

## اثربخشی تأثیر آموزش گروهی توانش‌های تنظیم شناختی هیجان بر کاهش ولع مصرف مواد و دلزدگی زناشویی در مردان متأهل مبتلا به اختلال مصرف مواد محرک سعید ایمانی<sup>۱</sup>، مرتضی ذاکری<sup>۲</sup>

### Effectiveness training cognitive emotion regulation skills in reducing drug craving and marital disturbance in men with substance use stimulant disorder Saeed Imani<sup>1</sup>, Morteza Zakeri<sup>2</sup>

#### چکیده

**زمینه:** اعتیاد و سوء مصرف مواد یکی از بارزترین آسیب‌های روانی و اجتماعی است که به راحتی می‌تواند بنیان زندگی فردی، خانوادگی و فرهنگی یک کشور را سست کند. پژوهش‌ها اثربخشی تنظیم شناختی هیجان بر متغیرهای مختلفی را نشان داده‌اند. اما مسئله این است که آیا تنظیم شناختی هیجان می‌تواند بر ولع مصرف مواد و دلزدگی زناشویی در مردان متأهل مبتلا به اختلال مصرف مواد محرک تأثیرگذار باشد؟ **هدف:** این پژوهش با هدف اثربخشی آموزش گروهی توانش‌های تنظیم شناختی هیجان بر کاهش ولع مصرف مواد و دلزدگی زناشویی در مردان متأهل مبتلا به اختلال مصرف مواد محرک انجام شد. **روش:** این پژوهش نیمه‌آزمایش از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری شامل کلیه مردان متأهل مبتلا به اختلال مصرف مواد محرک مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره خانواده بهزیستی شهر رشت بود که تعداد ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه گواه (۱۵ نفر) و آزمایش (۱۵ نفر) قرار داده شدند. هر دو گروه قبل و بعد از مداخله، به پرسشنامه‌های ولع مصرف مواد (رایت و همکاران، ۱۹۹۳) و مقیاس دلزدگی زناشویی (پاینز، ۱۹۹۶) پاسخ دادند. گروه آزمایش ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش تنظیم شناختی هیجان (گروس، ۲۰۰۲؛ به نقل از رحمانی و هاشمیان، ۱۳۹۵) دریافت کردند و گروه گواه هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌ها با روش تحلیل کواریانس چندمتغیره مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که آموزش گروهی توانش‌های تنظیم شناختی هیجان به طور معناداری باعث کاهش ولع مصرف مواد و دلزدگی زناشویی شده است ( $P < 0/05$ ). **نتیجه‌گیری:** با توجه به یافته‌های این پژوهش توانش‌های تنظیم شناختی هیجان می‌تواند روی آورد مناسبی برای کاهش ولع مصرف و دلزدگی زناشویی در افراد وابسته به مواد محرک باشد. **واژه کلیدها:** اعتیاد، دلزدگی زناشویی، ولع مصرف، تنظیم شناختی هیجان

**Background:** Addiction and substance abuse is one of the most significant psychological and social impairments that can easily undermine the foundation of a country's individual, family, and cultural life. Studies have shown the effectiveness of cognitive emotion regulation on a variety of variables. But the question is, can cognitive emotion regulation affect drug craving and marital distress in married men with Stimulants use disorder? **Aims:** The purpose of this study was to evaluate the effectiveness of cognitive emotion regulation skills training in reducing substance abuse craving and marital distress in men with stimulant disorder. **Method:** This research was carried out based on a pre-test and post-test quasi-experimental design. The statistical population consisted of all married men with disruptive drug abuse disorder referring to family counseling centers in Rasht. A sample of 30 were selected by available sampling method and randomly assigned to control and experimental groups. Method to determine entry and exit rates. After the end of treatment sessions craving tests and Marital disturbance were used to collect information. Data were analyzed using covariance analysis ( $P < 0/05$ ). **Results:** The results showed that training cognitive emotion regulation skills significantly reduced craving and Marital disturbance. **Conclusions:** According to the finding of this study, emotional regulation cognitive skills can be a suitable therapeutic approach to reducing the craving and Marital disturbance in addicts to stimulants. **Key Words:** Adiction, marital disturbance, craving, cognitive emotion regulation

Corresponding Author: m\_zakeri94@yahoo

<sup>۱</sup>. استادیار، گروه روانشناسی بالینی و سلامت، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

<sup>۱</sup>. Assistant Professor, Department of Clinical and health Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran

<sup>۲</sup>. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اردبیل، اردبیل، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup>. M.A. in Clinical Psychology, Islamic Azad university, Ardebil Branch, Ardebil, Iran (Corresponding Author)

