



Print ISSN: 2251-6654
Online ISSN: 2588-3542



Journal of Family Counseling and Psychotherapy

Volume 14, Issue 1 - June 2026

10.22034/FCP.2026.140194.2204

Designing and Efficacy of factors influencing on love Trauma intervention on love Trauma syndrome in girl's student

1. Yasaman Jamshidian

Ph.D of Counseling, Department of Education and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran. yas.jamshidian@gmail.com

2. Ali Sheykholeslami,

Professor of Educational Psychology, Department of Counseling, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran

3. Ali Rezaeisharif

Professor of educational Psychology, Department of Counseling. University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran

4. Hossein Ghamari

Professor of Counseling, Department of Counseling. University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran

Received: 2024-05-10

Accepted: 2025-09-02

Abstract

Background: The dissolution of a romantic relationship is one of the most painful events that people can experience in their lives. **Objective:** The aim of the present study was to design and evaluate the effectiveness of an intervention, based on the factors influencing love trauma on love trauma syndrome in girl's students. **Method:** The present research method was a semi-experimental pre-test-post-test type with a control group. The research population included all female students of Mohaghegh Ardabili University in 1402; Students who were involved in love Trauma. Among these people, 8 people were selected as samples for the experimental group and 8 people were selected as samples for the control group. The sampling method of this research was available. Covariance analysis was used to analyze the data. The data collection tool included the love Trauma syndrome questionnaire (Ross, 1991). **Findings:** The results of the analysis of covariance showed that the intervention protocol of factors affecting love trauma has an effect on the severity of love trauma in female students who have experienced love failure and there was a significant difference in love failure scores between the two experimental and control groups ($F = 57.631$ and $P = 0.001$). **Conclusion:** Based on this finding, it can be concluded that the intervention protocol of the factors affecting love trauma can be used as an effective method to intervene in girls' love failure and help them adapt to the trauma.

Key words: girls, love shock, intervention of factors affecting love Trauma, student



Introduction

College students are forced to face many challenges during the transition from adolescence to adulthood and when leaving home and entering the university. This transition is often accompanied by an increase in depression, anxiety and stress ([Zeng y. et al, 2019](#)). Research has shown that student girls have a greater tendency to develop disorders such as anxiety and depression compared to boys ([Christiansen, 2015](#)) and also these girls face more serious mental health issues that put them at increased risk of loneliness, depression, and anxiety and self-harm ([Cruz-Valdiviano, et al., 2023](#)). One of the phenomena that has a high prevalence in the student population and causes academic and psychological problems is love trauma ([Etemadinia et al, 2021](#)).

Dissolution of a romantic relationship is one of the most painful events that people can experience in their lives ([Asayesh, et al, 2021](#)). In fact, breaking up a romantic relationship is a stressful event that leads to a lot of anger and feeling insecure ([Rajabi, Jokar & Alimoradi, 2018](#)). For the first time, Ross (2007) introduced the symptoms of love failure. These symptoms include a set of symptoms that appear in a person after the end of an emotional relationship and affect a person's performance in various fields such as social, academic, occupational, etc. Love failure causes irrational reactions and its symptoms remain for a long time ([Ross, 2007](#)).

Research has shown that various factors play a role in relationship failure and how to deal with it. Gender can be an important indicator of vulnerability in the issue of mental health in a love relationship, so that some researchers suggest that young girls are more likely to enter into romantic relationships, find emotional conflict, confusion. They are more emotional and engage in risky behaviors ([Roberts, 2016](#)).

The research of Etemadinia and colleagues ([Etemadinia et al, 2021](#)), which was conducted on students, showed that personality traits, schemas and psychological well-being are related to the symptoms of love failure. Mesbahi et al.'s research ([Mesbahi et al, 2019](#)) showed that personality traits, initial maladaptive schemas and the quality of attachment relationships can predict the symptoms of love shock. A higher level of commitment in a relationship is associated with greater turmoil during relationship dissolution. Confusion after the dissolution of a relationship, especially for those who



thought they were in a committed relationship, creates a series of healthy and unhealthy coping mechanisms ([Sprecher S, Felmlee D, Metts, 1998](#)).

Based on what has been said, the trauma of love can have a great impact on mental health, especially on girls, and therefore it is very necessary to design and evaluate an intervention to reduce the effects of trauma. Accordingly, the purpose of the present research was to design and evaluate the effectiveness of an intervention, based on the factors influencing love trauma on love trauma syndrome in girl's students.

Methodology

The current research population included all female students of Mohagheh Ardabili University in 1402; Students who were involved in love Trauma. Among these people, 8 people were selected as samples for the experiment group and 8 people were selected as samples for the control group. The sampling method of this research was available. The inclusion criteria included the following: the person must be a student, be a girl, and score above 20 in love trauma syndrome. The present research method was a semi-experimental pre-test-post-test type with a control group. The research population included all female students of Mohagheh Ardabili University in 1402; The data collection tool included the love Trauma syndrome questionnaire ([Ross, 1999](#)). For the intervention, the intervention protocol of the influencing factors on love Trauma syndrome was used.

Results and discussion

The results obtained in below Table showed that by adjusting the pre-intervention scores, there was a significant difference in love failure scores between the two experimental and control groups ($F=57.631$ and $P=0.001$). These results showed the efficiency of the intervention protocol of the factors affecting on love trauma in girls involved in love failure. Also, the effect coefficient obtained indicates that 81% of the difference between the groups in love failure scores in the post-test is related to the efficiency of the intervention protocol of the factors affecting love trauma.

Table 1. The result of covariance analysis to compare the mean scores after love failure test.



Source	Sum of Squares	df	Mean square	F	P-value	eta
Corrected model	778.594	2	394.297	34.208	0.001	0.840
INTERCEPT	4.123	1	4.123	0.358	0.560	0.027
Pretest	18.532	1	18.532	1.608	0.227	0.110
Group	664.277	13	664.277	57.631	0.001	0.816
Error	146.843		11.526			
Total	4939.000	16				
Corrected total	938.438	15				

The purpose of the present study was to design and evaluate the effectiveness of an intervention based on the factors influencing love trauma on love trauma syndrome in female students. The findings of the research showed that the intervention protocol based on the factors affecting love trauma has significantly reduced the love trauma score in girls of the experimental group compared to the control group. This finding is consistent with [Mochan et al.'s](#) (2014). Their research showed that schema therapy was effective in improving the symptoms of emotional failure. As a result, this intervention method can be effective in reducing the cognitive, emotional and behavioral symptoms of emotional failure. It was also consistent with the findings of Mosayebi Dorche et al. ([Mosayebi Dorche, 2022](#)). The results of their research showed that people who experienced emotional failure have more emotional schemas. So schema therapy can be effective in improving failure symptoms. In the explanation of this finding, it can be said that schema therapy is an integrated psychological treatment that results from the tradition of cognitive behavioral therapy, but strongly uses interpersonal, psychodynamic and experimental techniques ([Taylor, Bee & Haddock, 2017](#)). This means that this treatment focuses on both cognition, emotion and behavior ([Young, Klosko & Weishaar, 2003](#)). In schema therapy, working on cognition is very important. In the cognitive aspect, the cognitive distortions of these girls after the love blow were obvious.

In short-term intensive psychodynamics, in the triangle of the person, it is believed that people transfer unresolved childhood needs and emotions in relation to important people in their lives to the current relationship ([Rocco, Calvo, Agrosi, Bergami, Busetto,](#)



[Marin, Pezzetta, Rossi, Zuccotti & Abbass, 2021](#),). By working on the client's knowledge of the similarities of important people from childhood and their unfulfilled needs, and insight into the people of the present who are very attractive to him, and which causes some of them to still have the consequences of the love blow even after several years. And the person cannot solve the trauma, and if not treated, he can still remain in ignorance. But with this knowledge in the treatment room, a person can understand the difference between the important people of his past life and the person who hurt him in the present.

Acknowledgments

We would like to thank all the girl college students participating in this study.

Authors' contributions

Yasaman Jamshidian contributed to the all process stage of the article, such as design and implementation of the research, to the analysis of the results, and the writing of the manuscript. Other colleagues contributed to Conceptualize this research and designing intervention Protocol.

Funding

This work was supported by no organization

Availability of data and materials

available

Ethics approval and consent to participate

Before starting the work, participants were explained about the purpose of this research and the requirements of participation in this research. The intervention was carried out with the consent of the participants, and explanations were given regarding confidentiality, that confidentiality is fully respected.

Consent for publication

Participants were assured that their findings were confidential and would be published in an article without mentioning their personal information.

Competing interests

The author(s) declared no potential conflicts of interest to the research, authorship, and/or publication of this article.



