

مقاله اصلی

اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش باورهای غیرمنطقی و طلاق عاطفی زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز مشاوره منطقه ۴ تهران در سال ۱۳۹۶

تاریخ دریافت: ۹۷/۰۷/۳۰ - تاریخ پذیرش: ۹۷/۱۱/۰۱

خلاصه

مقدمه: با توجه به سیر صعودی آمار طلاق در کشور خصوصاً در زوج‌های جوان و افزایش روزافزون کشمکش‌ها و تعارضات خانواده‌ها، درمان و مشاوره تخصصی زوجین، از ضروریات و اولویات خاصی برخوردار است. هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش باورهای غیرمنطقی و طلاق عاطفی زنان متأهل می‌باشد.

روش کار: جامعه آماری شامل کلیه زنان متأهل منطقه ۴ تهران در سال ۱۳۹۶ که به مراکز مشاوره مراجعه نمودند. شیوه نمونه‌گیری به روش در دسترس بود. ابتدا بر روی ۲۰۰ نفر زنان متأهل بین ۲۵ تا ۴۰ سال که به دلیل عدم رضایت زناشویی به مراکز مشاوره منطقه ۴ تهران مراجعه کرده بودند، پرسشنامه باورهای غیرمنطقی جونز (۱۹۶۸) و طلاق عاطفی محمدی و همکاران (۱۳۹۴) اجرا گردید و از میان افرادی که در آزمون باورهای غیرمنطقی و طلاق عاطفی نمره بالا داشتند، ۴۰ نفر انتخاب و به روش تصادفی، به دو گروه مساوی آزمایش و کنترل تقسیم شدند. سپس ۱۰ جلسه متغیر مستقل زوج درمانی هیجان مدار بر روی گروه آزمایش اجرا شد و گروه کنترل هیچگونه درمانی دریافت نکردند. با اتمام جلسات، پرسشنامه باورهای غیرمنطقی و طلاق عاطفی توسط افراد هر گروه تکمیل گردید.

نتایج: نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها از طریق آزمون کواریانس نشان داد زوج درمانی هیجان مدار، باورهای غیرمنطقی و طلاق عاطفی زنان متأهل را کاهش داده است.

نتیجه‌گیری: به نظر می‌رسد که انجام مشاوره‌های قبل از ازدواج و استمرار آن در بعد از ازدواج می‌تواند در زمینه کاهش طلاق عاطفی موثر و مفید باشد.

کلمات کلیدی: زوج درمانی هیجان مدار، باورهای غیرمنطقی، طلاق عاطفی، زنان متأهل.

پرستو صالحپور^۱

دکتر قدسی احقر^{۲*}

دکتر شکوه نوابی نژاد^۳

^۱دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم

تحقیقات تهران، تهران، ایران

^۲دانشیار برنامه‌ریزی درسی، پژوهشگاه مطالعات آموزش و

پرورش، تهران، ایران

^۳استاد گروه روان‌شناسی دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

Email: Ahghar2004@yahoo.com

مقدمه

با توجه به سیر صعودی آمار طلاق در کشور خصوصاً در زوج‌های جوان و افزایش روزافزون کشمکش‌ها و تعارضات خانواده‌ها درمان و مشاوره تخصصی زوجین، از ضروریات و اولویت خاصی برخوردار است. چرا که خانواده^۱ یکی از مهم‌ترین نهادهای جامعه و شکل دهنده شخصیت آدمی است. مطلوب بودن، رضایت، خشنودی، کیفیت و کارکرد بهینه خانواده، عامل بسیار تأثیرگذاری در شکوفایی، رشد و پیشرفت اعضای خانواده است (نیکلز و شوارز^۲، ۲۰۱۰، ترجمه دهقانی و همکاران، ۱۳۹۵، ص ۱۰۰). در تعریف خانواده می‌گویند که "خانواده نظام عاطفی پیچیده‌ای است که چند نسل را در بر می‌گیرد و وجه تمایز آن با سایر نظام‌های اجتماعی در وفاداری، عاطفه و دائمی بودن عضویت در آن است". زندگی بین زن و شوهر به عنوان طولانی‌ترین نوع ارتباط همواره مورد توجه بوده است (اولیاء، فاتحی زاده و بهرامی، ۱۳۹۴، ص ۶۵). داشتن روابط اجتماعی نزدیک مانند ازدواج هم با بهزیستی افراد و هم با پیامدهای سلامتی روانی و جسمانی در ارتباط است (دیتزن، هالوگ، فم-ولف اسدروف و باکام^۳، ۲۰۱۳، ص ۵۹۹). یکی از نیازهای اولیه انسان، داشتن یک ارتباط احساسی ایمن و پیوند پایدار دلبستگی با نزدیکترین افراد زندگی مانند والدین، همسر و فرزندان است. این احتیاج و ترس از دست دادن رابطه، موضوع قدیمی‌ترین و مشهورترین نمایش‌های انسانی است، که مشاوران خانواده و زوجین همه روزه شاهد آن هستند.