پذیرش نهایی: ۹۸/۱۰/۲۵

دریافت: ۹۸/۰۶/۲۳

## مقدمه

برای افراد معتاد به وجود می‌آید اختلال در عملکردهای مغزی و شناختی است. پژوهش‌ها بر نقش مواد در آسیب عملکردی نواحی مختلف مغز اشاره دارند. مصرف مواد مهارت‌هایی از قبیل حل مسئله، برنامه ریزی، سازماندهی، یادگیری مطالب جدید، توانایی‌های فضایی - بینایی، انعطاف‌پذیری شناختی و مهارت‌های به یادسپاری را دچار اختلال می‌کند (آردیلا، روزلی و استرام واسر، ۱۹۹۱، ماردپور، ۱۳۹۶). شواهد نشان داده است که ارتباط دوطرفه بین نقص در تنظیم هیجان و مصرف مواد مخدر وجود دارد. نقص در تنظیم هیجان افزایش مصرف مواد مخدر را پیش‌بینی می‌کند و افزایش مصرف مواد نیز نقص در تنظیم هیجان را پیش‌بینی می‌کند افراد مبتلا به اختلالات سوء مصرف مواد در توجه به اطلاعات هیجانی، ادراک صحیح آنها، پردازش درست و مدیریت مطلوب هیجان‌ها در بطن روابط بین فردی نیز با دشواری‌هایی مواجه هستند. این دشواری‌ها باعث می‌شود که فرد در رویارویی با موقعیت‌های استرس‌زای زندگی توانایی تحلیل، تصمیم‌گیری و انتخاب رفتار صحیح را از دست داده و به سوی رفتار سازش نایافته کشیده شوند (اژه‌ای و لواسانی، ۱۳۹۴، قنبری زرنندی، حسنی، محمدخانی و حاتمی، ۱۳۹۶). توانایی مدیریت هیجان‌ها باعث می‌شود که فرد در موقعیت‌هایی که خطر مصرف مواد بالاست، از راهبردهای مقابله‌ای مناسب استفاده کند (ترینیداد و جانسون، ۲۰۰۲، برهانی، مرادی و میرانی، ۱۳۹۵). برخی یافته‌های تحقیقاتی ارتباط بین تنظیم شناختی هیجان و سوء مصرف مواد و وسوسه مصرف را به تصویر کشیدند. نجفی، محمدی فر و عبداللهی (۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان دادند دشواری در مدیریت هیجان‌ها، مشکل در تحمل پریشانی و تمایلات هیجان خواهانه، از مشکلات افراد سوء مصرف کننده مواد است. براگینگ، هویزمن، ویجک، کرایج و گارنفسی (۲۰۱۶) نشان دادند که استفاده از راهبردهای<sup>۳</sup> سازگاران در تنظیم شناختی هیجان، مانند پذیرش و تمرکز مثبت، با غلبه بر مشکلات هیجانی همراه بوده است. نتیجه تحقیقات نشان می‌دهد افرادی که قادر به مدیریت صحیح هیجان‌ها در برابر رخدادهای روزمره نیستند، بیشتر نشانه‌های تشخیصی اختلالات روانی را نشان می‌دهند و کیفیت زندگی در این افراد افت قابل ملاحظه‌ای خواهد داشت (کلبر، ۲۰۰۹). در مطالعه اکسلرود، پرلیتیکوا، هولتزمن و سینها (۲۰۱۱) که به بررسی نظم‌جویی هیجان و

مصرف مواد و اعتیاد یکی از مهمترین آسیب‌های روانی - اجتماعی است که گریبان‌گیر خانواده‌ها و جوانان در سراسر جهان است (نوری، ۱۳۹۶). اعتیاد یک ناهنجاری با نشانه‌های بالینی، رفتاری و شناختی است که در ایجاد آن، عوامل اجتماعی و روانشناختی از یک طرف و عوامل زیست‌شناختی و داروشناختی از طرف دیگر نقش دارند. عوامل اجتماعی بیشتر در شروع مصرف و عوامل زیست‌شناختی در ادامه وابستگی مطرح هستند (باهنر و نیک‌منش، ۱۳۹۲). اعتیاد اختلالی با عود مزمین است که با رفتارهای پرانگیزگی جستجوی مواد علی‌رغم پیامدهای منفی آن همراه است (میلتون و اوریت، ۲۰۱۲، علی‌پور، مرادی و حسنی، ۱۳۹۴). امروزه مسئله مواد اعتیادآور از شایع‌ترین اختلالات مربوط به روان‌پزشکی در سراسر جهان است و به یکی از مهمترین بحران‌های دنیای کنونی تبدیل شده است که سلامت، رفاه، ثبات سیاسی، اقتصادی و ساختار اجتماعی کشورهای مختلف جهان را تهدید می‌کند (دوستیان، دادخواه، بهمنی، آهوان و اعظمی، ۱۳۹۲). اعتیاد به مواد محرک<sup>۱</sup> در مقایسه با دیگر انواع اعتیاد دارای ویژگی‌های روانشناختی مختل‌کننده روانی و رفتاری بیشتری است (علی‌پور، سعیدپور و حسنی، ۱۳۹۴). اعتیاد و سوء مصرف مواد یکی از بارزترین آسیب‌های روانی - اجتماعی است که به راحتی می‌تواند بنیان زندگی فردی، خانوادگی و فرهنگی یک کشور را سست و پویایی‌های انسانی آن را به مخاطره اندازد (شریعتی، ایزدی‌خواه، مولوی و صالحی، ۱۳۹۲). لذا از میان ابعاد گوناگون درگیر در فرآیند اعتیاد، ولع مصرف<sup>۲</sup> نقش مهمی در بازگشت مجدد بیمار پس از درمان و حفظ موقعیت سوء مصرف و وابستگی به مواد دارد. در فرآیند درمان پس از رسیدن به حالت پرهیز، میل شدیدی برای تجربه دوباره اثرات ماده روان‌گردان دیده می‌شود. این موضوع می‌تواند آنها را در زمینه بازگشت به مصرف دوباره مواد آسیب‌پذیر کند (آوانتر، مارگولین، کوستن و کونه، ۱۹۹۵، پور سید موسایی، موسوی و کافی، ۱۳۹۱). بر طبق راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (نسخه پنجم) ولع (کشش ذهنی قوی به مصرف یک ماده) احتمالاً توسط اغلب افراد مبتلا به مشکل وابستگی به مواد تجربه می‌شود (تیفانی و دروبز، ۱۹۹۱، وست، ۲۰۰۶، حیدری، محمدی و بهمنی، ۱۳۹۶). یکی از مشکلاتی که

3. Strategy

1. Stimulus Addiction

2. drug craving

اثر بخش است؟

### فرضیه‌های پژوهش

فرضیه‌های پژوهش عبارت بودند از:

- آموزش توانش‌های تنظیم شناختی هیجان بر ولع مصرف مواد در مردان متأهل مبتلا به اختلال مصرف مواد محرک مؤثر است.
- آموزش توانش‌های تنظیم شناختی هیجان بر دلزدگی زناشویی مردان متأهل مبتلا به اختلال مصرف مواد محرک مؤثر است.

