



## Effectiveness of emotion-oriented couple therapy on marital burnout and dysfunctional attitudes in couples with emotional divorce conditions

Jamshid Pourrahimi<sup>1</sup>, Ali Zeinali<sup>2</sup>, Ali Shaker Dioulagh<sup>3</sup>

1. Ph.D Candidate in General Psychology, Department of Psychology, Urmia Branch, Islamic Azad University, Urmia, Iran. E-mail: [amshidpourrahimi@gmail.com](mailto:amshidpourrahimi@gmail.com)
2. Associate Professor, Department of Psychology, Khoy Branch, Islamic Azad University, Khoy, Iran. E-mail: [zeinali@iaukhoy.ac.ir](mailto:zeinali@iaukhoy.ac.ir)
3. Associate Professor, Department of Psychology, Urmia Branch, Islamic Azad University, Urmia, Iran. E-mail: [a.shaker@iaurmia.ac.ir](mailto:a.shaker@iaurmia.ac.ir)

### ARTICLE INFO

**Article type:**  
Research Article

**Article history:**  
Received 23 July 2024  
Received in revised form  
20 August 2024  
Accepted 26 September  
2024  
Published Online 22 June  
2025

**Keywords:**  
emotion-oriented couple  
therapy,  
marital burnout,  
dysfunctional attitudes,  
emotional divorce

### ABSTRACT

**Background:** Couples suffering from emotional divorce have many problems in their married life, including increased marital burnout and dysfunctional attitudes, and is necessary to use effective treatment approaches such as couple therapy to reduce their problems.

**Aims:** The aim of this study was to determine the effectiveness of emotion-oriented couple therapy on marital burnout and dysfunctional attitudes in couples with emotional divorce conditions.

**Methods:** The present research was a semi-experimental with a pre-test, post-test and follow-up design with a control group. The statistical population of this research were include couples with emotional divorce referred to counseling centers of Rasht city in 2023 year, which from them 20 couples (40 people) were selected as a sample with the purposeful sampling method and by simple random with the help of a lottery replaced into two equal experimental and control groups. The experimental group underwent 9 sessions of 90 minute (one session a week) by emotion-oriented couple therapy (Johnson, 2019), and the control group remained on the waiting list for training. The data were collected with the emotional divorce questionnaire (Gottman, 1994), marital burnout questionnaire (Pines, 1996) and dysfunctional attitudes scale (Weissman and Beck, 1978) and were analyzed by statistical tests of analysis of variance with repeated measurement and post hoc Bonferroni in SPSS-23 software.

**Results:** The results showed that emotion-oriented couple therapy significantly reduced marital burnout and dysfunctional attitudes in couples with emotional divorce conditions, and these results were maintained in the follow-up phase ( $P < 0.001$ ) and 44% change in marital burnout and 37% change in dysfunctional attitudes was the result of emotion-oriented couple therapy.

**Conclusion:** Considering to the results of this research, counselors and therapists can benefit emotion-oriented couple therapy along with other treatment methods to improve psychological characteristics, especially reducing marital burnout and dysfunctional attitudes of couples with emotional divorce.

**Citation:** Pourrahimi, J., Zeinali, A., & Shaker Dioulagh, A. (2025). Effectiveness of emotion-oriented couple therapy on marital burnout and dysfunctional attitudes in couples with emotional divorce conditions. *Journal of Psychological Science*, 24(148), 137-152. [10.52547/JPS.24.148.137](https://doi.org/10.52547/JPS.24.148.137)

*Journal of Psychological Science*, Vol. 24, No. 148, 2025

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.24.148.137](https://doi.org/10.52547/JPS.24.148.137)



✉ **Corresponding Author:** Ali Zeinali, Associate Professor, Department of Psychology, Khoy Branch, Islamic Azad University, Khoy, Iran.

E-mail: [zeinali@iaukhoy.ac.ir](mailto:zeinali@iaukhoy.ac.ir), Tel: (+98) 9143409171

## Extended Abstract

### Introduction

The health of the society depends on the health of the family, and formal and emotional divorce plays an important role in reducing the family and society health (Damo & Cenci, 2021). Emotional divorce is one of the family injuries that make married life lack love, affection, friendship, companionship and mutual respect (Al-Shahrani & Ahmed Hammad, 2023).

One problem of couples suffering from emotional divorce is increase marital burnout, which shows a state of physical, emotional and mental fatigue and exhaustion (Qavami et al., 2023). Marital burnout increases the tensions of married life and gradually weakens the foundations of a shared life based on love, affection and companionship (Mentez & Yildirim, 2024). Another problem of couples suffering from emotional divorce is increase dysfunctional attitudes (Ahmadi & Zamani Lari, 2023), which shows inflexible, negative, extreme, incompatible, perfectionistic and change-resistant attitudes, schemas, and beliefs and the person use them to judge himself and others (Zhou et al., 2021). To improve psychological characteristics, there are various approaches including couple therapy, which its aims help to couples for adapt to life's problems and challenges, learn more effective communication skills in couple relationships and improve living conditions (Hogue et al., 2022). One derived methods from this approach is emotion-oriented couple therapy (Senol et al., 2023). Emotion-oriented couple therapy emphasizes the key importance of emotions in interaction patterns of couples, role of emotions in creating changes in incompatible marital relationships, and contribution of emotions in creating the experience of intimate relationships (Bodenmann et al., 2020). Few researches have been conducted on the effectiveness of emotion-oriented couple therapy on marital burnout and dysfunctional attitudes and no research has investigated its effectiveness on couples with emotional divorce conditions. As a result, the aim of this study was determine the effectiveness of emotion-oriented couple therapy on marital burnout and dysfunctional

attitudes in couples with emotional divorce conditions.

### Method

The present research was a semi-experimental with a pre-test, post-test and follow-up design with a control group. The statistical population of this research were include couples with emotional divorce referred to counseling centers of Rasht city in 2023 year, which from them 20 couples (40 people) were selected as a sample with the purposeful sampling method and by randomly replaced into two equal experimental and control groups. The inclusion criteria include having a married life history of more than three years, at least a diploma, having physical health, not being addicted and taking psychiatric drugs and obtaining a score of 8 or higher in the emotional divorce questionnaire and the exclusion criteria include absence of more than two sessions and withdraw from cooperation.

In this study, after receiving the ethics code from the ethics committee in research of Islamic Azad University of Urmia branch, the samples were identified and they were selected as samples if they met the inclusion criteria. For the samples the importance and necessity of the research was explained and they were reassured about the observance of ethical points. The experimental group underwent 9 sessions of 90 minutes (one session a week) by emotion-oriented couple therapy (Johnson, 2019), and the control group remained on the waiting list for training. The data of this study were collected with Gottman's Emotional Divorce Questionnaire (1994), Pines' Marital burnout Questionnaire (1996) and Weissman and Beck's Dysfunctional Attitudes Scale (1978) and were analyzed by methods of chi-square, analysis of variance with repeated measurement and post hoc Bonferroni test in SPSS-23 software.

### Results

In this study, the results of chi-square test showed that couples with emotional divorce conditions in the experimental and control groups did not differ significantly from each other in terms of education, age and duration of marriage ( $P > 0.05$ ). Examining the assumptions of analysis of variance with repeated measurement showed that the assumptions of

normality and homogeneity of variances were established ( $P>0.05$ ), but the assumption of homogeneity of variance-covariance matrices was not established ( $P<0.05$ ). Therefore, the Greenhouse-Geisser index should be used in the analyses. The

results of analysis of variance with repeated measurements to determine the effectiveness of emotion-oriented couple therapy on marital burnout and dysfunctional attitudes can be seen in Table 1.

**Table 1. Results of analysis of variance with repeated measures to determine the effectiveness of emotion-oriented couple therapy on marital burnout and dysfunctional attitudes**

| Variable                | source     | sum of square | df   | mean square | F      | Sig   | eta squared | power |
|-------------------------|------------|---------------|------|-------------|--------|-------|-------------|-------|
| Marital burnout         | time       | 1701.65       | 1.37 | 1236.28     | 303.05 | 0.000 | 0.889       | 1     |
|                         | time*group | 1831.65       | 1.37 | 1330.73     | 326.21 | 0.000 | 0.896       | 1     |
|                         | group      | 4284.07       | 1    | 4284.07     | 29.96  | 0.000 | 0.441       | 1     |
|                         | time       | 653.40        | 1.30 | 500.74      | 150.96 | 0.000 | 0.799       | 1     |
| Dysfunctional attitudes | time*group | 851.46        | 1.30 | 652.53      | 196.73 | 0.000 | 0.830       | 1     |
|                         | group      | 3520.83       | 1    | 3520.83     | 22.32  | 0.000 | 0.370       | 0.996 |

According to results of table 1, the effect of time, interaction time and group and group for marital burnout and dysfunctional attitudes variables are significant ( $p < 0.001$ ). The significant difference between groups indicated that the effectiveness of emotion-oriented couple therapy on marital burnout

and dysfunctional attitudes and significant difference between stages should be examined. As a result, the results of the Bonfroni post hoc Test to compare the evaluation stages of marital burnout and dysfunctional attitudes can be seen in Table 2.

**Table 2. Results of Bonfroni post hoc Test to compare the evaluation stages of marital burnout and dysfunctional attitudes**

| Variable                | time                | mean difference | standard error | Sig   |
|-------------------------|---------------------|-----------------|----------------|-------|
| Marital burnout         | pre-test post-test  | 8.050           | 0.316          | 0.000 |
|                         | pre-test follow-up  | 7.925           | 0.484          | 0.000 |
|                         | post-test follow-up | -0.125          | 0.295          | 1.000 |
| Dysfunctional attitudes | pre-test post-test  | 4.950           | 0.349          | 0.000 |
|                         | pre-test follow-up  | 4.950           | 0.411          | 0.000 |
|                         | post-test follow-up | 0.000           | 0.184          | 1.000 |

According to results of table 2, the mean difference between pre-test with post-test and follow-up in marital burnout and dysfunctional attitudes variables was significant ( $p<0.001$ ), but the mean difference of post-test with follow-up in mentioned variables was not significant ( $p>0.05$ ). Given the averages, it can be said the rate of marital burnout and dysfunctional attitudes were reduced after the intervention, and these results were maintained during the follow-up stage.

