



Effectiveness of emotional couple's therapy on increasing effective dialogue and marital forgiveness in incompatible couples visiting counselling centre

Menoosh Karami¹, Jahangir Karami², Maryam Akbari³

1. Ph.D Candidate in Counseling, Department of Psychology, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran. E-mail: Shila913@yahoo.com

2. Associate Professor, Department of Psychology, Razi University, Kermanshah, Iran. E-mail: j.karami@razi.ac.ir

3. Assistant Professor, Department of Counseling, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran. E-mail: Akbari@iausdj.ac.ir

ARTICLE INFO

Article type:
Research Article

Article history:
Received 03 June 2024
Received in revised form
01 July 2024
Accepted 07 August 2024
Published Online 21
April 2025

Keywords:
emotional couple's
therapy,
effective dialogue,
marital forgiveness,
incompatible couples

ABSTRACT

Background: Effective dialogue and marital forgiveness are factors on which other aspects of marital relationships are based. The lack of forgiveness and effective dialogue between couples provides the basis for incompatibility, so the necessity of couple's therapy also increases. However, in the context of the effect of couple's therapy on effective dialogue and marital forgiveness in incompatible couples, a research gap is seen.

Aims: The aim of this study was to investigate the effectiveness of emotional couple's therapy on increasing effective dialogue and marital forgiveness in incompatible couples visiting counseling centers.

Methods: The research method was experimental with the research design of the pre-test type. The research community included all couples visiting the Gulistan counseling and Psychology Center in Kermanshah. Through targeted sampling, 30 people from among married women and men who visited counseling and psychology centers were selected as samples and randomly tested and certified in two groups. Research tools included the past questionnaires of the adjective (Barry et al, 2005) and the effective dialogue of (Queen dam,2004). The data was analyzed by repeated measurement variance analysis using the SPSS software version 25.

Results: Analysis of the data showed that couples therapy of excitement has an effect on effective dialogue in incompatible couples ($p < 0/05$). The results also showed that couples therapy was effective in couples who were incompatible ($p < 0/05$).

Conclusion: Based on the findings of the study, it can be concluded that couple's therapy is effective in increasing effective dialogue and marital forgiveness among incompatible couples, and this treatment can be used to address communication issues and marital forgiveness in incompatible couples.

Citation: Karami, M., Karami, J., & Akbari, M. (2025). Effectiveness of emotional couple's therapy on increasing effective dialogue and marital forgiveness in incompatible couples visiting counselling centre. *Journal of Psychological Science*, 24(146), 157-172. [10.52547/JPS.24.146.157](https://doi.org/10.52547/JPS.24.146.157)

Journal of Psychological Science, Vol. 24, No. 146, 2025

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.24.146.157](https://doi.org/10.52547/JPS.24.146.157)



✉ **Corresponding Author:** Jahangir Karami, Associate Professor, Department of Psychology, Razi University, Kermanshah, Iran.

E-mail: j.karami@razi.ac.ir, Tel: (+98) 9181324389

Extended Abstract

Introduction

Marriage is a bond that couples are expected to enjoy, but it is observed that some couples do not enjoy this bond (abyodon et al., 2022). Durgut and Kissa (2018) believe that marital compatibility is a state in which there is a general feeling of satisfaction and happiness in couples towards each other. By definition, marital adaptation is an active process according to which couples, over time and finding new roles in the family, understand and accept their different tasks (Pietromonaco et al., 2022). In the study of the components of marital compatibility, it is found that establishing and maintaining intimate relationships during marriage requires communication skills (khonyana et al., 2022). Kiarsa and badmeli (2019) also state that avoiding effective communication is one of the factors that will cause marriage failure. On the other hand, although research literature shows that there is a meaningful relationship between communication skills and marital quality of life, the basic mechanism of this relationship has not yet been examined (jibvi and rayoshan, 2022). The factor of marital forgiveness seems to be an important mechanism for establishing balance and stability between couples, as well as increasing satisfaction in their marriage (click et al., 2022). Results of research by Shidan Fer et al. (1399) and Irfan Mansh et al. (1398) show that couples therapy has a positive effect on couples' compatibility. Emotional couple's therapy is a short-term couple's therapy based on which emotions themselves have an inherent adaptive capacity that, if activated, can help couples change their emotional positions and unwanted expressions (Johnson, 2010). It is necessary to conduct applied research and solutions to reduce marital problems and improve marital relationships to prevent further psychosocial adverse consequences in the future and the turmoil in marital relationships that can also have devastating effects on Roald-child and the upbringing of the next generation. Given that some couples continue to live with their partners despite incompatibility and need counseling services to better adapt, effective treatment models are of particular importance. According to the studies conducted in the

databases, the effect of emotional couples therapy on the population of incompatible couples has not been done, so the present study has set its main goal in answering the question of whether emotional couples therapy has an effect on increasing effective dialogue and marital passing in incompatible couples.

Method

Research method of experimental type with research design of pre-test type. The statistical community of the present study was formed by all couples visiting the Gulistan counseling and Psychology Center in Kermanshah in 1402. Targeted sampling methods were used to select samples in this study. In this study, according to the research plan and due to group intervention and due to the possibility of falling into groups, 30 married women and men were selected from among the couples visiting the Gulistan counseling and Psychology Center in Kermanshah and randomly divided into two groups of 15 people (15 people in the test group and 15 people in the witness Group). 10 sessions of the excitement couple's therapy group program, the structure and content of the sessions are based on the Johnson protocol (2010) and were applied to the test group's tests on a weekly schedule for 90 minutes each week.

Results

The study involved 30 married women and men visiting counseling centers, with 13 of the subjects (5/57) percent male and 17 (5/42) percent female. 1 of the subjects-5) % of primary education, 2 (5/7) % of cycle, 7 (5/17) diploma, 2 (20) % of Postgraduate Diploma, 15 (5/42) % of Bachelor's degree and 3 (5/7) % of postgraduate studies. 11 subjects (5/32) had a percentage of free employment, 3 (5/7) unemployed, 9 (5/32) had a percentage of employees and 7 (5/27) had a percentage of housewives. The average age of the subjects was 56/34 years and the duration of marriage was 3 years. The results showed that the effective dialogue score and marital passage in the test group decreased in the post-test compared to the pre-test. The bonferoni test was used to compare the measurement times with the results presented in Table 1.

Table 1. Intra-and intertestable effect of variance analysis by repeated measurement of effective dialogue and marital forgiveness

variables	effect	sum of squares	sum of squares error	f	P-Value	Impact factor
effective dialogue	Time effect	7573/489	3786/744	174/62	0/001	0/862
	Group effect	9080/178	9080/178	83/36	0/001	0/749
	Time ×group	3467/489	1733/744	79/95	0/001	0/714
marital passage	Time effect	957/62	478/81	166/29	0/001	0/856
	Group effect	3276/10	3276/10	118/82	0/001	0/809
	Time ×group	1081/80	540/90	187/85	0/001	0/870

The results in Table 1 show that the analysis of variances mixed with repetitive measurements in the variable of effective dialogue and marital passage is meaningful. So it can be said that there is a significant difference between the average of effective dialogue

scores and marital passage in the two Test and control groups. The bonferoni test was used to compare the measurement times with the results presented in Table 2.

Table 2. Bonferoni test results to compare pre-test, post-test and follow-up scores of effective dialogue and marital passage variables in the test group

Variable	Step		Difference of means	SD	P
effective dialogue	pre-test	Post-test	-13/39	1/05	P<0/001
		Follow up	-22/23	1/38	P<0/001
	Post-test	Follow up	-8/30	1/14	P<0/001
		pre-test	22/23	1/38	P<0/001
marital passage	pre-test	Post-test	-6/80	0/492	P<0/001
		Follow up	-7/30	0/543	P<0/001
	Post-test	Follow up	-0/233	0/197	0/740
		pre-test	6/80	0/492	P<0/001

Based on data from Table 2, the results showed that there was a difference between pre-test and post-test intragroup scores (intervention effect). There is no difference between post-test and follow-up (time effect) in variable marital passing scores. In other words, intervention in the test group after the test and follow-up over time has had a constant effect, but in the effective dialogue variable between post-test and follow-up (time effect) there is a significant difference, in other words, intervention in the test group after the test and follow-up over time has not had a constant effect.

Conclusion

The aim of the study was to investigate the effectiveness of emotional couple's therapy on increasing effective dialogue and marital forgiveness in incompatible couples visiting counseling centers. The results of the study showed that intervention significantly improved effective dialogue and marital forgiveness. Also, this treatment was associated with increased effective dialogue and marital forgiveness in post-test and follow-up. This finding is consistent with the results of research by najibzadgan et al.

(2024), Weber et al. (2022), Imani rad et al. (1400) and Timori et al. (2020). Given the effectiveness of Orbital excitement couples therapy in research variables, it can be said that this type of therapy is a therapeutic method, the main emphasis of which is the participation of emotions in permanent patterns of incompatibility in incompatible couples. The purpose of this treatment is to expose vulnerable feelings in each couple and to facilitate their ability to create these feelings in safe ways (Reiter & chennail, 2017). It is believed that processing these emotions in a safe context creates healthier and newer interaction patterns that calm the level of turbulence, thereby increasing love, intimacy and more satisfying connections. One of the main concerns reported by the couple participating in the study was Symptoms of marital incompatibility, impaired communication styles, and lack of forgiveness.