### روش

روش پژوهش، طرح نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه این پژوهش کلیه معتادین مرد متأهل وابسته به مواد محرک مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره خانواده بهزیستی شهر رشت در نیمه دوم سال ۱۳۹۷ بود که از این میان تعداد ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس و با توجه به ملاک‌های ورود و خروج به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. از این تعداد ۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه گواه به طور تصادفی گمارده شدند. معیارهای ورود به پژوهش شامل مذکر بودن، دامنه سنی ۶۵-۲۰ سال، مصرف مواد محرک (شیشه، کریستال)، متأهل بودن، حداقل داشتن تحصیلات سیکل، رضایت افراد بود و معیارهای خروج از پژوهش نیز شامل عدم مصرف مواد افیونی، نداشتن اختلالات روانی مزمن و غیبت در جلسات درمانی بود. برای گروه آزمایش ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش توانش‌های تنظیم شناختی هیجان براساس پروتکل گروس (۲۰۰۲) اجرا گردید. در طی این مدت گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. پس از این که آزمودنی‌ها به صورت تصادفی در هر دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند، در هر دو گروه پیش‌آزمون پرسشنامه پیش‌بینی از بازگشت مواد و پرسشنامه دلزدگی زناشویی اجرا شد. پس از پایان جلسات برای گروه آزمایش و گروه گواه در مرحله پس‌آزمون پرسشنامه پیش‌بینی از بازگشت مواد و پرسشنامه دلزدگی زناشویی اجرا گردید.

روش مداخله: آموزش تنظیم شناختی هیجان: تنظیم شناختی هیجان در ۱۰ جلسه و هر جلسه به مدت ۹۰ دقیقه آموزش داده شد. این روش درمانی توسط گروس در سال ۲۰۰۲ (به نقل از رحمانی و هاشمیان، ۱۳۹۵) ارائه شده است.

فراوانی سوء مصرف مواد در زنان مبتلا به سوء مصرف مواد پرداخته اند به این نتیجه رسیده‌اند که نظم‌جویی هیجان بهبود یافته نه تنها موجب بهبود مزاج بلکه با فراوانی سوء مصرف مواد نیز مرتبط بود. همچنین مطالعات مدنی فرد، مهدی‌نمایی و جعفرنیا (۱۳۹۵) نشان داد افراد معتاد نقایصی را در تنظیم شناختی هیجان و شیوه‌های حل مسأله نسبت به افراد عادی نشان می‌دهند که توجه به آن می‌تواند در پیشگیری و درمان اعتیاد مؤثر باشد.

هدف دیگر مداخلات مرتبط با افراد وابسته به مواد محرک، کاهش دلزدگی زناشویی<sup>۱</sup>، این افراد می‌تواند باشد. دلزدگی زناشویی کاهش تدریجی دل‌بستگی عاطفی به همسر است که با احساس بیگانگی، بی‌علاقگی و بی‌تفاوتی زوجین به یکدیگر و جایگزینی عواطف منفی به جای عواطف مثبت همراه است (کایزر، ۱۹۹۶، کیانی، اسدی، اسماعیلی و زوار، ۱۳۹۵). از عوامل بین فردی مؤثر بر دلزدگی زناشویی شیوه‌های ابرازگری هیجان است. ابرازگری هیجان به عنوان یکی از مؤلفه‌های اصلی هیجان به نمایش بیرونی هیجان بدون توجه به ارزش یا شیوه تجلی آن اطلاق می‌شود (حسنی و شاهقلیان، ۱۳۹۴). هیجان و تنظیم هیجان در رضایت زناشویی نیز مؤثر است (چانگ، ۲۰۱۴). روابط زناشویی همیشه تحت تأثیر هیجانات زوجین قرار گرفته، تنظیم هیجان نقش حیاتی ایفا می‌نماید. نظم‌جویی شناختی هیجان یکی از مؤلفه‌هایی است که می‌تواند در کیفیت روابط زناشویی تأثیرگذار باشد و نقش اساسی و تأثیرگذار در کیفیت زندگی زناشویی دارد (بلاچ، هاس و لونسون، ۲۰۱۴؛ همدانی و قربان‌جهرمی، ۱۳۹۷). تنظیم هیجان مؤثر ارتباط مسقیم با روابط رضایت بخش زناشویی در تمام ابعاد و از جمله روابط بهتر جنسی همراه بوده است (بوتلر، ۲۰۱۱). وقتی هیجانات مثبت و محبت بین همسران ابراز شود و خود نظم‌جویی به شکل صحیح خود اتفاق می‌افتد، به صمیمیت می‌انجامد و هنگامی که صمیمیت در رابطه وجود دارد، اما زمانی که ارتباط به صورت تدافعی، سرد و بدون احساس خالی از صمیمیت باشد رابطه تضعیف می‌شود و احتمال دلزدگی زناشویی بیشتر می‌شود (امیدی‌فر، تقی‌پور، خوش‌کنش و مرادی، ۱۳۹۵). در این راستا، تحقیق حاضر در نظر دارد، به این سؤال پاسخ دهد که درمان گروهی تنظیم شناختی هیجان تا چه حد بر کاهش ولع مصرف مواد و دلزدگی زناشویی در افراد وابسته به مواد محرک

<sup>۱</sup>. Marital disturbance

جدول ۱. خلاصه جلسات درمانی تنظیم شناختی هیجان (گروس، ۲۰۰۲؛ به نقل از رحمانی و هاشمیان، ۱۳۹۵)