References

- Asayesh, M. H., Qazinejad, N., & Bahonar, F. (2021). Explanation of the Emotional Reactions of Girls with Love Trauma Syndrome: A Qualitative Study. *The Women and Families Cultural-Educational*, 15(53), 125-154. (Persian)
- Christiansen, D. M. (2015). Examining sex and gender differences in anxiety disorders. *A fresh look at anxiety disorders*, 17.
- De La Cruz-Valdiviano, C., Bazán-Ramírez, A., Henostroza-Mota, C., Cossío-Reynaga, M., & Torres-Prado, R. Y. (2023). Influence of Loneliness, Anxiety, and Depression on Suicidal Ideation in Peruvian Adults during the COVID-19 Pandemic. *Sustainability*, 15(4), 3197. <https://doi.org/10.3390/su15043197>
- Etemadnia M, Shiroodi S, Khalatbari J, Abolghasemi S. Predicting Love Trauma Syndrome in College Students Based on Personality Traits, Early Maladaptive Schemas, and Spiritual Health. *IJPCP* 2021; 27 (3) :318-335. Doi: [10.32598/ijpcp.27.2.1096.2](https://doi.org/10.32598/ijpcp.27.2.1096.2) (Persian)
- Mesbahi E, AmiriMajd M, Ghamari M, Bazazian S. Development of a Model to Predict Emotional Failure in Students According to Personal Factors and Initial Maladaptive Schemas and Quality of Love Relationships. *IJPCP* 2019; 25 (1) :42-55. Doi: [10.32598/ijpcp.25.1.42](https://doi.org/10.32598/ijpcp.25.1.42) (Persian)
- Mosayebi Dorche, E., Issazadegan, A., & Soleymani, E. (2022). The Role of Emotional Schemas in Predicting Love Trauma Syndrome in People with Emotional Failure. *Journal of Psychological Studies*, 18(3), 7-20. doi: [10.22051/psy.2022.39964.2601](https://doi.org/10.22051/psy.2022.39964.2601). (Persian)
- Mouchan, R., Bahmani, B., & Askari, A. (2016). The Effectiveness of Schema Therapy on Reducing Symptoms of Emotional Breakdown. *Health Sciences*, 5(95), 1-11. (Persian)
- Rajabi, S., Joukar, M., & Alimoradi, K. (2018). The Effectiveness of trauma specific cognitive-behavioral therapy on reducing love focused syndromes in college students. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 8(1), 79-96. Doi: [10.22055/JAC.2018.27127.1623](https://doi.org/10.22055/JAC.2018.27127.1623) (Persian)
- Roberts, C. (2016). Psychosocial dimensions of early-onset puberty and its treatment. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 4(3), 195-197. DOI: [10.1016/S2213-8587\(16\)00038-3](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(16)00038-3)
- Rocco, D., Calvo, V., Agrosi, V., Bergami, F., Busetto, L. M., Marin, S., Pezzetta, G., Rossi, L., Zuccotti, L., & Abbass, A. (2021). Intensive short-term dynamic psychotherapy provided by novice psychotherapists: effects on symptomatology and psychological structure in patients with anxiety disorders. *Research in psychotherapy (Milano)*, 24(1), 503. <https://doi.org/10.4081/ripppo.2021.503>
- Rosse, R. B. (2007). *The love trauma syndrome: free yourself from the pain of a broken heart*. Da Capo Lifelong Books.
- Sprecher, S., Felmlee, D., Metts, S., Fehr, B., & Vanni, D. (1998). Factors associated with distress following the breakup of a close relationship. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(6), 791-809. doi.org/10.1177/0265407598156005
- Taylor, C. D. J., Bee, P., & Haddock, G. (2017). Does schema therapy change schemas and symptoms? A systematic review across mental health disorders. *Psychology and psychotherapy*, 90(3), 456-479. <https://doi.org/10.1111/papt.12112>.
- Young, J., Klosko, J., & Weishaar, M. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York, NY: Guilford Press.
- Zeng, Y., Wang, G., Xie, C., Hu, X., & Reinhardt, J. D. (2019). Prevalence and correlates of depression, anxiety and symptoms of stress in vocational college nursing students from Sichuan, China: a cross-sectional study. *Psychology, health & medicine*, 24(7), 798-811.





Print ISSN: 2251-6654
Online ISSN: 2588-3542



Journal of Family Counseling and Psychotherapy

Volume 14, Issue 1 - June 2026
10.22034/FCP.2026.140194.2204

طراحی و ارزیابی اثربخشی مداخله مبتنی بر عوامل اثرگذار در ضربه عشقی بر

سندرم ضربه عشق در دختران دانشجو

دکتری مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.	یاسمن جمشیدیان
استاد روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.	علی شیخ‌الاسلامی
استاد روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.	علی رضایی شریف
استاد مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.	حسین قمری

پذیرش: ۱۱-۰۶-۱۴۰۰

دریافت: ۲۱-۰۲-۱۳۹۹

چکیده

انحلال رابطه عاشقانه از دردناکترین رخدادهایی است که افراد می‌توانند در زندگی خود تجربه کنند. هدف پژوهش حاضر طراحی و ارزیابی اثربخشی مداخله مبتنی بر عوامل اثرگذار در ضربه عشقی بر سندرم ضربه عشق در دختران دانشجو بود. روش پژوهش حاضر نیمه‌تجربی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش شامل کلیه دانشجویان دختر دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۴۰۲ بودند؛ دانشجویانی که درگیر ضربه عشق بودند. از بین این افراد به تعداد ۸ نفر به عنوان نمونه برای گروه آزمایش و ۸ نفر به عنوان نمونه برای گروه کنترل انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری این پژوهش در دسترس بود. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس استفاده شد. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه نشانگان ضربه عشق (Ross, 1991) بود. برای مداخله نیز از پروتکل مداخله عوامل اثرگذار در ضربه عشق استفاده شد. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس نشان داد که پروتکل مداخله عوامل اثرگذار در ضربه عشق بر شدت ضربه عشق در دختران دانشجو دارای تجربه شکست عشقی تاثیر دارد و بین دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری در نمره‌های شکست عشقی وجود داشت ($F=57/631$ و $P=0/001$). بر اساس این یافته می‌توان نتیجه گرفت که پروتکل مداخله عوامل اثرگذار بر ضربه عشق می‌تواند به عنوان روشی اثربخش برای مداخله در شکست عشقی دختران مورد استفاده قرار گیرد و باعث کمک به آنها برای سازگاری با ضربه شود.

کلیدواژه‌ها: دختران، ضربه عشق، مداخله عوامل اثرگذار بر ضربه عشق، دانشجو



مقدمه

دانشجویان دانشگاه به اجبار با چالش‌های زیادی در حین گذار از نوجوانی به بزرگسالی و حین ترک خانه و ورود به دانشگاه روبرو می‌شوند. این گذار اغلب با افزایش افسردگی، اضطراب و استرس همراه می‌شود (Wang J. et al, ۲۰۱۹). تحقیقات نشان داده که دختران دانشجو در مقایسه با پسران گرایش بیشتری برای رشد اختلالاتی همچون اضطراب و افسردگی دارند (Christiansen, 2015) و همچنین این دختران با مسایل سلامت روان جدی‌تر روبرو هستند که آنها را در معرض خطر فزاینده‌ی تنهایی، افسردگی، اضطراب و خودکشی قرار می‌دهد (Prowse, R. et al. 2021). یکی از پدیده‌هایی که در جمعیت دانشجویان، شیوع بالایی دارد و باعث مشکلات تحصیلی و روان‌شناختی می‌شود، ضربه عشقی است (Etemadinia et al., 2021). انحلال رابطه عاشقانه از دردناکترین رخدادهایی است که افراد در زندگی خود تجربه می‌کنند (Amanollahi, 2015). در واقع قطع رابطه عاشقانه، رخدادی پرتنش است که به خشم زیاد و احساس ناامنی منجر می‌شود (Rajabi, Jokar & Alimoradi, 2018). برای اولین بار راس (۲۰۰۷) نشانگان شکست عشقی^۱ را معرفی کرد. این نشانگان شامل مجموعه‌ی علایمی است که پس از اختتام ارتباط عاطفی در فرد نمایان می‌شود و بر عملکرد فرد در حوزه‌های مختلفی همچون حوزه‌های اجتماعی، تحصیلی، شغلی اثر می‌گذارد. شکست عشقی باعث واکنش‌های غیرمنطقی شده و نشانگان آن برای مدتی طولانی باقی می‌ماند (Ross, 2007). نشانگان شکست عشقی به عنوان رخدادی همراه با استرس شدید و تا حدودی آسیب‌زا تجربه می‌شود (Field, Diego Pelaez, Deeds & Delgado, 2009) و شامل چهار ویژگی اساسی برانگیختگی^۲، اجتناب^۳، یادآوری خودکار^۴ و کرختی هیجانی^۵ می‌شود (Gilbert & Sifers, 2011). برانگیختگی با علایم اضطرابی همچون نگرانی، بی‌قراری و پیش‌بینی بدترین رویداد و حتی گاهی با بیش‌برانگیختگی، مشکل خواب و بیداری همراه است. اجتناب به معنای تلاش برای فرار از مقابل شدن با هر نشانه‌ی تداعی‌کننده‌ی ضربه عشقی است. حتی افراد ممکن است تماماً از موقعیتهای اجتماعی کناره‌گیری کنند. یادآوری خودکار، در برگیرنده افکار و خاطراتی است که می‌تواند به احساس‌ها و آشفتگی‌های ناخوشایندی منتهی گردد. کرختی

