

**Effect of treatment based on Olson's Circumplex Model on emotional divorce, relationship beliefs, Stress- Anxiety- Depression among couples exposed to emotional divorce**

**Sanaz Khodadoost, Ph.D student**

Department of Psychology, Faculty of Psychology and Social Science, Islamic Azad University, Roudehen Branch, Tehran, Iran.

**Hossein Ebrahimi Moghaddam, Ph.D**

Department of Psychology, Faculty of Psychology and Social Science, Islamic Azad University, Roudehen Branch, Tehran, Iran.

**Khadije Abolmaali, Ph.D**

Department of Psychology, Faculty of Psychology and Social Science, Islamic Azad University, Roudehen Branch, Tehran, Iran.

**اثربخشی درمان مبتنی بر الگوی گشتاوری بر طلاق عاطفی، باورهای ارتباطی و استرس - اضطراب - افسردگی در زوجین در معرض طلاق عاطفی**

ساناز خدادوست

دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، تهران، ایران.

حسین ابراهیمی مقدم\*

دانشیار گروه روانشناسی عمومی، دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، تهران، ایران.

خدیجه ابوالمعالی

دانشیار گروه روانشناسی عمومی، دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، تهران، ایران.

**Abstract**

This research was conducted aiming at determining the effect of Olson's Circumplex Model on emotional divorce, relational beliefs, Stress- Anxiety- Depression among couples exposed to emotional divorce. The study was a semi-experimental research of pretest-posttest type with a control group. 16 couples were selected among all couples with irrational relation that seeking a couple's therapy referred to Dr. Hosein Ebrahimi Moghaddam's clinic in the year 95-96, they were selected by using available sampling method. After the interview, they were assigned to two experimental and control groups (two groups of 8 couples). The intervention based on Olson Model was held at 10 sessions of 90 minutes. Before and after training, Emotional Divorce scale (Gottman, 2000), Relational Beliefs inventory Eidelson & Epstein, (1982) and Depression- Anxiety- Stress Scale (Lovibond & Lovibond, 1995) were used and data were analyzed by covariance analysis. The results showed a significant difference in emotional separation, dysfunctional components of Disagreement is destructive, Mind reeling is expected, Partner can not change also anxiety and depression ( $P < 0.05$ ). There was no significant difference in Sexual perfectionism, the sexual are different and stress variable. The findings showed this method has improved relationships between couples, a sense of intimacy and satisfaction, and reduced psychological stress.

**Keywords:** Olson's Circumplex Model, Relational Beliefs, Anxiety, Depression, Stress, Emotional Divorce

**چکیده**

هدف از این پژوهش بررسی اثربخشی الگوی گشتاوری Olson بر طلاق عاطفی، باورهای ارتباطی و استرس - اضطراب - افسردگی در زوجین در معرض طلاق عاطفی بود. پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری تمام زوجین دارای روابط ناکارآمد متقاضی زوج‌درمانی به مرکز مشاوره دکتر ابراهیمی مقدم در شهر تهران بودند که ۱۶ زوج به روش نمونه‌گیری در دسترس پس از مصاحبه انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل (دو گروه ۸ زوجی) جایگزین شدند. گروه آزمایش در ۱۰ نشست ۹۰ دقیقه‌ای درمان مبتنی بر الگوی گشتاوری Olson را دریافت کردند. قبل و بعد از مداخله، پرسشنامه‌های طلاق عاطفی (Gottman, 1995)، باورهای ارتباطی (Eidelson & Epstein, 1982) و مقیاس افسردگی - اضطراب - استرس (Lovibond & Lovibond, 1995) اجرا و بعد از جمع‌آوری اطلاعات، داده‌ها با روش تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل شدند. یافته‌ها تفاوت معنی‌داری را در کاهش جدایی عاطفی، بهبود باور تخریب‌کنندگی مخالفت، توقع ذهن‌خوانی، باور به عدم تغییرپذیری همسر و نیز اضطراب و افسردگی نشان دادند ( $P < 0.05$ ). در مؤلفه‌های کمال‌گرایی جنسی، باور به عدم تفاوت جنسیتی و استرس تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. این مداخله باعث بهبود روابط میان زوجین، احساس صمیمیت و کاهش فشار روانی گردید.

**واژه‌های کلیدی:** الگوی گشتاوری Olson، باورهای ارتباطی، اضطراب، افسردگی، استرس، طلاق عاطفی

\*. نویسنده مسئول: hem\_psy@yahoo.com

## مقدمه

هست (Ghasemi, Mirzania and Hayati, 2019)، دست به دست هم می‌دهند تا یک طلاق عاطفی را در زندگی زوج‌ها رقم بزنند. در واقع، یکی از تأثیرگذارترین و مهم‌ترین عوامل در تداوم و پایداری رابطه میان زوجین، ارتباط است و ایجاد مشکل در این زمینه به معنای وجود یک تهدید جدی برای زوجین است (Akhavan gholami, Hayati, 2019). Willoughby (2015)؛ باورهای غلط، پیش‌داوری‌ها و نگرش‌های منفی از جمله عواملی هستند که می‌توانند اثربخشی یک ارتباط را تضعیف کرده و موجب عدم درک درست پیام فرستاده شده شود (Abbasi Borandagh, Kimiaei, Ghanbari Hashemabadi, 2014) و متأسفانه اگر فردی اجازه بدهد این تفکرات گمراه‌کننده، زندگی‌اش را تحت تأثیر قرار دهد و همچنین پایه روابط خود را بر اساس آن بچیند، در واقع خود را در چرخه‌ای معیوب قرار داده که هرچه بیشتر برای عشق پایدار تلاش کند، در نهایت سعی در نابودی آن کرده است (Haris, 2016).

Epstien & Eidelson (1982) با گسترش ارزیابی باورهای ناکارآمد، پنج باور ارتباطی غیرمنطقی<sup>۱</sup> را که در روابط زناشویی سهم‌اند مشخص کرده‌اند که این باورها عبارت‌اند از: الف) باور به اینکه مخالفت با همسر، تخریب‌کننده<sup>۲</sup> است؛ زمانی که زوجین فکر می‌کنند قدرت کافی برای تحمل مشکل ندارند، سعی می‌کنند از بروز مشکل و اختلاف در روابط زناشویی جلوگیری کنند؛ ب) باور به توقع ذهن‌خوانی<sup>۳</sup>؛ که زن و شوهر به علت وابستگی عمیقشان به یکدیگر فکر می‌کنند باید قادر باشند نیازهای طرف مقابل را درک و در واقع ذهن‌خوانی کنند؛ بدون اینکه نیازی به مطرح کردن مستقیم آنها باشد؛ پ) باور به عدم تغییرپذیری همسر<sup>۴</sup>؛ زمانی است که یکی از زوجین رفتار ایده‌آل و قابل قبولی نداشته باشد و زوج دیگر بپندارد که چنین رفتار و وضعیتی وحشتناک است و در واقع هرگز تغییرات مثبت در رابطه زناشویی رخ نمی‌دهد؛ ت) باور به کمال‌گرایی جنسی<sup>۵</sup>؛ چنانچه همسری در رابطه جنسی‌اش

نتایج تحقیقات Gottman (2013) باورهای ارتباطی زوجین را پیش‌بینی‌کننده وقوع طلاق می‌داند. طلاق یکی از مهم‌ترین آسیب‌های خانوادگی است اما آمار رسمی طلاق به‌طور کامل نشان‌دهنده میزان ناکامی همسران در زندگی زناشویی نیست، طلاق هم می‌تواند صورت آشکار و رسمی به خود بگیرد که طی آن خانواده فرومی‌پاشد و هم می‌تواند صورت پنهان به خود بگیرد که در نتیجه آن خانواده صرفاً ساختار بیرونی خود را حفظ می‌کند ولی از درون تهی می‌شود که به این حالت طلاق عاطفی گفته می‌شود (Momeni K, Azadifard, Salehi Amiri, Hekmatpour, 2015). نتایج پژوهش Fadaei (2015) نشان داد خانواده‌هایی که در آنها طلاق عاطفی وجود دارد نسبت به خانواده‌های عادی قادر به حل مشکلات و تعارض‌های خود نیستند، ارتباط عاطفی اعضای خانواده ناکارآمد و مختل است و در زمینه تعامل نقش‌ها و عملکرد کلی به طرز ضعیفی عمل کرده‌اند. طلاق عاطفی به‌عنوان انتخابی نفرت‌انگیز بین تسلیم و نفرت از خود و تسلط و نفرت از خود تجربه می‌شود که در آن هر یک از زن و شوهر به دلیل احساس غمگینی و ناامیدی، دیگری را آزار می‌دهد (Firoozjaeian, Ismail Riahi, Mohammadi, Doust 2016 Safipouriyani, Ghadami, Khakpour, Sodani, Mehrafarid (2016). Momeni, Azadifard (2016) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که مشاوره با روش درمان بین فردی (IPT)، موجب کاهش دلزدگی زناشویی در زمینه ازپافتادگی عاطفی گروه آزمایش شده است که نتایج پیگیری (یک ماهه) نیز حاکی از تداوم اثر مداخله در کاهش دلزدگی زناشویی در زمینه ازپافتادگی عاطفی است.