جلسات	توضیحات
اول	معرفی کلی آموزش نظم جویی شناختی هیجان، بیان منطق و مراحل مداخله، ضرورت تنظیم هیجان، چرا باید این مهارت‌ها را بیاموزیم؟
دوم	دیدگاه‌های درست در مورد هیجان‌ها کدامند؟ مروری بر هیجان‌های اولیه و ثانویه، همه هیجان‌ها به ما کمک می‌کنند.
سوم	آموزش و معرفی هیجان، هیجان نرمال و هیجان مشکل آفرین، خودآگاهی هیجانی، رویدادهای برانگیزاننده هیجان، شناسایی و نامگذاری و برجسب زدن به احساسات، تمایز میان هیجان‌های مختلف
چهارم	شناسایی هیجان در حالت فیزیکی و روانشناختی، عوامل موفقیت در تنظیم هیجان
پنجم	خودارزیابی با هدف شناخت تجربه‌های هیجانی خود، خودارزیابی با هدف شناسایی میزان آسیب‌پذیری هیجانی در فرد
ششم	خودارزیابی با هدف شناسایی از راهبردهای تنظیمی فرد، جلوگیری از انزوای اجتماعی و اجتناب، آموزش راهبرد حل مسئله، آموزش مهارت‌های بین فردی (گفتگو، اظهار وجود و حل تعارض)
هفتم	متوقف کردن نشخوار فکری و نگرانی، آموزش مهارت‌های توجه
هشتم	نقش ذهن (پردازش ذهنی و مجموعه‌ای از افکار، عقاید و خاطرات) در تولید، نگهداری، افزایش و کاهش پاسخ هیجانی، شناسایی ارزیابی‌های غلط و اثرات آنها روی حالت‌های هیجانی، آموزش راهبرد باز ارزیابی
نهم	ارزیابی: شناسایی میزان و نحوه استفاده از راهبرد بازداری و بررسی پیامدهای هیجانی آن. موجه: ایجاد حالت‌های هیجانی. مهارت آموزی، اصلاح رفتار از طریق تغییر تقویت‌کننده‌های محیطی. آموزش تخلیه هیجانی، آرمیدگی، تعدیل پاسخ هیجانی و عمل معکوس
دهم	ارزیابی میزان نیل به اهداف، کاربرد مهارت‌های آموخته شده در محیط‌های طبیعی خارج از جلسه

## ابزار

پرسشنامه پیش‌بینی از بازگشت رایت: یک مقیاس خود سنجی ۴۵ سؤالی ارائه شده توسط رایت و همکاران (۱۹۹۳) است که توسط گودرزی به فارسی ترجمه شده است. هر سؤال شامل یک موقعیت فرضی است که شدت نیرومندی میل به مصرف مواد در آن موقعیت خاص و احتمال مصرف مواد در آن موقعیت را می‌سنجد. هر کدام از این دو قسمت در هر سؤال بر اساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت، نمره‌ای بین ۰-۴ می‌گیرد. در پژوهش مهرابی و همکاران (۱۳۸۴) قابلیت اعتماد محاسبه شده برای این مقیاس با اجرا بر روی کرونباخ برای خرده مقیاس میزان وسوسه ۰/۹۴ و برای خرده مقیاس میزان میل ۰/۹۷ محاسبه شده است.

پرسشنامه دزدگی پاینز: مقیاس دزدگی زناشویی یک ابزار خودسنجی است که به وسیله پاینز (۱۹۹۶) برای اندازه‌گیری میزان دزدگی زناشویی در بین زوجین طراحی شده است. این پرسشنامه ۲۱ گویه دارد و دارای ۳ جز اصلی از پافتادن جسمی، عاطفی و روانی است. نمره‌گذاری این پرسشنامه بر اساس طیف هفت درجه‌ای لیکرت از هرگز (نمره ۱) تا همیشه (نمره ۷) تنظیم شده است. برخی از پرسش‌ها به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود (پاینز، ۲۰۰۳). ضریب پایایی آزمون - بازآزمون ۰/۸۹ برای یک دوره یک ماهه، ۰/۷۶ برای یک دوره ۲ ماهه، ۰/۶۶ برای یک دوره ۴ ماهه بود. ثبات درونی برای بیشتر آزمودنی‌ها با ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ بود (پاینز؛ ترجمه شاداب، ۱۳۸۱). نویدی (۱۳۸۴) ضریب

آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در یک نمونه ۲۴۰ نفری ۰/۸۶ گزارش کرد.

## یافته‌ها

آماره‌های توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) متغیرهای ولع مصرف و دزدگی زناشویی به تفکیک گروه‌ها و نوع آزمون در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. نتایج آمار توصیفی در مراحل پیش آزمون، پس آزمون متغیر				
متغیر	گروه	پیش آزمون	پس آزمون	انحراف
		میانگین	میانگین	معیار
ولع مصرف	آزمایش گواه	۱۰۷/۸۰	۴/۶۷	۶۳/۶۶
	گواه	۱۰۷/۵۳	۴/۳۸	۱۰۷/۵۳
دزدگی زناشویی	آزمایش گواه	۸۹/۹۳	۴/۸۹	۴۱/۳۳
	گواه	۸۹/۴۶	۵/۳۰	۸۹/۴۶

همانطور که جدول ۲ نشان می‌دهد میانگین و انحراف معیار پیش آزمون متغیر ولع مصرف در گروه آزمایش ۱۰۷/۸۰ و ۴/۶۷ و در گروه گواه ۱۰۷/۵۳ و ۴/۳۸ می‌باشد. میانگین و انحراف معیار پس آزمون متغیر ولع مصرف در گروه آزمایش ۶۳/۶۶ و ۳/۰۶ و در گروه گواه ۱۰۷/۵۳ و ۴/۳۸ می‌باشد. میانگین و انحراف معیار پیش آزمون متغیر دزدگی زناشویی در گروه آزمایش ۸۹/۹۳ و ۴/۸۹ و در گروه گواه ۸۹/۴۶ و ۵/۳۰ می‌باشد و میانگین و انحراف معیار پس آزمون متغیر دزدگی زناشویی در گروه آزمایش ۴۱/۳۳ و ۱/۷۵ و در گروه گواه ۸۹/۴۶ و ۵/۳۰ می‌باشد. به منظور تعیین اثربخشی آموزش

گروه ( $F=2/716$ ،  $P=0/076$ ) و متغیر دلدزدگی زناشویی ( $F=1/056$ )،  $P=0/098$ ) در مرحله پس‌آزمون مورد بررسی قرار گرفت؛ نتایج حکایت از برقراری این مفروضه داشت. نرمال بودن داده‌ها هم از طریق آزمون شاپیرو-ویلک مورد ارزیابی قرار گرفت. نتایج نشان دهنده نرمال بودن توزیع داده‌ها بود ( $P>0/05$ ). بنابراین مفروضه‌ها رعایت شده و استفاده از کواریانس چند متغیره بلا مانع بود. برای بررسی الگوهای تفاوت در متغیر ولع مصرف مواد، از تحلیل کواریانس تک متغیری به شرح جدول ۳ استفاده شد.