## Conclusion

According to the results of this study, emotion-oriented couple therapy reduced marital burnout in couples with emotional divorce conditions and this result was maintained in the follow-up stage, which was aligned with researches of Bahrami Moqadam et al (2023), Mehdigholi et al (2023) and Hatami et al (2021). In its explaining can be said that in emotion-

oriented couple therapy were taught to couples to identify their interactive cycle, turn their negative emotions into positive emotions and to achieve secure attachments from insecure attachment. This method with emphasizing on consistent communication through care, support and mutual attention to meet the needs of his or her spouse can affect the reduction the marital relationships problems and led to reduce marital burnout.

According to the other results of this study, emotion-oriented couple therapy reduced dysfunctional attitudes in couples with emotional divorce conditions and this result was maintained in the follow-up stage, which was aligned with researches of Tsang (2014), Iamnizad et al (2021) and Ashori & ParsiNezhad (2020). In its explaining can be said that emotions play an important role in the relationships between couples and their attitudes and emotional support and participation are among the main

components of healthy marital relations. The emotion-oriented couple therapy method helps couples identify their essential needs and desires and affective and emotional concerns and express for spouse. As a result, couples emotional insecurity is reduced and by improving couples' communication and emotional attitudes and patterns led to reduce dysfunctional attitudes.

Generally, given the effectiveness of emotion-oriented couple therapy on reducing marital burnout and dysfunctional attitudes in couples with emotional divorce conditions, counselors and therapists can be use emotion-oriented couple therapy method along with other therapies methods to improve psychological characteristics, especially reducing marital burnout and dysfunctional attitudes of couples with emotional divorce conditions.

### **Ethical Considerations**

**Compliance with ethical guidelines:** This article is taken from the PhD Thesis of the first author in the field of general psychology at the Islamic Azad University of Urmia branch with the ethics code ID of IR.IAU.URMIA.REC.1402.100 approved by the working group of the Research Ethics Committee of the Islamic Azad University of Urmia branch. In this research, in order to maintain ethical principles it was tried to gather information after obtaining the consent of the participants and signing the consent form to participate in the research. To participants were assured about confidentiality in maintaining personal information and providing results without specifying the names and details of people's birth certificates. Also, the members were given the right to end the sessions whenever they wanted, and the members of the control group were also told (according to the ethical principle of justice in research), If they wish, they can participate in a similar intervention at the end of this research.

**Funding:** This research was done in the form of PhD Thesis without financial support.

**Authors' contribution:** This article was extracted from the PhD Thesis of the first author with the supervisor and corresponding author of the second author and with the advisor of the third author.

**Conflict of interest:** The authors of this study declare that there was no conflict of interest.

**Acknowledgments:** Hereby, we would like to thank the officials of counseling centers of Rasht city and the couples with emotional divorce conditions who participated in this research.



## اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد در زوجین با شرایط طلاق عاطفی

جمشید پوررحیمی<sup>۱</sup>، علی زینالی<sup>۲</sup>، علی شاکر دولق<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران.

۲. دانشیار، گروه روانشناسی، واحد خوی، دانشگاه آزاد اسلامی، خوی، ایران.

۳. دانشیار، گروه روانشناسی، واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران.

### مشخصات مقاله

#### نوع مقاله:

پژوهشی

#### تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۳/۰۵/۰۲

بازنگری: ۱۴۰۳/۰۵/۳۰

پذیرش: ۱۴۰۳/۰۷/۰۵

انتشار برخط: ۱۴۰۴/۰۴/۰۱

#### کلیدواژه‌ها:

زوج درمانی هیجان‌مدار،

دلزدگی زناشویی،

نگرش‌های ناکارآمد،

طلاق عاطفی

### چکیده

**زمینه:** زوج‌های دچار طلاق عاطفی در زندگی زناشویی دارای مشکلات فراوانی از جمله افزایش دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد هستند و ضروری است از رویکردهای درمانی مؤثرتر مانند زوج درمانی جهت کاهش مشکلات آن‌ها استفاده کرد.

**هدف:** هدف این مطالعه تعیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد در زوجین با شرایط طلاق عاطفی بود.

**روش:** پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش شامل زوج‌های دچار طلاق عاطفی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر رشت در سال ۱۴۰۲ بودند که از میان آنها ۲۰ زوج (۴۰ نفر) با روش نمونه‌گیری هدفمند به‌عنوان نمونه انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه مساوی آزمایش و گواه گمارده شدند. گروه آزمایش ۹ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای یک جلسه) تحت زوج درمانی هیجان‌مدار (جانسون، ۲۰۱۹) قرار گرفت و گروه گواه در لیست انتظار برای آموزش ماند. داده‌ها با پرسشنامه طلاق عاطفی (گاتمن، ۱۹۹۴)، پرسشنامه دلزدگی زناشویی (پاینز، ۱۹۹۶) و مقیاس نگرش‌های ناکارآمد (ویسمن و بک، ۱۹۷۸) جمع‌آوری و با روش‌های تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بنفرونی در نرم‌افزار SPSS-23 تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که زوج درمانی هیجان‌مدار باعث کاهش معنی‌دار دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد در زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی شد و این نتایج در مرحله پیگیری نیز حفظ شد ( $P < ۰/۰۰۱$ ) و ۴۴ درصد تغییر دلزدگی زناشویی و ۳۷ درصد تغییر نگرش‌های ناکارآمد نتیجه زوج درمانی هیجان‌مدار بود.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج این پژوهش، مشاوران و درمانگران می‌توانند از روش زوج درمانی هیجان‌مدار در کنار سایر روش‌های درمانی جهت بهبود ویژگی‌های روانشناختی به‌ویژه کاهش دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های دچار طلاق عاطفی بهره ببرند.

**استناد:** پوررحیمی، جمشید؛ زینالی، علی؛ و شاکر دولق، علی (۱۴۰۴). اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد در زوجین با شرایط طلاق عاطفی. *مجله علوم روانشناختی*، دوره ۲۴، شماره ۱۴۸، ۱۳۷-۱۵۲.

*مجله علوم روانشناختی*، دوره ۲۴، شماره ۱۴۸، ۱۴۰۴. DOI: [10.52547/JPS.24.148.137](https://doi.org/10.52547/JPS.24.148.137)



© نویسنده‌گان.

## مقدمه

سلامت جامعه به سلامت خانواده بستگی دارد و طلاق چه به صورت رسمی و چه به صورت عاطفی نقش مهمی در کاهش سلامت خانواده و جامعه دارد (دامو و سنسی، ۲۰۲۱). طلاق عاطفی<sup>۱</sup> یکی از آسیب‌های خانوادگی است که در آن برخلاف طلاق رسمی زندگی زناشویی پایان نمی‌یابد، بلکه آن را فاقد عشق، محبت، دوستی، مصاحبت و احترام متقابل می‌کند (ال-شهرانی و احمد حمدا، ۲۰۲۳). این نوع طلاق، وضعیتی را نشان می‌دهد که در ظاهر ساختار خانواده حفظ می‌شود، اما خانواده از درون تهی و پوچ می‌گردد و در این وضعیت بین زوج‌ها هیچ رابطه عاطفی و شور و شوق زندگی وجود ندارد و در زندگی آنها احساس‌های منفی مانند نفرت گسترش می‌یابد (جاروان و ال-فرهات، ۲۰۲۰). طلاق عاطفی نشان می‌دهد که زندگی زناشویی رو به زوال و نابودلی می‌رود و احساس بیگانگی جای احساس عشق و محبت را می‌گیرد (راشید و همکاران، ۲۰۲۱).

دلزدگی زناشویی<sup>۲</sup> یکی از مشکلات زوج‌های دچار طلاق عاطفی است که یک حالت خستگی و ازپافتادن جسمی، عاطفی و روانی را نشان می‌دهد (قوامی و همکاران، ۱۴۰۲). خستگی جسمی<sup>۳</sup> حاکی از خستگی بدنی غیرقابل رفع توسط استراحت و خواب، خستگی عاطفی<sup>۴</sup> حاکی از غوطه‌وری در احساس دل‌سردی، نابودشدگی و آزدگی مداوم و خستگی روانی<sup>۵</sup> حاکی از کاهش خودباوری و افزایش منفی‌نگری نسبت به روابط بین فردی به‌ویژه روابط زناشویی است (رن و همکاران، ۲۰۲۴). دلزدگی زناشویی نشان‌دهنده احساس دائمی تنش، ناامیدی و به تله افتادن همراه با از دست دادن اشتیاق، انرژی و هدف برای زندگی مشترک است که در این شرایط زوج‌ها علی‌رغم تلاش خود نمی‌توانند نارضایتی‌ها و تنش‌های زندگی زناشویی خود را حل نمایند (توپکایا و همکاران، ۲۰۲۴). دلزدگی زناشویی باعث افزایش تنش‌های زندگی زناشویی می‌شود و به مرور پایه‌های زندگی مشترک مبتنی بر عشق، علاقه و همنشینی را سست می‌کند (منتس و ویلدریم، ۲۰۲۴).

یکی دیگر از مشکلات زوج‌های دچار طلاق عاطفی، افزایش نگرش‌های ناکارآمد<sup>۶</sup> است (احمدی و زمانی لاری، ۱۴۰۱) که نگرش‌ها، طرحواره‌ها

و باورهای انعطاف‌ناپذیر، منفی، افراطی، ناسازگار، کمال‌گرایانه و مقاوم به تغییر را نشان می‌دهد و فرد برای قضاوت درباره خود و دیگران از آن‌ها استفاده می‌کند (زو و همکاران، ۲۰۲۱). نگرش‌های ناکارآمد زمینه را برای پریشانی‌های هیجانی و روانشناختی و رفتارهای ناهنجار مهیا ساخته و فرد را آماده می‌کند تا موقعیت‌های مختلف را به صورت افراطی منفی و ناکارآمد تفسیر نماید (ژاوئر و همکاران، ۲۰۲۳). ریشه بسیاری از بیماری‌ها، ناراحتی‌ها و اختلال‌های روانشناختی در نگرش‌های ناکارآمد درباره خود، دیگران و جهان است (فیوسور و همکاران، ۲۰۲۲). این نگرش‌ها بلافاصله و بعد از وقوع رویدادهای منفی زندگی فعال می‌شوند و الگویی از پردازش ناکارآمد اطلاعات را تحریک می‌نمایند و سبب بروز خطاهای شناختی و سوگیری منفی می‌گردند (میورائوسا و همکاران، ۲۰۲۴). نگرش‌های ناکارآمدی که زوج‌ها نسبت به خود و همسر شکل می‌دهند، آنها را گرفتار فشارها و تنش‌های روانی زیادی می‌کند و سبب افت سلامت و کیفیت زندگی زوج‌ها می‌گردد (چیریر و همکاران، ۲۰۲۳).