درک نکردن صحیح از رفتار و گفتار یکدیگر، نداشتن شناخت کافی از روحیات طرف مقابل و عاقبت بی‌علاقگی و سردی نسبت به شریک زندگی، همچنین برداشت‌های منفی همسر، داشتن معیارهای انعطاف‌ناپذیر، تعصب‌های شخصی و سوءتفاهم یا درک نکردن صحبت‌های یکدیگر آن‌طور که

1. Irrational relationship belief  
3. Mind reading is expected  
5. Sexual perfectionism

2. Disagreement is destructive  
4. Partner can not change

متعارض می‌گردد ( Nowruz, Nazari, Rasouli, Davarnia, Babaei Garmkhani, 2016. Besharat, Madani, Pourhossein, 2014). تجربه عواطف منفی، درماندگی روان‌شناختی تعریف شده است (بشارت، ۱۳۸۷) که در این پژوهش ابعاد استرس، اضطراب و افسردگی ناشی از اختلافات زناشویی به‌عنوان درماندگی روان‌شناختی در نظر گرفته شد. Johnson (2003) وجود اختلاف‌های زناشویی را عامل خطر ساز مهمی در بروز افسردگی، اضطراب، اختلال دوقطبی، وابستگی به الکل و بعضی بدخیمی‌ها می‌داند. به نظر می‌رسد ناسازگاری و آشفتگی که در روابط زناشویی به وجود بیاید می‌تواند سلامت فرد، خانواده و جامعه را با مشکل مواجه سازد ( Lebow, Chambers, Christensen & Johnson, 2012).

استرس زناشویی بخشی از استرس روزانه زوجین است و نقش اساسی در چگونگی کیفیت و ثبات روابط صمیمانه بین زوجین دارد؛ Mead (2002) استرس زناشویی را به‌عنوان موقعیتی تعریف کرده که زوجین در آن، مشکلات ارتباطی و حل مسئله را تجربه می‌کنند، درحالی‌که در جست‌وجوی راه‌حل هستند، با یکدیگر زندگی می‌کنند و به سختی تفاوت‌های طرف مقابل را می‌پذیرند (Nik Rokh, Zaharakar, 2016). اگر این استرس به خوبی توسط زوجین مدیریت نگردد، آثار مخربی به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم بر سیستم زوجی وارد می‌کند و تأثیرات منفی‌ای را بر رابطه زناشویی بر جای می‌گذارد. زوجینی که دارای مشکلات زناشویی هستند، بالطبع استرس زناشویی زیادی را در رابطه با همسر خود تجربه می‌کنند و استرس زناشویی بالا در زوج‌ها با توجه به مطالبی که بیان گردید برای همسران بسیار خطرناک و آسیب‌زا است (Shakarami, Davarniya, Zaharakar, 2014. Neilson-Clayton & Brownlee, 2002).

علاوه بر این، پژوهش‌ها ارتباط بین طلاق و افسردگی را نشان می‌دهند (Sbarra, Emery, Beam & Ocker, 2014). محققان عقیده دارند که بین افسردگی و روابط بین فردی آشفته در جمعیت‌های مختلف (بالینی در مقابل افراد عادی)

عالی نباشد، ناکام مانده و حس یک فرد شکست‌خورده را دارد. ریشه این باور را در باور حکم‌کنندگی، نیازمندی و کمال‌گرایی می‌توان یافت، ث) باور به تفاوت‌های جنسیتی؛ باورهای قالبی هستند که اساس علمی ندارند و مردم پیشاپیش ویژگی‌های خاصی را به دو جنس نسبت می‌دهند. این باورهای ناکارآمد می‌توانند در کیفیت رابطه تأثیر منفی بگذارند و باعث درماندگی روان‌شناختی شوند ( Hamamci, 2005. Karney, & Bradbury, 1995).

همچنین تحقیقات صورت گرفته نشان می‌دهند که بین باورهای ناکارآمد با تعارضات، عدم رضایتمندی، ناسازگاری و آشفتگی زناشویی رابطه دوسویه وجود دارد ( Amin, Soleimanian, Hydernia, 2019. Abbasi Borandagh et al, 2005. Adib Rad & Adib Rad, 2014). نتایج پژوهش Willoughby (2014)، با موضوع نقش باورهای زناشویی به‌عنوان یک مؤلفه عملکرد رابطه مثبت نشان داد به این صورت که باورهای زناشویی به‌طور قابل‌توجهی با ادراکات افراد از رابطه سالم که در آن باورهای مثبت‌تر در مورد ازدواج به‌طور غیرمستقیم با ادراکات افراد از رضایت بیشتر و ثبات بیشتر در ارتباط بودند همراه بود. نتایج انجام گرفته توسط Olson, Olson-Sigg, Ammy (2013)، نشان می‌دهند که درصد بالایی از زوج‌ها با مشکلات ارتباطی روبرو هستند. اکثر زوج‌های متأهل آرزو دارند که همسرشان بیشتر احساسات خود را ابراز کنند. بسیاری از همسران در مطرح کردن خواسته‌هایشان مشکل دارند و احساس می‌کنند که همسرانشان آنها را درک نمی‌کنند. آنها احساس می‌کنند که همسرشان مشکلاتش را برایش بازگو نمی‌کند و مشکل دیگری که بسیار رایج است این مسئله است که توسط همسر خود سرکوب می‌شود.

عواملی همچون کاهش کیفیت روابط، کاهش تعاملات مثبت، افزایش تعاملات منفی و اجتناب‌های زناشویی، کاهش زمان باهم بودن زوجین و تضعیف احساس باهم بودن باعث ایجاد حالت‌های خلقی اجتنابی از قبیل خشم، غم، تنفر، حقارت، احساس گناه، ترس و عصبانیت در زوجین

گفت و گو و مذاکره، افزایش توانایی در ایجاد ارتباط متقابل و  
 محاوره مؤثرتر است ( Yousefzadeh, Farrad, Navabi, Nejad, Nouranipour, 2017. Olson, 2009. Vandeleur, Jeanpretre, Perrez & Schoebi, 2009). به طور کلی بیشتر  
 مطالعات و بررسی‌هایی که بر اساس مدل گشتاوری Olson توسط پژوهشگر به هنگام جست‌وجوی پیشینه پژوهش به  
 دست آمد در زمینه ساختار خانواده، رفع تعارضات زناشویی، سازگاری خانواده و افزایش رضایتمندی زناشویی بود برای  
 مثال Sepahvand, Rasoulzadeh Tabatabai, Besharat and Al-Hayari (2015) در پژوهش خود نشان دادند زوج‌درمانی  
 با مدل اولسون بر مشکلات زناشویی، رضایت زناشویی، بهزیستی روان‌شناختی و درماندگی روان‌شناختی زوجین تأثیر  
 مثبت دارد. Naghiai (2014)، در پژوهش خود نشان داد زوج‌درمانی مبتنی بر تلفیق رویکرد وجودگرایی با مدل  
 اولسون بر رضایتمندی زناشویی و کارکرد خانواده زنان مؤثر است. (Zemerman, Markman & Stainly (2005) در  
 پژوهش خود نشان می‌دهند برنامه آموزش غنی‌سازی به سبک اولسون موجب ارتقای رضایت زناشویی می‌شود؛  
 Mostofi Sarkari, Ghamari & Hosseinian (2020)، در پژوهشی با هدف تعیین اثربخشی آموزش روانی بر اساس  
 الگوی Olson & McMaster در انسجام خانواده معلمان زن نشان دادند که آشنایی معلمان زن با مهارت‌های حل مسئله،  
 مهارت‌های ارتباطی، مدیریت تعارض، همراهی عاطفی و دیگر مؤلفه‌های موجود در الگوهای Olson & McMaster باعث بهبود انسجام خانواده آنان شده است. پژوهش (2016)  
 Navabinejad, Kiamanesh Hosseini Hajibekandeh، نشان داد که آموزش مدل اولسون موجب افزایش تاب‌آوری و  
 کاهش تعارضات زناشویی زوجین می‌شود. Jalali, Ahadi, Kiamanesh (2016)، در پژوهش خود نشان دادند که  
 آموزش خانواده مبتنی بر رویکرد اولسون بر بهبود انطباق و انسجام خانواده زنان و مردان گروه آزمایش مؤثر است.  
 با توجه به محوهای اصلی این رویکرد درمانی، اهمیت و نقش کلیدی باورهای ارتباطی در شکل دادن و کیفیت روابط

رابطه دوسویه وجود دارد ( Evraire, Karimiha & Rehman, Goodnight, 2015). عده‌ای معتقدند که آشفتگی  
 زناشویی منجر به افسردگی می‌شود ( Sandberg, Yorgason, Mill, & Hill, 2012. Denton, Carmody, Rush, Thase, Trivedi, Et al, 2010. Cho, 2008. Mount Boston, Patricia & Cohon, 2007). افسردگی یکی از زوجین  
 می‌تواند بر سازگاری زناشویی تأثیر بگذارد ( Guan & Han, 2013). در مدل آشفتگی زناشویی در افسردگی Beach،  
 نارضایتی زناشویی از طریق کاهش تقویت‌های موجود در ارتباط زوجین و افزایش استرس، آنها را به سوی افسردگی  
 سوق می‌دهد (Amani and Majzoobi, 2014). از سوی دیگر آشفتگی‌های زناشویی نیز می‌توانند ابتلا به اختلالات  
 اضطرابی را پیش‌بینی کنند ( Foran, Whisman, Beach, Gray & Coons, 2015). هرچند فرا تحلیل‌ها تأیید  
 می‌کنند که درمان‌های مختلف برای آشفتگی زوجی از نظر آماری و بالینی پیامدهای معناداری ایجاد می‌کنند، اما  
 یافته‌های پژوهشی دیگری نشان می‌دهند که درصد زیادی از زوجین در بهره‌وری از آنها شکست می‌خورند یا مدتی پس  
 از درمان‌های رایج بدتر می‌شوند ( Snyder & Balderrama, Durbin, 2012).