با توجه به نتایج جدول ۳ ( $F=1369/713$ ،  $P<0/05$ ) پس از تعدیل نمره‌های بیش‌آزمون، تفاوت بین گروه آزمایش و گواه در سطح آلفای ۰/۰۵ معنادار است، بنابراین فرضیه اول پژوهش مبنی بر تأثیر آموزش گروهی توانش‌های تنظیم شناختی هیجان بر کاهش ولع مصرف مواد مورد تأیید قرار می‌گیرد. نتایج تحلیل کواریانس گروه‌های آزمایشی و گواه در متغیر دلدزدگی زناشویی در جدول ۴ نشان داده شده است.

توانش‌های تنظیم شناختی هیجان در ولع مصرف مواد و دلدزدگی زناشویی و آزمون فرضیه‌های پژوهش داده‌ها با استفاده از روش تحلیل کواریانس چند متغیره مورد بررسی قرار گرفت. در ابتدا پیش فرض‌های تحلیل کواریانس بررسی شد. در پیش فرض اول نتایج آزمون لوین برای همگنی واریانس گروه‌ها در متغیرهای وابسته بررسی شد. نتایج نشان داد که واریانس ولع مصرف مواد ( $F>0/220$ )،  $P>0/05$  و دلدزدگی زناشویی ( $F>0/118$ )،  $P>0/05$  در دو گروه با هم برابرند و بنابراین واریانس گروه‌ها در متغیرهای وابسته همگن بوده و یکسانی واریانس‌ها در دو گروه گواه و آزمایش مراعات شده است. برای بررسی پیش فرض دوم از آزمون ام‌باکس استفاده شد. نتایج نشان داد که این آزمون معنادار نیست و بنابراین ماتریس‌های کواریانس متغیرهای وابسته در طول گروه‌ها یکسان است، لذا این نتیجه حاصل می‌شود که شرط همگنی ماتریس‌های واریانس کواریانس به درستی رعایت شده است ( $P>0/05$ ). پیش فرض همگونی شیب رگرسیون از طریق تعامل متغیر ولع مصرف مواد با

جدول ۳. نتایج تحلیل کواریانس تک متغیری برای اثر بخشی آموزش گروهی توانش‌های تنظیم شناختی هیجان بر ولع مصرف مواد						
منابع	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	معناداری	اندازه اثر
پیش‌آزمون	۱۱۵/۲۹۷	۱	۱۱۵/۲۹۷	۱۰/۸۹۳	۰/۰۰۳	۹۸/۱
گروه	۱۴۴۹۷/۳۱۵	۱	۱۴۴۹۷/۳۱۵	۱۳۶۹/۷۱۳	۰/۰۰	-
خطا	۲۳۴۶۵۴/۰۰۰	۳۰	-	-	-	-

  

جدول ۴. نتایج تحلیل کواریانس تک متغیری برای اثر بخشی آموزش گروهی توانش‌های تنظیم شناختی هیجان بر دلدزدگی زناشویی						
منابع	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	معناداری	اندازه اثر
پیش‌آزمون	۲۴۵/۶۳۴	۱	۲۴۵/۶۳۴	۳۴/۶۴۵	۰/۰۰۰	۹۸/۹
گروه	۱۷۵۳۳/۰۰۸	۱	۱۷۵۳۳/۰۰۸	۲۴۷۲/۸۸۸	۰/۰۰	-
خطا	۱۹۱۴۳۳/۰۰۰	۲۷	-	-	-	-

مؤثر است؛ بنابراین فرضیه اول پژوهش تأیید می‌شود. این نتیجه در راستای یافته‌های قبلی باهنر و نیک‌منش (۱۳۹۲)، میلتن و اوریت (۲۰۱۲)، دوستیان و همکاران (۱۳۹۲)، علی‌پور و همکاران (۱۳۹۴)، موسایی و کافی (۱۳۹۱)، ترینیداد و جانسون (۲۰۰۲)، گروس (۲۰۰۷)، براگینگ و همکاران (۲۰۱۶)، اکسلرود و همکاران (۲۰۱۱) قرار دارد. در تبیین یافته پژوهش در خصوص کاهش ولع مصرف مواد می‌توان به این نکته اشاره کرد که در واقع راهبردهای تنظیم هیجان یک اصل اساسی در شروع، ارزیابی، نگهداشت و سازماندهی رفتار سازش یافته و همچنین پیشگیری از هیجان‌های منفی و رفتارهای سازش نیافته محسوب می‌شود (گارنفسکی، بون و کرایچ، ۲۰۰۲).

با توجه به نتایج جدول ۴ ( $F=247/888$ ،  $P<0/05$ ) پس از تعدیل نمره‌های پیش‌آزمون، تفاوت بین گروه آزمایش و گواه در سطح آلفای ۰/۰۵ معنادار است، بنابراین فرضیه دوم پژوهش مبنی بر تأثیر آموزش گروهی توانش‌های تنظیم شناختی هیجان بر کاهش دلدزدگی زناشویی مورد تأیید قرار می‌گیرد.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر اثر بخشی آموزش گروهی توانش‌های تنظیم شناختی هیجان بر ولع مصرف مواد و دلدزدگی زناشویی در مردان متأهل وابسته به مواد محرک بود. یافته اول پژوهش نشان داد که آموزش گروهی تنظیم شناختی هیجان بر کاهش ولع مصرف مواد