برای بهبود ویژگی‌های روانشناختی رویکردهای مختلفی از جمله زوج درمانی<sup>۷</sup> که هدف آن کمک به زوج‌ها جهت سازگاری با مشکل‌ها و چالش‌های زندگی، یادگیری مهارت‌های ارتباطی مؤثرتر در روابط زوجی و بهبود شرایط زندگی است (هوگیو و همکاران، ۲۰۲۲). رویکردهای زوج درمانی به دنبال چگونگی شکل‌گیری تنش‌ها و نحوه تأثیر آن‌ها بر اختلال در روابط زناشویی هستند تا از زوایای گوناگون آن‌ها را بررسی و زمینه را برای کاهش آن‌ها و بهبود روابط زناشویی فراهم آورند (راسن و همکاران، ۲۰۲۱). یکی از روش‌های برگرفته از رویکرد زوج درمانی، روش زوج درمانی هیجان‌مدار<sup>۸</sup> است (سینول و همکاران، ۲۰۲۳). علی‌رغم اینکه زوج درمانی شناختی رفتاری خود را درمانی با پشتوانه تجربی برای آشفته‌گی‌های زناشویی ثابت کرده، اما این روش به ویژگی‌های منحصر به فردی که هر یک از زوج‌ها در روابط زوجی دارد و تأثیر عوامل محیطی در عملکرد زوج‌ها توجه خاصی نداشته است و بین ابعاد مثبت و منفی شناخت‌ها، رفتارها و هیجان‌ها تعادل ایجاد نمی‌کند (نظری و همکاران، ۱۳۹۰). زوج درمانی شناختی رفتاری بر روی اثرهای متقابل میان پاسخ‌های شناختی و

<sup>۵</sup>. mental fatigue

<sup>۶</sup>. dysfunctional attitudes

<sup>۷</sup>. couple therapy

<sup>۸</sup>. emotion-oriented couple therapy

<sup>۱</sup>. emotional divorce

<sup>۲</sup>. marital burnout

<sup>۳</sup>. physical fatigue

<sup>۴</sup>. emotional fatigue

رفتاری زوج‌ها تمرکز می‌کند و به دنبال چالش کشیدن افکار خودکار و تقویت شناخت‌های مثبت در میان زوج‌ها است. زوج درمانی از عوامل فردی، جنسیتی، اخلاقی و زمینه فرهنگی زوج‌ها تأثیر زیادی می‌پذیرد و زوج درمانی شناختی رفتاری کمتر به آن توجه داشته و زوج درمانی هیجان‌مدار نسبت به آن برتری دارد (زمانی‌فو و همکاران، ۱۴۰۱). در درمان هیجان‌مدار از رویکردهای مراجع‌محور، گشتالتی و سیستمی کوتاه‌مدت همراه با تفکر ساختنی، اشتیاق، تعهد و روابط عاشقانه استفاده می‌شود و بر تجربه حال افراد با منشأ هیجانی تمرکز می‌کند (بیلی و همکاران، ۲۰۲۳). زوج درمانی هیجان‌مدار بر اهمیت کلیدی هیجان‌ها در الگوهای تعاملی زوج‌ها، نقش هیجان‌ها در ایجاد تغییر در روابط ناسازگار زناشویی و سهم هیجان‌ها در ایجاد تجربه روابط صمیمانه میان زوج‌ها تأکید می‌کند (بودنمان و همکاران، ۲۰۲۰). در این روش درمانی بر دو موضوع چگونگی تجربه‌های هیجانی زوج‌ها در ارتباط با همسر و چگونگی تحت تأثیر قرارگرفتن کیفیت ارتباط زوج‌ها بر اساس الگوهای تعاملی و هیجانی تمرکز می‌شود (منسس، ۲۰۱۷). زوج درمانی هیجان‌مدار معتقد است تا زمانی که زوج‌ها قادر نباشند نیازهای دلبستگی خود را در حیطه‌های رضایتمندی و امنیت با یکدیگر در میان بگذارند، تعارضات زناشویی شکل می‌گیرد و بیشتر می‌شود و این روش بر دلبستگی سازاگارانه از طریق مراقبت، حمایت و توجه متقابل برای نیازهای خود و همسر تأکید می‌نماید (ون دیست و همکاران، ۲۰۲۳).

پژوهش‌هایی درباره اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد انجام شده است. نتایج پژوهش بهرامی مقدم و همکاران (۲۰۲۳) نشان داد که زوج درمانی هیجان‌مدار باعث کاهش فرسودگی زناشویی و افسردگی زوج‌ها در مراحل پس‌آزمون و پیگیری شد. مهدی‌قلی و همکاران (۱۴۰۲) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی هیجان‌مدار باعث کاهش دلزدگی زناشویی و افزایش تاب‌آوری زوج‌های جوان شد. در پژوهشی دیگر حانمی و همکاران (۱۴۰۰) گزارش کردند که زوج درمانی هیجان‌مدار باعث کاهش دلزدگی زناشویی و میل به طلاق در زوج‌های متقاضی طلاق شد. همچنین، نتایج پژوهش تسانگ (۲۰۱۴) نشان داد که حالت‌های هیجانی مثبت نقش مؤثری در کاهش نگرش‌های ناکارآمد افراد دارند. ایمانی‌زاد و همکاران (۱۴۰۰) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی هیجان‌مدار باعث

افزایش بخشودگی و کاهش باورهای ارتباطی ناکارآمد زوج‌های دارای تجربه پیمان‌شکنی زناشویی شد. در پژوهشی دیگر عاشوری و پارسی‌نژاد (۱۳۹۸) گزارش کردند که درمان زوجی متمرکز بر هیجان باعث کاهش نگرش‌های ناکارآمد و افزایش حس پیوستگی زوج‌های متعارض شد. از یک سو، زوج‌های دچار طلاق عاطفی در زندگی زناشویی دارای مشکلات فراوانی به‌ویژه در زمینه دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد هستند که ضروری است تا جهت کاهش مشکلات آنها از روش‌های درمانی مؤثر بهره‌برد و از سوی دیگر، استفاده از روش‌های زوج درمانی در مقایسه با روش‌های انفرادی مؤثرتر می‌باشد. همچنین، روش زوج درمانی هیجان‌مدار در مقایسه با زوج درمانی شناختی رفتاری مؤثرتر است و پژوهشی درباره اثربخشی آن بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد یافت نشد. علاوه بر آن، جامعه بیشتر پژوهش‌های قبلی به‌طور عمده زوج‌های متقاضی طلاق، زوج‌های متعارض، زوج‌های عادی و غیره بودند و از آنجایی که زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی با این گروه‌ها متفاوت می‌باشند، لذا ضروری است که اثربخشی روش زوج درمانی هیجان‌مدار بر روی این گروه نیز مورد بررسی قرار گیرد و نکته مهم‌تر اینکه برخلاف بسیاری از پژوهش‌های قبلی، پایداری نتایج در بلندمدت نیز مورد بررسی قرار گیرد. بنابراین، انجام این مطالعه می‌تواند به تکمیل خلأهای موجود در این زمینه کمک نماید. نوآوری پژوهش حاضر نسبت به پژوهش‌های قبلی این است که هم اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار را بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی بررسی و هم پایداری اثربخشی آن را بررسی می‌کند. در نتیجه، این مطالعه به دنبال پاسخگویی به این سؤال است که آیا زوج درمانی هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد در زوجین با شرایط طلاق عاطفی اثربخش است؟

## روش

**الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان:** پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دو ماهه با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش شامل زوج‌های دچار طلاق عاطفی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر رشت در سال ۱۴۰۲ بودند که از میان آن‌ها ۲۰ زوج معادل ۴۰ نفر با روش نمونه‌گیری هدفمند به‌عنوان نمونه انتخاب و به‌صورت

تصادفی با کمک قرعه‌کشی در دو گروه مساوی آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۰ زوج معادل ۲۰ نفر) گمارده شدند. ملاک‌های ورودی شامل داشتن سابقه زندگی زناشویی بالاتر از سه سال، حداقل تحصیلات دیپلم، برخورداری از سلامت جسمی، عدم اعتیاد و مصرف داروهای روان‌پزشکی و دچار طلاق عاطفی و ملاک‌های خروجی شامل غیبت بیش از دو جلسه و انصراف از ادامه همکاری بودند. لازم به ذکر است که در این مطالعه، هیچ زوجی از پژوهش خارج نشد.

### (ب) ابزار

پرسشنامه طلاق عاطفی<sup>۱</sup> (EDQ): این پرسشنامه توسط گاتمن<sup>۲</sup> (۱۹۹۴) طراحی شد؛ به‌طوری که ۲۴ گویه داشت و برای پاسخگویی به هر گویه از طیف دو گزینه‌ای بله با نمره یک و خیر با نمره صفر استفاده شد. نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌شود و بر همین اساس حداقل نمره در آن صفر و حداکثر نمره در آن ۲۴ است؛ به‌طوری که کسب نمره ۸ و یا بالاتر از آن نشان‌دهنده طلاق عاطفی می‌باشد. گاتمن (۱۹۹۴) روایی همزمان این ابزار را در زوج‌ها ۰/۷۲ و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۵ گزارش کرد (به نقل از کیایی‌راد و همکاران، ۱۳۹۹). در ایران، علاقبند و همکاران (۱۳۹۹) پایایی پرسشنامه طلاق عاطفی را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به‌دست آوردند. در پژوهش حاضر روایی صورتی پرسشنامه طلاق عاطفی توسط ۱۰ نفر از اعضای هیأت علمی گروه روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه تایید و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌ها ۰/۹۲ محاسبه شد.