در نظر گرفتن روش درمانی برای اصلاح و ارتقاء وضعیت ارتباطی زوج‌های درگیر، می‌تواند به کاهش تنش  
 بین فردی و بهبود درماندگی روان‌شناختی حاصل از جدایی عاطفی و عدم احساس نزدیکی و صمیمیت بین زوجین کمک  
 کند. رویکرد سیستمی، مبتنی بر مداخله در روابط میان فردی و سطح است. این مداخله بیشتر از عوامل درونی بر مهار  
 عوامل برون فردی و محیطی ایجادکننده تعارض تمرکز دارد و بیشتر متمرکز بر آموزش و بازسازی عملکرد رفتاری است  
 ( Olson, Pinsof, Breunlin, Russell & Lebow, 2011). Olson, DeFrain & Skogrand, 2010). از جمله نظریه‌پردازان  
 رویکرد سیستمی است که با ارائه مدل گشتاوری<sup>۱</sup>، خانواده را مورد بررسی قرار می‌دهد. اهداف کلی درمان در این رویکرد  
 کمک به زوج‌ها برای دستیابی به سازگاری بیشتر در رابطه،

### ابزار سنجش

آزمون پرسشنامه طلاق عاطفی (EDS)Gottman<sup>۱</sup>: این پرسشنامه توسط Gottman (1995) تدوین شده است این پرسشنامه در ۲۴ گویه و به شیوه بله (یک)، یا خیر (صفر) نمره‌گذاری شده است. چنانچه تعداد پاسخ‌های مثبت برابر هشت و بالاتر باشد به این معناست که زندگی زناشویی فرد در معرض جدایی قرار داشته و علائمی از طلاق عاطفی در او مشهود است؛ بنابراین نمرات بالا در این مقیاس نشان می‌دهد که احتمال طلاق عاطفی بیشتر است. روایی صوری و سازه ابزار تأیید و پایایی آن به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ گزارش شده است (Gottman, 2009). برای به دست آوردن روایی سازه از تحلیل عاملی به روش چرخشی واریماکس استفاده شد و بدین‌صورت چهار عامل شناسایی شده است: جدایی و فاصله از یکدیگر، احساس تنهایی و انزوا، نیاز به همراه و هم‌صحبت و احساس بی‌حوصلگی و بی‌قراری. مقادیر اشتراک و بار عاملی سؤالات پرسشنامه نشان داد که بار عاملی همه سؤالات در دامنه (۰/۴۹) تا (۰/۸) قرار داشته و بار عاملی مقبولی دارند (Latifian, Arshi, Ali Pouro, 2017). در نسخه ایرانی مقیاس از روش آلفای کرونباخ برای تعیین ضریب پایایی مقیاس استفاده شد که برای کل مقیاس (۰/۸۳) به دست آمد (Mousavi & RezaZade, 2015). همچنین RahimiNegad (2016) روایی ابزار را با نظر متخان تأیید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش کردند. در این پژوهش پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۷ محاسبه شد. نمونه سؤالات این پرسشنامه عبارت‌اند از: "در این ازدواج احساس خلأ می‌کنم." "آن‌قدرها که دلم می‌خواست به هم (زن و شوهر) نزدیک نیستیم." پرسشنامه باورهای ارتباطی<sup>۲</sup>: این پرسشنامه به‌منظور اندازه‌گیری باورهای غیرمنطقی در زندگی زناشویی در سال ۱۹۸۲ به‌صورت یک نسخه ۶۰ سؤالی توسط Eidelson & Epstein ساخته شد. پس از پاره‌ای تغییرات، سازندگان این مقیاس با حذف بعضی از سؤالات، نسخه ۴۰ سؤالی آن را در

زوجین از یک سو این واقعیت که الگوهای ارتباط و باورهای ارتباطی آموختنی بوده و بنابراین می‌توان آنها را تغییر داد (Shahrestani, Etemadi, Salimi, 2015) و نیز تأثیر مخرب اختلافات زناشویی در ایجاد عواطف منفی و سلامت روانی و با در نظر گرفتن آمار روبه افزایش طلاق عاطفی و مشکلات بین زوجین، تعیین روشی متناسب با حوزه آسیب‌دیده در روابط زوجین می‌تواند کمک خوبی برای درمانگران جهت کمک به زوجین درگیر باشد، با استناد به مطالب گفته‌شده در این پژوهش، محقق به دنبال پاسخ‌گویی به این سؤال بود که آیا درمان مبتنی بر الگوی گشتاوری Olson بر کاهش احساس جدایی عاطفی، بهبود باورهای ارتباطی و استرس - اضطراب - افسردگی در زوجین در معرض طلاق عاطفی مؤثر است؟

فرضیه‌های پژوهش عبارت بودند از: (۱) درمان مبتنی بر الگوی گشتاوری Olson بر کاهش احساس جدایی عاطفی در زوجین در معرض طلاق عاطفی مؤثر است؛ (۲) درمان مبتنی بر الگوی گشتاوری الگوی Olson بر باورهای ارتباطی در زوجین در معرض طلاق عاطفی مؤثر است؛ (۳) درمان مبتنی بر الگوی گشتاوری Olson باعث کاهش اضطراب - افسردگی - استرس، زوجین می‌شود.

### روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش، همه زوج‌های متقاضی زوج‌درمانی مراجعه‌کننده به کلینیک دکتر ابراهیمی مقدم در فاصله نیمسال دوم سال ۹۶-۹۵ که واجد ارتباط‌های ناکارآمد و احساس پوچی در ازدواج بودند را شامل می‌شد. روش نمونه‌گیری در این پژوهش به‌صورت نمونه‌گیری در دسترس بود، آزمودنی‌ها پس از نمونه‌گیری به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند بدین‌صورت که ۱۶ نفر (۸ زوج) که واجد شرایط بودند در گروه آزمایش و ۱۶ نفر (۸ زوج) در گروه کنترل قرار گرفتند.

اضطراب و افسردگی را مورد سنجش قرار می‌دهد. نحوه پاسخ‌دهی به پرسش‌ها به صورت ۴ گزینه‌ای است که به صورت خود سنجی تکمیل می‌گردد. دامنه پاسخ‌ها از "هیچ وقت" تا "همیشه" متغیر است، به طوری که افراد می‌توانند پاسخ‌های خود را به صورت یکی از گزینه‌های مقابل پرسش مربوطه به صورت "هیچ وقت"، "کمی"، "گاهی" و "همیشه" با علامت ضربدر (x) مشخص نمایند. نمره‌دهی از "صفر" تا "سه" است و نمره صفر برای گزینه "کمی"، نمره دو برای گزینه "گاهی" و نمره سه برای گزینه "همیشه" در نظر گرفته می‌شود. مطالعات انجام شده توسط Lovibond & Lovibond (1995) نشان داد که اعتبار و باز آزمایی برای زیر مقیاس‌های فرعی به ترتیب (۰/۸۱) برای استرس، (۰/۷۹) برای اضطراب و (۰/۷۱) برای افسردگی به دست آمد. برای روایی مقیاس نیز ضرایب همبستگی با پرسشنامه‌های اضطراب و افسردگی بک به ترتیب (۰/۸۱) و (۰/۷۴) به دست آمد؛ بنابراین این مقیاس برای به کارگیری در فعالیت‌های پژوهشی و تشخیصی دارای اعتبار مناسبی است. در پژوهشی توسط Afzali, Delavar, Borjali & MirZamani (2007) ویژگی‌های روان‌سنجی آزمون در نمونه ۴۰۰ نفری از دانش‌آموزان شهر کرمانشاه اجرا و نتایج نشان داد که همبستگی مقیاس افسردگی این آزمون با تست افسردگی (۰/۸۴۹)، همبستگی مقیاس اضطراب نیز با آزمون زونگ (۰/۸۳۱) و همبستگی مقیاس استرس و سیاهه استرس دانش‌آموزان (۰/۷۵۷) بود. ضریب آلفای محاسبه شده برای مقیاس افسردگی برابر با (۰/۹۴) و مقیاس اضطراب برابر با (۰/۸۵) و مقیاس استرس برابر با (۰/۸۷)، محاسبه شد. در این پژوهش میزان آلفای کرونباخ برای مؤلفه افسردگی (۰/۵۲۸)، مؤلفه استرس (۰/۶۱۸) و برای مؤلفه اضطراب (۰/۵۹۸) محاسبه شد. نمونه سؤالات این پرسشنامه عبارت‌اند از: "برایم مشکل است آرام بگیرم". "متوجه شدم دهانم خشک می‌شود".

