قرار گرفته است.

واژه‌های کلیدی: عدم گذشت، بخشش، ازدواج، همسران آسیب‌دیده، مطالعه کیفی، پدیدارشناسی.

◀ **استناد (به شیوه APA ویرایش ۶):** خجسته‌مهر، رضا؛ سبحانی‌جو، شمس؛ سودانی، منصور؛ عباس‌پور، ذبیح‌اله (پاییز و زمستان ۱۳۹۹). تجربه زیسته عدم گذشت در همسران آسیب‌دیده: یک مطالعه پدیدارشناسی. *دوفصلنامه پژوهش‌های انتظامی - اجتماعی زنان و خانواده*، ۸(۲)، ۴۶۹-۴۹۲



مقدمه

نمی‌توان انسانی را یافت که هرگز احساس آزرده‌گی، سرخورده‌گی، خیانت، نومیدی، ظلم یا بی‌عدالتی را از سوی انسانی دیگر تجربه نکرده باشد (فینچام و کشدان^۱، ۲۰۰۴). در واقع، هیچ بنیاد انسانی، ملی، فرهنگی، شغلی یا خانوادگی ای وجود ندارد که کاملاً خالی از خشم و نفرت و بی‌اعتمادی باشد (انرایت و نورث^۲، ۱۹۹۸). بنابراین، وجود آسیب در روابط بین‌فردی اجتناب‌ناپذیر است (وای و ییپ^۳، ۲۰۰۹). گاهی اوقات واکنش افراد به این آسیب‌ها به صورت انتقام^۴ و اجتناب^۵ است که به احتمال بسیار زیاد، پیامدهای نامطلوبی برای روابط در پی دارد؛ به خصوص انگیزه انتقام که ممکن است باعث تلافی‌جویی متقابل شود و چرخه معیوبی از انتقام و تلافی‌جویی متقابل را به وجود آورد که تخریب روابط بین‌فردی از جمله روابط زناشویی را در پی دارد (مک کالوگ^۶، ۲۰۰۱). یک شیوه مقابله با این آسیب‌ها و پیامدهای منفی آن، «گذشت»^۷ است که مستلزم رهایی از خشم و خصومت مجدد و عودکننده، تمایل نداشتن به انتقام و نیز تصمیم به دلسوزی، شفقت، همدردی یا اظهار تأسف برای فرد آسیب‌رسان است (انرایت و فیتز گیونس^۸، ۲۰۰۰؛ وید و ورثینگتون^۹، ۲۰۰۳؛ اختر، دولان و بارلو^{۱۰}، ۲۰۱۷). بر اساس نتایج پژوهش‌های گوناگون، «گذشت» منافع مهمی برای سلامت و بهزیستی و کیفیت روابط بین‌فردی دارد (بونو^{۱۱}، مک کالوگ و رُت^{۱۲}، ۲۰۰۸؛ لالرو^{۱۳}، کارمنس^{۱۴}، اسکات^{۱۵}، ادلیس - ماتیتیاهاو^{۱۵} و

1. Fincham, & Kashdan
2. Enright, & North
3. Wai, & Yip
4. revenge
5. avoidance
6. McCullough
7. Forgiveness
8. Fitzgibbons
9. Worthington & Wade
10. Akhtar, Dolan & Barlow
11. Bono
12. Lawler-Row
13. Karremans
14. Scott
15. Edlis-Matityahou



ادواردز^۱، ۲۰۰۸؛ ویت ولیت^۲، لودویگ و واندر لان^۳، ۲۰۰۱؛ ورتینگتون، ۲۰۰۶؛ خجسته‌مهر، کرایبی و رجبی، ۱۳۸۹؛ خجسته‌مهر، کرایبی، عباس‌پور و کوچکی، ۱۳۹۰؛ خجسته‌مهر، افشاری و رجبی، ۱۳۹۱). باین‌حال، راپسکه^۴، بوون^۵، علی بهای و خیابنگ^۶ (۲۰۱۰) معتقدند افراد همیشه خطاها و آسیب‌های بین‌فردی را با گذشت کردن پاسخ نمی‌دهند؛ بلکه گاهی اوقات افراد در تلاش‌های خود برای ایجاد تغییرات دشوار در تفکر و احساس که لازمه گذشت است، شکست می‌خورند. با وجود منافی که گذشت‌کردن برای بهبود و تقویت روابط دارد، موانعی هست که گذشت‌کردن را محدود می‌کند؛ مثلاً وقتی که همسر آسیب‌رسان قصد متارکه داشته باشد و از رابطه سوءاستفاده کند، بخشش وی ممکن است در طول زمان باعث شکل‌گیری رفتارهای کلامی منفی مداومی بین آن‌ها شود؛ اگر اعمال همسر آسیب‌رسان به گونه‌ای باشد که وی احساس امنیت کند، بنابراین گذشت‌کردن ممکن است به عزت‌نفس و خودپنداره همسر آسیب‌دیده لطمه بزند (مک نالتی^۷، ۲۰۰۸؛ لوشیز^۸، فینکل^۹، مک نالتی و کوماشیرو^{۱۰}، ۲۰۱۰).

بر اساس نتایج پژوهش‌های گوناگون، ممکن است مواردی وجود داشته باشد که در آن‌ها «گذشت» مدنظر نباشد و تشویق نشود. همچنین، ممکن است محدودیت‌هایی در زمینه بعضی از آسیب‌هایی که افراد متمایل به بخشش آن‌ها نیستند، وجود داشته باشد، برای مثال، قتل و تجاوز و سوءاستفاده جنسی نمونه‌هایی از این آسیب‌ها هستند (فینچام، ۲۰۰۹؛ مک نالتی، ۲۰۱۰؛ کوهن^{۱۱}، مالکا^{۱۲}، روزین^{۱۳}، و چرفس^{۱۴}، ۲۰۰۶؛ لام^{۱۵}،

1. Edwards
2. Witvliet
3. Ludwig, and Vander Laan
4. Rapske
5. Boon
6. Alibhai and Kheong
7. McNulty
8. Luchies
9. Finkel
10. Kumashiro
11. Cohen
12. Malka
13. Rozin
14. Cherfas
15. Lamb

۲۰۰۲؛ یانگر، پیفری، جاب و لاور^۱؛ ۲۰۰۴؛ مک اسکیل^۲، ۲۰۰۵؛ راپسکه و همکاران، ۲۰۱۰؛ به نقل از رز^۳، بوون و استاک هاوس^۴، ۲۰۱۸). درک کامل اینکه چگونه افراد به آسیب‌ها و خطاهای بین فردی پاسخ می‌دهند، مستلزم بررسی دقیق موقعیت‌های بین فردی است که به گذشت ختم نمی‌شود (راپسکه و همکاران، ۲۰۱۰)؛ اما تعداد کمی از پژوهشگران دلایل عدم گذشت^۵ افراد در روابط زناشویی را بررسی کرده‌اند. استاک هاوس، رز و بوون (۲۰۱۸)؛ به نقل از بوون و براون^۶، ۲۰۲۰) با توجه به تجربه متنوع افراد، عدم گذشت را مجموعه‌ای از احساسات منفی (مانند خشم و کینه)، نشخوار فکری و ارزیابی‌های شناختی (شناخت‌هایی که موجب زیر سؤال بردن بخشش می‌شود) توصیف کرده‌اند. کمبود تحقیق در زمینه عدم گذشت، شاید به این دلیل باشد که برخی از پژوهشگران حوزه گذشت، ظاهراً عدم گذشت را به‌مثابه قطب مخالف و متضاد گذشت به حساب آورده‌اند (برای مثال کارمودی و گوردون^۷، ۲۰۱۱؛ گرین^۸، برون و دیویس^۹، ۲۰۰۸). اما دلایل زیادی وجود دارد که نشان می‌دهد «گذشت کردن و عدم گذشت» دو ساختار متمایز ولی مرتبط است که هر یک پژوهش‌های را می‌طلبد (کایرا^{۱۰}، لواندوفسکی^{۱۱}، تمپلین^{۱۲}، رامسوامی^{۱۳}، اوزکان^{۱۴}، مهانش^{۱۵}، ۲۰۰۹؛ هریس و ثورسن^{۱۶}، ۲۰۰۵؛ وید و ورتینگتن^{۱۷}، ۲۰۰۳؛ ورتینگتون، ۲۰۰۱ و ۲۰۰۶). پژوهش‌های کیفی رز و همکاران (۲۰۱۸)، راپسکه و همکاران (۲۰۱۰)، یانگر و همکاران (۲۰۰۴) و زکمیستر و رومرو^{۱۷} (۲۰۰۲) نشان داد که روایت‌های مربوط

1. Younger, Piferi, Jobe, & Lawler
2. Macaskill
3. Ross
4. Stackhouse
5. unforgiveness
6. Brown
7. Carmody and Gordon
8. Green
9. Burnette, and Davis
10. Kira
11. Lewandowski
12. Templin
13. Ramaswamy
14. Ozkan
15. Mohanesh
16. Harris and Thoresen
17. Zechmeister & Romero



به گذشت کردن و عدم گذشت اساساً با یکدیگر تفاوت دارند؛ بنابراین، گذشت کردن و عدم گذشت نمی‌توانند دو قطب متضاد در یک پیوستار واحد باشند؛ زیرا اگر چنین باشد، فقط گذشت کردن می‌تواند عدم گذشت را کاهش دهد؛ اما همان گونه که ورثینگتون و سانداگ^۱ (۲۰۱۶) معتقدند، عدم گذشت را می‌توان به روش‌های بسیاری، همچون انتقام‌جویی و احقاق عدالت یا از طریق تغییر وضعیت کاهش داد که شامل گذشت نیستند؛ بنابراین مسئله اصلی پژوهش، بررسی تجربه زیسته پدیده عدم گذشت در زندگی زناشویی همسران آسیب‌دیده در شهر اهواز است.