به دلیل پیچیدگی‌هایی که در روابط بین زوجین وجود دارد، حقیقتاً زوج درمانی کار بسیار سخت و دشواری است. بنابراین استفاده از رویکردها و شیوه درمانی که بتواند فرایند مشاوره با زوجین را تسهیل نماید، درمانگران را در این امر مهم و خطیر یاری می‌دهد. یکی از مسائلی که خانواده‌ها را تهدید می‌کند، باورهای غیرمنطقی زوجین است. باورهای غیر منطقی هر گونه

فکر، هیجان و یا رفتاری است که منجر به تخریب نفس و از بین رفتن خود می‌شوند و پیامدهای مهم آن اختلال در بقا، خوشحالی و شادمانی است؛ به عبارتی باورهای غیر منطقی عبارتند از افکار و اندیشه‌ها و عقایدی که در آنها اجبار، الزام، وظیفه و مطلق‌گرایی به شکل افراطی وجود داشته باشد و موجب بروز اختلالات عاطفی و رفتاری گردد. (شفیع آبادی، ۱۳۸۶، ص ۱۲۶) اینگونه باورها در برخورد با حوادث و محرک‌های خارجی پیامدهای عاطفی همچون ترس، اضطراب، خشم، گناه، غم و اندوه، خصومت و افسردگی ایجاد می‌کند. در حقیقت این باورهای انسان است که نوع، وضعیت و شدت عاطفه و رفتار او را تعیین می‌کند؛ زیرا رفتار و عواطف انسان ناشی از باورها و اعتقادات غیر منطقی اوست و همین باورها، طرز تفکر انسان را نسبت به خود، جهان هستی و دیگران موجب می‌شود.

الیس^۴ معتقد است ناراحتی‌ها و اضطراب‌های هر فرد زائیده افکار غیر عقلانی اوست و همچنین انسان با تمایل ذاتی شدیدی برای باورهای غیر منطقی متولد می‌شود. همه افراد تمایل شدیدی به شکست دادن خود دارند و نسبت به تغییر رفتار خود سهل‌انگاری می‌کنند. آنها وابستگی خود را به بسیاری از اسطوره‌ها و تعصبات خانوادگی، فرهنگی، سیاسی و اجتماعی که از دوران اول زندگی آموخته‌اند، حفظ می‌کنند و خواسته‌هایشان را بصورت نیاز مبرم جلوه می‌دهند. (شفیع آبادی، ۱۳۸۶، ص ۱۲۶)

باورهای غیرمنطقی هم علت اصلی بسیاری از اختلافات اجتماعی، به ویژه روابط زوجین است (لطفی کاشانی و وزیری، ۱۳۹۰، ص ۴۵). در مورد اختلافات زناشویی و خانوادگی اعتقاد بر این است که ریشه مشکلات از باورهای غیرمنطقی یک یا هر دو زوج نشأت می‌گیرد. روابط زناشویی و خانوادگی آشفته بیشتر از اینکه تحت تأثیر مسائل موجود میان اعضای خانواده باشد، تحت تأثیر ادراکات و تصوراتی است که اعضای خانواده

1. family

2. Nickels & Schwarz

3. Ditzen, Hahlweg, Fehm-Wolfsdorf & Baucom

4 Ellis. A

مداخلات خاص برای نشان دادن اثربخشی آن در دسترس قرار گرفته است (پلاتچیک^۲، ۲۰۰۰؛ تامکینز^۳، ۱۹۹۱، ص ۲۴۳؛ لويس و هاویلاندا- جونز^۴، ۲۰۰۰، ص ۱۳۲).