پرسشنامه دلزدگی زناشویی<sup>۳</sup> (MBQ): این پرسشنامه توسط پاینز (۱۹۹۶) طراحی شد؛ به‌طوری که ۲۱ گویه داشت و برای پاسخگویی به هر گویه از طیف هفت گزینه‌ای هرگز با نمره یک تا همیشه با نمره هفت استفاده شد (برخی گویه‌ها به‌صورت منفی نمره‌گذاری می‌شوند). نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌شود و بر همین اساس حداقل نمره در آن ۲۱ و حداکثر نمره در آن ۱۴۷ است؛ به‌طوری که نمره بالاتر نشان‌دهنده دلزدگی زناشویی بیشتر می‌باشد. پاینز (۱۹۹۶) پایایی این ابزار را با روش بازآزمایی یک ماهه ۰/۷۶ و با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش کرد. در ایران،

آقابزرگی و همکاران (۱۳۹۸) پایایی پرسشنامه دلزدگی زناشویی را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به‌دست آوردند. در پژوهش حاضر روایی صورتی پرسشنامه دلزدگی زناشویی توسط ۱۰ نفر از اعضای هیأت علمی گروه روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه تایید و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌ها ۰/۸۵ محاسبه شد. مقیاس نگرش‌های ناکارآمد<sup>۴</sup> (DAS): این مقیاس توسط ویسمن و بک (۱۹۷۸) طراحی شد؛ به‌طوری که ۲۶ گویه داشت و برای پاسخگویی به هر گویه از طیف هفت گزینه‌ای کاملاً مخالفم با نمره یک تا کاملاً موافقم با نمره هفت استفاده شد. نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌شود و بر همین اساس حداقل نمره در آن ۲۶ و حداکثر نمره در آن ۱۸۲ است؛ به‌طوری که نمره بالاتر نشان‌دهنده نگرش‌های ناکارآمد بیشتر می‌باشد. ویسمن و بک (۱۹۷۸) روایی این ابزار را با روش تحلیل عاملی تایید و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ گزارش کردند. در ایران، مومن‌پور و همکاران (۱۴۰۱) پایایی پرسشنامه نگرش‌های ناکارآمد با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به‌دست آوردند. در پژوهش حاضر روایی صورتی مقیاس نگرش‌های ناکارآمد توسط ۱۰ نفر از اعضای هیأت علمی گروه روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه تایید و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌ها ۰/۸۳ محاسبه شد.

### (ج) روش اجرا

در این مطالعه، پس از مراجعه به مراکز مشاوره شهر رشت و بعد از تشریح و تبیین اهمیت و ضرورت پژوهش از آنان خواسته شد تا زوج‌های مشکوک به طلاق عاطفی را معرفی نمایند. زوج‌ها در صورت داشتن ملاک‌های ورود به مطالعه به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. برای نمونه‌ها نیز اهمیت و ضرورت پژوهش تشریح و تبیین شد و آنان به روش تصادفی در دو گروه مساوی آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۰ زوج) جایگزین و یکی از گروه‌ها به روش تصادفی به‌عنوان گروه آزمایش و گروه دیگر به‌عنوان گروه گواه در نظر گرفته شد. گروه آزمایش ۹ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای یک جلسه) توسط نویسنده اول که دارای مدرک مداخله با روش زوج درمانی هیجان‌مدار بود، تحت زوج درمانی هیجان‌مدار قرار گرفت و گروه

<sup>3</sup>. marital burnout questionnaire

<sup>4</sup>. dysfunctional attitudes scale

<sup>1</sup>. emotional divorce questionnaire

<sup>2</sup>. Gottman

گواه در لیست انتظار برای آموزش ماند. فشرده مباحث جلسه‌های زوج درمانی هیجان‌مدار جانسون (۲۰۱۹) در جدول ۱ قابل مشاهده است. در نهایت، داده‌های گردآوری شده در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دو ماهه با پرسشنامه دلزدگی زناشویی و مقیاس نگرش‌های

ناکارآمد با روش‌های کای اسکوتر، تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بنفرونی در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ تحلیل شدند.

جدول ۱. فشرده مباحث جلسه‌های زوج درمانی هیجان‌مدار (جانسون، ۲۰۱۹)

| جلسه       | هدف                                                          | محتوا                                                                                                                                                                                                           | تکلیف                                                                           |
|------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| جلسه اول   | معارفه، ایجاد انگیزه و معرفی روش درمانی                      | ایجاد همدلی با زوج‌ها، ایجاد اتحاد درمانی بین زوج و درمانگر درباره اهداف درمانی و چگونگی اجرای درمان، درک چگونگی شکل‌گیری رابطه فعلی و آنچه زوج‌ها را برای درمان برانگیخته می‌کند.                              | ثبت چند رویداد هیجانی مثبت و منفی در زندگی زناشویی                              |
| جلسه دوم   | عوامل آشفته‌ساز زوج‌ها و شناخت هیجان‌ها و چرخه تعاملی زوج‌ها | ردگیری و توصیف زنجیره‌های تکرارشونده که آشفتن زوج‌ها را تداوم می‌بخشد، یافتن موانع درونی و بیرونی دلبستگی ایمن و ردگیری هیجانی در هر یک از زوج‌ها، تحلیل حالت‌های هیجانی و آشنایی زوج‌ها با چرخه‌های منفی تعامل | ثبت چرخه‌های تعاملی آشفته‌ساز روابط زوجی                                        |
| جلسه سوم   | کشف هیجان‌ها و چرخه تعاملی زوج‌ها                            | دستیابی به هیجان‌های شناخته‌نشده در موقعیت‌های تعاملی و شناسایی احساسات اولیه و ثانویه هر یک از زوج‌ها، قاب‌گیری مجدد مشکل و چرخه تعاملی زوج‌ها                                                                 | ثبت چند هیجان نهفته در موقعیت‌های تعاملی زوج‌ها همراه با احساسات اولیه و ثانویه |
| جلسه چهارم | پاسخگویی هیجانی                                              | تشدید تجربه هیجانی، افزایش تمایل به درگیری و رویارویی هیجانی، افزایش پاسخگویی به طرف مقابل به این صورت که به‌طور مجدد مشکل بر حسب احساس‌های نهفته و نیازهای دلبستگی شکل داده شود.                               | ثبت رفتارهای هیجانی در پاسخ به همسر و اصلاح و بازسازی آن                        |
| جلسه پنجم  | پاسخگویی و مشارکت هیجانی مناسب با همکاری همسر                | کمک به زوج‌ها برای افزایش آگاهی، درگیر شدن یا مشارکت با همسر و پذیرش آسیب‌پذیری‌ها، صدمه‌ها و ترس‌های دلبستگی و کمک به طرف مقابل (همسر) برای شنیدن و پذیرش آنها و عمیق کردن درگیری یا مشارکت هیجانی             | ثبت چند رویداد حاکی از مشارکت هیجانی جهت بهبود روابط زوجی                       |
| جلسه ششم   | مسئولیت‌پذیری و بیان انتظارات هیجانی                         | پذیرش مسئولیت موقعیت و نقش خود در رابطه توسط زوج‌ها، بیان انتظارات خود از طرف مقابل و تسهیل پذیرش فرد از طرف همسر                                                                                               | ثبت چند رفتار مسئولانه و ذکر نقش‌ها و انتظارات خود و همسر در آن                 |
| جلسه هفتم  | شناخت و بازسازی الگوهای تعاملی و پاسخ مناسب به درخواست همسر  | تعیین الگوهای تعاملی و بازسازی تعامل، تسهیل ابراز نیازها و خواسته‌ها و ایجاد درگیری یا مشارکت هیجانی بین زوج‌ها و تسهیل پاسخ به درخواست‌های طرف مقابل                                                           | ثبت چند نمونه بازسازی تعامل و تسهیل پاسخگویی در زندگی زناشویی                   |
| جلسه هشتم  | شناخت راهکارهای جدید و ایجاد رابطه امن و قابل اعتماد         | تسهیل بروز راه‌حل‌های جدید برای مشکل‌های قدیمی، بازتعریف رابطه توسط هر یک از زوج‌ها و پرورش محیط امن و ایجاد اعتماد                                                                                             | ثبت چند راهکار جدید برای چندین مشکل قدیمی برای بهبود روابط زوجی                 |
| جلسه نهم   | تقویت الگوهای تعاملی سالم و تثبیت و یکپارچه‌سازی آن          | شناسایی و حمایت از الگوهای تعاملی سالم، افزایش در دسترس و پاسخگو بودن، تثبیت و یکپارچه‌سازی موقعیت‌های تعاملی جدید و خاتمه درمان                                                                                | کاربست راهکارهای آموخته‌شده در زندگی مشترک زناشویی                              |

## یافته‌ها

دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل ارزیابی در جدول ۳ قابل مشاهده است.

در هر گروه این مطالعه، ۱۰ زوج (معادل ۲۰ نفر) و در کل ۲۰ زوج (معادل ۴۰ نفر) حضور داشتند که نتایج مقایسه تحصیلات، سن و مدت ازدواج زوج‌ها با شرایط طلاق عاطفی بر اساس آزمون کای اسکوتر در جدول ۲ قابل مشاهده است.