سال ۱۹۹۰ تدوین کردند که توسط Pouretamad & Mazaheri در سال ۲۰۰۰ به فارسی ترجمه شد. نمره‌گذاری این سیاهه در طیف لیکرت به صورت ۶ گزینه‌ای از صفر (کاملاً غلط) تا ۵ (کاملاً درست) است و سپس همه نمره‌ها باهم جمع می‌شود و نمره به دست آمده نمره باورهای ارتباطی فرد را تشکیل می‌دهد (Pouretamad, Mazaheri & Heydari, 2005). این پرسشنامه دارای پنج خرده‌آزمون است که عبارت‌اند از: باور به تخریب‌کنندگی مخالفت با همسر - توقع ذهن‌خوانی - باور به عدم تغییرپذیری همسر - کمال‌گرایی جنسی - باور به تفاوت‌های جنسیت. همسانی درونی آن در پژوهش‌های بی‌شماری مورد بررسی قرار گرفته است. Eidelson & Epstein (1982) در تحقیق خود نشان دادند که پایایی سیاهه باورهای ارتباطی با آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها دامنه‌ای از ۰/۷۲ تا ۰/۸۱ قرار دارد. در تحقیق Emmelkamp, Brilman & Kuiper (1986) پایایی درونی سیاهه باورهای ارتباطی در دامنه ۰/۷۴ تا ۰/۸۳ به دست آمد. در پژوهش Deghan, Gholomali (2018) Lavasani & Madani میزان ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های باور تخریب‌کنندگی مخالفت با همسر (۰/۷۲)، ذهن‌خوانی (۰/۶۲)، تغییرناپذیری (۰/۶۰)، کمال‌گرایی جنسی (۰/۶۲)، باور به تفاوت‌های جنسیت (۰/۶۴) به دست آمد. میزان آلفای محاسبه شده در این پژوهش برای مؤلفه باور به تخریب (۰/۶۳)، مؤلفه توقع ذهن‌خوانی (۰/۵۹)، مؤلفه باور به عدم تغییرپذیری (۰/۵۸)، مؤلفه باور به کمال‌گرایی جنسی (۰/۶۱) و مؤلفه باور به تفاوت‌های جنسیتی (۰/۵۸) بود. نمونه سؤالات این پرسشنامه عبارت‌اند از: "یک همسر باید بدانند که شما چه فکر و احساسی دارید بدون اینکه لازم باشد حرفی درباره آن بزنید". "من انتظار ندارم که همسرم بتواند خودش را عوض کند". "من انتظار ندارم که همسرم بتواند خودش را عوض کند".

مقیاس افسردگی - اضطراب - استرس<sup>۱</sup> (DASS-42): این مقیاس توسط Lovibond & Lovibond در سال ۱۹۹۵ تهیه شده است. این مقیاس ۴۲ سؤالی، سه عامل استرس،

## روش اجرا و تحلیل داده‌ها

زوجینی که نمره پرسشنامه طلاق عاطفی آنها ۸ یا بالاتر بود ۳۲ نفر یا به عبارتی ۱۶ زوج انتخاب شدند؛ که در هر گروه ۸ زوج به صورت تصادفی قرار گرفتند؛ به آزمودنی‌ها درباره‌ی ناشناس ماندن و محرمانه بودن اطلاعات آسودگی خاطر داده شد. پس از اجرای پیش‌آزمون، گروه آزمایش برای زمانی نزدیک به دو ماه (یک‌بار در هفته) در ۱۰ نشست ۹۰ دقیقه‌ای برنامه روان-آموزشگری مبتنی بر مدل گشتاوری Olson شرکت کردند. آموزش‌ها با تمرین‌های نوشتاری و رفتاری همراه بود. در طول این نشست‌ها، گروه کنترل هیچ آموزشی دریافت نکردند. پس از اتمام جلسات، پس از آزمون اجرا شد با توجه به قطع همکاری یک زوج در گروه اول و دو زوج در گروه دوم، نمونه نهایی در گروه‌ها به ترتیب به ۷ زوج (۱۴ زن و شوهر) و ۶ زوج (۱۲ زن و شوهر) کاهش یافت.

از آنجا که جامعه مورد هدف در این پژوهش زوج‌هایی بودند که در آستانه‌ی طلاق عاطفی قرار گرفته بودند بنابراین، ابتدا آزمون طلاق عاطفی گاتمن در افراد متقاضی زوج درمانی مراجعه‌کننده به کلینیک مشاوره، اجرا شد؛ سپس برای تعیین واجد شرایط بودن داوطلبان با شماری از زوج‌های متقاضی شرکت در نشست‌ها مصاحبه انجام شد. ملاک ورود به پژوهش به این ترتیب بود که نباید کمتر از ۶ سال از پیوند زناشویی آنها گذشته باشد، وضعیت تحصیلی آنها دست‌کم دیپلم باشد، سابقه‌ی ابتلا به اختلال‌های سایکوز (اختلال‌های شخصیت مرزی و ...) نداشته باشند و فاقد سابقه‌ی خیانت باشند، ملاک‌های خروج نیز حضور یکی از ضوابط فوق و نیز اعتیاد، عدم شرکت در بیش از دو جلسه بود. از بین

### جدول ۱. پروتکل مداخله

جلسه نخست	آشنایی و بیان اهداف، آشنایی اعضا با مدرس و یکدیگر؛ برقراری رابطه‌ی حسنه و ایجاد جو همراه با اعتماد و امنیت، همکاری و صمیمیت، مشخص شدن اهمیت موضوع برای اعضا؛ اهداف برگزاری جلسات و آشنایی با مقررات گروه، آشنایی با چهارچوب کلی کار مدل چند مختصاتی Olson؛ عقد قرارداد و ایجاد تعهد جهت همکاری و شرکت منظم در جلسات
جلسه دوم	صمیمیت در روابط زوجینی؛ تعریف صمیمیت و ابعاد آن؛ بررسی موانع ایجاد صمیمیت، آموزش چگونگی برقراری صمیمیت، تمرین شیوه‌های صمیمیت
جلسه سوم	نزدیکی و انعطاف‌پذیری؛ اهمیت توازن و انعطاف‌پذیری و نقشه‌ی زوج و نقشه‌ی خانواده، ایجاد توازن بین ثبات و تغییر و اجتناب از ثبات و تغییر افراطی، آشنایی با مشکلات رایج زوجینی در نزدیکی و انعطاف‌پذیری، بهبود پویایی زوجی‌ها
جلسه چهارم	تعارض؛ تعریف مفهومی تعارض زناشویی و درک طبیعی بودن وجود تعارض میان زوجین، استخراج شیوه‌های متداول برخورد با تعارض در میان شرکت‌کنندگان
جلسه پنجم	شیوه‌های حل تعارض، آشنایی با گام‌های ۱۱ گانه بهبود بخشیدن و حل و فصل تعارض
جلسه ششم	بهبود ارتباط جنسی، بیان اهمیت روابط جنسی؛ آشنایی با چرخه مسائل جنسی؛ عوامل بازدارنده رابطه صحیح جنسی؛ تشخیص و درمان اسطوره‌های جنسی غلط
جلسه هفتم	ارتباط، اهمیت و ضرورت ارتباط و پیچیدگی آن؛ آشنایی با نحوه ارتباط زوج‌های موفق و مشکلات رایج در ارتباطات زوجین
جلسه هشتم	مهارت‌های ارتباطی، انواع سبک و شیوه‌های ارتباطی و چگونگی تأثیر هر یک بر روابط؛ آشنایی با نحوه برقراری ارتباط مؤثر
جلسه نهم	نقش‌ها و سنت‌ها/ همکاری و کارگروهی، آشنایی با چگونگی تأثیر مدیریت تعیین نقش‌ها بر روابط زوجین؛ آشنایی با الگوهای کلاسیک قدرت در رابطه و تأثیر هر یک بر روابط زوجین؛ مشکلات رایج نقش در روابط زوجین؛ راه‌هایی جهت بهبود بخشیدن به نقش‌ها در رابطه
جلسه دهم	جمع‌بندی، بررسی میزان کارایی و اثربخشی آموزش‌ها؛ شناسایی موانع اجرایی آموزه‌ها؛ ارائه راهکارها و توصیه‌هایی کلی برای زوجین

متغیرهای مورد پژوهش از شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف از استاندارد در مرحله پس‌آزمون استفاده شد. قبل از اجرای تحلیل کوواریانس، پیش‌فرض نرمال بودن (Shapiro-Wilk)، در رابطه با متغیرها مورد بررسی قرار گرفت که این پیش‌فرض رد نشد. این نتایج در جدول ۱ آمده است.

پس از جمع‌آوری و استخراج اطلاعات، با استفاده از نرم‌افزار Spss، داده‌ها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. برای بررسی فرضیه‌های تحقیق از روش استنباطی تحلیل کوواریانس استفاده شد.