ادبیات پژوهش

رز و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهشی کیفی به بررسی تجربه‌های افرادی پرداختند که عدم گذشت را تجربه کرده بودند. نتایج یافته‌های آن‌ها برخلاف مطالعات قبلی که بیشتر بر عواطف منفی عدم گذشت متمرکز بودند (وید و ورثینگتون، ۲۰۰۳؛ ورثینگتون، ۲۰۰۱، ۲۰۰۶)، ابعاد جدیدی از تجربیات عدم گذشت را به دست داد که شامل نشخوار عاطفی^۲، ارزیابی عدم گذشت^۳ و تعبیر و تفسیر فرد آسیب‌رسان بود. همچنین نشان داد تجربه عدم گذشت در میان افرادی که گذشت نکرده بودند، کاملاً گوناگون بوده است؛ برخی تمایل اساسی خود را به انتقام یا اجتناب از شخص آسیب‌رسان ذکر کرده و برخی دیگر انگیزه‌ای اندک یا هیچ انگیزه‌ای برای تلافی یا اجتناب از فرد آسیب‌رسان گزارش نکرده بودند. تجربیات مشارکت‌کنندگان پژوهش رز و همکاران (۲۰۱۸) نشان داد افرادی که گذشت نمی‌کنند، مایل‌اند خطاها و آسیب‌ها را به شخصیت فرد آسیب‌رسان نسبت دهند و نگاهشان را به وی تغییر دهند. این پژوهش نشان داد، در برخی از موقعیت‌ها، تجربه افراد در زمینه عدم گذشت مربوط به ارزیابی آن‌ها از آسیب‌های بخشیده نشده بود که هیچ احتمالی برای گذشت باقی نمی‌گذاشت. یکی از نتایج جالب پژوهش رز و همکاران (۲۰۱۸) که با پژوهش‌های قبلی عدم گذشت (هریس و ثورسن، ۲۰۰۵؛ وید و ورثینگتون، ۲۰۰۳؛ ویتولیت، لودویگ و وندر لان، ۲۰۰۱؛ ورثینگتون، ۲۰۰۱ و ۲۰۰۶) متفاوت بود، این است که برخی از مشارکت‌کنندگان بیان کرده‌اند با وجود اینکه شخص آسیب‌رسان را نبخشیده‌اند، عواطف منفی را فراموش کرده‌اند.

1. Sandage
2. emotion-rumination
3. Unforgiving evaluations

استاک هاوس و همکاران (۲۰۱۸) برای ساخت مقیاس عدم گذشت از طریق مصاحبه با ۳۰ نفر که تجربه عدم گذشت داشتند و با استفاده از روش تحلیل عامل^۱ به سه بُعد «نشخوار عاطفی و ارزیابی شناختی و برداشت مجدد از فرد آسیب‌رسان» دست یافتند. همچنین، رابسکه و همکاران (۲۰۱۰) در پژوهشی کیفی نشان دادند که عوامل زیر باعث می‌شوند افراد نتوانند گذشت کنند: ۱. عذرخواهی نکردن فرد آسیب‌رسان؛ ۲. اعتقاد به سزاوار گذشت نبودن افراد آسیب‌رسان؛ ۳. احساسات شدید درزمینه اخلاقی بودن گناه (مثلاً اعتقاد به غیرقابل گذشت بودن بعضی از آسیب‌ها)؛ ۴. طول کشیدن آسیب و خشم هنگام عمل کردن فرد آسیب‌رسان به شیوه آسیب‌زننده؛ ۵. ماهیت دائمی بودن آسیب (رابسکه و همکاران، ۲۰۱۰). پژوهش اینگرسول - دایتون، تورگس و کراوز^۲ (۲۰۱۰) بیشتر بر جنبه‌های عاطفی و هیجانی عدم گذشت متمرکز بود. بر اساس نتایج این تحقیق، عدم گذشت در افراد مسن باعث می‌شود ماریپیچ نزولی را تجربه کنند که با نشخوار و نشانه‌های افسردگی همراه است؛ برای مثال، عدم گذشت ممکن است باعث شود شخص ارتباط خود را با فرد آسیب‌رسان قطع کند و حتی دیگران را به کاهش ارتباط با خود ترغیب کند، او با انجام دادن این کار به‌طور فزاینده‌ای از شبکه اجتماعی خود جدا می‌شود و احساس بیگانگی و علائم افسردگی در وی افزایش می‌یابد. اکسلاین و بامیستر^۳ (۲۰۰۱) نشان دادند آسیب‌هایی که مدت زمان بیشتری طول می‌کشند، خشم و رنج بیشتری در فرد آسیب‌دیده ایجاد می‌کنند و این مسئله ممکن است مانعی جدی برای گذشت کردن باشد. زکمیستر و رومرو (۲۰۰۲) آسیب‌های غیرقابل گذشت را بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که ممکن است بعضی از آسیب‌ها از دیدگاه شخص آسیب‌دیده، غیراخلاقی و غیرقابل گذشت باشند.

پژوهش حاضر خاستگاه‌های مختلفی دارد؛ از یک‌سو پژوهش‌های خارجی محدودی (هریس و ثورسن، ۲۰۰۵؛ زکمیستر و رومرو، ۲۰۰۲؛ وید و ورتینگتون، ۲۰۰۳؛ ویتولیت و همکاران، ۲۰۰۱؛ ورتینگتون، ۲۰۰۱، ۲۰۰۶؛ اینگرسول و همکاران، ۲۰۱۰؛ رابسکه و همکاران، ۲۰۱۰؛ رز و همکاران، ۲۰۱۸) تجربه عدم گذشت در روابط بین‌فردی را واکاوی کرده‌اند و از سوی دیگر، سازه‌هایی مانند گذشت کردن و عدم گذشت در زمینه‌ها و جوامع فرهنگی متعدد به صورت‌های مختلفی بیان یا حتی تعریف می‌شوند (لام، ۲۰۰۲) و نمی‌توان مفهوم گذشت کردن و عدم گذشت را بدون توجه به ملاحظات فرهنگی و مذهبی تعریف کرد (مکینتیروی، ۱۹۸۴).

1. Factor Analysis
2. Ingersoll-Dayton, Torges & Krause
3. Exline & Bumeister
4. MacIntyre



مذهب به‌عنوان یک اصل وحدت‌بخش و نیروی عظیم می‌تواند به سازگاری اجتماعی و عاطفی افراد کمک کند (دب مک گیرو سان، ۲۰۱۶؛ به نقل از اسدی فرهادی، فتحی آشتیانی و آزادفلاح، ۱۳۹۷). این پژوهش، اعتبار یافته‌های مطالعات محدود قبلی در زمینه «تجربه عدم گذشت» را در فرهنگی مذهبی بررسی می‌کند و به توسعه دانش در این زمینه یاری می‌رساند. پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و پدیدارشناسانه در بافت زندگی زناشویی شرکت‌کنندگان ایرانی، عدم گذشت را در همسران آسیب‌دیده واکاوی می‌کند و درصدد پاسخ‌گویی به این دو پرسش است: ۱. تجربه افراد متأهل از عدم گذشت و ساختار نهایی این پدیده در همسران آسیب‌دیده چیست؟ ۲. همسران آسیب‌دیده چگونه عدم گذشت را در زندگی زناشویی خود توصیف، درک و معنا می‌کنند؟

روش

در این پژوهش برای جمع‌آوری و ارزیابی اطلاعات درباره پدیده عدم گذشت از روش پدیدارشناسی توصیفی روان‌شناسانه^۱ استفاده شده است. در پژوهش حاضر از مراحل پنج‌گانه پیشنهادی جیورجی^۲ (۲۰۰۳) استفاده شد. برای اطمینان از صحت و دقت داده‌ها، از معیارهای چهارگانه، یعنی اعتبار^۳، تأییدپذیری^۴، قابلیت اعتماد^۵ و انتقال‌پذیری^۶ استفاده شد (لینکلن و گوبا، ۱۹۹۴؛ به نقل از کرسول^۷، ۲۰۰۷). به‌منظور افزایش معیار اعتبار در این پژوهش، تخصیص زمان کافی برای جمع‌آوری داده‌ها و حسن ارتباط با شرکت‌کننده‌ها مدنظر قرار گرفت. برای معیار اعتمادپذیری، اطلاعات در اختیار دو تحلیل‌گر کیفی قرار گرفت و کدگذاری و تحلیل داده‌ها به‌صورت جداگانه انجام شد که در ۹۰ درصد موارد، نتایج تحلیل و کدگذاری تحلیل‌گرها با کدگذاری این پژوهش تشابه داشت. در معیار تأییدپذیری، مصاحبه‌ها دوباره در اختیار مشارکت‌کنندگان قرار داد شد که همگی مورد تأیید آن‌ها بود. همچنین، برای بررسی میزان انتقال‌پذیری، نتایج در اختیار دو شرکت‌کننده خارج از گروه شرکت‌کنندگان قرار گرفت که این دو نیز نتایج را تأیید کردند.