1. The love trauma syndrome

2. Arousal

3. Avoidance

4. Automatic remembering

5. Emotional anaesthesia



هیجانی، یعنی کاهش ظرفیت فرد در تجربه بعدی احساس عشق پس از رخداد نشانگان ضربه عشق تلقی می-گردد (Gilbert & Sifers, 2011).

کونولی و همکاران (Connolly, Craig, Goldberg, & Pepler, 1999) چارچوبی چهار مرحله‌ای را برای عشق رمانتیک مطرح کرده‌اند: ۱. فاز اشتیاق اولیه^۱، مرحله پیش ارتباطی که در آن افراد جوان این فرصت را دارند که اشتیاق رمانتیک خود را از طریق جذابیت فیزیکی در سطحی فردی کشف کنند، ۲. فاز جذب شدن رمانتیک^۲، مرحله‌ای پیش ارتباطی که معمولاً در بافت گروهی گسترده‌تر رخ می‌دهد و رابطه زوجی هنوز شکل نگرفته است، ۳. فاز صمیمیت^۳، نشانگر شکل‌گیری رابطه زوجی رمانتیک است و ۴. فاز تعهد^۴، که در آن رابط‌ها تثبیت شده است و ارتباطی زوجی و تعهد متقابل وجود دارد.

تحقیقات نشان داده که عوامل مختلفی در شکست ارتباطی و نحوه برخورد با آن نقش دارند. جنسیت می-تواند شاخص آسیب‌پذیری مهمی در مسئله سلامت روان در رابطه عشقی باشد، به طوری که برخی پژوهش‌ها پیشنهاد می‌کنند که دختران جوان به احتمال بیشتری وارد روابط عاشقانه می‌شوند، درگیری هیجانی پیدا می‌کنند، آشفتگی هیجانی بیشتری دارند و بیشتر درگیر رفتارهای پرخطر می‌شوند (Roberts, 2016). تحقیق موسوی (۱۳۸۶) نشان داد که در روابط عاشقانه، دختران بسیار بیشتر از پسران در معرض آسیب‌های روانی و اجتماعی، و گاه جسمی و بهداشتی هستند، و این بر زندگی شخصی، خانوادگی و سلامت جسمی آنان اثرات منفی بر جای می‌گذارد (Cited by Ghazinezhad et al, 2021). در یک نمونه از دانشجویان دانشگاه، انحلال شدید رابطه، با احساساتی همچون خیانت و طرد^۵، نشانگان افسردگی و اضطراب، افکار مزاحم درباره شریک سابق و اختلال خواب همراه بوده است. زنان نمرات آشفتگی بیشتری را در مقایسه با مردان بعد از انحلال رابطه گزارش می‌کردند (Field, Diego Pelaez, Deeds & Delgado, 2009). تحقیق اعتمادی‌نیا و همکاران (Etemadinia et al, 2021) که بر روی دانشجویان انجام شده، نشان داده که ویژگی‌های شخصیتی، طرح‌واره‌ها و بهزیستی روان‌شناختی با نشانگان شکست عشقی رابطه دارند. تحقیق مصباحی و همکاران (Mesbahi et al, 2019) نشان داد که ویژگی‌های شخصیتی، طرح‌واره‌های

1. infatuation stage

2. affiliate romantic stage

3. intimate stage

4. committed stage

5. betray and rejection



ناسازگار اولیه و کیفیت روابط دلبستگی، می‌توانند نشانگان ضربه‌عشقی را پیش‌بینی کنند. سطح بالاتری از تعهد در رابطه با آشفتگی بیشتر در هنگام انحلال رابطه همراه است. آشفتگی بعد از انحلال رابطه به ویژه برای آنهایی که فکر می‌کردند در روابط متعهدانه‌ای بودند، باعث ایجاد یک سری مکانیزمهای مقابله‌ای سالم و ناسالم می‌شود (Sprecher S, Felmlee D, Metts, 1998).

خیانت یکی از عواملی است که می‌تواند باعث شکست و انحلال رابطه شود (Rokach & Chan, 2023) به نظر می‌رسد که خیانت از هر نوعی که باشد، می‌تواند تلنگری برای انحلال رابطه باشد (Bendixen, Kennair & Grøntvedt, 2018) در حقیقت، تحقیق در ۱۶۰ فرهنگ نشان داده که خیانت زناشویی رایج‌ترین دلیل انحلال رابطه است (Grøntvedt, Kennair, & Bendixen, 2020). خیانت نه تنها اثر مخربی بر رابطه دارد که منجر به جدایی و طلاق می‌شود، بلکه بهزیستی هیجانی کلی زوجین را نیز به صورت منفی تحت تاثیر قرار می‌دهد و باعث کاهش عزت‌نفس و افزایش احتمال افسردگی می‌گردد (Bozoyan & Schmiedeberg, 2022).

پژوهش‌ها نشان داده که بزرگسالانی که به گذشته برمی‌گردند و بدرفتاری‌های بیشتری را از زندگی گذشته خود گزارش می‌کنند، روابط کژکار بیشتری در زمان جاری خواهند داشت. کسانی که بدرفتاری هیجانی کودکی بیشتری را گزارش کرده‌اند، کیفیت روابط رمانتیک ضعیفی دارند. بازماندگان این بدرفتاری‌ها کمتر احساس امنیت می‌کنند و نارضایتی بیشتری برای ورود به روابط بالغانه از خود نشان می‌دهند (Kapeleris and Paivio, 2011). آنها اعتماد کمتر، تعارض بیشتر، نارضایتی ارتباطی بیشتر، و احتمال بیشتری برای انحلال رابطه را گزارش می‌کنند (Cited by Sun, Canevello, Lewis, KLi, & Crocker, 2021).

طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه یکی دیگر از عواملی است که می‌تواند شکست ارتباطی را پیش‌بینی کند (Etemadinia et al, 2021)؛ (Araghi, Shafiabadi, Delavar & Mardanirad, 2020). طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه باورهای هسته‌ای و زیربنایی هستند که نقش مهمی در تفسیر و تبیین رخداد‌های زندگی فرد بازی می‌کنند. به عبارتی دیگر، افراد جهان و تجارب خودشان در جهان را از لنز طرح‌واره‌هایشان می‌بینند. (Araghi, Shafiabadi, Delavar & Mardanirad, 2020). طرح‌واره ناسازگار اولیه، مفهومی مرکزی در طرح‌واره‌درمانی است. این مفهوم یک ساختار شناختی است که به صورت باورهای منفی در مورد خود، دیگران و جهان تعریف شده است. باورهایی که ماندگار است و به تجربیات فرد معنا می‌دهد. طرح‌واره‌های ناسازگار می‌توانند به شکل شناخت‌ها، هیجان‌ها، خاطرات و حواس بدنی همراه با طرح‌واره‌های ناسازگار خود را نشان



دهند. عقیده بر این است که زمان شکل‌گیری این طرح‌واره‌ها در کودکی و نوجوانی است و در بزرگسالی مستحکم می‌شوند. هجده طرح‌واره ناسازگار شناسایی شده و در پنج حوزه قرار می‌گیرد: قطع پیوند و طرد، عملکرد مختل، مطلوب نبودن، خودابرازی محدود، و محدودیت‌های مختل (Taylor, Bee & Haddock, 2017).

یک سری متغیرهای مربوط به عشق رومانیتیک دوران نوجوانی با خطر اقدام به خودکشی یا حتی خودکشی منجر به فوت رابطه داشته است؛ که یکی از این متغیرها رخداد‌های استرس‌زا همچون انحلال رابطه رمانتیک و برهم خوردن رابطه است (George & van den Berg, 2012) برای مثال یک مطالعه نشان داده که ۷۶ درصد اقدام به خودکشی در میان نوجوانانی که به بخش اورژانس مراجعه کرده بودند، مربوط به انحلال رابطه (با همسالان، خانواده و روابط عاشقانه) بود (Vaida & Steinbeck, 2000).