### یافته‌ها

در این پژوهش به منظور مشخص نمودن تفاوت نمره‌ها در دو گروه آزمایش و کنترل پس از اجرای مداخله و تأثیر آن بر

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی مربوط به نمرات پرسشنامه‌های طلاق عاطفی، باورهای ارتباطی و اضطراب- استرس- افسردگی (DASS-42)، در دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون

Shapiro-Wilk	سطح معناداری	انحراف استاندارد	میانگین	منبع تغییر شاخص	
				گروه آزمایش	گروه کنترل
۰/۴۶۸		۰/۸۵۲	۲۰/۴۳	گروه آزمایش	طلاق عاطفی
۰/۴۳۸		۱/۳۱۰	۲۱/۳۸	گروه کنترل	
۰/۱۳۳		۱/۹۱۶	۹۵/۸۶	گروه آزمایش	باورهای ارتباطی
۰/۱۱۷		۲/۸۲۸	۱۰۱/۵۶	گروه کنترل	
۰/۰۶۲		۱/۰۶۹	۱۸/۲۹	گروه آزمایش	تخریب‌کنندگی مخالف
۰/۰۶۴		۰/۸۹۴	۲۰/۵۰	گروه کنترل	
۰/۰۵۵		۰/۸۲۵	۱۹/۲۹	گروه آزمایش	توقع ذهن خوانی
۰/۰۷۱		۱/۰۳۱	۲۰/۴۴	گروه کنترل	
۰/۰۷۹		۰/۸۹۳	۱۹/۲۱	گروه آزمایش	عدم تغییرپذیری همسر
۰/۰۰۶		۱/۰۳۳	۲۰/۵۰	گروه کنترل	
۰/۱۷۴		۰/۹۹۷	۱۹/۰۷	گروه آزمایش	کمال‌گرایی جنسی
۰/۱۴۵		۱/۰۸۸	۱۹/۶۲	گروه کنترل	
۰/۳۴۶		۱/۰۳۸	۲۰	گروه آزمایش	تفاوت‌های جنسیتی
۰/۱۱۲		۱/۱۵۵	۲۰/۵۰	گروه کنترل	
۰/۰۶۱		۱/۲۶۷	۱۸/۷۱	گروه آزمایش	استرس
۰/۲۵۶		۱/۳۱۱	۱۹/۰۸	گروه کنترل	
۰/۰۸۸		۰/۸۲۹	۱۶/۹۳	گروه آزمایش	اضطراب
۰/۲۲۲		۱/۶۷۹	۲۰/۵	گروه کنترل	
۰/۰۷۶		۱/۳۹۳	۱۴/۶۴	گروه آزمایش	افسردگی
۰/۰۵۸		۰/۸۸	۱۸/۶۷	گروه کنترل	

مورد بررسی از سطح معناداری مفروض بزرگ‌تر است ( $p < ۰/۰۵$ ).

همان‌طور که در جدول ۲ آورده شده است، نتایج به‌دست‌آمده از آزمون لوین، همگنی واریانس متغیرها را تأیید می‌کند چراکه سطح معناداری محاسبه شده در تمام متغیرهای



جدول ۲. نتایج آزمون لوین

ضریب آزمون لوین	درجه آزادی اول	درجه آزادی دوم	سطح معناداری
طلاق عاطفی	۱	۲۴	۰/۱۷۲
باورهای ارتباطی	۱	۲۴	۰/۵۳۹
تخریب‌کنندگی مخالف	۱	۲۴	۰/۲۵۰
توقع ذهن خوانی	۱	۲۴	۰/۱۰۶
عدم تغییرپذیری همسر	۱	۲۴	۰/۲۴۸
کمال‌گرایی جنسی	۱	۲۴	۴/۶۴۴
تفاوت‌های جنسیتی	۱	۲۴	۰/۶۵۲
استرس	۱	۲۴	۰/۷۹۳
اضطراب	۱	۲۴	۰/۴۶۷
افسردگی	۱	۲۴	۰/۳۰۹

نتایج تحلیل کوواریانس آمده در جدول ۳، حاکی از آن است که با کنترل اثر پیش‌آزمون در دو گروه کنترل و آزمایش، تأثیر درمان مبتنی بر گشتاوری بر نمره کل پس‌آزمون طلاق عاطفی معنادار است  $[P < ۰/۰۵]$ ،  $(F=۹/۹۰۸)$ ، بنابراین می‌توان گفت فرضیه اول

تأیید شد. در رابطه با پیش‌آزمون، با توجه به اینکه سطح معناداری محاسبه شده از سطح معناداری مفروض کوچک‌تر است؛ بنابراین پیش‌فرض همبستگی متغیر همپراش و مستقل رعایت شده است  $[P < ۰/۰۵]$ ،  $(P=۰/۰۰۱)$ ،  $(F=۱۴/۶۸۳)$ .

جدول ۳. خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس طلاق عاطفی در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات (SS)	درجه آزادی (df)	میانگین مجذورات (MS)	نسبت فیشر (F)	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آماری
طلاق عاطفی	پیش‌آزمون	۱۱/۸۲۴	۱	۱۱/۸۲۴	۱۴/۶۸۳	۰/۰۰۱	۰/۳۹	۰/۹۵
	گروه	۷/۹۷۹	۱	۷/۹۷۹	۹/۹۰۸	۰/۰۰۵	۰/۳۰۱	۰/۸۵

نتایج تحلیل کوواریانس به‌دست‌آمده در جدول ۴، حاکی از آن است که با کنترل اثر پی‌آزمون در دو گروه کنترل و آزمایش، تأثیر درمان مبتنی بر گشتاوری Olson بر نمره کل پس‌آزمون باورهای ارتباطی معنادار است  $[P < ۰/۰۵]$ ،  $(F=۷۲/۷۰۸)$ ، همچنین با توجه به مقدار اثر متغیر مداخله‌گر در باورهای ارتباطی (اتا: ۰/۷۶)، می‌توان

گفت فرضیه دوم تأیید شد. با توجه به اینکه سطح معناداری محاسبه شده متغیر همپراش (پیش‌آزمون)، از سطح معناداری مفروض کوچک‌تر است بنابراین پیش‌فرض همبستگی متغیر همپراش و مستقل رعایت شده است  $[P < ۰/۰۵]$ ،  $(P=۰/۰۰۰۱)$ ،  $(F=۲۹/۱۴)$ .

جدول ۴. خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره باورهای ارتباطی در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات (SS)	درجه آزادی (df)	میانگین مجذورات (MS)	نسبت فیشر (F)	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آماری
باورهای ارتباطی	پیش آزمون	۸۸/۲۸۳	۱	۸۸/۲۸۳	۲۹/۱۴	۰/۰۰۰۱	۰/۵۵۹	۰/۹۹
	گروه	۲۲۰/۲۷۸	۱	۲۲۰/۲۷۸	۷۲/۷۰۸	۰/۰۰۰۱	۰/۷۶۰	۱
تخریب‌کنندگی مخالفت	پیش آزمون	۱۶/۳۰۱	۱	۱۶/۳۰۱	۳۹/۵۷۷	۰/۰۰۰۱	۰/۶۳	۱
	گروه	۳۶/۶۵۰	۱	۳۶/۶۵۰	۸۸/۹۸۵	۰/۰۰۰۱	۰/۷۹۵	۱
دهن‌خواری توقع	پیش آزمون	۳/۱۲۴	۱	۳/۱۲۴	۳/۴۷۹	۰/۰۷۵	۰/۱۳۱	۰/۴۳۲
	گروه	۸/۵۳۹	۱	۸/۵۳۹	۹/۵۱۱	۰/۰۰۵	۰/۲۹۳	۰/۸۴
بهر به علم تغییرپذیری همسر	پیش آزمون	۰/۳۲۵	۱	۰/۳۲۵	۰/۳۶۹	۰/۵۵	۰/۰۶۱	۰/۳۳
	گروه	۱۵/۲۱۳	۱	۱۵/۲۱۳	۱۷/۲۵۲	۰/۰۰۰۱	۰/۴۲۹	۰/۹۷۶
جنسی کمال‌گرایی	پیش آزمون	۸/۳۹۲	۱	۸/۳۹۲	۱۵/۰۹۶	۰/۰۰۱	۰/۳۹۶	۰/۹۶
	گروه	۱/۳۲۴	۱	۱/۳۲۴	۲/۳۸۲	۰/۱۳۶	۰/۰۹۴	۰/۳۱۶
بهر به تفاوت‌های جنسیتی	پیش آزمون	۲۰/۴۶۲	۱	۲۰/۴۶۲	۳۷/۷۸۸	۰/۰۰۰۱	۰/۶۲۲	۱
	گروه	۱/۰۶۸	۱	۱/۰۶۸	۱/۹۷۲	۰/۱۷۴	۰/۰۷۹	۰/۲۷

اثر متغیر مداخله‌گر در مؤلفه اضطراب (۰/۷۱)، به دست آمد. سطح معناداری محاسبه شده متغیر همپراش آن (پیش‌آزمون)، از سطح معناداری مفروض بزرگ‌تر است [P < ۰/۰۵]، (P = ۰/۰۷۴)، (F = ۳/۵۰۲). سطح معناداری محاسبه شده بعد از کنترل پیش‌آزمون برای مؤلفه افسردگی از سطح معناداری مفروض کوچک‌تر است بنابراین بین دو گروه از این لحاظ تفاوت معنادار وجود دارد [P < ۰/۰۵]، (P = ۰/۰۰۰۱)، (F = ۷۳/۱۰۲). همچنین میزان مجذور ضریب اتا ۰/۷۶ محاسبه شد. سطح معناداری محاسبه شده متغیر همپراش آن (پیش‌آزمون)، از سطح معناداری مفروض بزرگ‌تر است [P < ۰/۰۵]، (P = ۰/۴۷۹)، (F = ۰/۵۱۷)؛ بنابراین به دلیل عدم معناداری برای مؤلفه استرس، فرضیه سوم رد می‌شود.