During sessions, individuals were helped to meet their psychological needs and improve each other's marital functions such as security, participation, comfort and sexual intimacy. In increasing the positive experiences of couples with each other, positive emotions also returned to their relationship.

They also raised their hopes for positive interactions in the future and recalled positive memories of the past more efficiently (Gelman, 2013). Therapeutic strategies this model helps couples to distance themselves from their superficial emotions in a safer space and communicate with their and their spouse's deep and initial emotions. As a result, they will be able to identify and communicate the basic needs of themselves and their spouses to achieve a common understanding of their needs, which will ultimately increase the intimacy of the relationship and improve marital harmony in their interaction cycle.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: This article is taken from the first author's doctoral thesis in psychology at the Azad University of Sanandaj with the code of ethics IR.IAU.SDJ.REC.1403.004. The present study was removed in accordance with ethical principles, including obtaining written consent to participate in the research; respect for the principle of confidentiality in the research so that the names and information that identify the participants were confidential; adequate information was provided about how the research was conducted to all participants and their freedom to exit the research process.

Funding: This study was conducted as a PhD thesis with no financial support.

Authors' contribution: The first author was the senior author, the second were the supervisors and the third was the advisors.

Conflict of interest: the authors declare no conflict of interest for this study.

Acknowledgments: The researchers are very grateful to the couples who collaborated on the implementation of this study.



اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر افزایش گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره

مینوش کرمی^۱، جهانگیر کرمی^۲، مریم اکبری^۳

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، گروه روانشناسی، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران.

۲. دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.

۳. استادیار، گروه مشاوره، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران.

چکیده

مشخصات مقاله

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۳/۰۳/۱۴

بازنگری: ۱۴۰۳/۰۴/۱۱

پذیرش: ۱۴۰۳/۰۵/۱۷

انتشار برخط: ۱۴۰۴/۰۲/۰۱

کلیدواژه‌ها:

گفتگوی مؤثر،

گذشت زناشویی،

زوج درمانی هیجان‌مدار،

زوجین ناسازگار

زمینه: گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی از عواملی است که سایر جنبه‌های روابط زن و شوهر بر آن بنا نهاده شده است. نبود گذشت و گفتگوی مؤثر بین زوجین زمینه را برای ناسازگاری فراهم می‌کند، بنابراین ضرورت زوج درمانی نیز افزایش می‌یابد. با وجود این، در زمینه تأثیر زوج درمانی هیجان‌مدار بر گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در زوج‌های ناسازگار، شکاف پژوهشی دیده می‌شود.

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر افزایش گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره بود.

روش: روش پژوهش از نوع آزمایشی با طرح پژوهش از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون و پیگیری با گروه گواه بود. جامعه پژوهش شامل کلیه زوجین مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره و روانشناسی گلستان شهر کرمانشاه بودند. از طریق نمونه‌گیری هدفمند ۳۰ نفر از بین زنان و مردان متاهل مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره و روانشناسی به عنوان نمونه انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه گماشته شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه‌های گذشت صفت (بری و همکاران، ۲۰۰۵) و گفتگوی مؤثر (کوئین دام، ۲۰۰۴) بود. جهت تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۵ انجام شد.

یافته‌ها: تحلیل داده‌ها نشان داد زوج درمانی هیجان‌مدار بر گفتگوی مؤثر در زوجین ناسازگار تأثیر دارد ($P < 0/05$). همچنین نتایج نشان داد که زوج درمانی هیجان‌مدار بر گذشت زناشویی در زوجین ناسازگار اثرگذار بود ($P < 0/05$).

نتیجه‌گیری: براساس یافته‌های پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که زوج درمانی هیجان‌مدار در افزایش گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در بین زوجین ناسازگار مؤثر بوده و می‌توان از این روش درمانی برای رفع مسائل ارتباطی و گذشت زناشویی در زوج‌های ناسازگار استفاده کرد.

استناد: کرمی، مینوش؛ کرمی، جهانگیر؛ و اکبری، مریم (۱۴۰۴). اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر افزایش گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره. مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۴، شماره ۱۴۶، ۱۵۷-۱۷۲.

مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۴، شماره ۱۴۶، ۱۴۰۴. DOI: [10.52547/JPS.24.146.157](https://doi.org/10.52547/JPS.24.146.157)



© نویسنده‌گان.

✉ نویسنده مسئول: جهانگیر کرمی، گروه روانشناسی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران. رایانامه: J.karami@razi.ac.ir

تلفن: ۰۹۱۸۱۳۲۴۳۸۹

مقدمه

ازدواج پیوند درونی و بیرونی زن و مرد به عنوان زن و شوهر با هدف تشکیل خانواده سعادت‌مند و جاودانه بر اساس ایمان به خدای یگانه است (عارف و ساری، ۲۰۲۳). ازدواج پیوندی است که انتظار می‌رود زوجین از آن لذت ببرند، اما مشاهده می‌شود که برخی از زوجین از این پیوند لذت نمی‌برند (آبیودون و همکاران، ۲۰۲۲). دورگوت و کیسا (۲۰۱۸) معتقدند که سازگاری زناشویی حالتی است که در آن احساس رضایت و شادی کلی در زوجین نسبت به یکدیگر وجود دارد. طبق تعریف، سازگاری زناشویی^۱ یک فرایند فعال است که براساس آن زوجین با گذشت زمان و پیدا کردن نقش‌های جدید در خانواده، وظایف مختلف خود را درک می‌کنند و آن را می‌پذیرند (پیتروموناکو و همکاران، ۲۰۲۲).

در بررسی مؤلفه‌های اثربخش در سازگاری زناشویی مشخص شده است که ایجاد و حفظ روابط صمیمانه در جریان ازدواج نیازمند مهارت‌های ارتباطی است (خونیانا و همکاران، ۲۰۲۲). کیارسا و بدملی (۲۰۱۹) نیز بیان می‌کنند که پرهیز از برقراری ارتباط مؤثر از عواملی است که موجب شکست زندگی زناشویی خواهد شد. به باور باگاروزی (۲۰۰۱) گفتگوی مؤثر^۲ مهارتی است که باعث ارضای نیازهای عاطفی، روانی و رضایت زن و شوهر از زندگی‌شان می‌شود و بر بهزیستی روانی آنان مؤثر است. زوج‌هایی که با یکدیگر ارتباط و گفتگوی مؤثر دارند، توانایی تأیید دو جانبه در آن‌ها وجود دارد و می‌توانند به صورت غیردفاعی به نیازهای همسرشان گوش و پاسخ دهند، زمان سوء تفاهم بر مسأله متمرکز شده و در حالت مسالمت‌آمیز ارتباط برقرار کنند. با این وجود گاتمن (۱۹۹۳) خاطرنشان می‌سازد در میان زوج‌هایی که دچار ناسازگاری هستند، این شناخت بسیار اندک است.

زوجینی که افکار و احساسات خود را سرکوب می‌کنند و آن‌ها را برحق نمی‌دانند و می‌ترسند بحث به مشاجره ختم شود، سعی می‌کنند با کناره‌گیری، تعارض در رابطه را به حداقل برسانند و چون گفتگویی انجام نمی‌شود، وضعیت ارتباطی زوجین ناسازگار بدتر می‌شود (اولسون و همکاران، ۲۰۱۹). بیشتر پژوهش‌ها در سال‌های اخیر مؤید این است که عدم

ارتباط و گفتگوی مؤثر می‌تواند باعث سطح بالاتری از تعارض زناشویی شود و خطر پیش‌روی مشکلات زناشویی را افزایش دهد. در واقع استفاده از تجربه‌های زوجین موفق در مورد گفتگوی مؤثر می‌تواند الهام‌بخش و الگوی کارآمدی برای افزایش صمیمیت و کیفیت زندگی زناشویی دیگر زوج‌ها شود (کاو و همکاران، ۲۰۲۲؛ پیلینگ و همکاران، ۲۰۲۲). با وجود مطالعات زیادی که در زمینه گفتگوی زوجین و زوج‌درمانی و بررسی چالش‌های مشترک زن و شوهرها صورت گرفته است، تعداد کمی از این مطالعات به بررسی گفتگوی مؤثر در زوجین ناسازگار پرداخته‌اند، که همین امر بر ضرورت و اهمیت تحقیق حاضر می‌افزاید.