نشیب‌های زندگی بروز می‌کند (پاینز و نیل، ۲۰۱۱). آموزش تنظیم هیجان باعث افزایش سازگاری زناشویی زوجین دچار تعارض زناشویی می‌گردد (ولپور شیخی و میردریکوند، ۱۳۹۶). تنظیم هیجان باعث کاهش سطح دلزدگی، کاهش خستگی جسمی، کاهش خستگی عاطفی و کاهش خستگی روانی می‌گردد (بالی، گل‌پور و معدنی، ۱۳۹۵). نتایج پژوهش محمدی، اژه‌ای و غلامعلی لواسانی (۱۳۹۷) نشان داد که آموزش رویکرد هیجان‌مدار در کاهش دلزدگی زناشویی و میل به طلاق آزمودنی‌های گروه مداخله مؤثر بوده، بدین ترتیب که زوج‌هایی که مشکلاتی در زندگی دارند به مراتب ارتباط کمتری در زندگی زناشویی تجربه می‌کنند، آنها نسبت به هم بیگانه می‌شوند و به مراتب از هم فاصله می‌گیرند. کاهش بروز هیجان در زندگی آنها منجر به فاصله از هم و صدمه در دل بستگی آنها نسبت به شریک زندگی خود می‌شود. در نتیجه با داشتن آگاهی در زمینه تنظیم شناختی هیجان و استفاده از توانش‌های سازگاران تنظیم شناختی هیجان در مردان متأهل مبتلا به به مواد محرک می‌توانند فراوانی سوء مصرف را کاهش داده و به تبع آن، خطر وقوع اعتیاد و دلزدگی زناشویی کاهش می‌یابد. از جمله محدودیت‌های این پژوهش تعداد نسبتاً کم آزمودنی، مذکر بودن و اعتیاد داشتن به مواد محرک می‌باشد. بنابراین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی متغیرهای پژوهش در جنس مؤنث و در معتادان مواد افیونی نیز اجرا گردد و از نتایج این پژوهش در مراکز مشاوره و خدمات روانشناختی مورد استفاده و در پژوهش‌های آتی اثربخشی این پکیج درمانی با سایر روی آوردهای روان درمانگری مورد مقایسه قرار گیرد.

### منابع

امیدی‌فر، حنا؛ تقی‌پور، ابراهیم؛ خوش‌کنش، ابوالقاسم و مرادی، ایوب (۱۳۹۵). مقایسه و رابطه خود تنظیمی هیجانی با دلزدگی و صمیمیت زناشویی در زوجین هر دو و یکی شاغل ادارات دولتی. *فصلنامه مشاوره شغلی و سازمانی*، ۸(۲۶)، ۶۷-۵۰.

باهنر، محمد و نیک‌منش، زهرا (۱۳۹۲). بررسی مقایسه‌ای طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های مقابله‌ای در زندانیان وابسته و غیر وابسته به مواد. *ماهنامه اصلاح و تربیت*، ۱۴۸(۱۴۰)، ۴۴-۴۱.

بالی، زینب؛ گل‌پور، رضا و معدنی، طاهره (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر کاهش سطح دلزدگی زن و شوهر افراد مراجعه کننده به مرکز بهزیستی شهر ری. *مجله مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی*، ۱۲(۲)، ۱۶۰-۱۱۰.

همچنین در توجیه این یافته‌ها می‌توان به این نکته اشاره کرد که تنظیم هیجان و مخصوصاً راهبرد مثبت بازآرایی شناختی هیجان‌ها، باعث کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت و رفتار سازگارانۀ افراد می‌شود (گروس، ۲۰۰۳). افرادی که قادر به مدیریت صحیح هیجان‌اتشان در برابر رویدادهای روزمره نیستند، بیشتر نشانه‌های تشخیصی، اختلال‌های درونی سازی از قبیل افسردگی و اضطراب را نشان می‌دهند (نولن، هواکسما و ویسکو، ۲۰۰۸). تنظیم ناکارآمد تجارب هیجانی از هسته‌های اساسی سوء مصرف مواد و وسوسه است. دانش هیجانی به تنظیم هیجان کمک می‌کند. با توجه به این مطلب افراد باید توانایی‌های مربوط به این سطح را به منظور استفاده از دانش‌های آن در عمل پرورش دهند. مامی و امیریان (۱۳۹۴) پژوهشی با عنوان اثربخشی آموزش تنظیم شناختی هیجان بر پیشگیری از عود و کیفیت زندگی افراد معتاد انجام داد، نتایج نشان داد که بین میانگین نمرات عود در پس‌آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون در گروه آزمایش کاهش معناداری وجود دارد. عیسی زادگان، میکائیلی، قادر پور، شیخی و کارگر (۱۳۹۳) گزارش کردند که دشواری در تنظیم هیجان‌ها یکی از مشکلات افراد سوء مصرف کننده مواد است و آموزش نحوه‌ی ابراز صحیح و تنظیم هیجان‌ها به شیوه شناختی می‌تواند در کاهش مشکلات آنها و افزایش کیفیت زندگی به خصوص در مؤلفه‌های روابط بین فردی، سلامت فیزیکی و ملزومات زندگی مؤثر واقع گردد؛ که به نظر می‌رسد ضعف در عملکردهای اجرایی مانند حل مسئله، اجرا و ارزیابی راه‌حل‌ها که سطوح بالای شناختی محسوب می‌شوند باعث می‌شود که افراد مصرف کننده در کنترل ولع مصرف و اتخاذ راه‌حل مناسب در کنترل آن ناکارآمد بمانند (محمدزادگان، موحدی، بکلو، یاری و طهماسب پور، ۱۳۹۴).

یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد که آموزش گروهی توانش‌های تنظیم شناختی هیجان در مردان متأهل وابسته به مواد محرک توانسته است به کاهش دلزدگی زناشویی بیانجامد؛ بنابراین فرضیه دوم پژوهش نیز تأیید می‌گردد. این یافته با نتایج مطالعات امیدفر و همکاران (۱۳۹۵)، چانگ (۲۰۱۴)، بوتلر و همکاران (۲۰۱۱)، بالی و همکاران (۱۳۹۵) همسو است. در تبیین یافته پژوهش مبنی بر کاهش دلزدگی زناشویی می‌توان به این نکته اشاره کرد که دلزدگی زناشویی به علت مجموعه‌ای از توقعات غیرمنطقی و غیرواقع بینانه، گذر از هیجان‌ات، بی‌دقت و بی‌توجه بودن زوجین نسبت به هم و نیازهای یکدیگر، بیان نکردن احساسات و نیازها به یکدیگر و فراز و