بر اساس نتایج به دست آمده در جدول ۵، میزان سطح معناداری محاسبه شده مؤلفه استرس، بعد از کنترل پیش‌آزمون برای مؤلفه استرس از سطح معناداری مفروض بزرگ‌تر است؛ بنابراین بین دو گروه از این لحاظ تفاوت معنادار وجود ندارد [P < ۰/۰۵]، (P = ۰/۰۷۷)، (F = ۳/۴۳۹). سطح معناداری محاسبه شده متغیر همپراش آن (پیش‌آزمون)، از سطح معناداری مفروض بزرگ‌تر است [P < ۰/۰۵]، (P = ۰/۰۷۷)، (F = ۳/۴۱۶). در رابطه با مؤلفه اضطراب، میزان سطح معناداری محاسبه شده بعد از کنترل پیش‌آزمون برای مؤلفه اضطراب از سطح معناداری مفروض کوچک‌تر است بنابراین بین دو گروه از این لحاظ تفاوت معنادار وجود دارد [P < ۰/۰۵]، (P = ۰/۰۰۰۱)، (F = ۵۶/۳۴۱). همچنین مقدار

جدول ۵. خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره استرس- اضطراب- افسردگی در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات (SS)	درجه آزادی (df)	میانگین مجذورات (MS)	نسبت فیشر (F)	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آماری
رضایت	پیش‌آزمون	۵/۱۴۳	۱	۵/۱۴۳	۳/۴۱۶	۰/۰۷۷	۰/۱۲۹	۰/۴۲۵
	گروه	۵/۱۷۸	۱	۵/۱۷۸	۳/۴۳۹	۰/۰۷۷	۰/۱۳۰	۰/۴۲۸
روابط	پیش‌آزمون	۲/۵۷۸	۱	۵/۲۷۶	۳/۵۰۲	۰/۰۷۴	۰/۱۳۲	۰/۴۳۴
	گروه	۸۴/۸۸۴	۱	۸۴/۸۸۴	۵۶/۳۴۱	۰/۰۰۰۱	۰/۷۱۰	۱
افسردگی	پیش‌آزمون	۰/۷۴۵	۱	۰/۷۴۵	۰/۵۱۷	۰/۴۷۹	۰/۰۲۲	۰/۱۰۶
	گروه	۱۰۵/۳۱۹	۱	۱۰۵/۳۱۹	۷۳/۱۰۲	۰/۰۰۰۱	۰/۷۶۱	۱

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف اصلی پژوهش، بررسی اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر رویکرد Olson بر متغیر باورهای ارتباطی و نشانه‌های درماندگی روان‌شناختی ایجاد شده از فشارهای مزمن ناشی از اختلافات زناشویی در زوج‌هایی بود که در معرض طلاق عاطفی قرار داشتند. منظور از زوج‌های در معرض طلاق عاطفی در این پژوهش، درواقع زوج‌هایی بودند که مستأصلانه به دنبال راهکاری به منظور ترمیم و بهبود رابطه و صمیمیت با همسر و ادامه زندگی به صورت رضایت‌بخش در کنار هم بودند، اما اگر تدبیری بر عادت‌های ناکارآمد زندگی آنها نمی‌شد در معرض سقوط به یک زندگی پوچ و بی‌معنی و شاید طلاق قرار می‌گرفتند. نتایج پژوهش نشان داد که زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی Olson بر طلاق عاطفی مؤثر است. همچنین نتایج تحقیق نشان داد که زوج‌درمانی مبتنی بر الگوی Olson بر باورهای ارتباطی اثر معناداری داشته است؛ که این نتایج با نتایج به‌دست‌آمده توسط Sigg & Olson (2009) - Olson Larson و لارسون (2013)، Olson (2000)، (2009) Vandlar et al (2005)، Zemeran (2005)، Mostofi et al (2020)، Sarkari, Haji Bakandeh et al (2016)، al, Sepahvand et al (2015)، al, Naghiai (2014)، Safipouriyani et al (2017)، Sodani et al (2017) همسو است. بر اساس نتایج به‌دست‌آمده، می‌توان این‌گونه استنباط کرد که

روش گشتاوری Olson باعث می‌شود که درمان جویان مشکلات خود را دوباره مورد تجدیدنظر قرار داده و بازبینی کنند و هیجان‌های خود را نسبت به مشکلات موجود مورد بررسی قرار دهند و با پرهیز از روابطی که منجر به شکست، ناامیدی، خشم، افسردگی و ناکامی می‌شود در نهایت منجر به کاهش احساس سرخوردگی در رابطه و در نتیجه احساس جدایی عاطفی یا همان طلاق عاطفی می‌شود. همچنین الگوی Olson در ایجاد و ترمیم صمیمیت و کاهش فاصله روانی و عاطفی بین زوجین با کم کردن تعارضات و در نتیجه بهبود ارتباط میان زوجین مؤثر عمل کرده است.

در بررسی مؤلفه‌های باور ارتباطی، مداخله باعث ایجاد تفاوت معنادار بر سه مؤلفه باور تخریب‌کنندگی مخالفت، توقع ذهن‌خوانی و باور به عدم تغییرناپذیری همسو شد؛ که نتایج به‌دست‌آمده از این پژوهش با پژوهش‌های صورت گرفته توسط (Ghasemi et al (2019)، Willoughby (2015)؛ Hamaci (2005)، هم‌راستا است. کیفیت روابط زناشویی و میزان شادمانی از آن تابع نحوه تعامل زن و شوهر و شیوه‌های مقابله آنها با موقعیت‌های تنش‌زای زندگی است (SedaghatKhah & BehzadiPour, 2018). لذا منطقی است زمانی که زوج‌ها به باورهای مسموم در رابطه خود دانش و آگاهی پیدا می‌کنند و آنها را با رفتارهای تعاملی رضایت‌بخش جایگزین می‌کنند، این امر به برقراری و

استمرار یک رابطه رضایت‌بخش میان آنها کمک کند. از آنجاکه این سه مؤلفه در برقراری ارتباط نقش مؤثر و پرننگی دارند بنابراین به نظر می‌رسد بیشترین تغییر در این سه مؤلفه اتفاق افتاده است.

اما در دو مؤلفه باور به کمال‌گرایی جنسی و تفاوت‌های جنسیتی تفاوت معنادار به لحاظ آماری دیده نشد؛ که این نتایج با نتایج به‌دست‌آمده توسط Ramzi Islamboli et al (2014)، Zolfaghari (2009)، et al (2015) Shahrestani همسو است؛ این امر می‌تواند نشان‌دهنده این باشد که در فرهنگ ما مسائل جنسی جزء مسائلی به حساب می‌آید که معمولاً افراد به راحتی درباره آن صحبت نمی‌کنند. لذا احتمال دارد، پاسخ‌گویی به سؤالات مربوط به این خرده‌مقیاس‌ها کم‌وبیش تحت تأثیر این عامل فرهنگی قرار گرفته باشد (Adib rad, Mahdavi, Adib rad & Dehshiri, 2006).

در بررسی مؤلفه‌های درماندگی روان‌شناختی نتایج نشان دادند که مداخله در کاهش احساس افسردگی و اضطراب مؤثر است. این نتایج همسو با نتایج به‌دست‌آمده توسط Lebow (2007) Mount et al (2014)، Amani & Majzobi Snyder, D. K., & Foran et al (2012)، et al (2017) Gray & Coons (2012)، Balderrama-Durbin است؛ اما تفاوت معناداری بین دو گروه در مؤلفه استرس به دست نیامد. با تحلیل نتایج می‌توان چنین استنباط کرد که درمان مبتنی بر الگوی گشتاوری Olson در افزایش احساسات مثبت زن و شوهر، صمیمیت زن و شوهر و کاهش بی‌ثباتی ازدواج - احتمال طلاق، افسردگی و اضطراب زوج‌های واجد احساس تهی بودن رابطه عاطفی با همسر مؤثر است، همین عامل می‌تواند دلیلی بر کاهش اضطراب و افسردگی ادراک شده باشد و اما در رابطه با استرس می‌توان این استنباط را مطرح داشت که چون استرس در ارتباط با متغیر زمان باهم بودن به‌طور منفی بر رضایتمندی زناشویی اثر می‌گذارد (Jahangiri, Shoaakazemi, Akhondian, 2012)، بنابراین، اگر زوجین پیش از هر چیز زمان باهم بودن بیشتری را تجربه کنند از میزان استرس ادراک شده آنها کم می‌شود.

در تبیین این نتایج به‌طورکلی می‌توان گفت هر درمانی که به فرد برای شناسایی و تشخیص رفتارهای منفی و چگونگی جایگزین کردن رفتارهای سالم در روابط زناشویی به فرد کمک کند و موجب آگاهی به روابط بین فردی شود و زمینه تغییر را در فرد و به تبع آن در روابط زوجین و کاهش میل به طلاق فراهم کند می‌تواند اثربخش باشد. در واقع طلاق عاطفی به علت نبود عوامل مختلفی از جمله تعاملات مثبت با همسر، عدم تأمین نیازهای عاطفی، نارضایتی جنسی، عدم جذابیت ظاهری، مسائل مالی به وجود می‌آید و منجر به بروز علائم افسردگی، اضطراب، احساس گناه، ناامیدی، کناره‌گیری از فعالیت‌های اجتماعی، نگرش بدبینانه و مداوم درباره خود، همسر و آینده‌شان می‌گردد (Akbari, Azimi, Talebi, Fahimi, S 2017)؛ بنابراین، الگوی Olson با بهبود تعاملات و کاهش احساس خصمانه نسبت به یکدیگر و نگاه بدبینانه به نظرات هم به بهبود طلاق عاطفی بین زوجین کمک می‌کند.