1. Descriptive phenomenological psychological research
2. Giorgi
3. credibility
4. confirmability
5. dependability
6. ransferability
7. Cerswell

مشارکت‌کنندگان پژوهش حاضر، زنان و مردان متأهلی بودند که در زندگی زناشویی از سوی همسر خود، آسیب (خیانت، خشونت خانگی، تحقیر) دیده و او را نبخشیده‌اند. محیط پژوهش در مطالعه حاضر شامل مشارکت‌کنندگانی بود که در طول سال ۱۳۹۸ در شهر اهواز (استان خوزستان) زندگی می‌کردند. برای انتخاب نمونه‌ها از چند راهبرد نمونه‌گیری استفاده شده است که شامل نمونه‌گیری معیار^۱، نمونه‌گیری شدت یا حادثه^۲ و نمونه‌گیری متنوع یا ناهمگون^۳ است. بر اساس هدف پژوهش، معیار اصلی برای شرکت در پژوهش، تجربه عدم گذشت در زندگی زناشویی بود. معیارهای دیگر برای نمونه‌گیری در پژوهش حاضر عبارت بودند از: ۱. تمایل به شرکت در پژوهش؛ ۲. دراختیار گذاشتن تجارب؛ و ۳. داشتن سواد شناختی لازم برای دراختیار گذاشتن تجارب. برای تعیین حجم نمونه، از معیار «اشباع داده‌ها» استفاده شد. افرادی که دارای شرایط فوق بودند از طریق: ۱. پخش اعلامیه در مراکز مشاوره و دادگاه خانواده؛ ۲. معرفی همکاران پژوهشگر (در دانشگاه، مرکز مشاوره و مدرسه)؛ ۳. مراجعین پژوهشگر؛ و ۴. روش گلوله‌برفی (معرفی توسط خود شرکت‌کنندگان) انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها در این پژوهش از مصاحبه نیمه‌ساختاریافته همراه با پرسش‌های بازپاسخ^۴ استفاده شده است. (نمونه پرسش‌ها: لطفاً موقعیتی را که در آن توسط همسران موردآسیب، ضربه، خشم یا آزار قرار گرفته‌اید و نتوانسته‌اید او را ببخشید، با جزئیات توضیح دهید.) به این صورت که پژوهشگر پاسخ‌های شرکت‌کنندگان را ضبط و از پرسش‌هایی پیگیرانه برای حفظ تمرکز بر جزئیات پدیده عدم گذشت استفاده کرد. مدت جلسات مصاحبه به‌طور متوسط بین شصت تا نود دقیقه بود. مصاحبه‌ها با رضایت کامل شرکت‌کننده‌ها ضبط و محتوای آن‌ها بلافاصله بعد از هر مصاحبه از روی نوار خط‌به‌خط مکتوب و برای درک کلی محتوای گفته‌های شرکت‌کننده‌ها، چندین بار خوانده شد.

مسائل اخلاقی رعایت شده در این پژوهش عبارت‌اند از: ۱. کسب رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان برای شرکت در پژوهش؛ ۲. مطلع کردن مشارکت‌کنندگان از ضبط محتوای مصاحبه؛ ۳. اطمینان به محرمانه باقی ماندن اطلاعات؛ ۴. استفاده از اسم مستعار برای آن‌ها؛ و ۵. حق انصراف ایشان از پژوهش در تمامی مراحل تحقیق.

1. crition Sampling
2. Intensity sampling
3. Hetrogenous sampling
4. open ended question

یافته‌ها

از نظر ویژگی‌های جمعیت‌شناسی، شش نفر از شرکت‌کنندگان زن و چهار نفر مرد بودند. پنج نفر از مشارکت‌کنندگان (چهار زن و یک مرد)، هنوز در زندگی مشترک بودند و پنج نفر دیگر (سه مرد و دو زن) مطلقه بودند و سه مشارکت‌کننده صاحب دو فرزند و شش مشارکت‌کننده صاحب یک فرزند و یک نفر بدون فرزند بود. پنج مشارکت‌کننده با مدت ازدواج بین چهار تا نه سال، پنج مشارکت‌کننده با مدت ازدواج بین ده تا هجده سال بودند که در مجموع، میانگین مدت ازدواج مشارکت‌کنندگان ۹/۴ سال است. میانگین سن کل شرکت‌کننده‌ها ۳۲/۲ (مردان ۳۷/۵ و زنان ۲۸/۶۶ سال) است. از نظر تحصیلات، یک نفر از شرکت‌کنندگان دارای مدرک دکترا، یک نفر کارشناسی‌ارشد، چهار نفر کارشناسی، یک نفر فوق‌دیپلم، دو نفر دیپلم و یک نفر سیکل بودند. از نظر شغل: سه نفر از شرکت‌کنندگان معلم، یک نفر شغل آزاد، یک نفر کشاورز، سه نفر خانه‌دار، یک نفر فروشنده و یک نفر آرایشگر بودند. چهار نفر از شرکت‌کنندگان بختیاری، سه نفر عرب، یک نفر دزفولی یک نفر بهبهانی و یک نفر شوشتری بودند. تجارب عدم گذشت در بافت زندگی زناشویی مشارکت‌کنندگان بسیار متنوع بود که از خیانت و اعتیاد همسر تا تجاربی همانند دروغ‌گویی، پنهان‌کاری، تحقیر و خشونت همسر را در بر می‌گرفت.

جیورجی (۲۰۰۳؛ به نقل از خجسته‌مهر، محمدی، سودانی و عباس‌پور، ۱۳۹۷) یک فرایند چهار مرحله‌ای برای تحلیل داده‌ها ارائه داده است که شامل «چند بار خواندن داده‌ها برای به‌دست آوردن معنایی از کل داده‌ها، تعیین واحدهای معنایی، انتقال واحدهای معنایی به عبارات روان‌شناختی و مشخص کردن ساختار نهایی» می‌شود. در این مطالعه هر ده رونوشت مصاحبه خوانده شده است تا معنای فردی به‌دست آمد و در این مرحله تلاش نشد که نتایج با دیگران مقایسه شود. هدف این بود که هر رونوشت برای به‌دست آوردن فهمی از تمامیت آن و اینکه چه مفاهیمی در آن حضور دارند به‌صورت جداگانه خوانده شود. بعد از به‌دست آمدن احساسی از کلیت در نتیجه خواندن هر رونوشت، در مرحله دوم به لحظه‌های تغییر در معناها توجه شده، که به‌وسیله یک اسلش (/) در جایی از متن که محقق تغییر اتفاق افتاده را احساس کرد مشخص شده است. بعد از مشخص شدن واحدهای معنایی، محقق با یک ذهنیت روان‌شناختی و استفاده از فرایند تغییر مبتنی بر تخیل، زبان طبیعی مشارکت‌کنندگان تحقیق را به شکلی از حساسیت روان‌شناختی انتقال داد. در این مرحله، عناصر غیرضروری پیام‌های مشارکت‌کنندگان حذف و جنبه‌های ضروری که به محقق اجازه می‌دهد تا جنبه‌های از پدیده را استخراج بکند حفظ شده است.