طبق نتایج جدول ۲، زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی گروه‌های آزمایش و گواه از نظر تحصیلات، سن و مدت ازدواج تفاوت معنی‌داری با یکدیگر نداشتند ( $P > 0/05$ ). نتایج میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی

جدول ۲. نتایج آزمون کای اسکوتر برای مقایسه تحصیلات، سن و مدت ازدواج زوج ها با شرایط طلاق عاطفی

| متغیر            | سطح               | گروه آزمایش (n=20) |              | گروه گواه (n=20) |              | آماره کای اسکوتر | درجه آزادی | معنی داری |
|------------------|-------------------|--------------------|--------------|------------------|--------------|------------------|------------|-----------|
|                  |                   | فراوانی            | درصد فراوانی | فراوانی          | درصد فراوانی |                  |            |           |
| تحصیلات          | دیپلم             | ۴                  | ۲۰           | ۵                | ۲۵           | ۰/۴۳۲            | ۳          | ۰/۹۳۴     |
|                  | فوق دیپلم         | ۴                  | ۲۰           | ۳                | ۱۵           |                  |            |           |
|                  | لیسانس            | ۸                  | ۴۰           | ۷                | ۳۵           |                  |            |           |
|                  | بالا تر از لیسانس | ۴                  | ۲۰           | ۵                | ۲۵           |                  |            |           |
|                  | ۲۱-۲۵             | ۳                  | ۱۵           | ۴                | ۲۰           |                  |            |           |
| سن (سال)         | ۲۶-۳۰             | ۳                  | ۱۵           | ۲                | ۱۰           | ۳/۰۳۴            | ۴          | ۰/۵۵۲     |
|                  | ۳۱-۳۵             | ۹                  | ۴۵           | ۶                | ۳۰           |                  |            |           |
|                  | ۳۶-۴۰             | ۵                  | ۲۵           | ۶                | ۳۰           |                  |            |           |
|                  | بالا تر از ۴۰     | ۰                  | ۰            | ۲                | ۱۰           |                  |            |           |
|                  | ۴-۵               | ۵                  | ۲۵           | ۸                | ۴۰           |                  |            |           |
| مدت ازدواج (سال) | ۶-۷               | ۷                  | ۳۵           | ۶                | ۳۰           | ۱/۰۵۵            | ۲          | ۰/۵۹۰     |
|                  | بالا تر از ۷      | ۸                  | ۴۰           | ۶                | ۳۰           |                  |            |           |

جدول ۳. نتایج میانگین و انحراف معیار دلزدگی زناشویی و نگرش های ناکارآمد زوج های با شرایط طلاق عاطفی گروه ها در مراحل ارزیابی

| متغیر             | مرحله          | گروه آزمایش (n=20) |              |       |        | گروه گواه (n=20) |              |      |        |
|-------------------|----------------|--------------------|--------------|-------|--------|------------------|--------------|------|--------|
|                   |                | میانگین            | انحراف معیار | کجی   | کشیدگی | میانگین          | انحراف معیار | کجی  | کشیدگی |
| دلزدگی زناشویی    | پیش آزمون      | ۱۰۴/۹۵             | ۷/۸۰         | ۰/۴۳  | -۰/۸۳  | ۱۰۵/۸۵           | ۶/۸۲         | ۰/۲۰ | -۰/۷۵  |
|                   | پس آزمون       | ۸۸/۶۵              | ۷/۲۷         | ۰/۳۷  | -۰/۵۵  | ۱۰۶/۰۵           | ۶/۵۸         | ۰/۰۶ | -۰/۶۲  |
|                   | پیگیری دو ماهه | ۸۸/۷۰              | ۷/۱۷         | ۰/۵۱  | -۰/۷۹  | ۱۰۶/۲۵           | ۶/۴۸         | ۰/۲۳ | -۰/۵۶  |
|                   | پیش آزمون      | ۱۰۱/۳۰             | ۸/۳۶         | ۰/۱۳  | -۰/۶۵  | ۱۰۴/۶۰           | ۵/۸۴         | ۰/۷۲ | ۰/۴۰   |
| نگرش های ناکارآمد | پس آزمون       | ۹۰/۷۵              | ۸/۵۷         | -۰/۲۹ | -۰/۷۱  | ۱۰۵/۲۵           | ۵/۹۰         | ۰/۳۰ | -۰/۵۷  |
|                   | پیگیری دو ماهه | ۹۰/۶۵              | ۸/۸۵         | -۰/۳۳ | -۰/۴۲  | ۱۰۵/۳۵           | ۵/۷۶         | ۰/۲۳ | -۱/۳۷  |

طبق نتایج جدول ۳، میانگین دلزدگی زناشویی و نگرش های ناکارآمد زوج های با شرایط طلاق عاطفی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه از مرحله پیش آزمون به مراحل پس آزمون و پیگیری کاهش بیشتری یافته است. پیش از تحلیل داده ها با روش تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر، پیش فرض های آن بررسی شد. نتایج آزمون های کولموگروف-اسمیرنوف و شاپیرو-ویلک نشان داد که فرض نرمال بودن دلزدگی زناشویی و نگرش های ناکارآمد زوج های با شرایط طلاق عاطفی گروه های آزمایش و گواه در مراحل ارزیابی یعنی پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری برقرار بود (جدول ۴). همچنین، نتایج آزمون لوین نشان داد که فرض همگنی واریانس های دلزدگی زناشویی در مراحل پیش آزمون  $P=0/479$ ،  $F=0/512$ ، پس آزمون  $F=0/796$ ،  $P=0/068$  و پیگیری  $F=0/632$ ،  $P=0/233$  و نگرش های ناکارآمد در مراحل پیش آزمون  $P=0/103$ ،  $F=2/790$ ، پس آزمون  $F=3/279$ ،  $P=0/065$  و پیگیری  $F=3/279$ ،  $P=0/073$ ،

$F=3/403$  برقرار بود. علاوه بر آن، نتایج آزمون کربوت موچلی نشان داد که فرض همگنی واریانس بین گروه ها برای دلزدگی زناشویی  $P=0/000$ ،  $\chi^2=22/325$ ،  $W=0/547$  (Mauchly's) و نگرش های ناکارآمد  $P=0/000$ ،  $\chi^2=28/151$ ،  $W=0/467$  (Mauchly's) برقرار بود. در مقابل، نتایج آزمون باکس نشان داد که فرض همگنی ماتریس های واریانس-کوواریانس برای دلزدگی زناشویی  $P=0/021$ ،  $F=2/494$ ،  $Box's M=16/372$  و نگرش های ناکارآمد  $P=0/045$ ،  $F=1/753$ ،  $Box's M=11/510$  برقرار نبود. بنابراین، در تحلیل داده های این پژوهش باید از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر با استفاده از شاخص گرینهوس-گیسر استفاده شود. نتایج آزمون های چندمتغیری و نتایج تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر برای تعیین اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر دلزدگی زناشویی و نگرش های ناکارآمد زوج های با شرایط طلاق عاطفی به ترتیب در جدول های ۵ و ۶ قابل مشاهده است.

جدول ۴. نتایج آزمون‌های کولموگروف-اسمیرنوف و شاپیرو-ویلک برای نرمال بودن دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی

| متغیر             | مرحله     | گروه          | کولموگروف-اسمیرنوف |            |           | شاپیرو-ویلک |            |
|-------------------|-----------|---------------|--------------------|------------|-----------|-------------|------------|
|                   |           |               | آماره              | درجه آزادی | معنی داری | آماره       | درجه آزادی |
| دلزدگی زناشویی    | پیش آزمون | آزمایش        | ۰/۱۴۷              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۳۴       | ۲۰         |
|                   |           | گواه          | ۰/۱۰۴              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۶۵       | ۲۰         |
|                   |           | آزمایش        | ۰/۱۳۳              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۴۵       | ۲۰         |
|                   | پس آزمون  | گواه          | ۰/۰۹۲              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۶۶       | ۲۰         |
|                   |           | آزمایش        | ۰/۱۳۳              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۳۵       | ۲۰         |
|                   |           | پیکری دو ماهه | ۰/۱۰۴              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۶۹       | ۲۰         |
| نگرش‌های ناکارآمد | پیش آزمون | آزمایش        | ۰/۰۸۷              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۷۳       | ۲۰         |
|                   |           | گواه          | ۰/۱۳۰              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۳۴       | ۲۰         |
|                   |           | آزمایش        | ۰/۱۶۷              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۶۳       | ۲۰         |
|                   | پس آزمون  | گواه          | ۰/۱۰۵              | ۲۰         | ۰/۱۴۵     | ۰/۹۶۹       | ۲۰         |
|                   |           | آزمایش        | ۰/۱۲۷              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۷۶       | ۲۰         |
|                   |           | پیکری دو ماهه | ۰/۱۳۶              | ۲۰         | ۰/۲۰۰     | ۰/۹۲۱       | ۲۰         |

جدول ۵. تحلیل آزمون‌های چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی

| متغیر             | اثر               | آزمون              | مقدار | آماره F | معنی داری | اندازه اثر | توان آزمون |
|-------------------|-------------------|--------------------|-------|---------|-----------|------------|------------|
| دلزدگی زناشویی    | زمان              | اثر پیلایی         | ۰/۹۴  | ۳۴۲/۳۳  | ۰/۰۰۰     | ۰/۹۴۹      | ۱          |
|                   |                   | لامبدای ویلکز      | ۰/۰۵  | ۳۴۲/۳۳  | ۰/۰۰۰     | ۰/۹۴۹      | ۱          |
|                   |                   | اثر هاتلینگ        | ۱۸/۵۰ | ۳۴۲/۳۳  | ۰/۰۰۰     | ۰/۹۴۹      | ۱          |
|                   |                   | بزرگ‌ترین ریشه روی | ۱۸/۵۰ | ۳۴۲/۳۳  | ۰/۰۰۰     | ۰/۹۴۹      | ۱          |
|                   |                   | اثر پیلایی         | ۰/۹۵  | ۳۵۴/۶۴  | ۰/۰۰۰     | ۰/۹۵۰      | ۱          |
|                   |                   | لامبدای ویلکز      | ۰/۰۵  | ۳۵۴/۶۴  | ۰/۰۰۰     | ۰/۹۵۰      | ۱          |
|                   | تعامل زمان و گروه | اثر هاتلینگ        | ۱۹/۱۷ | ۳۵۴/۶۴  | ۰/۰۰۰     | ۰/۹۵۰      | ۱          |
|                   |                   | بزرگ‌ترین ریشه روی | ۱۹/۱۷ | ۳۵۴/۶۴  | ۰/۰۰۰     | ۰/۹۵۰      | ۱          |
|                   |                   | اثر پیلایی         | ۰/۸۴  | ۹۸/۶۹   | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۴۲      | ۱          |
|                   |                   | لامبدای ویلکز      | ۰/۱۵  | ۹۸/۶۹   | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۴۲      | ۱          |
|                   |                   | اثر هاتلینگ        | ۵/۳۳  | ۹۸/۶۹   | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۴۲      | ۱          |
|                   |                   | بزرگ‌ترین ریشه روی | ۵/۳۳  | ۹۸/۶۹   | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۴۲      | ۱          |
| نگرش‌های ناکارآمد | زمان              | اثر پیلایی         | ۰/۸۷  | ۱۲۵/۶۲  | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۷۲      | ۱          |
|                   |                   | لامبدای ویلکز      | ۰/۱۲  | ۱۲۵/۶۲  | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۷۲      | ۱          |
|                   |                   | اثر هاتلینگ        | ۶/۷۹  | ۱۲۵/۶۲  | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۷۲      | ۱          |
|                   | تعامل زمان و گروه | بزرگ‌ترین ریشه روی | ۶/۷۹  | ۱۲۵/۶۲  | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۷۲      | ۱          |