از دیگرسو، هر چند که ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد که بین مهارت‌های ارتباطی و کیفیت زندگی زناشویی رابطه معناداری وجود دارد، اما سازوکار اساسی این ارتباط هنوز مورد بررسی قرار نگرفته است (جیبوی و رایوشان، ۲۰۲۲). به نظر می‌رسد که عامل گذشت زناشویی^۳ مکانیسم مهمی برای برقراری تعادل و ثبات بین زوجین و نیز افزایش رضایت‌مندی در زندگی مشترک آن‌ها باشد (کلایک و همکاران، ۲۰۲۲). براین اساس، علی‌رغم عدم وجود اجماع در مورد تعریف گذشت زناشویی، محققان توافق دارند که گذشت به عنوان مجموعه‌ای از فرایندهای در حال تغییر شامل کاهش احساسات منفی نسبت به فرد خاطی، کاهش انگیزه برای تلافی یا مجازات و افزایش احساسات مثبت نظیر حس خیرخواهی نسبت به او تعریف می‌شود، که می‌تواند از طریق مقابله با هیجان‌های نامطلوب و ایجاد چارچوب شناختی و رفتاری مطلوب در هنگام کدورت‌ها و رنجش‌های بین‌فردی به انطباق بهتر زوجین و در نتیجه بهزیستی آن‌ها کمک نماید (پالیری و همکاران، ۲۰۰۵).

در حوزه زوج‌درمانی برای ارتقای زندگی زناشویی زوجین طی سال‌های گذشته رویکردهای متعددی معرفی شده است و مطالعات بسیاری نیز در ارتباط با اثربخش بودن این روش‌ها صورت گرفته است (ویلنت و همکاران، ۲۰۲۳). رویکردهای زوج‌درمانی هیجان‌مدار^۴ از جمله رویکردهای روان‌پوشانه^۵ هستند که با شناسایی حیطه‌های درون روانی^۶ هر یک از همسران چگونگی ایجاد بافتار مشترک را نیز مورد تحلیل قرار

4. emotionally focused couple therapy (EFCT)

5. psychodynamic methods

6. intrapsychic

1. marital adjustment

2. effective dialogue

3. marital forgiveness

سؤال قرار داده است که آیا زوج درمانی هیجان‌مدار بر افزایش گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در زوجین ناسازگار اثربخشی دارد؟

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت کنندگان: روش پژوهش از نوع آزمایشی با طرح پژوهش از نوع پیش‌آزمون_پس‌آزمون با گروه گواه و پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی زوجین مراجعه کننده به مرکز مشاوره و روانشناسی گلستان شهر کرمانشاه در سال ۱۴۰۲ تشکیل داد. برای انتخاب نمونه در این مطالعه از شیوه نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. در این مطالعه با توجه به طرح پژوهش و به دلیل مداخله بصورت گروهی و با توجه به احتمال ریزش افراد در گروه‌ها، از بین زوجین مراجعه کننده به مرکز مشاوره و روانشناسی گلستان شهر کرمانشاه، تعداد ۳۰ نفر از زنان و مردان متأهل انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری (۱۵ نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه گواه) تقسیم شدند. با در نظر گرفتن ملاک‌های ورودی رضایت و آگاهی جهت شرکت در پژوهش، کسب نمره ۱۰۱ و کمتر در پرسشنامه غربالگری سازگاری زناشویی (اسپانیر، ۱۹۷۶)، داشتن حداقل سه سال سابقه زندگی مشترک با همسر، دامنه سنی ۲۵ تا ۵۰ سال، تعهد به حضور در تمامی جلسات زوج درمانی، داشتن حداقل سواد خواندن و نوشتن، ۳۰ شرکت کننده ملاک‌های لازم برای ورود به پژوهش را داشتند، و به دو گروه (شامل گروه مداخله درمانی و یک گروه گواه) هر گروه شامل ۱۵ نفر، به صورت تصادفی گمارش شدند. لازم به ذکر است که سه نوبت عدم حضور در جلسات درمانی به عنوان ملاک خروج در نظر گرفته شد و داده‌های آزمودنی‌های که غیبت آن‌ها سه جلسه یا بیشتر بود، از فرایند پژوهش کنار گذاشته شد. به علت افت آزمودنی‌ها در نهایت داده‌های ۱۳ نفر برای هر کدام از گروه‌ها مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت.

پس از گمارش تصادفی جلسات درمانی به صورت گروهی انجام پذیرفت، تعداد ۱۰ جلسه برنامه گروهی زوج درمانی هیجان‌مدار که ساختار و محتوای جلسات براساس پروتکل جانسون (۲۰۱۰) تنظیم شده‌است و به صورت برنامه هفتگی و هر هفته به مدت ۹۰ دقیقه بر روی آزمودنی‌های گروه آزمایش اعمال شد. در آخرین جلسه درمانی مجدداً پرسشنامه‌های گفتگوی مؤثر و گذشت صفت توسط هر دو گروه تکمیل شد. پیگیری

می‌دهند (گانز و همکاران، ۲۰۲۲). نتایج پژوهش شیدان‌فر و همکاران (۱۳۹۹) و عرفان‌منش و همکاران (۱۳۹۸) نشان می‌دهد که زوج درمانی هیجان‌مدار تأثیر مثبتی بر سازگاری زوجین دارد. زوج درمانی هیجان‌مدار نوعی زوج درمانی کوتاه‌مدت است که براساس آن، هیجان‌ات به خودی خود ظرفیت ذاتی سازگاران‌های دارند که اگر فعال شود می‌تواند به زوجین کمک کند تا مواضع هیجانی و ابرازگری ناخواسته خود را تغییر دهند (جانسون، ۲۰۱۰). تأکید این مدل درمانی بر روش دلبستگی‌های سازگاران‌ها از طریق مراقبت، حمایت و توجه متقابل برای نیازهای خود فرد و همسر او است (گرینمان و جانسون، ۲۰۲۲). نتایج پژوهش تیموری و همکاران (۲۰۲۰) نشان می‌دهد که زوج درمانی هیجان‌مدار در پردازش مجدد هیجان و کنترل خشم در زوجین تأثیر دارد. هدف زوج درمانی هیجان‌مدار ردیابی و پردازش مجدد واکنش‌های عاطفی-احساسی در تعاملات زوجین است. این واکنش‌ها به رشد سبک‌های دلبستگی ایمن‌تر و الگوی متفاوت تعامل زوجین، همدلی زوجین نسبت به یکدیگر و تدوین الگوهای تعاملی جدید منتهی می‌شود (وایتنبورن و همکاران، ۲۰۱۹). نتایج پژوهش نجیب زادگان و همکاران (۲۰۲۴) نشان می‌دهد که زوج درمانی هیجان‌مدار بر گذشت زناشویی تأثیر دارد. نتایج پژوهش ایمانی و راد و همکاران (۱۴۰۰) نشان داد که زوج درمانی هیجان‌مدار می‌تواند به طور معناداری موجب افزایش بخشودگی و کاهش باورهای ارتباطی ناکارآمد زوجین دارای تجربه پیمان‌شکنی زناشویی گردد. همچنین نتایج پژوهش ویر و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که زوج درمانی هیجان‌مدار بر الگوهای ارتباطی زوجین تأثیر مثبتی دارد.

بر این اساس لازم است پژوهش‌های کاربردی و راهکارهایی برای کاهش مشکلات زناشویی و بهبود روابط زوجین صورت گیرد تا در آینده از پیامدهای نامطلوب روانی-اجتماعی بیشتر و آشفتگی در روابط زناشویی که می‌تواند بر روالد-فرزند و تربیت نسل آینده نیز آثار مخربی برجای بگذارد، پیشگیری کرد. با توجه به اینکه برخی از زوجین با وجود ناسازگاری به زندگی با شریک خود ادامه می‌دهند و برای سازگاری بهتر به خدمات مشاوره‌ای نیاز دارند و مدل‌های درمانی مؤثر از اهمیت ویژه‌ای برخوردار هستند. با توجه به بررسی‌های انجام شده در پایگاه‌های اطلاعاتی تأثیر زوج درمانی هیجان‌مدار در جمعیت زوجین ناسازگار انجام نشده، بنابراین پژوهش حاضر هدف اصلی خود را در راستای پاسخ‌دهی به این

نمره، به ندرت = ۲ نمره، گاهی = ۳ نمره، بیشتر اوقات = ۴ نمره و همیشه = ۵ نمره اختصاص داده می‌شود. لازم به ذکر است که سئوال‌ات ۲، ۴ و ۶ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. یعنی به گزینه هرگز = ۵ نمره و همیشه = ۱ نمره تعلق می‌گیرد. حداقل نمره ۳۴ و حداکثر نمره ۱۷۰ خواهد بود. نمره بین ۳۴ تا ۶۸ بیانگر مهارت‌های ارتباطی ضعیف، نمره بین ۶۸ تا ۱۰۲ مهارت‌های ارتباطی متوسط و نمره بالاتر از ۱۰۲ بیانگر مهارت‌های ارتباطی بالا است. نمرات بالاتر در این مقیاس بیانگر مهارت‌های ارتباطی بیشتر فرد است. برای سنجش پایایی مقیاس، ابتدا با استفاده از روش آلفای کرونباخ، اعتبار کل مقیاس محاسبه شد که مقدار عددی آن برابر با ۰/۶۹ و حاکی از همسانی درونی قابل قبول این آزمون بود. همچنین ضریب پایایی کل آزمون با استفاده از روش تنصیف برابر با ۰/۷۱ بدست آمد (کوئین دام، ۲۰۰۴). در پژوهش عطارها و همکاران (۱۳۹۱) اعتبار سازه این پرسشنامه برابر با ۰/۷۱ و ضریب پایایی برابر با ۰/۶۶ گزارش شده است. در پژوهش حاضر جهت بررسی پایایی این مقیاس از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) استفاده شد و ضریب پایایی ۰/۷۸ بدست آمد.