جدول ۱: قسمتی از داده‌های رونوشت شده (مشارکت‌کننده ششم)، انتقال آن به واحدهای معنایی به وسیله

علامت (/) و انتقال واحدهای معنایی به حساسیت روان‌شناختی

انتقال واحدهای معنایی به حساسیت روان‌شناختی	واحدهای معنایی مشخص شده	برداشت شده از داده‌های رونوشت شده
<p>مشارکت‌کننده ششم معتقد است تجربه عدم گذشت وی با یادآوری خاطرات آسیب‌زا و فرد آسیب‌رسان همراه است.</p> <p>یکی از مهم‌ترین دلایل عدم گذشت از نظر این مشارکت‌کننده، عدم عذرخواهی، عدم پشیمانی و اصرار به آسیب‌زا هست.</p> <p>وی معتقد است گذشت باید زمانی انجام شود که مؤثر باشد و باعث تغییر رفتار همسر آسیب‌رسان شود.</p>	<p>/نبخشیدن یعنی اینکه اون حس خوبی که قبلاً داشتی دیگه نداری، حتی به جای مرور خاطرات خوب، خاطرات بد میاد تو ذهن آدم. حتی از بودن کنار همدیگه احساس خوبی ندارید. نبخشیدن باعث میشه تا دوباره اون فرد و خاطراتش را یادآوری کنیید.</p> <p>/شاید مهم‌ترین دلیل نبخشیدن، عدم عذرخواهی یا پشیمانی فرد خاطی هست، خب وقتی کسی به ما آسیب می‌زند و پشیمان نیست یعنی از نظر خودش داره کار درستی انجام میده. یا اینکه میدونه کارش درسته اما براش مهم نیست که به ما آسیب میزنه، /فکر می‌کنم نبخشیدن این فرد باعث میشه ما حداقل به خودمون احترام بزاریم. خب وقتی ببخشیم و اون هیچ تغییری انجام نده و به رفتارش ادامه بده یعنی ما بهش میگم تو حق داری این رفتارت را تکرار کنی، این یعنی برای خودمون ارزشی قائل نیستیم، /</p>	<p>نبخشیدن یعنی اینکه اون حس خوبی که قبلاً داشتی دیگه نداری، حتی به جای مرور خاطرات خوب، خاطرات بد میاد تو ذهن آدم. حتی از بودن کنار همدیگه احساس خوبی ندارید. نبخشیدن باعث میشه تا دوباره اون فرد و خاطراتش را یادآوری کنیید.</p> <p>شاید مهم‌ترین دلیل نبخشیدن، عدم عذرخواهی یا پشیمانی فرد خاطی هست، خب وقتی کسی به ما آسیب می‌زند و پشیمان نیست یعنی از نظر خودش داره کار درستی انجام میده. یا اینکه میدونه کارش درسته اما براش مهم نیست که به ما آسیب میزنه، فکر می‌کنم نبخشیدن این فرد باعث میشه ما حداقل به خودمون احترام بزاریم. خب وقتی ببخشیم و اون هیچ تغییری انجام نده و به رفتارش ادامه بده یعنی ما بهش میگم تو حق داری این رفتارت را تکرار کنی، این یعنی برای خودمون ارزشی قائل نیستیم.</p>



در مرحله نهایی فرایند، پژوهشگر بر روی تفکر روان‌شناختی تمرکز کرده و با استفاده از فرایند تغییر تصور و تخیل، هر یک از واحدهای معنایی را تجزیه و تحلیل کرده است تا ببیند آیا آن‌ها برای وجود پدیده «عدم گذشت» به‌عنوان یک کلیت موجود ضروری هستند یا نه. جنبه‌هایی که مشخص شد غیرضروری هستند حذف شد، اما آن جنبه‌هایی که ضروری بودند به‌عنوان بخشی از ساختار باقی ماندند. یافته‌های این پژوهش درباره تجربه زیسته عدم گذشت در همسران آسیب‌دیده شامل پنج جزء تشکیل‌دهنده^۱ است که ساختار کلی نهایی این پدیده را در تجربه شرکت‌کنندگان تشکیل داد. این اجزا عبارت‌اند از: ۱- شدت و ماهیت آسیب؛ ۲- حس تنفر، انتقام و اجتناب از همسر آسیب‌رسان؛ ۳- عدم عذرخواهی و پشیمانی همسر آسیب‌رسان و تلاش نکردن وی برای جبران رفتار آسیب‌زا؛ ۴- جلوگیری از آسیب‌دیدن مجدد و ۵- رهایی از یادآوری همسر آسیب‌رسان و خلاصی از خاطرات آسیب‌زا.

جدول ۲: اجزای ساختاری و نمونه‌هایی از مثال‌های تجربی از تجربه بعضی مشارکت‌کنندگان (عدم گذشت)

نمونه‌هایی از تجربه‌های مشارکت‌کنندگان	جزء تشکیل دهنده‌ها
من حدود ده سال است که با همسرم مشکلاتی دارم که هنوز حل نشده‌اند. تو این ده سال خیلی اذیت شدم ولی موندم و تلاش کردم. همسرم اخلاق و رفتارهایی خیلی بدی دارد. خیلی کنکم می‌زند حتی یه بار پرده گوشم رو پاره کرد، اصلاً بلد نیست ابراز عاطفه کنه و تو هیچ مناسبتی یا موقعیتی برام کادو نگرفت. جلو خانواده‌اش تحقیرم می‌کند. (مشارکت‌کننده پنجم)	۱- شدت و ماهیت آسیب
نبخشیدم یعنی ازش متنفرم، دوست دارم خبر مرگش را بشنوم دوست دارم سر به تنش نباشه، دوست دارم ازش انتقام بگیرم، حس خیلی بدی نسبت بهش دارم. (مشارکت‌کننده دوم)	۲- حس تنفر، انتقام و اجتناب از همسر آسیب‌رسان
شاید مهم‌ترین دلیل نبخشیدن، عدم عذرخواهی یا پشیمانی فرد خاطی هست، خب وقتی کسی به ما آسیب می‌زند و پشیمان نیست یعنی از نظر خودش داره کار درستی انجام میده. (مشارکت‌کننده ششم).	۳- عدم عذرخواهی و پشیمانی همسر آسیب‌رسان و تلاش نکردن وی برای جبران رفتار آسیب‌زا
همین بخشش‌های من باعث سوءاستفاده‌اش شد. نبخشیدن باعث میشه که دیگه خودم رو سرزنش نکنم چرا الکی فرصت بهش میدم که سوءاستفاده کنه، جلو سوءاستفاده‌ش می‌گیرم میخوام ازش جدا شوم. (مشارکت‌کننده اول).	۴- جلوگیری از آسیب دیدن مجدد
نبخشیدن به نوع حس بدی که وجود آدم را میگیره و همه خاطرات خوب را از بین میبره و خاطرات بد و روزهایی که عذاب کشیدی را به یادت میارن (مشارکت‌کننده نهم).	۵- رهایی از یادآوری همسر آسیب‌رسان و خلاصی از خاطرات آسیب‌زا

۱. شدت و ماهیت آسیب

این مورد را همه مشارکت‌کنندگان پژوهش حاضر تجربه کرده‌اند و آن را جزء ضروری تجربه عدم گذشت خود توصیف کرده‌اند. منظور از شدت، میزان آسیبی است که همسر قربانی احساس می‌کند و ماهیت آسیب به آسیب‌های قابل گذشت و غیرقابل گذشت و به ماهیت دائمی بودن آسیب و تکرار آن یا زودگذر و مقطعی بودن آسیب اشاره دارد. یکی دیگر از جنبه‌های آسیب که همسران آسیب‌دیده‌ها به آن اشاره کرده‌اند، عمدی یا غیرعمدی بودن آسیب است؛ بعضی از مشارکت‌کنندگان به انگیزه همسر آسیب‌رسان اشاره کرده‌اند و معتقد بودند بین رفتاری که همسرشان به عمد انجام می‌دهد با رفتار غیرعمدی تفاوت وجود دارد. همه مشارکت‌کنندگان، آسیب‌هایی را تجربه و توصیف کردند که شدت آسیب‌رسانی زیادی داشته‌اند و این آسیب‌ها بارها تکرار شده‌اند و همسر آسیب‌رسان حاضر به ترک آن‌ها نبوده است، برای مثال، مشارکت‌کننده شماره اول



بیان می‌کند: «همسرش به او خیانت کرده است و تلاش زیادی کرده که رابطه زناشویی‌شان بهبود پیدا کند؛ اما شوهرش حاضر به همکاری نبود و رفتار پنهان کارانه و خیانتش ادامه‌دار بود و مدت زیادی با این مشکل درگیر بودند. این مشارکت‌کننده معتقد است این آسیب‌ها آن قدر شدید است که دیگر نمی‌تواند با همسرش بماند و نمی‌تواند او را ببخشد.» شرکت‌کننده‌های دیگر نیز تجربه‌های مشابهی داشتند که «شدت و ماهیت آسیب» را به‌عنوان جزء ضروری تجربه عدم گذشت در زندگی همسران آسیب‌دیده برجسته می‌کرد.