از آنجاکه درمان مبتنی بر مدل گشتاوری Olson به‌عنوان یک رویکرد سیستمی - رفتاری بشمار می‌آید، پژوهشگر با استفاده از نظریه‌های سیستمی، شناختی - رفتاری به دنبال راهبردهای بین فردی، سازگاری بیشتر در رابطه، گفت‌وگو و مذاکره، افزایش توانایی در ایجاد ارتباط متقابل و محاوره مؤثرتر (Olson et al, 2013) و بالتبع آن کاهش عواطف منفی ادراک شده ناشی از ایجاد و تداوم آشفتگی‌ها و اختلافات زناشویی بود؛ از آنجاکه در این روش درمانی، گفت‌وگو روی واقعیت‌ها صورت می‌گیرند و بر پایه هماوایی میان زوجین گزینه‌هایی انتخاب می‌شود (Babakhani, Navabi Nejad, Shafiabadi, Kiamanesh, 2016)، بنابراین تمرکز بر شناسایی باورهای ناکارآمد و آگاهی در مورد آنها به طرفین و نیز آموزش شیوه‌های ارتباطی مؤثر به برقراری ارتباط اثربخش بین همسران و در نتیجه آن کاهش فاصله روانی و جدایی عاطفی میان آنها منجر به اثربخشی درمان شد. علاوه بر این، در رابطه با تبیین کارآمدی این روش مداخله بر مؤلفه‌های درماندگی روان‌شناختی مورد نظر این پژوهش می‌توان گفت همان‌طور که بر اساس مرور پیشینه‌ها، دیده شد چون میان آشفتگی‌های زناشویی با افسردگی و اختلالات اضطرابی یک

- Therapy on Communicational Beliefs of Couples Who Want to Divorce. Modern psychological research, Volume:8 Issue: 31, 53- 71. [Persian]
- Adib Rad, N., Adib Rad, M. (2005). Investigating the Relationship between Communication Beliefs and Marital Boredom and Its Comparison in Divorced Women in Divorce and Women Wanting to Live Together. Consulting Research (News and Consulting Research). Volume 4, Number 13 ; 131-138. [Persian]
- Adib Rod, N. , Mahdavi , E. , Adib Rod , M. Dehsheeri , G. (2005). The comparison of relationship beliefs in women who want to divorce and women who want to continue their marital life . Journal of Family Research, Volume:1 Issue: 2, 132-138. [Persian]
- Afzali , A. Delavar, A. Borjali, A. Mirzamani, M. (2007). Psychometric properties of DASS-42 test based on a sample of high school students in Kermanshah. Behavioral Science Research Summer 2007 No. 10. 81-92. [Persian]
- Akbari , E. Azimi , Z. Talebi , S. Fahimi, S.(2017). Prediction of Couple's Emotional Divorce Based on Early Maladaptive Schemas and Emotion Regulation's Components. Biannual Peer Review Journal of Clinical Psychology & Personality, Volume:14, Issue: 2(27), 79-92. [Persian]
- Akhavan, M., Hayati, M. (2019). The effectiveness of treatment based on acceptance and commitment (ACT) therapy on ineffective communication beliefs and marital adjustment of discordant women. Knowledge & Research in Applied Psychology, Volume: 20 Issue: 77, 31-43. [Persian]
- Amani, R. Majzooobi, M. (2014). Comparing Effectiveness of Emotional Focused, Cognitive Behavioral and Cognitive Behavior Emotional Couple Therapy on the Change Process of Spouse's Marital Satisfaction and Women Depression. Journal of Family Counseling & Psychotherapy, Volume:3 Issue: 3, 439-469. [Persian]
- Amin, M. Soliemanian , A. Heydarnia, A. (2018). Predicting Marital Quality Based on Relationship Beliefs and Emotional Creativity. Psychological Research, Volume:21 Issue: 1, 25-36. [Persian]
- رابطه دوسویه وجود دارد که بر سازگاری زناشویی اثر منفی می‌گذارد ( Sandberg et al 2010. Denton et al, 2010. )
- آشفتگی میان فردی و بهبود رابطه و تداوم آن در زمان گفت‌وگو باعث ایجاد رضایتمندی شده که در پی آن احساس افسردگی و اضطراب ناشی از عدم رابطه یا داشتن رابطه مخدوش و خشن میان زوجین را کاهش می‌دهد. به عبارت ساده‌تر، زمانی که زوجین بتوانند بدون احساس فشار با یکدیگر گفت‌وگو و مذاکره کنند و در رابطه با موارد مورد تعارض به راه‌حل مورد توافق طرفین دست یابند یا بتوانند نظر مخالف خود را بدون ترس و اضطراب از عکس‌العمل طرف مقابل مطرح کنند، نسبت به یکدیگر نزدیکی و صمیمیت بیشتری را احساس می‌کنند.
- یکی از محدودیت‌های این پژوهش، کنترل متغیرهای ناخواسته بود. آزمودنی‌ها به لحاظ تعداد و ویژگی‌هایی چون وضعیت مالی، اجتماعی، قومی و اعتقادی، در چرخه‌های مختلف با یکدیگر همگن نبودند؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود این پژوهش در بافت‌ها، فرهنگ‌ها و نمونه‌های دیگر تکرار شود. از دیگر محدودیت‌های این پژوهش عدم بررسی تأثیر سن و مدت ازدواج بود؛ لذا، پیشنهاد می‌شود مطالعات بعدی این موارد را نیز بررسی نمایند. به لحاظ روش‌شناختی پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آتی با استفاده از طرح‌های آزمایشی حقیقی و تعداد شرکت‌کنندگان بیشتر، به ارزیابی دقیق‌تر روایی این روش در بهبود صمیمیت هیجانی و جنسی زوج‌ها پرداخته شود. همچنین از لحاظ کاربردی با توجه به مزایای مختلف این مدل زوج‌درمانی در راستای حذف چرخه‌های منفی تعاملی، ایجاد روابط صمیمانه به مشاوران و روان‌شناسان حوزه زوج و خانواده‌درمانی پیشنهاد می‌شود که از این رویکرد درمانی برای بهبود کارکردهای زناشویی زوج‌ها بهره‌مند شوند.

## منابع

- Abbsi Bourondaragh, S. Kimyae ,S. Ghanbari Hashemaba, B.( 2014). Investigation and Comparison of Effectiveness of Integrative-behavior and Cognitive-behavior of Couple

- Babakhani, V. Navabinejad, Sh. Shafiabady, A. Kiamanesh, A. (2016). Effectiveness of Feldman integrated training approach on the increase of mindfulness and decrease of marital conflicts of couples. *Journal of Family Psychology*, Volume:2 Issue: 2, 79- 92. [Persian]
- Besharat, M. (2008). Relations between Alexithymia, Anxiety, Depression, Psychological Distress, and Psychological Well-being. *Modern psychological research*, Volume:3 Issue: 10, 17-40. [Persian]
- Besharat, M. Madani, M. POourHosein, R. (2014). Investigating the moderating role of positive and negative emotions in the field of attachment styles and marital problems. *Journal of Psychological Sciences*. Volume:13, Issue: 49, 1-12. [Persian]
- Cho, S. (2008). Effects of logo-autobiography program on meaning in life and mental health in the wives of alcoholics. *Asian Nursing Research*, 2(2), 129-139.
- Eidelson, R. J., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of consulting and clinical psychology*, 50(5), 715.
- Emmelkamp, P. M., Brilman, E., Kuiper, H., & Mersch, P. P. (1986). The treatment of agoraphobia: A comparison of self-instructional training, rational emotive therapy, and exposure in vivo. *Behavior Modification*, 10(1), 37-53.
- Dehghan, A. Gholamali Lavasani, M. Madani, Y. (2018). The Relationship between Relationship Beliefs and Couple Burnout: The Mediating Role of Mindfulness. *Journal of Psychology*, Volume:22 Issue: 3, 344-357. [Persian]
- Firoozjaeian, A. Ismail Riahi, M. Mohammadi Doust, M. (2016). Sociological analysis of emotional divorce among couples in Nowshahr. *Quarterly Journal of Socio- Cultural Development Studies*. Volume 5, Number 3, Pages 34-59. [Persian]
- Foran, H. M., Whisman, M. A., & Beach, S. R. (2015). Intimate partner relationship distress in the DSM-5. *Family process*, 54(1), 48-63.
- Guttman, J. M. (2013). *Why marriages succeed or fail, and how you can make yours last*, New York: Simon & Suhuster.
- Ghasemi, Z. Mirzania, Z. Hayati, M. (2019). The Effectiveness of a Guttman Systemic-Behavioral Psychology-Educational Program on Marital Disillusionment and Irrational Communication Beliefs of Married Women with Attitudes Toward Marital Infidelity. *Journal of New Developments in Behavioral Sciences*. Volume:3, Issue: 21, 1-18. [Persian]
- Guttman, J.; (1387). *Success or failure in marriage (how to have a lasting marriage)*. Translation: Armaghan Jazayeri (1995). Tehran: Khojaste. [Persian]
- Gray, J. S., & Coons, J. V. (2017). Trait and goal similarity and discrepancy in romantic couples. *Personality and Individual Differences*, 107, 1-5.
- Guan, M., & Han, B. (2013). Marital distress and disease progression: A systematic review. *Health*, 5(10), 1601.
- Hamamci, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 33(4), 313-328.
- Harris, r. (1395). *Friendship translation*, p. Hedayati, S. Researcher, H. (2009), *Treating Acceptance and Commitment with Love*. First edition, Hamedan. Hegmataneh Comprehensive Publications.
- Hosseini Hajibekandeh, N. Navabinejad, Sh. Kiamanesh, A. (2016). Effectiveness of Olson Circumplex Model in couples, resiliency and marital conflicts. *Journal of Family Psychology*, Volume:3 Issue: 1, 91-111. [Persian]
- Heydari, M. M.A. Mazaheri, M.A. Pouretamad, Hr. (2005). The association between the relationship beliefs and positive feeling to spouse. *Journal of Family Research*, Volume:1 Issue: 2, 121-130. [Persian]
- Jalali, I. Ahadi, H. Kiyamanesh, A. (2016). The Effectiveness of Family Training Based on Olson Approach for Family Adaptation and Cohesion. *Journal of Psychological Models and Methods*, Volume:7 Issue: 24, 1-22. [Persian]
- Johnson, S. M. (2003). *The revolution in couple therapy: A practitioner-scientist perspective*.