ج) روش اجرا

به منظور اجرای طرح پس از اخذ مجوزهای ابزارهای پژوهش بر روی نمونه مورد نظر اجرا گردید. در نهایت برنامه درمان برای گروه آزمایش اجرا شد. ۱۰ جلسه برنامه گروهی زوج درمانی هیجان‌مدار که ساختار و محتوای جلسات براساس پروتکل جانسون (۲۰۱۰) تنظیم شده است و به صورت برنامه هفتگی و هر هفته به مدت ۹۰ دقیقه بر روی آزمودنی‌های گروه آزمایش اعمال شد. ساختار جلسات درمانی در ذیل گزارش شده است.

درمان دو ماه پس از درمان انجام پذیرفت و گروه آزمایش و گواه پرسشنامه‌های مذکور را مجدداً کامل کردند. جهت تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روشهای آماری توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر) استفاده گردید.

ب) ابزار

پرسشنامه گذشت صفت^۱: این پرسشنامه توسط بری و همکاران (۲۰۰۵) ساخته شد و دارای ۱۰ سئوال است که تمایل پاسخ دهندگان به گذشت آسیب‌های بین فردی در موقعیت‌ها و زمان‌های مختلف را نشان می‌دهد. برای هر یک از سئوال‌ات این پرسشنامه ۵ گزینه لیکرت (کاملاً موافقم = ۵ نمره تا کاملاً مخالفم = ۱ نمره) منظور شده است که در تعدادی از آیتم‌ها نمره گذاری به صورت معکوس است. دامنه نمرات پرسشنامه بین ۱۰ (حداقل نمره) تا ۵۰ (حداکثر نمره) می‌باشد و نمرات بالاتر، نشان دهنده گذشت بیشتر در آزمودنی است. نمره کمتر از ۳۰ به عنوان نمره برش در پرسشنامه در نظر گرفته شده است (رئسی و همکاران، ۱۴۰۰). سازندگان ابزار در چهار پژوهش متوالی برای زوجین، پایایی پرسشنامه را با استفاده از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) در پژوهش‌های چهارگانه به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۷۸، ۰/۷۹ و ۰/۷۴ و روایی آن را ۰/۸۱ گزارش کرده‌اند (بری و همکاران، ۲۰۰۵). در پژوهش خجسته مهر و همکاران (۱۳۹۰) برای بررسی اعتبار سازه این مقیاس از مقیاس گذشت خانواده استفاده شده که ضریب اعتبار سازه آن ۰/۶۳ بدست آمد و ضریب پایایی این مقیاس از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) ۰/۸۰ گزارش شده است. در پژوهش حاضر جهت بررسی پایایی این مقیاس از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) استفاده شد و ضریب پایایی ۰/۸۳ بدست آمد.

پرسشنامه گفتگوی مؤثر^۲: در این مطالعه به منظور سنجش گفتگوی مؤثر زناشویی از پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی که توسط کوئین دام (۲۰۰۴) ساخته شده، استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۴ سئوال و ۵ زیرمقیاس مهارت گوش دادن (۶ سئوال)، توانایی دریافت و ارسال پیام (۹ سئوال)، بینش نسبت به فرآیند ارتباط (۵ سئوال)، کنترل عاطفی (۹ سئوال) و ارتباط توأم با قاطعیت (۵ سئوال) است که آزمودنی براساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای به سئوال‌ات پاسخ می‌دهد. بدین صورت که به گزینه هرگز = ۱

². effective dialogue scale

¹. Trait Forgivingness Scale

جدول ۱. خلاصه جلسات زوج درمانی هیجان مدار جانسون (۲۰۱۰)

عنوان جلسه	هدف	محتوا	تکلیف
جلسه اول	آشنایی و برقراری رابطه‌ی درمانی	آشنایی با قوانین کلی درمان؛ بررسی انگیزه شرکت؛ ارائه تعریف هیجان و کاربرد آن؛ ارزیابی ماهیت مشکل و رابطه	ارزیابی اهداف و انتظارات همسران از درمان
جلسه دوم	تشخیص چرخه‌ی تعاملی منفی	شناسایی مشکلات اصلی و اهداف درمان، آشنایی کودکان با هدف هیجان‌ها و شروع شکل‌گیری آگاهی هیجانی	ایجاد شرایطی که همسران؛ چرخه‌ی تعاملی منفی خود را آشکار کنند؛ ارزیابی رابطه و پیوند
جلسه سوم	دستیابی به احساسات شناسایی نشده	تمرکز بیشتر بر هیجان‌ها؛ نیازها و ترسهای دل‌بستگی؛ ایجاد فضای امن ارتباطی زوجین؛ تسهیل تعامل همسران با یکدیگر و اعتبار بخشی به تجارب و نیازها و تمایلات دل‌بستگی آنها تمرکز بر هیجان‌ها ثانوی که در چرخه‌ی تعاملی آشکار می‌شوند و کاوشگری در آنها برای دستیابی به هیجان‌ها زیربنایی و ناشناخته؛ بحث در مورد هیجان‌ها اولیه؛ پردازش آنها و بالا بردن آگاهی زوج‌ها از هیجان‌ها اولیه و شناخت‌های داغ	آشکار کردن چرخه تعاملی منفی در رابطه با همسر
جلسه چهارم	توصیف چرخه در بافت و زمینه دل‌بستگی	از نو قاب‌گیری مشکل بر حسب نیازهای دل‌بستگی؛ تأکید بر توانایی مراجع در بیان هیجان‌ها و نشان دادن رفتارهای دل‌بستگی به همسر؛ آگاهی دادن به زوج‌ها در مورد تأثیر ترس و مکانیزم‌های دفاعی خود بر فرآیندهای شناختی و هیجانی؛ هماهنگی بین تشخیص درمانگر و زوج؛	جدول روزانه هیجان و فعالیت‌های من
جلسه پنجم	شناسایی نیازهای طرد شده	ترغیب به شناسایی نیازهای طرد شده و جنبه‌هایی از خود که انکار شده‌اند؛ جلب توجه زوجین به شیوه‌ی تعامل با یکدیگر و انعکاس الگوهای تعاملی آنها با احترام و همدلی؛ بیان نیازهای دل‌بستگی و شناسایی نیازهای انکار شده و افزایش پذیرش تجربه‌ی تصحیحی	پیدا کردن سرخ‌های دل‌بستگی نایمن
جلسه ششم	شناسایی هیجان‌های زیربنایی	آگاه کردن افراد از هیجان‌ها زیربنایی و آشکار سازی جایگاه هر همسر در رابطه؛ تأکید بر پذیرش تجربیات همسر و راه‌های جدید تعامل؛ ردگیری هیجان‌ها شناخته شده؛ برجسته سازی و شرح مجدد نیازهای دل‌بستگی و اشاره به سالم و طبیعی بودن آنها	ردیابی نیازهای طرد شده
جلسه هفتم	تسهیل در بیان نیاز	تسهیل بیان نیازها و خواسته‌ها و ایجاد درگیری هیجانی؛ توسعه تجارب هیجانی اولیه در زمینه دل‌بستگی و شناخت نیازها و تعلقات درونی؛ ایجاد دل‌بستگی‌های جدید با پیوندی ایمن بین همسران	بیان نیاز در خانه با کمک دیگران
جلسه هشتم	شناسایی الگوهای تعاملی	ایجاد موقعیت‌های تعاملی جدید بین زوجین و پایان دادن به الگوهای تعاملی کهنه؛ شفاف سازی الگوهای تعاملی؛ یادآوری نیازهای دل‌بستگی	تمرین الگوهای تعاملی در خانه
جلسه نهم	تمرین تغییرات صورت گرفته طی جلسات درمانی	تقویت تغییراتی که طی درمان صورت گرفته است؛ برجسته کردن تفاوت‌هایی که بین تعاملات فعلی و تعاملات قدیمی ایجاد شده است؛ شکل‌گیری رابطه بر اساس یک پیوند ایمن به گونه‌ای که بحث درباره مشکلات و جستجوی راه حل‌ها آسیمی به آنها وارد نسازد	مرور تغییرات صورت گرفته
جلسه دهم	جمع بندی	بحث در مورد نقطه نظرات مثبت و منفی در مورد طرح آزمایشی و ارزیابی تغییرات	اجرای پس‌آزمون

یافته‌ها

دارای شغل آزاد، ۳ نفر (۷/۵) بی‌کار، ۹ نفر (۳۲/۵) درصد کارمند و ۷ نفر (۲۷/۵) درصد نیز خانه‌دار بوده‌اند. میانگین سن آزمودنی‌ها ۳۴/۵۶ سال و مدت ازدواج ۳ سال دارای بیشترین فراوانی بود. در جدول ۲ میانگین و انحراف معیار گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در گروه آزمایش و گواه در موقعیت‌های پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری آمده است. همان طور که نتایج جدول نشان می‌دهد نمره گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در گروه آزمایش در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون کاهش یافته است.