زوج درمانی هیجان مدار رویکرد تلفیقی کوتاه مدتی است که ماهیتاً تلفیقی از رویکردهای درمانی مراجع محور، گشتالت درمانی و اصول شناختی را شامل می‌شود. (اسلون و دینز، ۲۰۰۴، به نقل از نامنی، محمدی پور و نوری، ۱۳۹۶، ص ۶۲). زوج درمانی هیجان مدار بر روی اینکه چگونه زوجین ارتباطاتشان را تجربه می‌کنند و تعاملاتشان را در قالب الگوها و چرخه‌ها سازمان می‌دهند تمرکز می‌کند. در این روش بیان می‌شود که هیجان بازیگر اصلی نمایش آشفتگی ارتباطی و تغییر آن می‌باشد. این هیجان است که به رفتارهای سبک دلبستگی و انگیزه‌های ما برای پاسخ به دیگران و یا ارتباط برقرار کردن با نیازها و آرزوهایمان سازمان می‌بخشد. «در این روش فرض بر این است که موقعیت‌های تعاملی انتخاب شده توسط زوجین، تجربه‌های فردی هر یک از آنها و مسیری که تعاملاتشان را سازمان می‌دهد توسط واقعیت‌های درون روانی و جنبش‌های عادت‌ی آنها در رقص تعاملاتشان حفظ می‌شود» (شیدان فر، ۱۳۹۶، ص ۶۶).

در رابطه با اثربخشی زوج درمانی بطور کلی زوج درمانی هیجان مدار بطور خاص بر کیفیت زندگی زناشویی در داخل و خارج از کشور مطالعات متنوعی به طبع رسیده است که هر یک به جنبه‌هایی از این حیطه پژوهش پرداخته‌اند. پژوهش‌های زیادی نشان داده‌اند که اینگونه مداخلات روانشناختی موجب کاهش تعارض و افزایش رضایت زناشویی شده است. همچنین یافته‌های فراتحلیل نمایان کردند که درمان هیجان مدار، اندازه اثری نویدبخش و قانع‌کننده‌ای را در پی دارد. میزان بهبودی زوجهای مورد مطالعه که به آشفتگیهای زناشویی دچار بودند، ۷۰ تا ۷۳ درصد گزارش شد و این بهبودی بین ۱۰ تا ۱۲ جلسه درمانی پدید آمد. شواهد آشکار کردند که درمان هیجان محور در

نسبت به رویدادها و مسائل دارند (آزادی، کیمیایی و عباسی بورندرق، ۱۳۹۳، ص ۶۷ و ۶۸). به اعتقاد آنها هیچ رویدادی ذاتاً نمی‌تواند در انسان ایجاد آشفتگی روانی کند، زیرا تمام محرک‌ها و رویدادها در ذهن معنا و تفسیر می‌شوند و بر این اساس، سازش نایافتگی‌ها و مشکلات هیجانی در واقع ناشی از نحوه تعبیر، تفسیر و پردازش اطلاعات حاصل از محرک‌ها و رویدادهایی هستند که افکار و باورهای ناکارآمد و غیرمنطقی در زیربنای آنها قرار دارند.

طلاق عاطفی که بیانگر رابطه‌ی زناشویی می‌باشد که روبه زوال است، فرآیند تنش میان زن و شوهر می‌باشد که معمولاً به جدایی می‌انجامد. پدیده طلاق عاطفی پدیده‌ای چندعاملی است بدینسان که هرگز یک عامل به تنهایی نمی‌تواند موجبات پیدایش آن را فراهم کند. هر طلاق عاطفی، از دیدگاه علی در نوع خود بی‌نظیر است زیرا یک زن و شوهر با توجه به شخصیت خاص هر یک از آنان، خانواده منشأ، نوع همسرگزینی، منش و خلق و خوی هر یک، رابطه‌ای خاص، منحصر به فرد و بی‌نظیر فراهم می‌آورد که قطع این رابطه نیز با پیوند عوامل خاص و شبکه‌ای منحصر به فرد از عوامل صورت می‌پذیرد. طلاق عاطفی معلول عوامل متعدد و پیچیده حیاتی و روانی و اجتماعی است. طلاق هم مانند هر پدیده نامطلوب اجتماعی مولود چند عامل است که بعضاً از آن با ریشه‌های اجتماعی و فرهنگی و محیطی و برخی دیگر به صورت بنیادهای مشخص اعم از نارسایی‌های بیولوژیک و یا کمبود روانی جلوه گر می‌شود.