۲. حس تنفر، انتقام و اجتناب از همسر آسیب‌رسان

همه مشارکت‌کنندگان این پژوهش اشاره کردند که احساسات مرتبط با آسیب را تجربه کرده‌اند و آن را جزء ضروری تجربه عدم گذشت خود توصیف کرده‌اند؛ همانند مشارکت‌کننده دوم که احساسات منفی شدیدی را تجربه کرده است. این مشارکت‌کننده که از همسرش جدا شده، معتقد است: «همسرش با شکایت از او و با به‌اجرا گذاشتن مهریه و گرفتن حکم زندان، باعث آبروریزی او شده است. این مشارکت‌کننده احساسات خود را به همسر آسیب‌رسان این‌گونه توصیف کرده است که حس خیلی بدی به او دارد.» حس تنفر و انتقام، مهم‌ترین احساسات منفی‌ای بودند که این مشارکت‌کننده همراه با عدم گذشت تجربه کرده است. همچنین، مشارکت‌کننده دهم بیان می‌کند: «همسرش چنان اذیتش کرده است که با هیچ چیزی نمی‌تواند جبران کند. بعضی از رفتارها قابل‌بخشش نیستند. وی می‌گوید علاوه بر اینکه اذیتش کرده است، باعث شده بین فامیل و خانواده هم آبرویش برود. وی می‌گوید حس تنفر شدیدی دارد که فقط با شنیدن خبر مرگ همسرش راحت می‌شود.» شرکت‌کنندگان دیگر نیز تجربه‌هایی مشابه شرکت‌کننده دوم و دهم داشته‌اند. بر این اساس، به‌نظر می‌رسد احساسات مرتبط با آسیب یکی از اجزای ضروری تجربه عدم گذشت در زندگی همسران آسیب‌دیده است.

۳. عدم عذرخواهی و پشیمانی همسر آسیب‌رسان و تلاش نکردن وی برای جبران رفتار آسیب‌زا

مشارکت‌کنندگان اول، دوم، چهارم، پنجم، ششم و دهم معتقدند عذرخواهی و پشیمانی همسر آسیب‌رسان و تلاش وی برای جبران رفتار آسیب‌زا می‌تواند به فرایند بخشش کمک کند. به اعتقاد این مشارکت‌کنندگان یکی از دلایل نبخشیدن همسران آسیب‌رسان، عذرخواهی نکردن و تلاش نکردن برای جبران رفتارهای آسیب‌زا بوده است. مشارکت‌کننده اول معتقد است عذرخواهی به‌تنهایی کافی نیست و باید در عمل نشان داده شود. وی می‌گوید: «معذرت‌خواهی و اظهار پشیمانی خیلی تأثیر داره؛ حتی وقتی افراد قاتل اظهار پشیمانی و طلب بخشش می‌کنند، باعث می‌شه خانواده مقتول در خیلی از موارد از قصاص صرف‌نظر کنند. البته این

معذرت خواهی باید در عمل خودش رو نشون بده، نه اینکه آدم هر کاری دوست داره انجام بده، بعد بگه ببخشید، معذرت می خوام و دیگه تموم شد رفت. باز فردا، روز از نو روزی از نو. ممکنه بار اول بتونه این کار رو انجام بده، اما بار دیگه تأثیر نداره و می شه چوپان دروغگو. اگه غیر از این باشه، فایده ای نداره. تازه، باید خیلی تلاش کنه تا بتونه اعتماد از بین رفته رو به دست بیاره. یک ضرب المثل می هست که می گن چندسال طول می کشه تا اعتماد به دست بیاد، تو چند دقیقه از بین می ره و یک عمر طول می کشه تا دوباره درست بشه؛ پس علاوه بر عذر خواهی باید بتونه با رفتارهای خوب اعتماد را به دست بیاره و جبران کنه.»

مشارکت کننده پنجم می گوید: «با وجود خشونت و تحقیر و جدایی از خانواده، حاضر است همسرش را ببخشد؛ فقط دوست دارد همسرش متوجه رفتارهای اشتباهش بشود و دوباره این رفتارها را تکرار نکند. به عقیده او معذرت خواهی همسر می تواند باعث بخشش وی شود. این مشارکت کننده معتقد است چون همسرش را دوست دارد، پذیرش اشتباه و عذر خواهی همسر عامل مهمی برای بخشش است.» مشارکت کنندگان، دوم، چهارم، ششم و دهم هم عقیده با مشارکت کنندگان اول و پنجم بودند. به طور کلی، این جزء تشکیل دهنده می تواند به همسران آسیب دیده کمک کند با وجود رفتارهای آزاردهنده همسران خود بتوانند آن ها را ببخشند؛ چون عذر خواهی و پشیمانی همسر آسیب رسان و تلاش برای جبران رفتار آسیب زا جزو تشکیل دهنده های اصلی تجربه عدم گذشت همسران آسیب دیده این پژوهش است.

۴. جلوگیری از آسیب دیدن مجدد

جزء چهارم که مرتبط با تجربه مشارکت کنندگان این پژوهش است، توصیفی از عقاید آن ها درباره جلوگیری از آسیب مجدد است که در تجربه عدم گذشت مؤثر بوده است. مشارکت کننده اول، دوم، چهارم، هفتم، نهم و دهم به این جزء اشاره کرده اند. مشارکت کننده اول در توصیف این جزء می گوید: «شاید همین بخشش های او باعث سوءاستفاده همسرش شده است. از نظر او نبخشیدن باعث می شود دیگر خودش را سرزنش نکند و فرصت بیهوده به همسرش ندهد تا مجدداً از وی سوءاستفاده کند و این گونه جلوی سوءاستفاده اش را می گیرد.» مشارکت کننده شماره دو به دور بودن از همسرش اشاره می کند و می گوید: «دوری از همسر و اینکه دیگر مجبور نیست رفتارهای آسیب زای او را تحمل کند، تجربه سودمندی است که با نبخشیدن همسر به دست آورده است.» مشارکت کننده چهارم نیز که تجربه گذشت کردن و تحمل سختی های فراوانی در زندگی زناشویی اش داشته، معتقد است: «اگر بخشش در موقعیت مناسب نباشد، و علت بخشش از طرف همسر آسیب رسان درست درک نشود، باعث می شود او به رفتارهای آسیب زا ادامه دهد؛ پس برای جلوگیری از آسیب دیدن مجدد، نبخشیدن

تصمیم بهتری است.» به صورت کلی، مشارکت‌کنندگان این پژوهش معتقدند گاهی نبخشیدن باعث می‌شود این فرصت، دوباره در اختیار همسر آسیب‌رسان قرار نگیرد که مجدد به آن‌ها آسیب برساند.

۵. رهایی از یادآوری همسر آسیب‌رسان و خلاصی از خاطرات آسیب‌زا

این جزء را مشارکت‌کنندگان چهارم، پنجم، ششم، هفتم، هشتم و نهم این پژوهش تجربه کرده‌اند و آن را جزء ضروری تجربه عدم گذشت خود توصیف کرده‌اند. مشارکت‌کننده چهارم، رهایی از یادآوری همسر آسیب‌رسان و خلاصی از خاطرات آسیب‌زا را مهم می‌داند و معتقد است رفتارهایی را که باعث رنجش و آزارش شدند، فراموش نمی‌کند. او می‌گوید: «همیشه ذهنش درگیر این موضوع است و فکر می‌کند ممکن است هر لحظه شوهرش به او خیانت کند. این مشارکت‌کننده معتقد است هیچ‌وقت رفتارها و کارهای همسرش از ذهنش پاک نمی‌شوند و گاهی اوقات کابوس می‌بیند.» مشارکت‌کننده شماره پنج نیز به یادآوری خاطرات آسیب‌زا اشاره می‌کند. این مشارکت‌کننده بیان می‌کند که «دل خوشی از همسرش ندارد و فکر کردن به کارهایش آزارش می‌دهد. می‌گوید وقتی حرف‌ها و کارهایش را به یاد می‌آورد، احساس بسیار بدی دارد. او دوست دارد در این شرایط از همسرش فاصله داشته باشد.» مشارکت‌کننده شماره شش نیز تجربه مشابهی دارد. وی بیان می‌کند که به جای مرور خاطرات خوب، خاطرات بد یادآوری می‌شوند و نبخشیدن باعث می‌شود دوباره همسر آسیب‌رسان و خاطراتش یادآوری شوند.» مشارکت‌کننده شماره هفت، خاطرات تلخی از رفتارهای توهم‌آمیز همسرش دارد و می‌گوید همسرش به خاطر مصرف شیشه، رفتارهای بسیار بدی با او و دخترانش کرده است. این مشارکت‌کننده بیان می‌کند که گاهی اوقات یادآوری این خاطرات باعث ناراحتی او می‌شود و معتقد است این موضوع ممکن است برای سلامتی او مضر باشد. مشارکت‌کننده شماره هشت نیز خاطرات آسیب‌زا و همسر آسیب‌رسان را تجربه کرده است. او این تجربه را این‌گونه توصیف می‌کند که چند بار با همسر سابقش قرار گذاشتند همدیگر را ببینند؛ اما هجوم خاطرات آزاردهنده شدید مانع از این ملاقات شد. وی می‌گوید دست خودش نیست، عصبی می‌شود و نمی‌تواند آن لحظات را تصور کند و این افکار یک لحظه هم رهایی نمی‌کنند. این مشارکت‌کننده می‌گوید نبخشیدن را با یادآوری تجربیات تلخ گذشته و مرور تمام سختی‌هایی که متحمل شده است و حس تنفر به همسرش تجربه کرده است. مشارکت‌کننده نهم بیان می‌کند که هرچند نمی‌خواهد از همسرش انتقام بگیرد، کارها و رفتارهایش را فراموش نمی‌کند. مشارکت‌کنندگان چهارم، پنجم، ششم، هفتم، هشتم و نهم این پژوهش، عدم گذشت را با یادآوری خاطرات آسیب‌زا و یادآوری همسر آسیب‌رسان تجربه کرده‌اند. از دیدگاه این مشارکت‌کنندگان، همین یادآوری خاطرات تلخ و آسیب‌هایی که متحمل شده‌اند، یکی



از موانع آن‌ها برای گذشت‌ها بوده است.