بررسی‌های انجام شده (Parkes, 2013) نشان می‌دهد که فروپاشی رابطه رمانتیک می‌تواند از نظر بالینی کانون توجه باشد. از آنجا که اندوه، افسردگی، خشم و اضطراب، همراه با شکست عشقی در فرد ظاهر می‌شود و سلامت روان و روابط بین‌فردی وی را با خطر روبرو می‌کند، باید به دنبال رویکرد درمانی‌ای برای کاهش نشانه‌های بالینی ذکر شده باشیم (Akbari et al, 2021). توسلی و همکاران (۱۳۹۷) به بررسی اثربخشی واقعیت‌درمانی گروهی بر نشانگان ضربه عشق و عملکرد کلی افراد شکست‌خورده عاطفی پرداخته‌اند. نتایج تحقیق آنها نشان داد که واقعیت‌درمانی گروهی روش موثری برای کاهش نشانگان ضربه عشق است. سلطانی و فاتحی‌زاده (Soltani & Fatehizade, 1400) در تحقیقی به بررسی اثربخشی درمان متمرکز بر شفقت بر نشانگان ضربه عشق پرداخته‌اند. یافته‌های آنها نشان داد که درمان متمرکز بر شفقت با پرورش موضعی شفقت‌ورزانه این فرصت را فراهم می‌آورد که مراجعان با حضور کامل نسبت به تجربه‌های دردناک خویشتن، فرایند بهبودی را سپری کنند. رجبی و همکاران (Rajabi, et.al, 1396) در پژوهش خود نشان دادند که درمان شناختی رفتاری مبتنی بر آسیب در کاهش نشانگان ضربه عشق اثربخش است. موجان و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان دادند که طرح‌واره درمانی در بهبود علائم شکست عاطفی موثر بوده است و این روش مداخله می‌تواند در کاهش علائم شناختی، هیجانی و رفتاری شکست عاطفی موثر باشد.

با توجه به اینکه ضربه عشقی در پژوهش‌های داخلی و خارجی به عنوان یک مشکل کانون توجه زیادی بوده است، اما حداقل در ایران تا به حال پژوهشی که بخواهد ابتدا به صورت کیفی به علل و بسترهای ضربه عشق



پیردازد، و مبتنی بر آنها بسترها سعی در توسعه یک پروتکل مداخله داشته باشد، توسط محقق یافت نشد. در این پژوهش پروتکل مداخله مبتنی بر مصاحبه با افراد درگیر ضربه عشقی طراحی شد و دقیقاً مداخله روی همان عوامل ضربه‌زا و پیامدهای ضربه صورت گرفت. این مسئله نقطه تمیز این پژوهش با پژوهش‌های قبلی است. اینکه ما بدانیم چه بسترهایی باعث ایجاد یا تشدید ضربه ناشی از رابطه عشقی می‌شود، طبیعتاً با کار روی آن بسترها می‌توانیم تاثیر پیامدهای ناگوار ناشی از ضربه را نیز کم کنیم.

بر اساس آنچه گفته شد، ضربه عشق می‌تواند تاثیر بسیاری بر سلامت روان خصوصاً دختران داشته باشد و بنابراین طراحی و ارزیابی مداخله‌ای برای کاهش اثرات ضربه بسیار ضروری است. بر همین اساس، هدف از پژوهش حاضر طراحی و ارزیابی اثربخشی مداخله مبتنی بر عوامل اثرگذار در ضربه عشقی بر سندرم ضربه عشق در دختران دانشجو است.

روش

روش پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش حاضر شامل کلیه دانشجویان دختر درگیر ضربه عشقی در دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۴۰۲ بودند. از بین این افراد به تعداد ۸ نفر به عنوان نمونه برای گروه آزمایش و ۸ نفر به عنوان نمونه برای گروه کنترل انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری این پژوهش در دسترس بود. ملاک‌های ورود شامل موارد زیر می‌شد: فرد باید دانشجو باشد، دختر باشد، در شکست عشقی نمره بالای ۲۰ آورده باشد.

ابزارها

پرسشنامه ضربه عشق

این مقیاس توسط راس (Ross, 1999) تهیه و از ۱۰ ماده ۴ گزینه‌ای تشکیل شده و نقطه برش آن ۲۰ است و میزان آشفتگی جسمی، هیجانی، شناختی و رفتاری را ارزیابی می‌کند. در نمره‌گذاری، هر سؤال، به ترتیب نمره ۳ تا ۰ می‌گیرند، فقط سؤال‌های ۱ و ۲ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. بعد از امتیازدهی، جمع نمره‌ها به‌عنوان وضعیتی از نشانگان ضربه در نظر گرفته می‌شود. هرچه نمرات بیشتر باشد، نشانه شدت بیشتر ضربه عشقی است. در پژوهش دهقانی، عاطف وحیدی و قرایی (Dehghani, Atef-Vahid & Gharaee, 2011)



ضرب آلفای پرسشنامه در مورد دانشجویان ۰/۸۱ و ضریب اعتبار آن با روش بازآزمایی به فاصله یک هفته ۰/۸۳ و در پژوهش اکبری، خانجانی، پورشریفی، محمودعلیلو و عظیمی (۱۳۹۱)، ۰/۸۱ و ضریب اعتبار آن با روش بازآزمایی به فاصله یک هفته ۰/۸۳ به دست آمد. در پژوهش امان‌اللهی و همکاران ([Amanollahi, 2015](#)) برای بررسی روایی، همبستگی نشانگان ضربه عشق با پرسشنامه افسردگی بک برابر با ۰/۶۴ و با بخش صفت پرسشنامه اضطراب حالت-صفت اسپیلبرگر ۱۹۷۰ برابر با ۰/۶۱ همچنین آلفای کرونباخ آن برابر با ۰/۷۸ به دست آمد.

پروتکل مداخله عوامل اثرگذار در ضربه عشق:

این پروتکل بر اساس کار کیفی پژوهشگر و مصاحبه نیمه‌ساختار یافته با دختران دانشجویی که درگیر شکست عشقی بودند، طراحی شد. بر اساس یافته‌های کیفی، پژوهشگر سعی کرده مبتنی بر یافته‌ها، پروتکل را در چارچوب چند نظریه زیربنایی شامل مدل طرح‌واره‌درمانی، روابط ابژه و درمان شناختی-رفتاری طراحی کند ([Jamshidian Naeini et al, 1402](#)). عنوان و شرح جلسات درمانی در جدول یک آورده شده است. پروتکل مداخله در هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای اجرا شد.

جدول ۱. پروتکل مداخله عوامل اثرگذار در ضربه عشق

جلسه	هدف جلسه	محتوای
جلسه اول	معرفی فرد و آموزش رفتارهای تداوم‌بخش حس شکست	-بررسی هدف -کار شناختی بر روی محافظها (یا مکانیزهای دفاعی افراط، اجتناب و تسلیم) یا سبک‌های مقابله‌ای نارکارآمد (کار بر روی ورود سریع افراد و اجتناب‌ها، افت عملکرد، خواب کم یا زیاد، بی‌انگیزی، گیجی، بی‌اعتمادی، تجربه مجدد، پیش بینی پذیری، تغییر ناگهانی طرف، شروع رابطه با وعده ازدواج، داشتن تصویر خوب)
جلسه دوم	کار بر روی سبک‌های مقابله‌ای شناسایی ذهنیت پرتوقع و سرزنشگر	- بررسی سود و زیان سبک‌های مقابله‌ای -کار شناختی بر روی ذهنیت پرتوقع و سرزنشگر -ادامه کار روی تسلیم و اجتناب (نوسان بین عشق و نفرت، معبود دانستن و جایگاه بالا دادن) - ترکیب ذهنیت‌ها و آشنایی با چرخه ذهنیت‌ها،
جلسه سوم	شناسایی خشم	-بررسی سود و زیان ذهنیت پرتوقع (خودسرزنی، دیگر نمی‌توانم اعتماد کنم) -کار شناختی روی خشم -نوشتن نامه خشم (تکلیف برای جلسه بعد) -پاره کردن پیام‌های والد چه در جلسه و چه در منزل -بررسی تفکر دوقطبی صفر یا صد
جلسه چهارم	ادامه بررسی خشم و ابراز خشم	-بررسی تکلیف نامه خشم -آموزش ابراز صحیح خشم در جلسه و کمک به فرد برای تسکین حالش



جلسه پنجم	بینش‌یابی از چرخه ذهنیت‌ها تکنیک تاثیر گذشته بر تصمیمات فعلی	-فهم انتخاب افراد شبیه والدین یا مخالف والدین
جلسه ششم	شناسایی نیازهای هیجانی قبلی	-ارتباط نیازهای برآورده نشده با مشکلات فعلی در شروع رابطه و بعد از شکست
جلسه هفتم	بررسی نیازهای غم و تنهایی و حس طرد شدن، بی‌اعتمادی	-تصویرسازی کودک آسیب‌پذیر -شناسایی و درک عوامل شکست در خودش
جلسه هشتم	بررسی علایم هشدار و جمع‌بندی جلسات و بازخورد	-استفاده از تفسیر تست و محتوای مصاحبه برای شناسایی نیازهای فرد تا دوباره وارد رابطه آسیب‌زا نشود.