در این پژوهش ۳۰ نفر از زنان و مردان متأهل مراجعه کننده به مراکز مشاوره شرکت داشتند که ۱۳ نفر از آزمودنی‌ها (۵۷/۵) درصد مرد و ۱۷ نفر (۴۲/۵) درصد نیز زن بوده‌اند. ۱ نفر از آزمودنی‌ها (۵) درصد تحصیلات ابتدایی، ۲ نفر (۷/۵) درصد سیکل، ۷ نفر (۱۷/۵) دیپلم، ۲ نفر (۲۰) درصد فوق دیپلم، ۱۵ نفر (۴۲/۵) درصد لیسانس و ۳ نفر (۷/۵) درصد نیز تحصیلات فوق لیسانس داشته‌اند. ۱۱ نفر از آزمودنی‌ها (۳۲/۵) درصد

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در سه موقعیت پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در گروه آزمایش و گواه

متغیر	گروه آزمایش				گروه گواه			
	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
پیش‌آزمون توانایی دریافت و ارسال پیام	۲۶/۴۶	۲/۸۷	۰/۱۱۹	۰/۰۶۴	۲۵/۳۳	۲/۹۶	۰/۳۵۶	۰/۷۶۰
پس‌آزمون توانایی دریافت و ارسال پیام	۳۲/۹۳	۲/۳۷	۱/۴۱	۰/۹۴۳	۲۵/۴۶	۳/۰۲	۰/۲۰۳	۰/۷۹۱
پیگیری توانایی دریافت و ارسال پیام	۳۱/۹۲	۲/۶۷	۰/۲۱۱	۰/۷۳۷	۲۵/۶۰	۲/۸۲	۰/۷۸۲	۰/۶۷۰
پیش‌آزمون کنترل عاطفی	۲۳/۶۶	۱/۹۸	۰/۹۸۵	۰/۵۳۶	۲۲/۰۰	۲/۸۲	۰/۴۰۴	۰/۶۵۶
پس‌آزمون کنترل عاطفی	۳۳/۱۳	۲/۸۹	۰/۳۴۱	۰/۳۷۵	۲۱/۰۰	۳/۰۲	۰/۴۱۴	۰/۲۱۵
پیگیری کنترل عاطفی	۳۳/۴۰	۲/۰۶	۱/۵۸	۰/۰۵۲	۲۲/۱۵	۲/۴۴	۰/۱۱۴	۰/۵۷۲
پیش‌آزمون مهارت گوش دادن	۱۴/۳۳	۱/۷۵	۲/۷۴	۱/۵۰	۱۳/۵۳	۲/۸۹	۱/۱۶	۰/۶۶۰
پس‌آزمون مهارت گوش دادن	۲۲/۰۰	۲/۴۴	۰/۲۶۰	۰/۶۳۹	۱۳/۸۶	۲/۵۸	۰/۳۵۹	۰/۷۴۰
پیگیری مهارت گوش دادن	۲۲/۵۳	۲/۳۸	۰/۵۷۳	۰/۶۸۰	۲۲/۵۳	۲/۳۸	۰/۵۷۳	۰/۶۸۰
پیش‌آزمون بینش نسبت به فرایند ارتباط	۱۴/۶۰	۲/۴۱	۰/۸۸۲	۰/۳۶۸	۱۳/۸۶	۱/۱۸	۸/۹۰	۲/۶۶
پس‌آزمون بینش نسبت به فرایند ارتباط	۱۶/۸۶	۲/۱۶	۰/۹۱۴	۰/۵۸۱	۱۲/۴۰	۱/۰۵	۰/۷۳۸	۰/۵۳۸
پیگیری بینش نسبت به فرایند ارتباط	۱۶/۶۶	۲/۰۹	۰/۸۹۳	۰/۴۰۵	۱۲/۶۶	۱/۳۰	۰/۹۸۶	۰/۴۱۴
پیش‌آزمون ارتباط توأم با قاطعیت	۱۴/۸۰	۱/۵۶	۰/۶۶۵	۰/۶۴۷	۱۳/۹۳	۲/۸۹	۰/۶۵۸	۰/۹۶۸
پس‌آزمون ارتباط توأم با قاطعیت	۱۷/۹۳	۰/۷۰۳	۰/۶۶۹	۰/۰۹۲	۱۳/۸۰	۲/۷۰	۰/۲۹۸	۰/۶۰۶
پیگیری ارتباط توأم با قاطعیت	۱۸/۳۳	۰/۹۷۵	۱/۲۹	۰/۷۸۸	۱۳/۳۲	۰/۹۷۵	۱/۱۴	۰/۵۴۸
پیش‌آزمون گفتگوی مؤثر	۹۳/۸۶	۶/۴۶	۰/۴۲۶	۰/۷۶۸	۹۲/۵۳	۷/۳۷	۰/۷۶۷	۰/۴۸۴
پس‌آزمون گفتگوی مؤثر	۱۲۲/۸۶	۶/۲۶	۱/۷۸	۱/۱۷	۹۳/۶۶	۷/۵۸	۱/۳۰	۰/۲۵۶
پیگیری گفتگوی مؤثر	۱۲۱/۸۶	۵/۳۴	۰/۴۶۵	۰/۸۴۱	۹۱/۱۳	۵/۹۰	۰/۴۷۲	۰/۵۴۰
پیش‌آزمون گذشت زناشویی	۲۵/۴۶	۳/۲۰	۰/۴۵۱	۰/۰۳۶	۲۴/۲۰	۳/۳۲	۱/۸۷	۱/۰۱
پس‌آزمون گذشت زناشویی	۳۹/۴۶	۱/۱۸	۱/۴۹	۰/۰۹۱	۲۳/۸۰	۲/۲۹	۲/۱۷	۱/۲۴
پیگیری گذشت زناشویی	۴۰/۰۰	۱/۵۵	۲/۰۷	۱/۱۷	۲۳/۷۳	۲/۹۱	۲/۷۲	۰/۹۵۴

آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر دارای پیش‌فرض‌هایی است لذا پیش از انجام تحلیل، مفروضات آزمون بررسی شد. برای بررسی پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد که عدم معناداری این آزمون برای متغیرهای گفتگوی مؤثر ($Z = ۰/۳۲۲$) و گذشت زناشویی ($Z = ۰/۵۲۱$) حاکی از رعایت این پیش-فرض داشت ($P < ۰/۰۵$). جهت بررسی همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد، که نمره F متغیرهای گفتگوی مؤثر ($۰/۴۶۷$) و گذشت زناشویی ($۰/۳۹۹$) بدست آمده که عدم معناداری ($P < ۰/۰۵$) آن نشان از برقراری این پیش فرض داشت. همچنین، همگن بودن ماتریس‌های واریانس-کوواریانس از مفروضات آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر است که اگر سطح معنی‌داری بزرگ‌تر از $۰/۰۰۱$ باشد، از این مفروضه تخطی نشده است. مطابق نتایج بدست آمده، سطح معنی‌داری در آزمون Box's M و مقدار F معنی‌دار نشده است ($p < ۰/۰۰۱$). سطح معنی‌داری بدست آمده برای متغیرهای گفتگوی مؤثر $۰/۴۲۸$ و گذشت زناشویی

$۰/۳۹۱$ بدست آمد که تمامی سطح معنی‌داری بیشتر از $۰/۰۰۱$ است و نشان از این می‌دهد که پیش‌فرض مربوط تایید می‌شود و می‌توان گفت که ماتریس‌های واریانس کوواریانس بدست آمده همگن هستند. بررسی داده‌های پرت با استفاده از نمودار جعبه‌ای صورت گرفت که داده پرتی بین داده‌ها وجود نداشت. جهت بررسی پیش فرض خطی بودن از روش نمودار پراکندگی استفاده شد. نتایج نشان داد بین متغیر گذشت زناشویی و گفتگوی مؤثر در پیش‌آزمون و پس‌آزمون رابطه خطی وجود دارد. همچنین مفروضه کرویت از طریق آزمون موچلی بررسی و برای گذشت زناشویی، نتایج آزمون موچلی ($P = ۰/۲۱۲$; $x^2_{(2)} = ۴/۳۲$)، برابر با $۰/۷۱۴$ و برای گفتگوی مؤثر ($P < ۰/۰۰۱$; $x^2_{(2)} = ۱۴/۲۲$) برابر با $۰/۵۱۴$ بدست آمد که نتایج حاکی از عدم برقراری این مفروضه برای متغیر گفتگوی مؤثر بود و لذا بجای مقدار گرین هاوس گیسر، نتیجه آزمون هوین فلت گزارش خواهد شد. اثرات درون گروهی یافته‌های پژوهش در جدول زیر نشان داده شده است.