- برهانی، عبدالله؛ مرادی، علیرضا و میرانی، روزین (۱۳۹۶). اثربخشی راهبردهای نظم‌جویی هیجان در بهبود کارکردهای اجرایی معنادان بهبود یافته مراکز کاهش آسیب. *فصلنامه اعتیاد پژوهی*، ۱۱(۴۱)، ۲۰۵-۱۹۱.
- بیرامی، منصور؛ محمدزادگان؛ رضا؛ موحدی، یزدان؛ قاسم بکلو، یونس؛ محمدیاری، قاسم و طهماسب‌پور، مالک (۱۳۹۴). بررسی عملکرد شناختی در معنادان سوء مصرف‌کننده مواد، معنادان تحت درمان با متادون و افراد بهنجار. *فصلنامه اعتیاد پژوهی*، ۹(۳۴)، ۳۶-۲۳.
- پورسیدموسایی، سیده فاطمه؛ موسوی، سید ولی‌الله و کافی، سید موسی (۱۳۹۱). مقایسه و رابطه بین استرس با ولع مصرف در وابستگان به مواد افیونی و صنعتی. *فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مصرف مواد*، ۶(۲۴)، ۱۸-۹.
- حسینی، جعفر و شاهقلیان، مهناز (۱۳۹۳). ابراز‌گری هیجانی، کنترل هیجانی و دو سوگرایی در ابراز هیجان در دختران فراری و بهنجار. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۵(۱۷)، ۱۱۷-۱۳۴.
- حیدری، اسدالله؛ محمدی، رزگار و بهمنی، محمود (۱۳۹۶). اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر کاهش ولع و عود مصرف در بیماران سوء مصرف مواد تحت درمان با متادون. *فصلنامه اعتیاد پژوهی*، ۱۱(۴۳)، ۱۰۴-۸۹.
- دوستیان، یونس؛ دادخواه، اصغر؛ بهمنی، بهمن؛ آهوان، مسعود و اعظمی، یوسف (۱۳۹۳). اثربخشی مداخله شناختی رفتاری مبتنی بر مدل مارلات بر کاهش عود در افراد وابسته به مواد افیونی، پژوهش‌های مشاوره، ۱۳(۴۹)، ۸۱-۵۷.
- دوستیان، یونس؛ دادخواه، اصغر؛ بهمنی، بهمن؛ آهوان، مسعود و اعظمی، یوسف (۱۳۹۳). بررسی هیجان‌خواهی در افراد مبتلا به اعتیاد جنسی، اعتیاد به محرک‌ها، اعتیاد به مواد افیونی و افراد بهنجار. *مجله علوم پزشکی دانشگاه مازندران*، ۲۵(۱۲۵)، ۱۳۸-۱۳۵.
- رحمانی، فریبا و هاشمیان، کیانوش (۱۳۹۵). اثربخشی برنامه تنظیم شناختی هیجان بر علائم اضطراب و افسردگی نوجوانان دختر. *فصلنامه مطالعات روانشناختی*، ۱۲(۳)، ۶۳-۴۸.
- زرنندی، زهرا؛ حسینی، جعفر؛ محمدخانی، شهرام و حاتمی، محمد (۱۳۹۶). الگوی روابط ساختاری فعالیت سیستم‌های مغزی رفتاری، احساس تنهایی، دشواری در تنظیم هیجان و وسوسه مصرف مواد در زنان سوء مصرف‌کننده. *فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مصرف مواد*، ۴۴(۱۱)، ۱۳۴-۱۰۷.
- شریعتی، محمدابراهیم؛ ایزدی‌خواه، زهرا؛ مولوی، حسین و صالحی، مهرداد (۱۳۹۲). مقایسه اثربخشی گروه درمانی به شیوه شناختی - رفتاری با درمان مبتنی بر بهبود کیفیت زندگی بر خود کارآمدی افراد معناد. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۱(۴)، ۲۸۸-۲۷۹.
- علی‌آبادی، خدیجه؛ رجیبان ده زیر ده و در تاج، فریبا (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی دانش‌آموزان. *دوماهنامه راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۱۰(۵)، ۳۵۷-۳۴۵.
- علی‌پور، فرشید؛ سعیدپور، صابر و حسینی، جعفر (۱۳۹۴). بررسی هیجان‌خواهی در افراد مبتلا به اعتیاد جنسی، اعتیاد به محرک‌ها، اعتیاد به مواد افیونی و افراد بهنجار. *مجله علوم پزشکی دانشگاه مازندران*، ۲۵(۱۲۵)، ۱۳۸-۱۳۵.
- علی‌پور، فرشید؛ مرادی، علیرضا و حسینی، جعفر (۱۳۹۴). اثربخشی درمان اجتماع‌مدار بر کارکردهای اجرایی و حافظه شرح حال در افراد دارای اعتیاد به مواد محرک. *فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مصرف مواد*، ۹(۳۵)، ۵۴-۳۷.
- عیسی‌زادگان، علی؛ میکائیلی منیع، فرزانه؛ قادرپور، سیران؛ شیخی، سیامک و کارگر، بهروز (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان توأم با درمان متادون بر بهبود کیفیت زندگی مردان با سوء مصرف مواد، *مجله پزشکی ارومیه*، ۲۵(۵)، ۴۳۴-۴۲۵.
- فاضل همدانی، نغمه و قربان جهرمی، رضا (۱۳۹۷). اثربخشی گروه درمان‌گری به روش تحلیل رفتار متقابل بر نظم‌جویی شناختی هیجان و صمیمیت زناشویی زنان آسیب‌دیده از خیانت همسر، *مجله علوم روانشناختی*، ۱۷(۷۰)، ۷۵۳-۷۴۵.
- کیانی، احمدرضا؛ اسدی شیشه‌گران، سارا؛ اسماعیلی، فریبا و زوار، مجید (۱۳۹۵). پیش‌بینی دلزدگی زناشویی بر اساس ابراز‌گری هیجانی و اسنادهای زناشویی در افراد متأهل مراجعه‌کننده به مراکز بهزیستی شهر اردبیل. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۵(۵۹)، ۵۸-۷۵.
- مدنی‌فرد، مهدی؛ نمایی، محمد مهدی و جعفرنیا، وحید (۱۳۹۵). مقایسه تنظیم شناختی هیجان و شیوه‌های حل مسأله در افراد وابسته به مواد اپیوئیدی و افراد بهنجار. *مجله روانشناسی و روان‌پزشکی شناخت*، ۳(۳)، ۸۰-۶۹.
- مامی، شهرام و امیریان، کامران (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش تنظیم شناختی هیجان بر پیشگیری از عود و کیفیت زندگی افراد معناد. *فصلنامه نسیم تندرستی*، ۴(۱۶)، ۶۱-۵۳.
- محمدی، محمد؛ اژه‌ای، جواد و غلامعلی لواسانی، مسعود (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش رویکرد هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و میل به طلاق در زوج‌ها. *مجله روانشناسی*، ۲۲(۴)، ۳۷۸-۳۶۲.