برای بررسی روایی محتوایی نظر متخصصان از شاخص روایی محتوا^۱ و ضریب نسبت روایی محتوا استفاده شد. از ۱۰ نفر از متخصصان برای ارزیابی پروتکل استفاده شد تا ضریب نسبت روایی محتوا^۲ محاسبه شود. برای این کار از جدول لاوش^۳ استفاده شد. برای تعیین ضریب نسبت روایی محتوایی از تمام متخصصان خواسته شد تا ماده‌ها را در یک طیف سه‌درجه‌ای «ضروری است»، «مفید اما ضرورت ندارد» تا «ضرورتی ندارد» درجه‌بندی کنند (lawshe, 1975). ضریب نسبت روایی محتوا ۰/۷۹ بود که قابل قبول است. برای سنجش شاخص روایی محتوا از روش والتز و باسل^۴ استفاده شد. گویه‌ها در یک طیف چهار درجه‌ای «کاملاً مرتبط»، «مرتبط اما نیازمند بازبینی»، «نیاز به بازبینی اساسی»، و «نامرتبط» قرار گرفت. مقدار شاخص روایی محتوا ۰/۸۲ به دست آمد که قابل قبول است (Karami, 2020).

شیوه‌ی اجرا پژوهش

روند اجرا به این صورت بوده که از آنجا که پژوهشگر، خود جزو مشاوران دانشگاه بوده، بعضی از خود این دانشجویان درگیر شکست عشقی به وی مراجعه می‌کردند و از طریق جستجو به واسطه همین افراد، به تعداد زیادی از دختران درگیر شکست عشقی دست یافت. پژوهشگر بعد از شناسایی این افراد، پرسشنامه ضربه عشق راس را در اختیار هر یک آنها قرار می‌داد و با کسانی که نمره بالای ۲۰ در این پرسشنامه به دست می‌آوردند، در مورد هدف از این پژوهش توضیحاتی می‌داد و بعد از توضیح در مورد رضایت آگاهانه و مسائل محرمانگی، در صورت تمایل فرد وی را به عنوان نمونه پژوهش انتخاب می‌کرد. در طی این روند و به همراه فراخوان به ۲۰ نفر که معیارهای ورود به پژوهش را داشتند، دسترسی پیدا کردیم. ۴ نفر از آنها مایل به مشارکت در روند پژوهش نبودند و ۱۶ نفر باقی ماندند. ۸ نفر به صورت تصادفی به گروه مداخله و ۸ نفر

1. content validity index

2. content validity ratio

3 lawshe

4. Waltz & Bausell



وارد گروه کنترل شدند. آزمودنی‌های گروه آزمایش به تعداد ۸ جلسه در معرض پروتکل مداخله‌ای قرار گرفتند. قبل از آغاز جلسات هر دو گروه آزمایش و کنترل پرسشنامه ضربه عشق را در پیش‌آزمون تکمیل کردند و در نهایت بعد از اتمام دوره درمان، پرسشنامه پس‌آزمون شکست عشقی توسط آزمودنی‌های هر دو گروه تکمیل شد. در ابتدای جلسه با توجه به اصل رضایت آگاهانه، به آزمودنی‌ها توضیحاتی در مورد هدف از اجرای این مداخله و الزامات مداخله ارائه گردید و همچنین در مورد رازداری و اصول اخلاقی مداخله نیز توضیحاتی داده شد.

یافته‌ها

تعداد اعضای نمونه برای گروه آزمایش و کنترل هر کدام ۸ نفر بوده است و تمام آزمودنی‌ها دختر بوده‌اند. میانگین سن آزمودنی‌ها در گروه آزمایش ۲۲٫۵ سال و در گروه کنترل ۲۳ سال بود. در گروه آزمایش ۵ نفر از آزمودنی‌ها در رشته‌های علوم انسانی و سه نفر در رشته‌های دیگر در دانشگاه مشغول تحصیل بودند. در گروه کنترل ۴ نفر در رشته علوم انسانی و ۴ نفر در رشته‌های دیگر مشغول تحصیل بودند. میانگین و انحراف معیار نمرات پس‌آزمون شکست عشقی در گروه آزمایش به ترتیب ۸/۸۷ و ۴/۰۵ و در گروه کنترل به ترتیب ۲۲/۷۵ و ۲/۷۶ بوده است.

در جدول ۲ مفروضه‌های همگی شیب خط رگرسیون آورده شده است.

جدول ۲ مفروضه‌های همگی شیب خط رگرسیون

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	P-value
گروه/پیش‌آزمون	۳/۵۳۸	۱	۳/۵۳۸	۰/۲۹۰	۰/۶۰۰
خطا	۱۴۶/۳۰۶	۱۲	۲/۱۹۲		
جمع	۴۹۳۹/۰۰۰	۱۶			
جمع اصلاح شده	۹۳۸/۴۳۸	۱۵			

برای بررسی مفروضه همگنی شیب رگرسیون با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس تعامل بین متغیر همپراش و شکست عشقی بررسی شد و نتایج نشان داد که این تعامل معنی‌دار نبود ($F=۰/۲۹۰$ و $=۰/۶۰۰$). بنابراین می‌توان نتیجه گرفته که مفروضه همگنی شیب واریانس رعایت شده است. در جدول ۳ برای بررسی واریانس‌ها نیز از آزمون لون استفاده شد و نتایج بیانگر رعایت این مفروضه بوده است.

جدول ۲۳ نتایج آزمون لون مبتنی بر همگنی واریانس‌ها



P-value	درجه آزادی ۲	درجه آزادی ۱	F
۰/۳۱۷	۱۴	۱	۱/۰۷۵

پس از تأیید مفروضه‌ها، برای مقایسه میانگین نمرات شکست عشقی در گروه آزمایش و کنترل از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شد. نتایج تجزیه و تحلیل کوواریانس در جدول ۳ آورده شده است.

جدول ۴ نتیجه تجزیه و تحلیل کوواریانس جهت مقایسه میانگین نمرات پس از آزمون شکست عشقی

منبع	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	P-value	eta
الگوی اصلاح شده	۷۸۸/۵۹۴	۲	۳۹۴/۲۹۷	۳۴/۲۰۸	۰/۱۰۰	۰/۸۴۰
ثابت (INTERCEPT)	۴/۱۲۳	۱	۴/۱۲۳	۰/۳۵۸	۰/۵۶۰	۰/۰۲۷
پیش‌آزمون	۱۸/۵۳۲	۱	۱۸/۵۳۲	۱/۶۰۸	۰/۲۲۷	۰/۱۱۰
گروه	۶۶۴/۲۷۷	۱	۶۶۴/۲۷۷	۵۷/۶۳۱	۰/۰۰۱	۰/۸۱۶
خطا	۱۴۶/۸۴۳	۱۳	۱۱/۵۲۶			
جمع	۴۹۳۹/۰۰۰	۱۶				
جمع اصلاح شده	۹۳۸/۴۳۸	۱۵				