جدول ۶. نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر برای تعیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی

| متغیر             | منبع اثر          | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | آماره F | معنی داری | اندازه اثر | توان آزمون |
|-------------------|-------------------|---------------|------------|-----------------|---------|-----------|------------|------------|
| دلزدگی زناشویی    | زمان              | ۱۷۰۱/۶۵       | ۱/۳۷       | ۱۲۳۶/۲۸         | ۳۰۳/۰۵  | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۸۹      | ۱          |
|                   | تعامل زمان و گروه | ۱۸۳۱/۶۵       | ۱/۳۷       | ۱۳۳۰/۷۳         | ۳۲۶/۲۱  | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۹۶      | ۱          |
|                   | خطا               | ۲۱۳/۳۶        | ۵۲/۳۰      | ۴/۰۷            |         |           |            |            |
|                   | گروه              | ۴۲۸۴/۰۷       | ۱          | ۴۲۸۴/۰۷         | ۲۹/۹۶   | ۰/۰۰۰     | ۰/۴۴۱      | ۱          |
|                   | خطا               | ۵۴۳۳/۵۸       | ۳۸         | ۱۴۲/۹۸          |         |           |            |            |
|                   | زمان              | ۶۵۳/۴۰        | ۱/۳۰       | ۵۰۰/۷۴          | ۱۵۰/۹۶  | ۰/۰۰۰     | ۰/۷۹۹      | ۱          |
| نگرش‌های ناکارآمد | تعامل زمان و گروه | ۸۵۱/۴۶        | ۱/۳۰       | ۶۵۲/۵۳          | ۱۹۶/۷۳  | ۰/۰۰۰     | ۰/۸۳۰      | ۱          |
|                   | خطا               | ۱۶۴/۴۶        | ۴۹/۵۸      | ۳/۳۱            |         |           |            |            |
|                   | گروه              | ۳۵۲۰/۸۳       | ۱          | ۳۵۲۰/۸۳         | ۲۲/۳۲   | ۰/۰۰۰     | ۰/۳۷۰      | ۰/۹۹۶      |
|                   | خطا               | ۵۹۹۳/۱۳       | ۳۸         | ۱۵۷/۷۱          |         |           |            |            |

معنی‌دار بین گروه‌ها حاکی از اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد بود و تفاوت بین مراحل نیز باید بررسی گردد تا مشخص شود که بین کدام مراحل تفاوت معنی‌داری وجود دارد. در نتیجه، نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه مراحل ارزیابی دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی در جدول ۷ قابل مشاهده است.

طبق نتایج جدول ۵، زوج درمانی هیجان‌مدار حداقل باعث تغییر یکی از متغیرهای دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی از نظر زمان و تعامل زمان و گروه شده است ( $P < 0/001$ ). همچنین، طبق نتایج جدول ۶، اثر زمان، تعامل زمان و گروه و گروه برای متغیرهای دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی معنی‌دار است ( $P < 0/001$ ). بنابراین، تفاوت بین میانگین‌های هر دو متغیر مذکور بین گروه‌ها و مراحل ارزیابی معنی‌دار بود. تفاوت

جدول ۷. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه مراحل ارزیابی دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی

| متغیر             | مجموع مجدورات | میانگین مجدورات | اختلاف میانگین‌ها | خطای استاندارد | معنی‌داری |
|-------------------|---------------|-----------------|-------------------|----------------|-----------|
| دلزدگی زناشویی    | پیش‌آزمون     | پس‌آزمون        | ۸/۰۵۰             | ۰/۳۱۶          | ۰/۰۰۰     |
|                   | پیش‌آزمون     | پیگیری دو ماهه  | ۷/۹۲۵             | ۰/۴۸۴          | ۰/۰۰۰     |
|                   | پس‌آزمون      | پیگیری دو ماهه  | -۰/۱۲۵            | ۰/۲۹۵          | ۱/۰۰۰     |
| نگرش‌های ناکارآمد | پیش‌آزمون     | پس‌آزمون        | ۴/۹۵۰             | ۰/۳۴۹          | ۰/۰۰۰     |
|                   | پیش‌آزمون     | پیگیری دو ماهه  | ۴/۹۵۰             | ۰/۴۱۱          | ۰/۰۰۰     |
|                   | پس‌آزمون      | پیگیری دو ماهه  | ۰/۰۰۰             | ۰/۱۸۴          | ۱/۰۰۰     |

همکاران (۱۴۰۰) مبنی بر اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر کاهش دلزدگی زناشویی و میل به طلاق در زوج‌های متقاضی طلاق همسو بود و پژوهشی ناهمسو در این زمینه یافت نشد. در تبیین یافته‌های این مطالعه می‌توان گفت که آموزش راهبردهای ارتباطی در روش زوج درمانی هیجان‌مدار باعث بهبود روابط میان‌فردی، روابط خصوصی و صمیمیت زناشویی زوج‌ها در زندگی می‌شود. طبق این روش درمانی اگر زوج‌ها نتوانند نیازهای دلبستگی خود را در حیطه‌های رضایتمندی و امنیت با همسر به اشتراک بگذارند، تعارض‌های ارتباطی شروع و شدت می‌گیرد. روش درمانی مذکور با تأکید بر ارتباط سازگاران از طریق مراقبت، حمایت و توجه متقابل برای رفع نیازهای خود و همسر است که با استفاده از تکنیک‌هایی مثل بررسی روابط زوج‌ها، تمرکز بر هیجان‌ها و ردگیری هیجان‌ها می‌تواند بر کاهش مشکل‌های زناشویی تأثیر بگذارد (جانسون، ۲۰۱۹). همچنین، زوج درمانی هیجان‌مدار به زوج‌ها آموزش می‌دهد تا چرخه تعاملی خود را بشناسند، هیجان‌های منفی خود را به هیجان‌های مثبت تبدیل کنند و از دلبستگی‌های ناایمن به دلبستگی ایمن و رابطه زناشویی امن دست یابند. در نتیجه، می‌توان انتظار داشت که زوج درمانی هیجان‌مدار سبب کاهش دلزدگی زناشویی زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی گردد. طبق دیگر نتایج این مطالعه، زوج درمانی هیجان‌مدار باعث کاهش

طبق نتایج جدول ۷، اختلاف میانگین پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری در متغیرهای دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی معنی‌دار بود ( $P < 0/001$ )، اما اختلاف میانگین پس‌آزمون با پیگیری در متغیرهای مذکور معنی‌دار نبود ( $P > 0/05$ ). با توجه به جدول میانگین‌ها می‌توان گفت که میزان دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد پس از مداخله کاهش و این نتایج در مرحله پیگیری نیز حفظ شد.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف این مطالعه تعیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد در زوجین با شرایط طلاق عاطفی بود. طبق نتایج این مطالعه، زوج درمانی هیجان‌مدار باعث کاهش دلزدگی زناشویی زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی شد و این نتیجه در مرحله پیگیری نیز حفظ شد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های بهرامی مقدم و همکاران (۲۰۲۳) مبنی بر اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر کاهش فرسودگی زناشویی و افسردگی زوج‌ها در مراحل پس‌آزمون و پیگیری، مهدی‌قلی و همکاران (۱۴۰۲) مبنی بر اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر کاهش دلزدگی زناشویی و افزایش تاب‌آوری زوج‌های جوان و حاتمی و

نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی شد و این نتیجه در مرحله پیگیری نیز حفظ شد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های تسانگ (۲۰۱۴) مبنی بر نقش مؤثر حالت‌های هیجانی مثبت در کاهش نگرش‌های ناکارآمد، ایمانی‌زاد و همکاران (۱۴۰۰) مبنی بر اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر افزایش بخشودگی و کاهش باورهای ارتباطی ناکارآمد زوج‌های دارای تجربه پیمان‌شکنی زناشویی و عاشوری و پارسی‌نژاد (۱۳۹۸) مبنی بر اثربخشی درمان زوجی متمرکز بر هیجان بر کاهش نگرش‌های ناکارآمد و افزایش حس پیوستگی زوج‌های متعارض همسو بود و پژوهشی ناهمسو در این زمینه یافت نشد. در تبیین یافته‌های این مطالعه می‌توان گفت که زوج درمانی هیجان‌مدار با شناسایی مشکل‌های زناشویی به زوج‌ها کمک می‌کند تا یک دلبستگی ایمن و یک رابطه قابل اعتماد با یکدیگر و متناسب با نیازها و هیجان‌های سرکوب‌شده زوج‌ها برقرار سازند. این راهکار باعث می‌شود که زوج‌ها چرخه تعاملی ناکارآمد خود را کاهش داده و تحت مدیریت خود درآورند و مشکل‌های زناشویی خود را کاهش دهند (جانسون، ۲۰۱۹). همچنین، هیجان‌ها نقش مهمی در روابط زوج‌ها و باورها و نگرش‌های آنان دارند و مشارکت هیجانی جزء اجزای اصلی روابط زناشویی سالم می‌باشد. زوج درمانی هیجان‌مدار با تأکید بر اهمیت همین هیجان‌ها برای سازماندهی الگوهای ارتباطی زوج‌ها ایجاد و به زوج‌ها کمک می‌کند تا نیازها و تمایل‌های اصلی و نگرانی‌های عاطفی و هیجانی خود را شناسایی و برای همسر ابراز نماید. در نتیجه، از ناامنی‌های هیجانی زوج‌ها از طریق بهبود باورها، نگرش‌ها و الگوهای ارتباطی و هیجانی آنها کاسته می‌شود. در نتیجه، می‌توان انتظار داشت که زوج درمانی هیجان‌مدار سبب کاهش نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی گردد.