- rumination empathy and forgiveness. *pers Individ Dif*, 70, 246-51.
- Garnefski, N., Boon, S., kraaij, V. (2003). Relationship between cog native strategies of adolescents and depressive symptomatology across different type of life euent. *JYouth Adolesc*, 32(6), 80-401.
- Gross, J. J. (2010). Emotionregulation. IN: L.feldman-Barrett & P.salovey (Eds), the wisdom in feeling. *America, New York: thegoiford dress*, 297-318.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation. IN: Feldman-Barrett L, Salovey P. The wisdom in feling. Isted. United States, *New York: The Guilford Press*, 35(2), 297-318.
- Gross, J. J., John, O. P. Individual differences in two rmotion regulation processes: Implications for affect, rElationships and well-being. *Journal of personality and Social Psychology*, 2003(85), 348-362.
- Milton, A. L., & Everitt, B. J. (2012). The persistence of maladaptive memory: Addiction, drug memories and anti-relapse treatments. *Neuroscience & Bio behavioral Reviews*, 36(4) 1119-1139.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., Lyubomirsky, S. *Rethinking rumination. Pers Psychol Sci*, 2008 (3), 1467-1476.
- Shahyvnd, A. (1998). Assessment of knowledge about HIV medicine and dentistry of Yazd. (Dissertation). *Yazd: university Yazd Ghododdousi Martyr*.
- Tiffany, S. T., & Drobes, D. J. (1991). the development and initial validation of a guestionnare on smoking urges. *Addiction*, 86(11), 1467-1476.
- Trinidad, D. R. R, Jonson, coca. (2002). The Association between Emotional Intelligence and early, C.A. *the Association between Emotional individual differences*, 32(1), 95-150.
- Kayser, K. (1996). The marital disaffection scale: An inventory for assessing motional estrangement in marriage. *American Journal of Family Therapy*, 24 (1), 68-80.
- Kober, H. (2009). *Emotion regulation in substance use disorder*. Handbook of emotion regulation. *New York: Guiford Press*, 28-46.
- Pines, A. M., & Neal, MB., & Hammer, L. B. (2011). Job burnout and couple burnout in dual – earner couples in the sandwiched generation. *Social psychology Quarterly*, 74, 361-368.
- West, R. (2006). The Trans theoretical model of behavior change and the scien tific method. *Addiction*, 101(6), 774-778.
- محمدی، سید یونس؛ ایمانی، سعید و صادقی پویا، فاطمه (۱۳۹۵). بررسی مقایسه مؤلفه‌های ذهن آگاهی در معتادان به مواد محرک و افیونی شهر تهران. *دوماهنامه طب جنوب*، ۱۹(۳)، ۴۵۶-۴۴۶.
- ماردپور، علیرضا (۱۳۹۶). اعتیاد و عملکردهای شناختی. *فصلنامه سلامت اجتماعی و اعتیاد*، ۴(۱۵)، ۹۲-۶۳.
- نجفی، محمود؛ محمدی‌فر، محمدعلی و عبدالهی، معصومه (۱۳۹۴). نقص عملکرد هیجانی و گرایش به سوء مصرف مواد: نقش مؤلفه‌های تنظیم هیجان، تحمل پریشانی و هیجان‌خواهی. *فصلنامه سلامت اجتماعی و اعتیاد*، ۲(۵)، ۶۸-۵۳.
- نوری، ربابه (۱۳۹۶). *باورهای شایع و اشتباه در مورد اعتیاد و مواد*. تهران: دانشگاه تهران.
- ولپورشیخی، زهرا و میردیریکوند، فضل‌الله (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر افزایش سازگاری زناشویی زوجین دچار تعارض زناشویی. *نشریه روان‌پرستاری*، ۷(۱)، ۸۱-۷۶.
- Axelrod, SR., pereplectchikova, F., Holtzman, K., & Sinha, R. (2012). Emotion regulation and substance use frequency in woman with substance dependence and border line personality disorder receiving dialectical behavior therapy. *The American journal of Drug and Alcohol Abuse*, 37, 37-420.
- Avantz, K. S., Margolin, A., Kosten, T. R., & coon, N. L. (1995). Difference between responders and non-responders to cocaine cues in laboratory. *Addictive behavior*, 20, 215-224.
- Ardila, A. (2008). On the evolutionary origins of executive function. *Brain and cognition*, 68(1), 92-99.
- Ardila, A., Rosselli, M., & Strumwasser, S. (1991). Neuropsychological deficits in chronic cocaine abusers. *International Journal of Neuroscience*, 57(1-2), 73-79.
- Beck, A., Wright, F., Newman, C., Liese, B. (1993). *Cognitive Therapy of Substance Abuse*. New York: Guildford Press.
- Bloch, L., Haase, C. M., & Levenson, R. W. (2014). Emotion regulation predict marital satisfaction: More than a wives tale. *Emotion*, 14(1), 130-144
- Brugging, A., Huisman, S., vuij, R., kraaij, v., & Garnefski, N. (2016). cognitive emotion regulation, anxiety and depression adults with autism spectrum disorder. *Researching Autism spectrum disorder*, 22(2), 34-44.
- Butler, E. A. (2011). Temporal interpersonal emotion systems: the TIES that form relation ships. *pers soc psychol rev*; 15(4), 367-93.
- Chang, L., Ernst, T., Speck, O., Patel, H., desilva, M., Leonidoyee, M., & miller, E. N. (2002). perfusion MRI and computerized cognitive test abnormalities in abstinent Methamphetamine users. *Psychiatry Research: neuroma aging*, 114(2), 65-72.
- Chung, M. S. (2014). pathways between attachment and marital satisfaction: the mediating roles of