نتایج به دست آمده در جدول ۴ نشان داد که با تعدیل نمره‌های پیش از مداخله، بین دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری در نمره‌های شکست عشقی وجود داشت ($F=57/631$ و $P=0/001$). این نتایج نشانگر کارایی پروتکل مداخله عوامل اثرگذار بر ضربه عشق در دختران درگیر شکست عشقی بود. همچنین ضریب تأثیر به دست آمده حکایت از این دارد که ۸۱ درصد از تفاوت گروه‌ها در نمرات شکست عشقی در پس‌آزمون مربوط به کارایی پروتکل مداخله عوامل اثرگذار بر ضربه عشق است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر طراحی و ارزیابی اثربخشی مداخله مبتنی بر عوامل اثرگذار در ضربه عشقی بر سندرم ضربه عشق در دختران دانشجو بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که پروتکل مداخله مبتنی بر عوامل اثرگذار در ضربه عشقی به صورت معناداری باعث کاهش نمره ضربه عشق در دختران گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است. این یافته با یافته مویجان و همکاران ([Mochan et al., 2014](#))، همخوانی دارد. پژوهش آنها نشان داد که طرح‌واره درمانی در بهبود علائم شکست عاطفی موثر بوده است. در نتیجه این روش مداخله می‌تواند در کاهش علائم شناختی، هیجانی و رفتاری شکست عاطفی موثر باشد. همچنین با یافته مسیبی دورچه و همکاران ([Mosayebi Dorche, 2022](#)) نیز همخوانی داشت. نتایج پژوهش آنها نشان داد که افراد باتجربه شکست عاطفی دارای طرحواره‌های هیجانی بیشتری هستند. پس طرحواره‌درمانی می-



تواند در بهبود علایم شکست موثر باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت طرح‌واره‌درمانی درمان روان-شناختی یکپارچه‌ای است که از سنت رفتاردرمانی شناختی منتج شده، اما قویاً از تکنیک‌های بین‌فردی، روان‌پویایی و تجربی استفاده می‌کند (Taylor, Bee & Haddock, 2017). این بدان معنا است که این درمان هم بر شناخت، هم بر هیجان و هم بر رفتار تمرکز می‌کند (Young, Klosko & Weishaar, 2003). در درمان طرح‌واره، کار روی شناخت بسیار اهمیت دارد. در بعد شناخت، تحریف‌های شناختی این دختران پس از ضربه عشق بارز بود. از جمله این خطاهای شناختی می‌توان به تفکر دوقطبی یا سیاه و سفید اشاره کرد، به گونه‌ای که این دختران در رابطه عشقی معشوق خود را به عنوان معبود می‌دانستند و جایگاهی بسیار ویژه و خداگونه‌ای به معشوق می‌دادند. بعد از ضربه هم دچار دچار تحریف شناختی سیاه و سفید می‌شدند؛ بدین صورت که بعد از شکست معشوق از جایگاه خداگونه‌اش تنزل می‌کرد. در مرحله خداگونه دیدن معشوق، این دختران در وضعیت خلقی و روانی خیلی خوبی بودند، ولی بعد از شکست، از آنجا که این تصویر مطلوب مخدوش می‌شد، دختر در روان خود احساس ویرانی و اضمحلال و نابودی می‌کرد. چون بت مد نظر وی می‌شکست و اینجا دچار ضربه می‌شد. ضمناً، در این مرحله درمانگر مراجع را با ابعاد (ذهنیت‌های) مختلف از جمله محافظها، ذهنیت‌های پرتوقع و سرزنشگر و ذهنیت کودک کاملاً آشنا می‌کند و مراجع پس از شناختن آنها در هر جلسه با آمادگی کامل ذهنی وارد مراحل هیجانی می‌شود. در این مرحله، درمانگر مراجع را با هیجان خشم آشنا می‌کند. یعنی شناسایی هیجان خشم صورت می‌گیرد. سپس از وی می‌خواهد خشم‌های شناسایی شده در رابطه ابژه‌های خشم را در قالب نامه خشم بنویسد، تا بدین وسیله از میزان و شدت خشم خود آگاه شده و تخلیه هیجانی تا حدودی صورت گیرد و درمانگر نیز با شدت هیجان مراجع آشنا شود و بعد از تجربه هیجانی در اتاق درمان، به پیش عمیق دست پیدا کند. درمان نوشتاری¹ نوعی فرایند بررسی افکار و احساسات افراد با استفاده از عمل نوشتن به عنوان یک ابزار است، که هدف آن افزایش شفابخشی خود و رشد شخصی است. این درمان در برخی روان‌درمانی‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد (Ruini, C., & Mortara, 2022). یکی از این روش‌های نوشتن، نوشتن احساسات خصوصاً احساس خشم است.

رویکرد طرح‌واره در پی شناسایی نیازهای هیجانی زیربنایی است و به فرد کمک می‌کند تا روش‌های مناسب و کارآمدی برای برآورده کردن نیازهای هیجانی خود بیابد (Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young,).

¹. Writing Therapy



(2011). پنج نیاز هیجانی در طرحواره مطرح است: نیاز اول دلبستگی ایمن است که شامل نیاز به امنیت ثبات، محبت و پذیرش است. نیاز دوم خودگردانی، کفایت و هویت است. نیاز سوم، آزادی در بیان نیازها و هیجانات سالم است. نیاز چهارم خودانگیختگی و تفریح است و نیاز پنجم محدودیت‌های واقع‌بینانه و خویشتن داری است (Young, Klosko & Weishaar, 2003). این نیازها ریشه تحولی طرح‌واره‌ها هستند. در پروتکل مداخله، این نیازها به صورت ذهنیت کودک طبقه شده‌اند. در مرحله هیجانی، نیازهای برآورده نشده کودکی نمایان شده و درمانگر نقش بازوالدینی را در تصویرسازی‌های هیجانی یا خاطره‌ها ایفا می‌کند. درمانگر در هر مرحله، گام به گام در کنار مراجع قرار دارد و سعی می‌کند نیازهای برآورده نشده کودکی را شناسایی کند و برای مراجع برآورده کند. مطابق گفته لوئیس و همکاران (Louis et al., 2018) وقتی نیازهای هیجانی ما به شیوه‌ای همخوان و عاشقانه از طریق مراقبی گرم و پاسخگو برآورده می‌شود، طرحواره‌های انطباقی شکل می‌گیرد و در مقابل وقتی همین نیازها در محیط خانوادگی طردکننده و آزارگرانه و سرد به صورتی سمی عقیم می‌ماند، طرحواره‌های ناسازگار شکل می‌گیرد (Arntz & Jacob, 2017). در اینجا درمانگر می‌تواند برای مراجعی که درگیر ضربه عشق شده و طرد و غفلت را تجربه می‌کند، نقش مراقبی پذیرا و گرم را بازی کند. وقتی به ذهنیت کودک می‌رسیم، مراجع ممکن است وارد حالت هیجانی کودک آسیب‌پذیر (غمگین) شود. در ذهنیت کودک تنها یا مورد غفلت واقع شده، کودک احساس تنهایی می‌کند و در مواقع استرس‌زا کسی را ندارد که بخواهد به آنها رجوع کند. والدین برای کمک به کودک در مواقع مشکلات هیجانی در دسترس نبودند، تا جایی که فرد احساس خلا، تنهایی، عدم مطلوبیت اجتماعی، لایق عشق نبودن، و دوست نداشتنی بودن می‌کند (Edwards, 2022). در این حالت مشاور، بر اساس مدل طرحواره‌درمانی (Sundgren & Allen, 2023) با فراهم آوردن امنیت و مراقبت اجازه می‌دهد تا مراجع برای از آنچه از دست داده است، سوگواری کند و این سوگواری برای فقدان می‌تواند به تخلیه هیجانی وی کمک کند و همچنان درمانگر با همدلی در کنار مراجع بماند و از وی مراقبت کند و به نیازهای روانی که مراجع در آن حالت بیان می‌کند، توجه کند و سعی در برآورده کردن آنها داشته باشد. این سوگواری می‌تواند به فرد کمک کند تا دلبستگی سالم‌تری را در روابط شکل دهد و نگرش دلسوزانه به خویشتن‌های دوران کودکی داشته باشد. پس از ابراز خشم، حتی خطاهای شناختی فرد هم می‌تواند اصلاح



شود؛ بدین صورت که فرد دیگر خودش را کم‌ارزش نمی‌بیند و آن ذهنیت سرزنشگر که وی را بی‌ارزش می‌داند، بعد از ابراز خشم به حالت خودناهمخوان¹ درمی‌آید.