بحث و نتیجه‌گیری

از نظر شرکت‌کنندگان این پژوهش، مهم‌ترین مانع گذشت کردن، شدت و میزان آسیبی بود که در روابط زناشویی تجربه کرده‌اند. آن‌ها معتقدند هرگاه این آسیب‌ها شدیدتر باشند و به دفعات مختلف تکرار شوند و همسر آسیب‌رسان عمداً این رفتارها را تکرار کند و انگیزه‌ای برای ترک رفتار نداشته باشد، گذشت بسیار مشکل می‌شود. مشارکت‌کنندگان پژوهش معتقدند ابراز پشیمانی و عذرخواهی همسر آسیب‌رسان بسیار ضروری است. همچنین اظهار داشتند، فقط اظهار پشیمانی و عذرخواهی کلامی کافی نیست و همسر خاطی باید برای جلب اعتماد و جبران خطای خود تلاش کند. تجربه عدم گذشت مشارکت‌کنندگان همراه با عواطف و احساسات منفی‌ای بود که همسران آسیب‌دیده تجربه کرده بودند. بعضی از این عواطف (مانند کینه، تنفر و انتقام) بسیار شدید و منفی بودند؛ اما بعضی دیگر عواطف منفی خود را با فراموش کردن همسر آسیب‌رسان یا آرزوی مجازات در محکمه عدل الهی ابراز داشتند. تجارب مشارکت‌کنندگان افزون بر جنبه‌های عاطفی و ادراکی، شامل بُعد شناختی^۱ هم بود و یادآوری همسر آسیب‌رسان و خاطرات آسیب‌زا باعث شد اتفاقات ناگواری که در روابط آن‌ها رخ داده بود، بازسازی شود و اسنادی که درباره علت رفتارهای آسیب‌زا به همسر خود می‌دادند، مانع گذشت آن‌ها بود. وقتی همسر آسیب‌دیده، دلایل منفی‌ای برای رفتار همسر آسیب‌رسان خود داشت و فکر می‌کرد همسرش به عمد به وی آسیب رسانده است یا از این عمل خود پشیمان نیست، نسبت به زمانی که از وی عذرخواهی می‌کرد یا درصدد دل‌جویی برمی‌آمد، واکنش متفاوتی نشان می‌داد و احتمال اینکه وی را ببخشد کمتر بود. همچنین، برخی از شرکت‌کنندگان با وجود اینکه عدم گذشت را انتخاب نکرده بودند، برای مراقبت از خود و جلوگیری از آسیب مجدد و سوءاستفاده احتمالی همسر آسیب‌رسان نتوانسته بودند همسرشان را ببخشند. بر اساس یافته‌های این پژوهش، شدت و ماهیت آسیب یکی از اجزای اصلی تشکیل‌دهنده تجارب شرکت‌کنندگان این پژوهش است. هم‌سو با این یافته، نتایج پژوهش اکسلاین و بامیستر (۲۰۰۱) نشان می‌دهد طول کشیدن آسیب و خشم، عمدی بودن آسیب و دائمی بودن آسیب از موانع گذشت هستند. در همین راستا شرکت‌کنندگان این پژوهش نیز به این عوامل اشاره کرده‌اند. به عبارت دیگر، همسر آسیب‌دیده، رفتارهای آسیب‌زننده عمدی همسر خود را غیرقابل گذشت می‌دانست. زمانی که آسیب وارد شده شدید و آگاهانه و



تکرارشونده است و همچنین، زمانی که فرد خاطی از عمل خود پشیمان نیست، برای فرد آسیب‌دیده مشکل است که فرد خاطی را ببخشد. هنگامی که ارزیابی‌های همسر آسیب‌دیده نشان می‌دهد که همسر آسیب‌رسان کنترل کاملی بر رفتار خود دارد و عوامل محیطی احتمالی را که ممکن است بر رفتار تأثیرگذار باشند، نادیده بگیرد، ممکن است رفتار همسر خود را عمدی تلقی کند و احتمالاً بیشتر خشمگین می‌شود و راه‌حل‌های مخربی را برای حل مشاجره بروز می‌دهد.

جزء تشکیل‌دهندهٔ دوم (حس تنفر، انتقام و اجتناب از همسر آسیب‌رسان) با پژوهش‌های (هریس و تورسن، ۲۰۰۵؛ ورثینگتون، بری و پرت، ۲۰۰۱؛ وید و ورثینگتون، ۲۰۰۳؛ ویتولیت و همکاران، ۲۰۰۱؛ ورثینگتون، ۲۰۰۱، ۲۰۰۶) هم‌سو است. بخشیدن شامل عواطفی همچون احساس آسیب و تلخ‌کامی و خشم است که معمولاً همراه با کینه‌ورزی و انگیزه‌های مرتبط با اجتناب یا انتقام از شخص آسیب‌رسان است. می‌توان این‌گونه استنباط کرد که هیجانات منفی‌ای که به‌عنوان واکنش به بعضی از رویدادها تجربه می‌شود، سبب پیدایش فرایند مشغول‌شدن ذهن در فرد می‌شوند و سرانجام به عدم گذشت می‌انجامد. گاهی اوقات افراد آسیب‌دیده خشم خود را کنترل می‌کنند و آن را نشان نمی‌دهند؛ اما بعضی اوقات آن‌ها نمی‌توانند خشم خود را کنترل کنند. بیشتر مشارکت‌کنندگان این پژوهش احساسات منفی برآمده از آسیب را تجربه کرده‌اند. بعضی از این احساسات، مانند تنفر و انتقام، خیلی شدید و فعالانه هستند؛ اما بعضی از احساسات، مانند اجتناب، منفعلانه‌اند. «تلخ‌کامی و کینه» هیجان‌هایی هستند که باعث می‌شوند فرد آسیب‌دیده نتواند همسر خطاکار را ببخشد. وقتی فردی از سوی همسر خود آسیب می‌بیند، احساس رنجش در او باعث می‌شود به‌راحتی نتواند یا نخواهد با بخشیدن طرف مقابل، به او احساس آرامش بدهد.

یافته‌های این پژوهش نیز نشان می‌دهد، عدم عذرخواهی و پشیمانی همسر آسیب‌رسان و تلاش نکردن وی برای جبران رفتار آسیب‌زا (جزء سوم)، یکی از مهم‌ترین دلایل امتناع افراد از گذشت است. این یافته با پژوهش اکسلاین و بامیستر (۲۰۰۱) هم‌سو می‌باشد. در تبیین اینکه چه چیزی باعث می‌شود عذرخواهی و پشیمانی همسر آسیب‌زننده تا این حد مهم و تأثیرگذار باشد، می‌توان گفت آنچه در عذرخواهی عمل می‌کند، تعامل خجالت و قدرت بین آسیب‌رسان و آسیب‌دیده است؛ پس عذرخواهی شامل یک نقش معکوس است: شخص عذرخواهی‌کننده، قدرت خود را ندیده می‌گیرد و خود را در دایرهٔ گذشت شخص آسیب‌دیده قرار می‌دهد که ممکن است عذرخواهی را بپذیرد یا نپذیرد (نیک تاوویچیس^۱، ۱۹۹۱؛ به نقل از بهمی، ۱۳۹۰). بنابراین،

شخص آسیب‌دیده احساس می‌کند در رابطه به تعادل رسیده است و اکنون این قدرت را پیدا کرده است که بیخشد یا نبخشد. به همین سبب، شرکت‌کنندگان عذرخواهی همسر را بسیار مهم می‌دانند. به نظر می‌رسد عذرخواهی و ابراز ندامت همسر خطاکار این نوید را می‌دهد که این مشکل در آینده تکرار نخواهد شد و این موضوع می‌تواند به جلب اعتماد همسر آسیب‌دیده کمک کند و زمینه بخشش و گذشت را فراهم آورد.