جدول ۳. یافته‌های مربوط به آزمون اثرات درون گروهی چندمتغیره گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی

اثرات درون گروهی	اثرات	مقدار	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	P	مجذور اتا
زمان	اثر پیلاپی	۰/۹۹۸	۲۲۵۹/۹۷	۵	۲۴	۰/۰۰۱	۰/۹۹۸
	لامبدای ویلکز	۰/۰۰۲	۲۲۵۹/۹۷	۵	۲۴	۰/۰۰۱	۰/۹۹۸
	اثر هتلینگ	۴۷۰/۸۲	۲۲۵۹/۹۷	۵	۲۴	۰/۰۰۱	۰/۹۹۸
	بزرگترین ریشه روی	۴۷۰/۸۲	۲۲۵۹/۹۷	۵	۲۴	۰/۰۰۱	۰/۹۹۸
زمان × گروه	اثر پیلاپی	۰/۹۲۵	۵۹/۰۵	۵	۲۴	۰/۰۰۱	۰/۹۲۵
	لامبدای ویلکز	۰/۰۷۵	۵۹/۰۵	۵	۲۴	۰/۰۰۱	۰/۹۲۵
	اثر هتلینگ	۱۲/۲۹	۵۹/۰۵	۵	۲۴	۰/۰۰۱	۰/۹۲۵
	بزرگترین ریشه روی	۱۲/۲۹	۵۹/۰۵	۵	۲۴	۰/۰۰۱	۰/۹۲۵

با توجه به نتایج جدول ۳، آماره لامبدای ویلکز نشان می‌دهد که اثر اصلی زمان در حالت چندمتغیره معنادار است بدین معنا که حداقل بین میانگین نمره یکی از متغیرها در پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری اختلاف معنی داری وجود دارد.

جدول ۴. اثر درون و بین آزمودنی تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی

متغیر	اثرات	مجموع مجذورات	مجموع مجذورات خطا	F	P	مجذور اتا
گفتگوی مؤثر	اثر زمان	۷۵۷۳/۴۸۹	۳۷۸۶/۷۴۴	۱۷۴/۶۲	۰/۰۰۱	۰/۸۶۲
	اثر گروه	۹۰۸۰/۱۷۸	۹۰۸۰/۱۷۸	۸۳/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۷۴۹
	اثر تعاملی گروه × زمان	۳۴۶۷/۴۸۹	۱۷۳۳/۷۴۴	۷۹/۹۵	۰/۰۰۱	۰/۷۴۱
گذشت زناشویی	اثر زمان	۹۵۷/۶۲	۴۷۸/۸۱	۱۶۶/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۸۵۶
	اثر گروه	۳۲۷۶/۱۰	۳۲۷۶/۱۰	۱۱۸/۸۲	۰/۰۰۱	۰/۸۰۹
	اثر تعاملی گروه × زمان	۱۰۸۱/۸۰	۵۴۰/۹۰	۱۸۷/۸۵	۰/۰۰۱	۰/۸۷۰

نتایج مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهند که تحلیل واریانس‌های آمیخته با سنجش‌های تکراری در متغیر گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی معنادار می‌باشند. بنابراین می‌توان بیان کرد که بین میانگین نمرات گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در دو گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معنی‌داری وجود دارد. جهت مقایسه زمان‌های اندازه‌گیری از آزمون بونفرونی استفاده شد که نتایج در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵. نتایج آزمون بونفرونی برای مقایسه نمرات پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری متغیر گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در گروه آزمایش

متغیر	موقعیت	تفاوت میانگین‌ها	SD	P
گفتگوی مؤثر	پیش آزمون	پس آزمون	۱/۰۵	$P \leq 0/001$
	پیش آزمون	پیگیری	۱/۳۸	$P \leq 0/001$
	پیش آزمون	پیگیری	۱/۱۴	$P \leq 0/001$
	پس آزمون	پیش آزمون	۱/۳۸	$P \leq 0/001$
گذشت زناشویی	پس آزمون	پس آزمون	۰/۴۹۲	$P \leq 0/001$
	پیش آزمون	پیگیری	۰/۵۴۳	$P \leq 0/001$
	پیش آزمون	پیگیری	۰/۱۹۷	۰/۷۴۰
	پس آزمون	پیش آزمون	۰/۴۹۲	$P \leq 0/001$

براساس داده‌های جدول ۵، نتایج نشان داد که بین نمرات درون گروهی پیش آزمون و پس آزمون (اثر مداخله) تفاوت وجود دارد. بین پس آزمون و پیگیری (اثر زمان) در نمرات متغیر گذشت زناشویی تفاوت وجود ندارد. به عبارت دیگر مداخله در گروه آزمایش در پس آزمون و پیگیری در طی

زمان تأثیر ثابتی را داشته است، اما در متغیر گفتگوی مؤثر بین پس‌آزمون و پیگیری (اثر زمان) تفاوت معناداری وجود دارد، به عبارت دیگر مداخله در گروه آزمایش در پس‌آزمون و پیگیری در طی زمان تأثیر ثابتی را نداشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر افزایش گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره بود. نتایج پژوهش نشان داد مداخله‌ی صورت گرفته به طور معنی‌داری باعث بهبود گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی شد. همچنین، این درمان با افزایش گفتگوی مؤثر و گذشت زناشویی در پس‌آزمون و پیگیری همراه بود. این یافته با نتایج پژوهش نجیب زادگان و همکاران (۲۰۲۴)، ویر و همکاران (۲۰۲۲)، ایمانی راد و همکاران (۱۴۰۰) و تیموری و همکاران (۲۰۲۰) همسو می‌باشد. با توجه به اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار در متغیرهای تحقیق، می‌توان گفت که این نوع درمان یک روش درمانی است که تأکید اصلی آن بر مشارکت احساسات در الگوهای دائمی ناسازگاری در زوج‌های ناسازگار است. هدف از این درمان آشکار کردن احساسات آسیب‌پذیر در هر زوج و تسهیل توانایی آنها برای ایجاد این احساسات به روش‌های ایمن است (رایتر و چنایل، ۲۰۱۷). اعتقاد بر این است که پردازش این احساسات در یک زمینه امن، الگوهای تعامل سالم‌تر و جدیدتری را ایجاد می‌کند که سطح آشفتگی را آرام می‌کند، در نتیجه عشق، صمیمیت و ارتباطات رضایت‌بخش‌تر را افزایش می‌دهد. یکی از دغدغه‌های اساسی که زوجین شرکت‌کننده در این مطالعه گزارش کردند، علائم ناسازگاری زناشویی، اختلال در سبک‌های ارتباطی مناسب و عدم گذشت بود.

گلמן (۲۰۱۳) معتقد است که در طول جلسات زوج درمانی هیجان‌مدار، به افراد کمک می‌شود تا نیازهای روانی خود را برآورده کنند و عملکردهای زناشویی یکدیگر مانند امنیت، مشارکت، راحتی و صمیمیت جنسی را بهبود بخشند. با افزایش تجربیات مثبت زوجین با یکدیگر، احساسات مثبت نیز به رابطه آنها باز خواهد گشت. آنها همچنین امید خود را برای تعاملات مثبت در آینده افزایش خواهند داد و خاطرات مثبت گذشته را کارآمدتر به یاد می‌آورند.