همانگونه که روانکاوی معتقد است، تمام روابط ما می‌تواند انتقالی باشد. در روان‌پویشی فشرده کوتاه مدت، در مثلث فرد، عقیده بر این است که افراد نیازهای و هیجان‌های حل نشده دوران کودکی در رابطه با افراد مهم زندگی را به رابطه جاری انتقال می‌دهد (Rocho, D., Calvo, V., Agrosi, V., Bergami, F., Busetto, L. M., Marin, S., Pezzetta, G., Rossi, L., Zuccotti, L., & Abbass, 2021). با کار روی شناخت مراجع از تشابهات افراد مهم دوران کودکی و نیازهای برآورده نشده‌شان و بینش به افراد زمان حال که برای او جذابیت بالایی دارند و باعث می‌شود در بعضی از آنها حتی بعد از چندین سال، همچنان پیامدهای ضربه عشق باقی بماند و فرد نتواند ضربه را حل کند، و در صورت عدم درمان، می‌تواند همچنان در ناآگاهی باقی بماند. ولی با این شناخت در اتاق درمان، فرد می‌تواند این تمیز بین افراد مهم گذشته زندگی و فردی که در حال حاضر به وی ضربه زده را فهم کند. این شناخت می‌تواند نوعی پیشگیری از ضربه‌های آتی باشد؛ بدین صورت که فرد دوباره وارد چنین الگوهای تکراری در انتخاب شریک رابطه نشود. در تحلیل نهایی باید گفت که ضربه عشقی می‌تواند یک ترومای عمیق در زندگی دختران و فعال‌کننده بسیار از نیازها و زخم‌ها باشد؛ از احساس غم و تنهایی و غفلت و طرد شدگی گرفته تا خشم و نفرت. حتی می‌تواند سیستم شناختی، هیجانی، حسی و رفتاری را فعال کند. در فرایند مداخله در آن باید به نیازهای ناکام شده در عشق توجه شود و اینکه این ضربه کدام یک از حس‌ها را با قدرت بیشتری در فرد بالا آورده است. مثلاً حس شکست‌خوردگی، رهاشدگی، تنهایی و ... این ضربه می‌تواند دوباره باعث فعال شدن مجدد چرخه‌های شناختی و هیجانی قدیمی در فرد شود. درمانگر باید با فهم درست وضعیت و به رسمیت شناختی وضعیت دختران درگیر شکست، بتواند به نیازهای عقیم مانده آنها بر اثر ضربه توجه کند و با کار روی آن نیازها و احساسات و هیجان‌ات و با قرار گرفت در جایگاه یک ابژه خوب و امن و پیش‌بینی پذیر و باثبات به فرد در فرایند گذار از ضربه کمک کند.

محدودیت‌های پژوهش

¹. egodystonic



از جمله محدودیت‌های این پژوهش جلب همکاری مشارکت‌کنندگان بود. بخاطر اینکه آزمودنی‌ها دانشجوی بودند، هماهنگی جلسات گاهی به سختی انجام می‌شد و چون کار درمان نیز در اتاق مشاوره دانشگاه انجام می‌شد، اعتماد به سختی صورت می‌گرفت و فرایند کار را طولانی می‌کرد. این تحقیق در یک محیط سازمانی آکادمیک یعنی دانشگاه انجام شد و این خود می‌تواند کمی باعث سانسور شود و مشارکت-کنندگان اطلاعات را با احتیاط به پژوهشگر ارائه می‌کردند. دیگر اینکه جامعه این پژوهش فقط دختران دانشجوی بودند و در تعمیم یافته‌ها به گروه‌های دیگر باید احتیاط کرد.

پیشنادهای پژوهشی و کاربردی

در پژوهش‌های بعدی، پیشنهاد می‌شود این مداخله در دختران گروه‌های دیگر و حتی پسران درگیر شکست عاطفی نیز انجام شود. همین مداخله طراحی شده را می‌توان در دختران گروه نوجوان انجام داد، چون آنها نیز بعد از ضربه، بخاطر هیجان‌پذیری بالا در معرض خطر آسیب بیشتری قرار دارند. از آنجا علل ضربه نیز شناسایی شده، می‌توان دوره‌های آموزشی و پیشگیرانه‌ای برگزار کرد و پیش‌آگهی‌های لازم به دختران داد. اینکه به چه علایمی حساس باشند و چه عواملی را باید در قبل و حین رابطه مد نظر قرار دهند تا آسیب‌چندانی از رابطه نبینند. به مشاوران و روان‌شناسان پیشنهاد می‌شود در کار با دختران در معرض رابطه، آگاهی‌ها و مداخلات لازم را در مورد تاثیر دوران کودکی و آسیب‌های قبلی و خانواده مبدا در رابطه، تاثیر نوع نگرش و دیدگاه افراد به خودشان و آینده و رابطه، بررسی نوع رابطه دختران با والدین و خصوصاً پدر، نیازهای حل نشده و همچنین دلیل جذب شدن آنها ارائه کنند. نحوه انتخاب افراد رابطه باید به صورت جدی و دقیق بررسی شود تا افراد درگیر انتخاب‌های ناخودآگاه نشوند. مشاوران در کار با افراد درگیر ضربه، باید به نقش مهم هیجان‌ات و نقش مهم مراقبت و حمایت‌گری اهمیت دهند.

مشارکت اعضا

دکتر یاسمن جمشیدیان در تمامی مراحل مقاله از جمله طراحی و اجرای تحقیق، تحلیل نتایج و نگارش مقاله مشارکت داشته است. سایر همکاران در مفهوم‌سازی این تحقیق و طراحی پروتکل مداخله مشارکت داشتند.

اخلاق پژوهش

قبل از شروع کار، به مشارکت‌کنندگان در مورد هدف از این پژوهش، الزامات مشارکت در این پژوهش توضیح داده شد. مداخله با رضایت مشارکت‌کنندگان انجام شد و در مورد محرمانه بودن نیز توضیحاتی داده شد که رازداری کاملاً رعایت می‌شود.



منابع مالی

این مطالعه با هزینه شخصی پژوهشگران انجام گرفته و در هیچ‌یک از مراحل انجام این پژوهش هیچ‌گونه منابع مالی دریافت نشده است.

دسترسی به مواد و داده‌ها

داده‌ها محرمانه بوده و نتایج آن در اختیار هیچ‌کسی قرار نخواهد گرفت.

تأیید اخلاقی و رضایت مشارکت‌کنندگان

در این مطالعه، علاوه بر نوشتن راهنما در ابتدای پرسشنامه، هدف از پژوهش برای شرکت‌کنندگان در پژوهش توضیح داده شده است.

رضایت برای انتشار

نویسنده برای انتشار این مقاله رضایت کامل دارد.

تصریح درباره تعارض منافع

این پژوهش با منافع شخص یا سازمانی منافات ندارد.

سپاسگزاری

بدین‌وسیله از همه دانشجویان دختر شرکت‌کننده در این پژوهش تشکر می‌شود.

References

- Akbari, M., Talehpasand, S., Rahimian Boogar, I., & Amin Bidakhti, A. A. (2021). Effectiveness of integrative intervention of romantic breakdown to improve the love trauma syndrome, academic resilience, academic well-being and self-distinction in students with romantic breakdown. *Journal of Educational Psychology Studies*, 18(44), 102-74. [Doi: 10.22111/JEPS.2021.6671](https://doi.org/10.22111/JEPS.2021.6671) (Persian)
- Amanelahi, A., Tardast, K., & Aslani, K. (2015). Prediction of love trauma syndrome based on self compassion among female students having experienced romantic breakups. *Journal of Applied Psychology*, 8(4), 32. (Persian)
- Araghi, L., shafiabadi, A., delavar, A., & mardani rad, M. (2020). Developing a Structural model of love failure based on personality traits, attachment style, early maladaptive schemas, parenting patterns and perceived social support factors. *Clinical Psychology Studies*, 10(40), 47-75. [doi: 10.22054/jcps.2021.54367.2411](https://doi.org/10.22054/jcps.2021.54367.2411) (Persian)
- Arntz, A., & Jacob, G. (2017). *Schema therapy in practice: An introductory guide to the schema mode approach*. John Wiley and Sons.
- Bendixen, M., Kennair, L. E. O., & Grøntvedt, T. V. (2018). Forgiving the unforgivable: Couples' forgiveness and expected forgiveness of emotional and sexual infidelity from an error management theory perspective. *Evolutionary Behavioral Sciences*, 12(4), 322. doi.org/10.1037/ebs0000110