از محدودیت‌های رایج می‌توان به استفاده از روش نمونه‌گیری غیرتصادفی هدفمند اشاره کرد که این روش نمونه‌گیری در مقایسه با روش‌های نمونه‌گیری تصادفی دارای خطای نمونه‌گیری بیشتری می‌باشد. محدودیت دیگر، دشواری متقاعدکردن زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی جهت شرکت در مداخله زوج درمانی هیجان‌مدار. افزون بر آن، این پژوهش بر روی زوج‌های دچار طلاق عاطفی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره انجام شد که در تعمیم یافته‌های آن به سایر گروه‌های آسیب‌پذیر باید احتیاط کرد. بنابراین، پیشنهاد می‌شود که پژوهشگران آتی در صورت امکان از

روش‌های نمونه‌گیری تصادفی برای انتخاب نمونه‌ها استفاده نمایند. همچنین، پیشنهاد می‌شود که این پژوهش بر روی سایر گروه‌های آسیب‌پذیر از جمله زوج‌های دچار خیانت زناشویی، زوج‌های مبتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی و غیره اجرا و نتایج آن با نتایج پژوهش حاضر مقایسه گردد. به‌طور کلی، نتایج این مطالعه نشان داد که زوج درمانی هیجان‌مدار باعث کاهش معنی‌دار دلزدگی و نگرش‌های ناکارآمد در زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی شد و این کاهش در مرحله پیگیری نیز حفظ شد. متخصصان و درمانگران حوزه سلامت بر اساس نتایج این مطالعه می‌توانند برای بهبود ویژگی‌های روانشناختی گروه‌ها و زوج‌های آسیب‌پذیر از جمله زوج‌های دچار طلاق عاطفی از کارگاه زوج درمانی هیجان‌مدار استفاده کنند. پیشنهاد کاربردی دیگر اینکه مشاوران و درمانگران در مداخله‌های روانشناختی خود از روش زوج درمانی هیجان‌مدار در کنار سایر روش‌های درمانی جهت بهبود ویژگی‌های روانشناختی به‌ویژه کاهش دلزدگی زناشویی و نگرش‌های ناکارآمد زوج‌های دچار طلاق عاطفی استفاده نمایند.

### ملاحظات اخلاقی

**پیروی از اصول اخلاق پژوهش:** این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول در رشته روانشناسی عمومی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه با شناسه کد اخلاق IR.IAU.URMIA.REC.1402.100 از مصوبه کارگروه کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۲۶ است. در این پژوهش، به جهت حفظ اصول اخلاقی سعی شد تا جمع‌آوری اطلاعات پس از جلب رضایت شرکت‌کنندگان و امضای فرم رضایت‌نامه شرکت آگاهانه در پژوهش انجام شود. به شرکت‌کنندگان درباره رازداری در حفظ اطلاعات شخصی و ارائه نتایج بدون قید نام و مشخصات شناسنامه افراد، اطمینان داده شد. همچنین، این اختیار به اعضا داده شد که هر موقع بخواهند، بتوانند درمان را خاتمه دهند و به اعضای گروه گواه نیز گفته شد (بنا به اصل اخلاقی عدالت در پژوهش)، اگر مایل باشند می‌توانند در پایان پژوهش حاضر در برنامه مداخله مشابهی شرکت نمایند.

**حامی مالی:** این پژوهش در قالب رساله دکتری و بدون حمایت مالی انجام شد.

**نقش هر یک از نویسندگان:** این مقاله از رساله دکتری نویسنده اول با راهنمایی و نویسنده مسئولی، نویسنده دوم و با مشاوره نویسنده سوم استخراج شد.

**تضاد منافع:** نویسندگان این مطالعه اعلام می‌دارند که هیچ‌گونه تضاد منافی وجود نداشت.

**تشکر و قدردانی:** بدین وسیله، از مسئولان مراکز مشاوره شهر رشت و زوج‌های با شرایط طلاق عاطفی شرکت‌کننده در این پژوهش تشکر می‌گردد.

## منابع

آقابزرگی، سمیه؛ حمیدی، معصومه؛ کشاورز محمدی، ربابه و شریعت، سهیلا. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی رویکرد والش و رویکرد اولسون بر الگوهای ارتباطی و دزدگی زناشویی زنان آسیب‌دیده خیانت زناشویی. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۸(۸۳)، ۲۲۳۲-۲۲۳۳.

<https://psychologicalscience.ir/article-1-352-fa.html>  
احمدی، محمدرضا و زمانی لاری، محمدحسین. (۱۴۰۱). رابطه نگرش‌های ناکارآمد و عواطف مثبت و منفی با نگرش به روابط فرازناشویی: با توجه به نقش واسطه‌ای جهت‌گیری دینی در زوجین در آستانه طلاق. *مجله اسلام و پژوهش‌های روانشناختی*، ۱۸(۸)، ۱۱۵-۱۳۰.

[http://journals.ueae.ir/article\\_130.html](http://journals.ueae.ir/article_130.html)  
ایمانی‌زاد، اعظم؛ گل‌محمدیان، محسن؛ مرادی، امید و گودرزی، محمود. (۱۴۰۰). اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر بخشودگی و باورهای ارتباطی زوجین درگیر در پیمان‌شکنی زناشویی. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۰(۱۰۰)، ۶۵۳-۶۶۵.

<https://psychologicalscience.ir/article-1-966-fa.html>  
حاتمی، نوشین؛ حیدری، حسن و داوودی، حسین. (۱۴۰۰). اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر کاهش دزدگی زناشویی و میل به طلاق در زوجین متقاضی طلاق. *پژوهش‌نامه زنان*، ۱۲(۱)، ۴۰-۲۱.

<https://doi.org/10.30465/ws.2021.5694>  
زمانی‌فر، مژگان؛ کشاورزی ارشدی، فرناز؛ حسینی، فریبا و امامی‌پور، سوزان. (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی زوج درمانی شناختی-رفتاری با زوج درمانی سیستمی-رفتاری بر صمیمیت و تمایز یافتگی خود در زوجین با تعارض زناشویی. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۱(۱۱۷)، ۱۷۷۹-۱۷۹۸.

<https://psychologicalscience.ir/article-1-1622-fa.html>  
عاشوری، اعظم و پارسی‌نژاد، زهرا. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان زوجی متمرکز بر هیجان بر نگرش‌های ناکارآمد و حس پیوستگی در میان زوج‌های متعارض. *آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده*، ۵(۲)، ۹۴-۷۷.

<https://fpcej.ir/article-1-263-fa.html>  
علاقبند، لیلا؛ شریفی، حسن؛ پاشا؛ فرزاد، ولی‌الله و آقاییوسفی، علیرضا. (۱۳۹۹). پیش‌بینی طلاق عاطفی بر اساس سواد عاطفی، سبک‌های مقابله‌ای، کیفیت زندگی، هیجان‌خواهی با میانجی‌گری تاب‌آوری. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۹(۹۰)، ۷۴۳-۷۳۳.

<http://psychologicalscience.ir/article-1-603-fa.html>  
قوامی، رضوان؛ محمدی فاضل، مینا؛ علباری، زهرا و بیرق‌دار، شهناز. (۱۴۰۲). نقش دزدگی زناشویی و نارضایتی جنسی در شکست عشقی در زنان با طلاق عاطفی. *فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی*، ۴(۱)، ۲۳۷-۲۲۱.

<https://doi.org/10.22034/aftj.2023.338575.1536>  
کیایی‌راد، حسین؛ پاشا، رضا؛ عسگری، پرویز و مکنونی، بهنام. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی درمان شناختی رفتاری و طرحواره درمانی بر روابط فرازناشویی و خشونت خانگی در زنان با طلاق عاطفی. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۹(۹۶)، ۱۶۸۱-۱۶۶۷.

<https://psychologicalscience.ir/article-1-877-fa.html>  
مومن‌پور، سمانه؛ صفاری‌نیا، مجید؛ بزازیان، سعیده و وطنخواه، حمیدرضا. (۱۴۰۱). نقش افکار خودآیند منفی و نگرش‌های ناکارآمد در بهزیستی روانشناختی با میانجی استرس ادراک‌شده در زنان مبتلا به سرطان پستان. *نشریه پژوهش پرستاری ایران*، ۱۷(۱)، ۳۰-۱۹.

<http://dx.doi.org/10.22034/IJNR.17.1.19>  
مهدی‌قلی، محمدرضا؛ دوکانه‌ای‌فرد، فریده و جهانگیر، پانته‌آ. (۱۴۰۲). اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر دزدگی زناشویی و تاب‌آوری زوجین جوان. *فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی*، ۴(۲)، ۵۹-۴۷.

<https://doi.org/10.22034/aftj.2022.334054.1473>  
نظری، وکیل؛ محمدخانی، پروانه و دولت‌شاهی، بهروز. (۱۳۹۰). مقایسه اثربخشی زوج درمانی شناختی رفتاری غنی‌شده و زوج درمانی تلفیقی رفتاری در افزایش رضایت زناشویی. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی*، ۶(۲۲)، ۱۷۵-۱۴۹.