جزء تشکیل‌دهنده چهارم، یعنی جلوگیری از آسیب‌دیدن مجدد، کمتر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است، هرچند برخی پژوهشگران (مارتین، هیل و آلمان^۱، ۲۰۱۹؛ گونزالس، کونتراس و کاسو^۲، ۲۰۲۰ و مک کالوگ، رووت^۳، تابک^۴ و ویتولیت، ۲۰۰۹) به حفظ فاصله عاطفی یا جسمانی فرد آسیب‌دیده با فرد آسیب‌رسان اشاره کرده‌اند و معتقدند چنین انگیزه‌هایی به عنوان بخشی از واکنش طبیعی و عادی انسان‌ها تلقی می‌شود؛ اما مشارکت‌کنندگان این پژوهش معتقدند گاهی نبخشیدن باعث می‌شود این فرصت، دوباره در اختیار همسر آسیب‌رسان قرار نگیرد که مجدد به آن‌ها آسیب برساند. همچنین، ممکن است نزدیکی به همسر آسیب‌رسان باعث تشدید اضطراب و ناامنی آن‌ها شود؛ بنابراین، به نظر می‌رسد یکی از انگیزه‌های عدم گذشت همسران آسیب‌دیده، مراقبت از خود در مقابل آسیب‌های احتمالی آینده است. بر طبق نظریه کینه‌ورزی^۵ یکی از مزیت‌های مهمی که افراد برای کینه‌داشتن ادراک می‌کنند، این است که کینه‌داشتن با کمک به جلوگیری از عود مجدد، تا حدی در مقابل قربانی شدن در آینده جلوگیری می‌کند (اکسلاین و بامیستر، ۲۰۰۱).

عنصر «رهایی از یادآوری همسر آسیب‌رسان و خلاصی از خاطرات آسیب‌زا»، در پژوهش‌های گذشته تکرار شده است. این یافته هم‌سو با پژوهش استاک هوس و همکاران (۲۰۱۷) است. جنبه یادآوری همسر آسیب‌رسان نشان‌دهنده تغییراتی است که در تصورات فرد آسیب‌دیده درباره شخص آسیب‌رسان به او بر اساس آسیب بخشیده‌نشده، روی می‌دهد. عبارت «یادآوری همسر آسیب‌رسان» به این معناست که قربانی در تلاش برای «معناکردن» چرایی خطای همسر آسیب‌رسان بوده است. در اینجا از یادآوری برای اشاره به بازسازی تصورات قربانی درباره همسر آسیب‌رسان استفاده می‌کنیم که مبتنی بر تلاش‌های صورت‌گرفته برای تفسیر فعالیت‌های همسر آسیب‌رسان و تعیین این مسئله است که چگونه همسر آسیب‌رسان باید در دوره پس از وقوع

1. Martin, Hill & Allemand
2. Gonz'alez, Contreras & Casu
3. Root
4. Tabak
5. Grudge theory



آسیب قضاوت شده و با او رفتار شود (دیویس، نولن - هوکسما و لارسون^۱، ۱۹۹۸). یادآوری همسر آسیب‌رسان تأییدکننده یافته‌های زکمیستر و رومرو (۲۰۰۲) است که شخص آسیب‌دیده به احتمال زیاد، مقاصد شخص آسیب‌رسان را به روش‌های مختلف بازسازی می‌کند؛ برای مثال، شخص آسیب‌رسان به‌عنوان شخصی که تمعداً ظالم و بدخواه یا کسی که بهانه‌آور است، تصور می‌شد.

مهم‌ترین محدودیت پژوهش حاضر، انتخاب شرکت‌کنندگان پژوهش از محیط جغرافیایی خاص بود. پیشنهاد می‌شود این پژوهش در بافت‌ها و فرهنگ‌های دیگر کشورمان و با نمونه‌های دیگر تکرار شود. پژوهش حاضر، مضامین مهمی برای متخصصان حوزه خانواده و زوج‌درمانگران دارد. این مطالعه نشان داد تنها راه کاهش عدم گذشت، افزایش گذشت نیست؛ بنابراین ضرورت دارد روان‌شناسان و مشاوران حوزه خانواده و ازدواج با توجه به ساختار تجربه زیسته عدم گذشت در پژوهش حاضر، در مداخلات خود بر دلایل و موانع عدم گذشت همسران تمرکز کنند. ساختار عدم گذشت که از این مطالعه به‌دست آمد، شناخت ما را از پدیده عدم گذشت افزایش داد و مشخص ساخت که سازه «عدم گذشت» ۵ وجه دارد که عبارت‌اند از: عدم گذشت از نوع عاطفی^۲ (حس تنفر، انتقام و اجتناب از فرد آسیب‌رسان)؛ عدم گذشت از نوع شناختی^۳ (برداشت فرد آسیب‌دیده از شدت و ماهیت آسیب)؛ عدم گذشت وابسته به نگرش^۴ فرد آسیب‌دیده (گذشت کردن از خطای دیگران باعث تکرار و تشویق فرد آسیب‌رسان برای انجام دوباره خطا می‌شود)؛ عدم گذشت از نوع ارزیابی مجدد^۵ از فرد آسیب‌رسان (برداشت جدید فرد آسیب‌دیده از فرد آسیب‌رسان) و عدم گذشت وابسته به انگیزش^۶ فرد آسیب‌دیده (عدم عذرخواهی و ندامت فرد آسیب‌رسان و تلاش نکردن برای جبران آسیب‌زا). این یافته‌ها ارزش نظری دارد و دانش ما را درباره این سازه افزایش می‌دهد. روی آوردن به تحقیق کمی برای شناسایی عوامل زیربنایی سازه عدم گذشت و تهیه مقیاسی بومی برای سنجش عدم گذشت از طریق تحلیل عوامل، آزمونی برای اعتبار یافته‌های مطالعه کیفی حاضر است. شناسایی پیش‌بین‌های عدم گذشت در همسران آسیب‌دیده، از دیگر پیشنهادهای پژوهش حاضر است.

1. - Davis, Nolen-Hoeksema & Larson
2. emotional unforgiveness
3. cognitive unforgiveness
4. attitudinal unforgiveness
5. reconstrual unforgiveness
6. motivational unforgiveness



تشکر و قدردانی

بدین وسیله از حمایت مالی معاونت پژوهش و فناوری دانشگاه شهید چمران اهواز برای انجام این پژوهش تشکر و قدردانی می شود.

منابع فارسی

- اسدی فرهادی، طاهره؛ فتحی آشتیانی، علی؛ آزاد فلاح، پرویز. (۱۳۹۷). تأثیر جهت گیری مذهبی بر کیفیت زندگی (مورد مطالعه: یک سازمان دولتی). دوفصل نامه علمی مطالعات پلیس زن، ۲۹(۲)، ۸۳-۹۴. قابل بازیابی از:

ps.jrl.police.ir › article_20314

- بهمنی، ابوطالب. (۱۳۹۰). بررسی مدل پیشنهادی برای پیشایندها و پیامدهای انگیزه های انتقام و اجتناب در ازدواج. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، اهواز.

- خجسته مهر، رضا؛ کرای، امین؛ رجبی، غلامرضا. (۱۳۸۹). بررسی یک مدل پیشنهادی برای پیشایندها و پیامدهای گذشت در ازدواج. فصل نامه علمی - پژوهشی مطالعات روان شناختی، ۱(۶)، ۱۶۲-۱۳۵. قابل بازیابی از: 10.22051/psy.2010.1566

- خجسته مهر، رضا؛ کرای، امین؛ عباس پور، ذبیح اله؛ کوچکی، رحیم. (۱۳۹۰). نقش دلبستگی اضطرابی و اجتنابی و اسناد بر گذشت همسران. دو فصل نامه مشاوره کاربردی، ۲(۱)، ۷۲-۵۱. قابل بازیابی از: journals.scu.ac.ir/article_10248.html

- خجسته مهر، رضا؛ افشاری، فرح؛ رجبی، غلامرضا. (۱۳۹۱). بررسی اثربخشی آموزش گذشت بر سازگاری زنان مطلقه. مطالعات روان شناختی اجتماعی زنان، ۱(۱۰)، ۶۰-۳۷. قابل بازیابی از: 10.22051/jwsp.2012.1411

- خجسته مهر، رضا؛ محمدی، رزگار؛ سودانی، منصور؛ عباس پور، ذبیح اله. (۱۳۹۷). تجربه زیسته فداکاری در ازدواج های پایدار: یک مطالعه پدیدارشناسی توصیفی روان شناسانه. فصل نامه علمی - پژوهشی پژوهش های مشاوره، ۶۵(۱۷)، ۱۸۶-۱۵۰. قابل

بازیابی از:

<http://iran-counseling.ir/journal/article-1-516-fa.html>

- مقامی، ابراهیم. (۱۳۹۴). ارائه الگوی اسلامی بخشایش زوجین. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، اهواز.