- Bozoyan, C., & Schmiedeberg, C. (2023). What is infidelity? A vignette study on norms and attitudes toward infidelity. *The Journal of Sex Research, 60*(8), 1090-1099. DOI: [10.1080/00224499.2022.2104194](https://doi.org/10.1080/00224499.2022.2104194)
- Connolly, J., Craig, W., Goldberg, A., & Pepler, D. (1999). Conceptions of cross-sex friendships and romantic relationships in early adolescence. *Journal of youth and adolescence, 28*(4), 481-494. DOI: [10.1023/A:1021669024820](https://doi.org/10.1023/A:1021669024820)
- Crocker, J., & Canevello, A. (2016). For better or worse: compassionate goals create good relationships in good times and bad. In C. R. Knee & H. T. Reis (Eds.), *Positive Approaches to Optimal Relationship Development* (pp. 232–256). chapter, Cambridge: Cambridge University Press.
- Dehghani, M., Atef-Vahid, M. K., & Gharaee, B. (2011). Efficacy of short-term anxiety-regulating psychotherapy on love trauma syndrome. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences, 5*(2), 18. PMID: [PMC3939962](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/PMC3939962/)
- Edwards, D. J. A. (2022). Using schema modes for case conceptualization in schema therapy: An applied clinical approach. *Frontiers in Psychology, 12*, 763670.
- Etemadnia M, Shiroodi S, Khalatbari J, Abolghasemi S. Predicting Love Trauma Syndrome in College Students Based on Personality Traits, Early Maladaptive Schemas, and Spiritual Health. *IJPCP 2021; 27* (3) :318-335. Doi: [10.32598/ijpcp.27.2.1096.2](https://doi.org/10.32598/ijpcp.27.2.1096.2)
- Field, T., Diego, M., Pelaez, M., Deeds, O., & Delgado, J. (2009). Breakup distress in university students. *Adolescence, 44*(176). PMID: 20432597
- George, A., & van den Berg, H. S. (2012). The influence of psychosocial variables on adolescent suicidal ideation. *Journal of Child & Adolescent Mental Health, 24*(1), 45-57. DOI: [10.2989/17280583.2011.620961](https://doi.org/10.2989/17280583.2011.620961)
- Ghazinejad N, Asayesh M H, Bahonar F. Explanation of Cognitive Reactions in Girls with Love Trauma Syndrome: A Phenomenological Study. *Rooyesh 2020; 9* (1) :97-106. Doi: [20.1001.1.2383353.1399.9.1.13.6](https://doi.org/20.1001.1.2383353.1399.9.1.13.6)
- Gilbert, S. P., & Sifers, S. K. (2011). Bouncing back from a breakup: Attachment, time perspective, mental health, and romantic loss. *Journal of College Student Psychotherapy, 25*(4), 295-310. DOI: [10.1080/87568225.2011.605693](https://doi.org/10.1080/87568225.2011.605693)
- Grøntvedt, T. V., Kennair, L. E. O., & Bendixen, M. (2020). Breakup likelihood following hypothetical sexual or emotional infidelity: perceived threat, blame, and forgiveness. *Journal of Relationships Research, 11*, e7. DOI: <https://doi.org/10.1017/jrr.2020.5>
- Jamshidian Naeini, Y., Sheikholeslami, A., Ghamari, H., Rezaeisharif, A. (2023). identify the effective factors in the love Trauma of female students: A qualitative research. *The Women and Families Cultural-Educational Journal. 19*(67) 189
- Kapeleris, A. R., & Paivio, S. C. (2011). Identity and Emotional Competence as Mediators of the Relation between Childhood Psychological Maltreatment and Adult Love Relationships. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 20*(6), 617–635. <https://doi.org/10.1080/10926771.2011.595764>
- Karami, A. (2020). Familiarity with test making and psychological tests. Psychometric publication. Tehran, Iran (In Persian).
- Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel psychology, 28*(4), 563-575.
- Louis, J. P., Wood, A. M., Lockwood, G., Ho, M. H. R., & Ferguson, E. (2018). Positive clinical psychology and Schema Therapy (ST): The development of the Young Positive Schema Questionnaire (YPSQ) to complement the Young Schema Questionnaire 3 Short Form (YSQ-S3). *Psychological Assessment, 30*(9), 1199



- Mesbahi E, AmiriMajd M, Ghamari M, Bazazian S. Development of a Model to Predict Emotional Failure in Students According to Personal Factors and Initial Maladaptive Schemas and Quality of Love Relationships. *IJPCP* 2019; 25 (1) :42-55. Doi: [10.32598/ijpcp.25.1.42](https://doi.org/10.32598/ijpcp.25.1.42)
- Mosayebi Dorche, E., Issazadegan, A., & Soleymani, E. (2022). The Role of Emotional Schemas in Predicting Love Trauma Syndrome in People with Emotional Failure. *Journal of Psychological Studies*, 18(3), 7-20. doi: [10.22051/psy.2022.39964.2601](https://doi.org/10.22051/psy.2022.39964.2601).
- Mouchan, R., Bahmani, B., & Askari, A. (2016). The Effectiveness of Schema Therapy on Reducing Symptoms of Emotional Breakdown. *Health Sciences*, 5(9S), 1-11.
- Parkes, C. M. (2013). *Love and loss: The roots of grief and its complications*. Routledge.
- Prowse, R., Sherratt, F., Abizaid, A., Gabrys, R. L., Hellemans, K. G. C., Patterson, Z. R., & McQuaid, R. J. (2021). Coping With the COVID-19 Pandemic: Examining Gender Differences in Stress and Mental Health Among University Students. *Frontiers in psychiatry*, 12, 650759. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.650759>
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. E. (2011). *Schema therapy: The CBT distinctive features series*. London, UK: Routledge.
- Rajabi, S., Joukar, M., & Alimoradi, K. (2018). The Effectiveness of trauma specific cognitive-behavioral therapy on reducing love focused syndromes in college students. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 8(1), 79-96. Doi: [10.22055/JAC.2018.27127.1623](https://doi.org/10.22055/JAC.2018.27127.1623)
- Rajabi, S., Joukar, M., & Alimoradi, K. (2018). The Effectiveness of trauma specific cognitive-behavioral therapy on reducing love focused syndromes in college students. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 8(1), 79-96.
- Roberts, C. (2016). Psychosocial dimensions of early-onset puberty and its treatment. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 4(3), 195-197. DOI: [10.1016/S2213-8587\(16\)00038-3](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(16)00038-3)
- Rocco, D., Calvo, V., Agrosi, V., Bergami, F., Busetto, L. M., Marin, S., Pezzetta, G., Rossi, L., Zuccotti, L., & Abbass, A. (2021). Intensive short-term dynamic psychotherapy provided by novice psychotherapists: effects on symptomatology and psychological structure in patients with anxiety disorders. *Research in psychotherapy (Milano)*, 24(1), 503. <https://doi.org/10.4081/ripppo.2021.503>
- Rokach, A., & Chan, S. H. (2023). Love and Infidelity: Causes and Consequences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5), 3904. DOI: [10.3390/ijerph20053904](https://doi.org/10.3390/ijerph20053904)
- Rosse, R. B. (1999). *The love trauma syndrome: Free yourself from the pain of a broken heart*. Cambridge, Massachusetts: Published by Perseus Publishing, a member of the Perseus Books Group
- Rosse, R. B. (2007). *The love trauma syndrome: free yourself from the pain of a broken heart*. Da Capo Lifelong Books.
- Ruini, C., & Mortara, C. C. (2022). Writing Technique Across Psychotherapies-From Traditional Expressive Writing to New Positive Psychology Interventions: A Narrative Review. *Journal of contemporary psychotherapy*, 52(1), 23–34. <https://doi.org/10.1007/s10879-021-09520-9>
- Soltani, M. (2022). The Effectiveness of Compassion-Focused Therapy on Love Trauma Syndrome (Single Case). *Journal of Research in Behavioural Sciences*, 20(1), 9-22. (Persian).
- Sprecher, S., Felmlee, D., Metts, S., Fehr, B., & Vanni, D. (1998). Factors associated with distress following the breakup of a close relationship. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(6), 791-809. doi.org/10.1177/0265407598156005
- Sun, L., Canevello, A., Lewis, K. A., Li, J., & Crocker, J. (2021). Childhood emotional maltreatment and romantic relationships: The role of compassionate goals. *Frontiers in psychology*, 12, 723126. doi.org/10.3389/fpsyg.2021.723126



- Sundgren, M., & Allen, A. (2023). The role of early adaptive schemas in heterosexual romantic relationships. *Sexuality & Culture*, 27(2), 390-414.
- Taylor, C. D. J., Bee, P., & Haddock, G. (2017). Does schema therapy change schemas and symptoms? A systematic review across mental health disorders. *Psychology and psychotherapy*, 90(3), 456–479. <https://doi.org/10.1111/papt.12112>.
- Vajda, J., & Steinbeck, K. (2000). Factors associated with repeat suicide attempts among adolescents. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 34(3), 437-445. DOI: [10.1080/j.1440-1614.2000.00712.x](https://doi.org/10.1080/j.1440-1614.2000.00712.x)
- Wang, M., Kou, C., Bai, W., Song, Y., Liu, X., Yu, W., ... & Li, W. (2019). Prevalence and correlates of suicidal ideation among college students: a mental health survey in Jilin Province, China. *Journal of affective disorders*, 246, 166-173.
- Young, J., Klosko, J., & Weishaar, M. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York, NY: Guilford Press.