بر اساس این رویکرد، وقتی مردم احساس می‌کنند که همسرشان در دسترس نیست و انتقادی است، اغلب از استراتژی‌های ناسازگار تنظیم احساسات استفاده می‌کنند که ناخواسته اختلال رابطه را تداوم می‌دهد یا پیوند بین آنها را تضعیف می‌کند (ویبی، ۲۰۱۶). در مرحله دوم (بازسازی)، زوج‌ها سعی می‌کنند ترس‌ها و خواسته‌های دل‌بستگی خود را کشف و به اشتراک بگذارند و به تدریج راه‌هایی برای بیان این ترس‌ها و امیدها به روشی واضح پیدا کنند. بیان احساسات منجر به نزدیکی، دسترسی عاطفی و پاسخگویی می‌شود که پیوند امن‌تری را تسهیل می‌کند. سپس این زوج وارد مرحله سوم می‌شوند که برای تقویت مزایای درمان است. تغییرات در درمان متمرکز بر احساسات زمانی رخ می‌دهد که درمانگران به همسران کمک می‌کنند تا رابطه مخرب را تغییر دهند (ویبی، ۲۰۱۶). وقتی چرخه منفی مختل می‌شود و پاسخ‌ها شروع به تغییر می‌کنند، یک دوره مثبت‌تر رخ می‌دهد که به زوج کمک می‌کند تا به سمت یک پیوند امن‌تر حرکت کنند. هدف از درمان هیجان‌مدار این است که همسران به واکنش‌های عاطفی که در الگوی تعامل منفی آنها قرار دارد دسترسی پیدا کنند، بیان کنند (خود افشاگری کنند) و آنها را دوباره پردازش کنند. سپس همسران می‌توانند نشانه‌های عاطفی جدیدی را ارسال کنند که به مدل‌های تعاملی سازنده اجازه می‌دهد تا به سمت دسترسی و پاسخگویی بیشتر حرکت کنند، که منجر به پیوند امن‌تر و رضایت‌بخش‌تر می‌شود (جانسون، ۲۰۱۰). در این رویکرد درمانی، درمانگران بر افزایش آگاهی در مورد محتوای ذهنی انکار شده/تحریف شده توسط مراجع و ایجاد معنای جدید تحت تأثیر تجربه فیزیکی مراجع تمرکز می‌کنند. نزدیک شدن به تجربیات ناخوشایند ذهنی و عاطفی اغلب برای مراجعین دشوار و طاقت‌فرسا است. در چنین مواردی، مأموریت درمانگران آموزش مراجع در مورد مهارت‌های تنظیم احساسات و ایجاد یک رابطه کارآمد است. توسعه دهندگان این رویکرد معتقدند که، بیش از یک برنامه آموزشی یا پروتکل خاص، تنظیم احساسات یک فرآیند است. صمیمیت فکری بعد صمیمیت است که زوج‌ها از طریق آن باورها و افکار خود را به اشتراک می‌گذارند (هولند و همکاران، ۲۰۱۶). برای رسیدن به صمیمیت واقعی، زوجین باید به دیدگاه‌های یکدیگر احترام بگذارند، به ویژه دیدگاه‌های متفاوت یا مخالف. ایجاد یک وحدت مشارکتی امن، گسترش و دسترسی به پاسخ‌های عاطفی، هدایت تعاملات زوج‌ها و بازسازی این تعاملات برای دسترسی و

برقرار کنند. در نتیجه، آنها قادر خواهند بود نیازهای اساسی خود و همسران خود را برای دستیابی به درک مشترک از نیازهای خود شناسایی و ارتباط نزدیک برقرار کنند، که در نهایت صمیمیت رابطه را افزایش می دهد و هماهنگی زناشویی را در چرخه تعامل آنها بهبود می بخشد.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول در رشته روانشناسی دانشگاه آزاد واحد سنج با کد اخلاق IR.IAU.SDJ.REC.1403.004 است. پژوهش حاضر با رعایت اصول اخلاقی از جمله کسب رضایت نامه کتبی به منظور شرکت در پژوهش؛ احترام به اصل رازداری در پژوهش به طوری که جهت محرمانه بودن اسامی و اطلاعاتی که موجب شناسایی هویت شرکت کنندگان می گردید، حذف شد؛ ارائه اطلاعات کافی در مورد چگونگی پژوهش به تمام شرکت کنندگان و آزاد بودن آنها برای خروج از روند پژوهش انجام شد.

حامی مالی: این پژوهش در قالب رساله دکتری و بدون حمایت مالی می باشد.

نقش هر یک از نویسندگان: این مقاله از رساله دکتری نویسنده اول و به راهنمایی نویسنده دوم و مشاوره نویسنده سوم استخراج شده است.

تضاد منافع: نویسندگان همچنین اعلام می دارند که در نتایج این پژوهش هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی: پژوهشگران از زوجین که در روند اجرای این پژوهش همکاری نمودند کمال قدردانی و تشکر را دارند.

پاسخگویی سه وظیفه اصلی زوج درمانی هیجان مدار است (وان لانکولد و همکاران، ۲۰۱۸). هدف این رویکرد درک این است که چگونه زوج ها می توانند از واکنش یک حالت عاطفی به حوادث رابطه ای که منجر به الگوهای تعامل منفی می شود، دست بردارند. این الگوهای منفی با بیان احساسات ثانویه (معمولاً خشم) شکل می گیرند. پیوند عاطفی آسیب دیده می تواند با تغییر چرخه تعامل منفی که بر رابطه زناشویی تسلط دارد، بهبود یابد و راه حل آن در بیان احساسات اساسی اولیه در مورد وابستگی و هویت است (سلیمانی و همکاران، ۲۰۱۵). به همین ترتیب، هدف اصلی درمانی ایجاد الگوی جدیدی در رابطه خواهد بود. زوج درمانی هیجان مدار با تمرکز عاطفی بر اساس یک سیستم شاخص اصلی است که تعاملات کلیدی در خانواده و سیستم زناشویی را تشکیل می دهد. هدف از درمان های خانوادگی سیستمیک متوقف کردن چرخه های تعامل منفی و تکراری مانند رفتارهای مشکل ساز یا علائم آنها است. با تاکید بر همدلی، خود افشاگری، درک عمیق از نیازهای خود و همسر، پذیرش، بیان افکار و احساسات و ایجاد فضای عاطفی به عنوان عناصر ضروری یک رابطه صمیمی، این درمان نقش محوری در افزایش هماهنگی زناشویی بین همسران دارد (جعفری نژاد و همکاران، ۲۰۱۲). استراتژی های درمانی این مدل به زوجین کمک می کند تا در فضایی امن تر از احساسات سطحی خود فاصله بگیرند و با احساسات عمیق و اولیه خود و همسرشان ارتباط

References

منابع

ایمانی راد، اعظم؛ گل محمدیان، محسن؛ مرادی، امید و گودرزی، محمود (۱۴۰۰). اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر بخشودگی و باورهای ارتباطی زوجین درگیر در پیمان شکنی زناشویی. *مجله علوم روانشناختی*، ۶۵۳-۶۶۵، (۱۰۰)۲۰.

<http://psychologicalscience.ir/article-1-966-fa.html>

جعفری نژاد، لیلا؛ خجسته مهر، رضا و رجبی، غلامرضا (۱۳۹۱). اثر ایدئولوژی برابری جنسیتی بر هماهنگی و ناهماهنگی زناشویی با میانجی‌گری ادراک انصاف (عدالت). *دستاوردهای روانشناختی*، دوره ۱۹، شماره (۲)۲، ۱۷۶-۱۵۹.

https://psychac.scu.ac.ir/article_11750.html?lang=fa

خجسته مهر، رضا؛ کرای، امین؛ عباس پور، ذبیح اله؛ کوچکی، رحیم (۱۳۹۰). نقش دلبستگی اضطرابی و اجتنابی و اسناد بر گذشت همسران: آزمودن بیک مدل میانجی. *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*، ۱(۲)، ۷-۵۱.

https://jac.scu.ac.ir/article_10248.html

عطارها، مهتاب؛ شمسی، محسن و اکبری ترکستانی، نعیمه (۱۳۹۱). مهارت‌های ارتباطی اعضای هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی اراک در فرایند آموزش. *مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی*، ۱۲(۹)، ۶۷۶-۶۸۵.

<https://ijme.mui.ac.ir/article-1-1947-en.html>

عرفان منش، شراره؛ حیدری، پویا؛ شمسایی، راحیل؛ بای، صادق و افشاری، ناهید (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی زوج درمانگری مبتنی بر پذیرش و تعهد و زوج درمانگری متمرکز بر هیجان بر تنیدگی و احساس پیوستگی و بهبود سازش یافتگی در همسران شهر تهران. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۸(۷۵)، ۳۸۲-۳۷۳.

<http://psychologicalscience.ir/article-1-290-fa.html>

رئسی، مسعود؛ شهبازی، مسعود؛ کرای، امین (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی گذشت مبتنی بر مذهب و درمان بافت نگر انصاف محور بر بهبود خشم و گذشت زنان خیانت دیده شهرستان اهواز. *خانواده درمانی کاربردی*، ۳(۱)، ۳۵۶-۳۳۹.

https://www.aftj.ir/article_159292.html

شیدان فر، نازنین؛ نوایی نژاد، شکوه و فرزاد، ولی اله (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار و ایماگو تپری بر سازگاری فردی زوجین (در سال‌های اولیه ازدواج). *مجله علوم روانشناختی*، ۱۹(۸۹)، ۶۰۶-۵۹۳.