- Journal of marital and family therapy*, 29(3), 365-384.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological bulletin*, 118(1), 3.
- Latifian, M., Arshi, M., Alipour, F., Ghaedamini Harouni, Gh. (2016). Study on Relationship of Domestic Violence with Emotional Divorce Among the Married Females in Tehran. *Journal of Social Work*, Volume:5, Issue: 16, 5-12. [Persian]
- Lebow, J. L., Chambers, A. L., Christensen, A., & Johnson, S. M. (2012). Research on the treatment of couple distress. *Journal of Marital and Family therapy*, 38(1), 145-168.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343.
- Mazaheri, M., Pour-Etemad, H. (1380). Communication Beliefs Scale, Tehran: Shahid Beheshti University Family Research Institute. [persian]
- Mead, D. E. (2002). Marital distress, co-occurring depression, and marital therapy: A review. *Journal of marital and family therapy*, 28(3), 299-314.
- Mousavi, F., Rezazadeh, M. (2014). Investigating the role of attitude towards love in predicting emotional divorce of married men and women in Qazvin. *Women's Psychological Social Studies (Former Women's Studies)*, Volume 12, No. 3. 87-169. [persian]
- Mostofi Sarkari, A., Ghamari, M., Hosseinian, S. (2020). Comparison of the effectiveness of psychological education based on the McMaster and Elson model in the cohesion of female teachers' families. *Culture of counseling and psychotherapy*, Volume 10, No. 37. 99-120. [persian]
- Mousavi, F., Rahiminezhad, A. (2015). The Comparison of Interpersonal Identity Statuses in Married People with Regards to Emotional Divorce. *Journal of Applied Psychology Research*, Volume:6 Issue: 1, 11-23. [persian]
- Momeni, Kh., Azadifard, S. (2016). Family Pathology, *Counseling and Enrichment Journal*, Volume:1 Issue: 2. [persian]
- Mount, B. M., Boston, P. H., & Cohen, S. R. (2007). Healing connections: on moving from suffering to a sense of well-being. *Journal of pain and symptom management*, 33(4), 372-388.
- Naghai, M. (2014). The effectiveness of couple therapy based on combining the existentialist approach with the Olson model on marital satisfaction and family functioning of mastectomized women and their husbands. Master Thesis. University of Rehabilitation Sciences and Social Welfare. University of Tehran. [persian]
- Neilson-Clayton, H., & Brownlee, K. (2002). Solution-focused brief therapy with cancer patients and their families. *Journal of psychosocial oncology*, 20(1), 1-13.
- Noroozi, S., Nazari, A., Rasouli, M., Davarnia, R., Babaeigharmkhani, M. (2015). Effect of Brief Self-Regulation Couple Therapy (SRCT) on Reducing the Couple's Marital Stress. *Quarterly of Horizon of Medical Sciences*, Volume:21 Issue: 1, 1-6. [persian]
- Nikrokh, M., Zaharakar, K. (2015). Investigation of Effects of Stress Inoculation Training on Reducing the Rate of Marital Stress in Women. *Journal of Family Research*, Volume:11 Issue: 43, 353-365. [persian]
- Olson, D. A., Olson- Sigg, A., & Larson, P., J. (2013). Find Your Relationship Strengths The Couple Checkup. Translated By: Navabinejad, Sh. Darini, M. First Edition. Tehran: Danjeh Publications. [Persian]
- Olson, D. H. (2009). Face IV and the Circumplex model: validation study. *Journal of marital and family therapy*, 10, 1752-0606.
- Olson, D., DeFrain, J., & Skogrand, L. (2010). *Marriages and families: Intimacy, diversity, and strengths*. McGraw Hill.

- Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *Journal of family therapy*, 22(2), 144-167.
- Pinsof, W., Breunlin, D. C., Russell, W. P., & Lebow, J. A. Y. (2011). Integrative problem-centered metaframeworks therapy II: Planning, conversing, and reading feedback. *Family Process*, 50(3), 314-336.
- Ramzi Islamboli, L. Alipour, A. Sepehri Shamloo, Z. ZARE, H. (2014). Evaluation of the effectiveness of group therapy based on reality therapy approach on the reconstruction of communication beliefs in married working women in Mashhad. *Family research*, Volume 10, Number 40, 493- 509. [Persian]
- Rehman, U. S., Evraire, L. E., Karimiha, G., & Goodnight, J. A. (2015). Actor-partner effects and the differential roles of depression and anxiety in intimate relationships: A cross-sectional and longitudinal analysis. *Journal of clinical psychology*, 71(7), 715-724.
- Safipouriyani, A. Ghadami, M. Khakpour, M. Sodani, M. Mehrafarid. (2016). The effect of group counseling using interpersonal therapy (IPT) in reducing marital boredom in female divorce applicants. *Nursing education*, Volume 5, Number 1, 1-11. [Persian]
- Salehi Amiri, R. Hekmatpour, M. Fadaei, M. (1393). Investigating the Impact of Emotional Divorce on Family Performance, International Conference on Behavioral Sciences and Social Studies, Viera Capital Institute of Managers. [Persian]
- Sedaghatkhan, A. Behzadipoor, S. (2017). Predicting the Quality of Marital Relationship on the base of Relationship Beliefs, Mindfulness and Psychological Flexibility. *Journal of Woman & Society*, Volume:8 Issue: 2, 57- 77. [Persian]
- Sandberg, J. G., Yorgason, J. B., Miller, R. B., & Hill, E. J. (2012). Family-to-work spillover in Singapore: Marital distress, physical and mental health, and work satisfaction. *Family Relations*, 61(1), 1-15.
- Sbarra, D. A., Emery, R. E., Beam, C. R., & Ocker, B. L. (2014). Marital dissolution and major depression in midlife: A propensity score analysis. *Clinical Psychological Science*, 2(3), 249-257.
- Sepahvand, T. Rasoulzadeh Tabatabai, K. Besharat, M. Allahyari, A. (2015). The effectiveness of integrated couple therapy model of self-regulation-attachment on marital satisfaction and mental health of couples. *Clinical Psychology*. No. 1. Volume.1, 28-41. [Persian]
- Shakarami, M. Davarniya, R. Zaharakar, K. (2014). A study of effectiveness of solution-focused brief therapy (SFBT) on reducing marital stress in women. *Ilam University of Medical Science*, Volume:22 Issue: 4, 18-26. [Persian]
- Sharestany, M. Etamadi, A. Salimi, M. (2014). The effectiveness of the integrated cognitive-psychodrama training on modifying irrational relationship beliefs among married women. *Journal of Woman in Culture Arts*, Volume:6 Issue: 2, 283- 296. [Persian]
- Shoaa Kazemi, M. Jahangeri, M. Akhondiyani, F. (2012). A comparative study of the relationship between marital stress and frigidity in employed and unemployed women in the age groups of 20-25 and 40-45 years. *Quarterly Journal of Psychological Studies*, Volume:7 Issue: 4, 75-86. [Persian]
- Snyder, D. K., & Balderrama-Durbin, C. (2012). Integrative approaches to couple therapy: Implications for clinical practice and research. *Behavior therapy*, 43(1), 13-24.
- Sodani, M. Karimi, S. Shirali Nia, Kh. (2017). The effectiveness of counseling with an emphasis on Choice Theory in reducing emotional divorce in couples. *Journal of Family Psychology*, Volume:3 Issue: 2, 83-92. [Persian]
- Vandeleur, C. L., Jeanpretre, N., Perrez, M., & Schoebi, D. (2009). Cohesion, satisfaction with family bonds, and emotional well-being in families with adolescents. *Journal of Marriage and Family*, 71(5), 1205-1219.
- Willoughby, B. J. (2015). The role of marital beliefs as a component of positive relationship functioning. *Journal of Adult Development*, 22(2), 76-89.



- Yousefzadeh, P. Valiollah, F. Navabi Nejad, Sh. Nouranipour, R. (2017). The effectiveness of systemic-behavioral couple therapy training on the psychological well-being of maladapted couples. *Consulting Research (News and Consulting Research)*. Volume 16, Number 63, 2-16. [Persian]
- Zemerman, K. Markman, H. J. & Stainly, H. (2005). Effectiveness of behavioral marital therapy: Empirical status of behavioral techniques in preventing and alleviating marital distress. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 92, 555-559.
- Zolfaghari, M. (2009). The effect of schema therapy on marital documents and communication beliefs of couples in Isfahan. Master Thesis. University of Esfahan. [Persian]