منابع انگلیسی

- Akhtar, S., Dolan, A., & Barlow, J. (2017). *Understanding the Relationship Between State. Forgiveness and Psychological Wellbeing: A Qualitative Study. J Relig Health*.463-450 . Retrieved from: Doi.10.1007/s10943-016-0188-9

- Bono, G., McCullough, M. E., & Root, L. E. (2008). "Forgiveness, Feeling Connected to Others, and Well-Being: Two Longitudinal Studies." *Personality and Social Psychology Bulletin*. 182-95. Retrieved from: Doi.10.1177/0146167207310025



- Boon, S. D., Brown, J. (2020). *Associations between perceived injustice, unforgiveness, and psychological well-being among ex-communicants*. Journal of Social and Personal Relationships. Retrieved from: DOI10.1177/0265407520914878.
- Carmody, P., & Gordon, K. (2011). *Offender variables: Unique predictors of benevolence, avoidance, and revenge?* Personality and Individual Differences, 50, 1012–1017. Retrieved from: Doi 10.1016/j.paid.2010.12.037
- Creswell, J. (2007). *Qualitative inquiry and research design: Choosing answer five approach: Thousand Oaks, CA: Sage*.
- Davis, C. G., Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (1998). *Making sense of loss and benefiting from the experience: Two construals of meaning*. Journal of Personality and Social Psychology, 75, 574–561. Retrieved from: Doi10.1037/0022-3514.75.2.561..
- Enright, R. D., & North, J. (1998). *Introducing forgiveness*. In: R. D. Enright & J. North. Exploring forgiveness. Madison; University of Wisconsin Press.
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping Clients Forgive: An Empirical Guide for Resolving Anger and Restoring Hope*. APA Books, Washington, DC.
- Exline, J. J., & Bumeister, R. f. (2000). *Expressing forgiveness and repentance: Benefits and barriers*. In M. E. McCullough & K. I. Pargment & Thoreson, C. (Eds), Forgiveness: Theory, research and practice (pp. 133-155). New York: Guilford Press.
- Fincham, F. D., and Kashdan, T. B. (2004). *“Facilitating Forgiveness: Developing Group and Community Interventions.”* Pp. (617–638). in Positive Psychology in Practice, edited by P. Alex Linley and Stephen Joseph. Hoboken, NJ, USA: John Wiley and Sons.
- Green, J. D., Burnette, J. L., & Davis, J. L. (2008). *“Third Party Forgiveness: Not Forgiving Your Close Other’s Betrayer.”* Personality and Social Psychology Bulletin.407–18. Retrieved from: Doi. 10.1177/0146167207311534
- Giorgi, A. P., & Giorgi, B. M. (2003). *The descriptive phenomenological psychological method*. In P. M. Camic, J. E. Rhodes, & L. Yardley (Eds.), Qualitative research in psychology: Expanding perspectives in methodology and design (pp.243-273) Washington, DC: American Psychological Association.
- Guzmán-González, M., Contreras, P., & Casu, G. (2020). *Romantic attachment, unforgiveness and relationship satisfaction in couples: A dyadic mediation analysis*. Journal of Social and Personal Relationships. Retrieved from: Doi10.1177/0265407520940399..
- Harris, A. H., & Thoresen, C. E. (2008). *Forgiveness, unforgiveness, health, and disease*. In E. L. Worthington (Ed.), Handbook of forgiveness (pp. 321–334). New York, NY: Routledge.
- Ingersoll-Dayton, B., Torges, C., & Krause, N. (2010). *Unforgiveness, rumination, and depressive*

- symptoms among older adults*. *Aging & Mental Health*, 14, 439–449. Retrieved from: Doi. 10.1080/13607860903483136.
- Kira, I. A., Lewandowski, L. A., Templin, T. N., Ramaswamy, V., Ozkan, B., & Mohanesh, J. (2009). *The effects of post-retribution inter-group forgiveness: The case of Iraqi refugees*. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 15, 385–413. Retrieved from: Doi. 10.1080/10781910903158669.
 - Lamb, S. (2002). *Women, abuse, and forgiveness: A special case*. In S. Lamb & J. G. Murphy (Eds.), *Before forgiving: Cautionary views of forgiveness in psychotherapy* (pp. 155-171). New York: Oxford University Press.
 - Lawler-Row, K. A., Karremans, J. C., Scott, C., Edlis-Matityahou, M., & Edwards, L. (2008). Forgiveness, physiological reactivity and health: The role of anger. *International Journal of Psychophysiology*, 68(1), 51–58. Retrieved from: Doi. 10.1016/j.ijpsycho.2008.01.001
 - Luchies, L. B., Finkel, E. J., McNulty, J. K., & Kumashiro, M. (2010). The doormat effect: When forgiving erodes self-respect and self-concept clarity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(5), 734–749. Retrieved from: Doi. 10.1037/a0017838
 - MacIntyre, A. (1984). *After virtue: A study in moral theory (2nd ed.)*. Notre Dame, IN: University.
 - Martin, A. A., Hill, P. L., & Allemand, M. (2019). *Attachment predicts transgression frequency and reactions in romantic couples' daily life*. *Journal of Social and Personal Relationships*. 2247–2267. Retrieved from: Doi. 10.1177/0265407518787234.
 - McCullough, M. E. (2001). Forgiveness: Who does it and how do they do it? *Current Directions in Psychological Science*, 10, 194-197. Retrieved from: Doi. 10.1111/1467-8721.00147
 - McCullough, M. E., Root, L. M., Tabak, B., & Witvliet, C. V. O. (2009). Forgiveness. In S. J. Lopez (Ed.), *Handbook of positive psychology* (2nd ed.; pp. 427–435). New York, NY: Oxford.
 - McNulty, J. K. (2008). Forgiveness in marriage: Putting the benefits into context. *Journal of Family Psychology*, 22(1), 171–175. Retrieved from: Doi. 10.1037/0893-3200.22.1.171
 - Rapske, D. L., Boon, S. D., Alibhai, A. M., & Kheong, M. J. (2010). *Not forgiven, not forgotten: An investigation of unforgiven interpersonal offenses*. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29, 1100–1130. Retrieved from: Doi.10.1521/jscp.2010. 29.10.1100.
 - Stackhouse, M. R. D., Ross, R. W., & Boon, S. D. (2011). *Unforgiveness: Refining theory and measurement of an understudied construct*. *British Journal of Social Psychology*. 130–153. Retrieved from: Doi. 10.1111/bjso.12226.
 - Ross, R. W., Boon, S. D., Stackhouse, M. R. D. (2018). Redefining unforgiveness: Exploring victims' experiences in the wake of unforgiven interpersonal transgressions. *Debian Behavior*, 1069–1081. Retrieved from: Doi.10.1080/01639625.2017.1399747



- Wade, N. G., & Worthington, E. L. (2003). *Overcoming interpersonal offenses: Is forgiveness the only way to deal with unforgiveness?* Journal of Counseling & Development, 81, 343-353. Retrieved from: Doi. 10.1002/j.1556-6678.2003.tb00261.
- Wai, S. T & Yip, T. H. J. (2009). *Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being: Implication for interpersonal theory of depression.* Personality and Individual Differences.46: 365-368. Retrieved from: Doi. 10.1016/j.paid.2008.11.001
- Witvliet, C., Ludwig, T. E., & Vander Laan, K. L. (2001). *Granting forgiveness or harboring grudges: Implications for emotion, physiology, and health.* Psychological Science, 12, 117-123. Retrieved from: Doi. 10.1111/1467-9280.00320.
- Worthington, E. L. Jr. (2001). *Unforgiveness, forgiveness, and reconciliation and their implications for societal interventions.* In R. G. Helmick & R. L. Petersen (Eds.), *Forgiveness and reconciliation: Religion, public policy, and conflict transformation* (pp. 161-182). Philadelphia, PA: Templeton Foundation Press.
- Worthington, E. L. Jr. (2006). *Forgiveness and reconciliation: Theory and application.* New York, NY: Routledge.
- Worthington, E. L. Jr., Berry, J.W., & Parrott, L. (2001). *Unforgiveness, forgiveness, religion and health.* In T.G. Plante and A.C. Sherman. (Eds.), *Faith and Health* 108-138. New York: The Guilford Press.
- Worthington, E. L., Jr., & Sandage, S. J. (2016). *Forgiveness and spirituality in psychotherapy: A relational approach.* American Psychological Association. Retrieved from: Doi. 10.1037/14712-000.
- Younger, J. W., Piferi, R. L., Jobe, R. L., & Lawler, K. A. (2004). *Dimensions of forgiveness: The views of laypersons.* Journal of Social and Personal Relationships, 21, 837-855. Retrieved from: Doi. 10.1177/0265407504047843.
- Zechmeister, J. S., & Romero, C. (2002). *Victim and offender accounts of interpersonal conflict: Autobiographical narratives of forgiveness and unforgiveness.* Journal of Personality and Social Psychology, 82, 675-686. Retrieved from: Doi. 10.1037/0022-3514.82.4.675.