<http://psychologicalscience.ir/article-1-479-fa.html>

Abiodun, K., Ogunwuyi, B., Olaiya, S., & Araromi, C. (2022). Emotional Intelligence and Marital Satisfaction of Christian Couples in CAC, Nigeria. *Applied Journal of Economics, Management and Social Sciences*, 93(3), 10-6. <https://doi.org/10.53790/ajmss.v3i3.59>

Arif, M., & Sari, W. (2023). Deconstruction of the Agreement in Islamic Marriage Law. *Al Ahkam*, 19(1), 8-20. DOI:10.37035/ajh.v19i1.7960

Attarha, M., Shamsi, M., & Torkestani, N. A. (2012). Faculty Members' Communication Skills in Educational Process in Arak University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*, 12(9). (Persian). <https://ijme.mui.ac.ir/article-1-1947-en.html>

Bagarozzi DA. (2001). *Enhancing Intimacy in Marriage A Clinician's Guide*. New York: Routledge. <https://www.amazon.com/Enhancing-Intimacy-Marriage-Clinicians-Guide/dp/1583910603>

Berry, J. W., Worthington Jr, E. L., O'Connor, L. E., Parrott III, L., & Wade, N. G. (2005). Forgiveness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of personality*, 73(1), 183-226. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2004.00308.x

Cao, Y., Bi, W., Fang, M., Shi, S., & Tao, D. (2022). A model-agnostic data manipulation method for persona-based dialogue generation. *arXiv preprint arXiv:2204.09867*. <https://doi.org/10.48550/arXiv.2204.09867>

Çelik, E., Çelik, B., Yavas, Ş., & Süler, M. (2022). Investigation of marital satisfaction in terms of proactive personality, meaning in life, offense-specific forgiveness. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 9(1), 1-11. DOI: 10.52380/ijpes.2022.9.1.348

Durğut, S., & Kısa, S. (2018). Predictors of marital adjustment among child brides. *Archives of psychiatric nursing*, 32(5), 670-676. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2018.03.006>

Erfanmanesh S, Heydari P, Shamsaee R, Bay S, Afshari N. (2019). Compare the effectiveness of couple therapy based on admission and commitment and excitement therapy couple on stress and cohesion and improvement of adjustment in Tehran. *Journal of Psychological Science*. 18(75), 373-382. (Persian). <http://psychologicalscience.ir/article-1-290-fa.html>

Ganz, M. B., Rasmussen, H. F., McDougall, T. V., Corner, G. W., Black, T. T., & De Los Santos, H. F. (2022). Emotionally focused couple therapy within VA

- healthcare: Reductions in relationship distress, PTSD, and depressive symptoms as a function of attachment-based couple treatment. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 11(1), 15. <https://doi.org/10.1037/cfp0000210>
- Goldman RN, Greenberg L. (2013). Working with identity and self-soothing in emotion-focused therapy for couples. *Family Process*, 52(1):62-82. DOI:10.1111/famp.12021
- Gottman, J. M. (1993). A theory of marital dissolution and stability. *Journal of family psychology*, 7(1), 57. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.7.1.57>
- Greenman, P. S., & Johnson, S. M. (2022). Emotionally focused therapy: Attachment, connection, and health. *Current Opinion in Psychology*, 43, 146-150. DOI: 10.1016/j.copsyc.2021.06.015
- Holland KJ, Lee JW, Marshak HH, Martin LR. (2016). Spiritual Intimacy, Marital Intimacy, and Physical/Psychological Well-Being: Spiritual Meaning as a Mediator. *Psycholog Relig Spiritual*. 8(3):218– 27. <https://doi.org/10.1037/rel0000062>
- Iamni rad A, Golmohmmadian M, Moradi O, Godarzi M. (2021). The effectiveness of emotion-oriented couple therapy on forgiveness and communication beliefs of couples involved in marital infidelity. *Journal of Psychological Science*. 20(100), 653-665. (Persian) <http://psychologicalscience.ir/article-1-966-fa.html>
- Jafarinegad L, Khojasteh-Mehr R, Rajabi G. (2012). The Effect of Egalitarian Gender Ideology on Marital Harmony and Marital Discord by Mediating Perceptions of Equity (Fairness). *J Psychol Achiev*. 19(2):159–76 (Persian). https://psychac.scu.ac.ir/article_11750.html?lang=fa
- Jejeebhoy, S. J., & Raushan, M. R. (2022). Marriage without meaningful consent and compromised agency in married life: Evidence from married girls in Jharkhand, India. *Journal of Adolescent Health*, 70(3), S78-S85. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2021.07.005
- Johnson, S. M. (2010). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203843871>
- Khojasteh Mehr, R., Koraei, A., Abbaspour, Z., & Koochaki, R. (2012). The role of anxiety and avoidance attachment and attribution in marital forgiveness: Testing a mediation model. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 1(2), 51-72. (Persian). https://jac.scu.ac.ir/article_10248.html
- Khonina, S. N., Kazanskiy, N. L., Butt, M. A., & Karpeev, S. V. (2022). Optical multiplexing techniques and their marriage for on-chip and optical fiber communication: a review. *Opto-Electronic Advances*, 5(8), 210127-1. DOI: 10.29026/oea.2022.210127
- Kirca, N., & Bademli, K. (2019). Relationship between communication skills and care behaviors of nurses. *Perspectives in psychiatric care*, 55(4), 624-631. DOI: 10.1111/ppc.12381
- Najibzadegan, A., Bahrainian, S. A., & Shahabizadeh, F. (2024). Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Intimacy, Marital Forgiveness, and Marital Burnout in Women Affected by Extramarital Affairs. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies (JAYPS)*, 5(7), 23-32. DOI: 10.61838/kman.jayps.5.7.3
- Olson, D. H., Waldvogel, L., & Schlieff, M. (2019). Circumplex model of marital and family systems: An update. *Journal of Family Theory & Review*, 11(2), 199-211. DOI: 10.1111/jftr.12331
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and social psychology Bulletin*, 31(3), 368-378. DOI:10.1177/0146167204271597
- Pilling, S., Clarke, K., Parker, G., James, K., Landau, S., Weaver, T., ... & Craig, T. (2022). Open Dialogue compared to treatment as usual for adults experiencing a mental health crisis: Protocol for the ODDESSI multi-site cluster randomised controlled trial. *Contemporary clinical trials*, 113, 106664. DOI: 10.1016/j.cct.2021.106664.
- Pietromonaco, P. R., Overall, N. C., & Powers, S. I. (2022). Depressive symptoms, external stress, and marital adjustment: The buffering effect of partner's responsive behavior. *Social psychological and personality science*, 13(1), 220-232. DOI: 10.1177/19485506211001687
- Queendom (2004). Interpersonal and Communication Skills Test- Revised [Intenet]. [cited 2012 jun 4th]. Available from: <http://www.Queendom.com/cgi-bin/tests/transfercgi>
- Raeisi, M., Shahbazi, M., & Koraei, A. (2022). Comparing effectiveness of the religion-based forgiveness training and the fairness-based contextual therapy on improvement of anger and forgiveness of cheated women in Ahvaz. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*, 3(3), 339-356 (Persian). https://www.aftj.ir/article_159292.html
- Reiter MD, Chenail RJ. (2017). *Constructivist, Critical, and Integrative Approaches to Couples Counseling*. Abingdon: Taylor & Francis. <https://www.routledge.com/Constructivist-Critical>

- [And-Integrative-Approaches-To-Couples-Counseling/Reiter-Chenail/p/book/9781138233980](https://doi.org/10.1037/cfp0000223) practice, 11(3), 263-271.
- Soleimani AA, Najafi M, Ahmadi K, Javidi N, Kamkar EH, Mahboubi M. (2015). The effectiveness of emotionally focused couple's therapy on sexual satisfaction and marital adjustment of infertile couples with marital conflicts. *Int J Fertil Steril*. 9(3):393-402. DOI:10.22074/ijfs.2015.4556
- Sheydanfar N, navabinejad S, farzad V. (2020). Comparison of the effectiveness of treatment of focused emotional couples and imago couples therapy on individual adjustment in couples (in the first years). *Journal of Psychological Science*. 19(89), 593-606. (Persian). <http://psychologicalscience.ir/article-1-479-fa.html>
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 15-28. DOI: 10.2307/350547
- Teymouri, Z., Mojtabaei, M., & Rezazadeh, S. M. R. (2020). The Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Emotion Regulation, Anger Rumination, and Marital Intimacy in Women Affected by Spouse Infidelity. *gums-cjhr*, 5(4), 78-82. <https://doi.org/10.52547/cjhr.5.4.78>
- Valente, M., Chirico, I., Girotti, C., Ottoboni, G., & Chattat, R. (2023). The Role of the Quality of Relationship in Couples Facing Treatment for Breast Cancer: A Qualitative Italian Study. *American Journal of Clinical Oncology*, 46(1), 36-42. DOI: 10.1097/COC.0000000000000962
- van Lankveld J, Jacobs N, Thewissen V, Dewitte M, Verboon P. (2018). The associations of intimacy and sexuality in daily life: Temporal dynamics and gender effects within romantic relationships. *J Soc Pers Relat*. 35(4):557-76. <https://doi.org/10.1177/0265407517743076>
- Wiebe SA, Johnson SM. (2016). A Review of the research in emotionally focused therapy for couples. *Family Process*. 55(3):390-407. DOI:10.1111/famp.12229
- Wittenborn, A. K., Liu, T., Ridenour, T. A., Lachmar, E. M., Mitchell, E. A., & Seedall, R. B. (2019). Randomized controlled trial of emotionally focused couple therapy compared to treatment as usual for depression: Outcomes and mechanisms of change. *Journal of marital and family therapy*, 45(3), 395-409. DOI: 10.1111/jmft.12350
- Weber, D. M., Pentel, K. Z., Baucom, D. H., Wojda-Burlij, A. K., & Carrino, E. A. (2022). Flipping the curve: Patterns of emotional communication in same-sex female couples before and after couple therapy. *Couple and family psychology: Research and*