[https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article\\_4164.html](https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_4164.html)

## References

- Aqqabozorgi, S., Hamidi, M., Keshavarz Mohammadi, R., & Shariat, S. (2019). Comparing effectiveness of Walsh approach and Olson approach on communicative models and marital burnout in the women hurt by marital betrayal. *Journal of Psychological Science*, 18(83), 2223-2232. [Persian] <https://psychologicalscience.ir/article-1-352-en.html>
- Ahmadi, M., & Zamani Lari, M. (2023). The relationship between dysfunctional attitudes and positive and negative emotions with attitudes towards extramarital relationships; Considering the mediating role of religious orientation in couples on the verge of divorce. *Islam & Psychological Research*, 8(18), 115-130. [Persian] [http://journals.ueae.ir/article\\_130.html?lang=en](http://journals.ueae.ir/article_130.html?lang=en)
- Alaghband, L., Sharifi, H. P., Farzad, V., & Aghayousefi, A. (2020). Predicting emotional divorce based on emotional literacy, coping styles, quality of life, resilience mediation. *Journal of Psychological Science*, 19(90), 733-743. [Persian]

- <https://psychologicalscience.ir/article-1-603-en.html>
- Al-Shahrani, H. F., & Ahmed Hammad, M. (2023). Relationship between emotional divorce and alexithymia among married women in Saudi Arabia. *BMC Psychology*, 11(217), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01236-w>
- Ashori, A., & ParsiNezhad, Z. (2020). Effectiveness of emotionally focused couple therapy on dysfunctional attitudes and sense of connection among conflicting couples. *Family Pathology, Counseling & Enrichment*, 5(2), 77-94. [Persian] <https://fpcej.ir/article-1-263-en.html>
- Bahrami Moqadam, M., Afshariniya, K., & Kakabaraee, K. (2023). The effectiveness of emotion-focused couple therapy on decrease of marital burnout and depression of couples. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 4(9), 32-42. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.4.9.4>
- Bailey, G., Halamova, J., & Vrablova, V. (2023). Clients' facial expressions of self-compassion, self-criticism, and self-protection in emotion-focused therapy videos. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1129), 1-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph20021129>
- Bodenmann, G., Kessler, M., Kuhn, R., Hocker, L., & Randall, A. K. (2020). Cognitive-behavioral and emotion-focused couple therapy: Similarities and differences. *Clinical Psychology in Europe*, 2(3), e2741. <https://doi.org/10.32872%2Fcpe.v2i3.2741>
- Cherrier, C., Courtois, R., Rusch, E., & Potard, C. (2023). Dysfunctional attitudes, sociotropy-autonomy, and intimate partner violence victimization in emerging adulthood. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6164), 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph20126164>
- Damo, D. D., & Cenci, C. M. B. (2021). Emotional divorce: Similarities and differences according to the position occupied. *Trends in Psychology*, 29, 505-518. <http://dx.doi.org/10.1007/s43076-021-00088-w>
- Fausor, R., Moran, N., Gesteira, C., Cobos, B., Sanz-Garcia, A., Liebana, S., & et al. (2022). Relationships of the big five facets and dysfunctional attitudes with depression. *Scandinavian Journal of Psychology*, 63(6), 680-688. <https://doi.org/10.1111%2Fsjop.12840>
- Hatami, N., Heydari, H., & Davoodi, H. (2021). Effectiveness of emotionally-focused couple therapy on the marital burnout and divorce inclination in the couples applying for divorce. *Women's Studies*, 12(1), 21-40. [Persian] <https://doi.org/10.30465/ws.2021.5694>
- Hogue, A., Schumm, J. A., MacLean, A., & Bobek, M. (2022). Couple and family therapy for substance use disorders: Evidence-based update 2010-2019. *Journal of Marital and Family Therapy*, 48(1), 178-203. <https://doi.org/10.1111/jmft.12546>
- Iamnizad, 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] <https://psychologicalscience.ir/article-1-966-en.html>
- Jarwan, A. S., & Al-Frehat, B. M. (2020). Emotional divorce and its relationship with psychological hardness. *International Journal of Education and Practice*, 8(1), 72-85. <https://doi.org/10.18488/journal.61.2020.81.72.85>
- Johnson, S. M. (2019). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection*. 3rd Edition, New York: Routledge Publisher. <https://www.amazon.com/Practice-Emotionally-Focused-Couple-Therapy/dp/0815348010>
- KiaeeRad, H., Pasha, R., Asgari, P., & Makvandi, B. (2020). Comparison of the effectiveness of cognitive-behavioral therapy and schema therapy on extramarital relationships and domestic violence in women with emotional divorce. *Journal of Psychological Science*, 19(96), 1667-1682. [Persian] <https://psychologicalscience.ir/article-1-877-en.html>
- Mehdigholi, M., Dokaneifard, F., & Jahangir, P. (2023). The effectiveness of emotion-oriented couple therapy on marital burnout and resilience of young couples. *Journal of Applied Family Therapy*, 4(2), 47-59. [Persian] <https://doi.org/10.22034/aftj.2022.334054.1473>
- Meneses, C. W. (2017). Emotion-focused couples therapy. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 16(3), 236-255. <https://doi.org/10.1080/14779757.2017.1330706>
- Mentez, A., & Yildirim, I. (2024). The effect of marriage enrichment program on spousal burnout of married women. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 14(72), 124-136. [https://doi.org/10.17066/tpdrd.1324084\\_9](https://doi.org/10.17066/tpdrd.1324084_9)

- Momenpour, S., Saffarinia, M., Bazzazian, S., & Vatankhah, H. (2022). The role of negative spontaneous thoughts and dysfunctional attitudes in psychological well-being mediated by perceived stress in women with breast cancer. *Iranian Journal of Nursing Research*, 17(1), 19-30. [Persian] <http://dx.doi.org/10.22034/IJNR.17.1.19>
- Muraosa, H., Shirata, T., Saito, Y., Noto, K., & Suzuki, A. (2024). Comparison of dysfunctional attitudes, cognitive vulnerability to depression, before and during the COVID-19 pandemic in healthy participants. *BMC Psychology*, 12(185), 1-5. <https://doi.org/10.1186%2Fs40359-024-01674-0>
- Nazari, V., Mohammadkhani, P., & Dolatshahi, B. (2011). Comparison of effectiveness of Enhanced cognitive-behavioral couple therapy and integrative-behavioral couple therapy in increasing marital satisfaction. *Journal of Modern Psychological Researches*, 6(22), 149-175. [Persian] [https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article\\_4164.html?lang=en](https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_4164.html?lang=en)
- Pines, A. M. (1996). *Couple burnout: Causes and cures*. New York: Routledge Publisher. <https://doi.org/10.4324/9781315022291>
- Qavami, R., Mohammadi Fazel, M., Aliyari, Z., & Beiraqdar, Sh. (2023). The role of marital boredom and sexual dissatisfaction in love failure in couples with emotional divorce. *Journal of Applied Family Therapy*, 4(1), 221-237. [Persian] <https://doi.org/10.22034/aftj.2023.338575.1536>
- Rasheed, A., Amr, A., & fahad, N. (2021). Investigating the relationship between emotional divorce, marital expectations, and self-efficacy among wives in Saudi Arabia. *Journal of Divorce & Remarriage*, 62(1), 19-40. <https://doi.org/10.1080/10502556.2020.1833290>
- Ren, X., Cai, Y., Wang, J., & Chen, O. (2024). A systematic review of parental burnout and related factors among parents. *BMC Public Health*, 27(376), 1-17. <https://doi.org/10.1186%2Fs12889-024-17829-y>
- Rosen, N. O., Vaillancourt-Morel, M. P., Corsini-Munt, S., Steben, M., Delisle, I., Baxter, M. L., & Bergeron, S. (2021). Predictors and moderators of provoked vestibulodynia treatment outcome following a randomized trial comparing cognitive-behavioral couple therapy to overnight lidocaine. *Behavior Therapy*, 52(6), 1502-1515. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2021.05.002>
- Senol, A., Gurbuz, F., & Dost, M. T. (2023). Emotion-focused couple therapy: A review of theory. *Psikiyatride Guncel Yaklasmlar-Crrent Approaches in Psychiatry*, 15(1), 146-160. <http://dx.doi.org/10.18863/pgy.1090793>
- Topkaya, N., Sahin, E., Terziogulları Yilmaz, C., & Asantugrul, N. (2024). Predictors of couple burnout among Turkish married individuals. *Behavioral Sciences*, 14(561), 1-16. <https://doi.org/10.3390/bs14070561>
- Tsang, P. S. (2014). *Mediating effect of emotional processing on the relationship between dysfunctional attitudes and negative emotional states*. Thesis of University of Hong Kong, Pokfulam, Hong Kong SAR. [http://dx.doi.org/10.5353/th\\_b5394153](http://dx.doi.org/10.5353/th_b5394153)
- Van Diest, S. L., Den Oudsten, B. L., Aaronson, N. K., Beaulen, A., Verboon, P., Aarnoudse, B., & Van Lankveld, J. J. D. M. (2023). Emotionally focused couple therapy in cancer survivor couples with marital and sexual problems: A replicated single-case experimental design. *Frontiers in Psychology*, 14(1123821), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1123821>
- Weissman, A. N., & Beck, A. T. (1978). *Development and validation of the dysfunctional attitude scale: A preliminary investigation*. Toronto: Annual Meeting of the American Educational Research Association. <https://catalogue.nla.gov.au/catalog/5363025>
- Xavier, S., Branquinho, M., Pires, R., Moreira, H., Coelho, M., & Araujo-Pedrosa, A. (2023). Dysfunctional attitudes toward motherhood and depressive symptoms in Portuguese pregnant women during COVID-19 pandemic: The mediating roles of self-compassion and mindful self-care. *Mindfulness*, 14(2), 418-428. <https://doi.org/10.1007%2Fs12671-022-02049-5>
- Zamanifar, M., Keshavarzi Arshadi, F., Hassani, F., & Emamipour, S. (2022). Comparing effectiveness of cognitive-behavioral couple therapy with systemic-behavioral couple therapy on intimacy and differentiation of self in couples with marital conflict. *Journal of Psychological Science*, 21(117), 1779-1798. [Persian] <https://psychologicalscience.ir/article-1-1622-en.html>
- Zhou, Y., Arend, J., Mufson, L., & Gunlicks-Stoessel, M. (2021). Change in dysfunctional attitudes and attachment in interpersonal psychotherapy for depressed adolescents. *Psychotherapy Research*, 31(2), 258-266. <https://doi.org/10.1080%2F10503307.2020.1756513>