در طی سالیان اخیر، نقش بارز هیجان در آشفتگی زناشویی و زوج‌درمانی بیش از پیش مورد پذیرش واقع شده است (گاتمن^۱، ۱۹۹۴، ص ۸۷). مطالعه‌ی هیجان همچنان تداوم خود را حفظ کرده و نقش اصلی تنظیم هیجانی و امتزاج هیجانی در آشفتگی و رضایتمندی زناشویی و ماهیت هیجانی دلبستگی‌های انسانی بیشتر تبیین شده است. به طوری که در حال حاضر لزوم پرداختن به هیجان در فرایند ترمیم رابطه روشن شده و شیوه‌ها و

² Plutchik

³ Tomkins

⁴ Lewis & Haviland Jones

¹ Gottman

کرده بودند، پرسشنامه باورهای غیر منطقی جونز (۱۹۶۸) و طلاق عاطفی محمدی و همکاران (۱۳۹۴) اجرا گردید و از میان افرادی که در آزمون باورهای غیرمنطقی و طلاق عاطفی نمره بالا داشتند، ۴۰ نفر انتخاب و به روش تصادفی، به دو گروه مساوی آزمایش و کنترل تقسیم شدند. سپس ۱۰ جلسه متغیر مستقل زوج درمانی هیجان مدار بر روی گروه آزمایش اجرا شد و گروه کنترل هیچگونه درمانی دریافت نکردند.

ابزارهای پژوهش و شیوه اجرا

جهت جمع آوری داده‌ها از پرسشنامه باورهای غیر منطقی جونز (۱۹۶۸) و طلاق عاطفی محمدی و همکاران (۱۳۹۴) استفاده شده است؛ همچنین از روش بازآزمایی و روش آلفای کرونباخ پرسشنامه‌ها به شرح زیر محاسبه شد:

جدول ۱- محاسبه ضریب پایایی پرسشنامه های باورهای غیر

منطقی و طلاق عاطفی

ابزار روش	روش آلفای کرونباخ	روش بازآزمایی
باورهای غیر منطقی	۰/۸۸	۰/۸۲
طلاق عاطفی	۰/۸۶	۰/۸۵

همانطور که ملاحظه می‌شود، هر دو پرسشنامه از ضریب پایایی قابل قبولی برخوردار هستند.

نتایج

الف: توصیف داده‌ها

میانگین و انحراف معیار متغیرهای وابسته تحقیق یعنی باورهای غیر منطقی و طلاق عاطفی در گروه‌های آزمایش و گواه به ترتیب در جدول زیر ارائه شده است.

رقابت با تمام رویکردهایی که تاکنون بررسی شده اند صلاحیت خود را به ثبوت رسانده است. (جانسون، ۲۰۰۳، به نقل از زراعتی، موسوی، ۱۳۹۵، ص ۷۵)

جانسون (۲۰۰۸) عنوان می‌کند که در این رویکرد از بین هیجان‌ات مختلف، شش هیجان اصلی که عبارت است از شادی، تعجب، شرم، ترس، خشم و احساسا غمگینی مورد توجه است. در این رویکرد هیجان به عنوان ساخت پیچیده‌ای از مفاهیم طرحواره‌ها در نظر گرفته شده است که پایه‌ای برای ادراک تجربه جدید و خلق معنا را شکل می‌دهد. بنابراین با توجه به این که هیجان به عنوان یک فرآیند در نظر گرفته می‌شود، مفید به نظر می‌رسد که آن را به صورت یک توالی، رشته و تسلسل بپذیریم (جانسون، ترجمه حسینی، ۱۳۸۹، ص ۱۳۲). بر اساس شواهد موجود این پژوهش درصدد بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش باورهای غیر منطقی و طلاق عاطفی است

فرضیه های پژوهش

۱-زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش باورهای غیرمنطقی زنان متأهل موثر است ودر طول زمان از پایداری مناسبی برخوردار است.

۲-زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش طلاق عاطفی زنان متأهل موثر است ودر طول زمان از پایداری مناسبی برخوردار است.

روش پژوهش

جامعه، نمونه و روش نمونه گیری

این پژوهش از نوع شبه آزمایشی و از نوع پیش آزمون - پس آزمون با دو گروه آزمایش و کنترل می‌باشد. جامعه آماری شامل کلیه زنان متأهل منطقه ۴ تهران در سال ۱۳۹۶ که به مراکز مشاوره مراجعه نمودند. شیوه نمونه گیری به روش در دسترس بود. ابتدا بر روی کلیه زنان متأهل بین ۲۵ تا ۴۰ سال که به دلیل عدم رضایت زناشویی به مراکز مشاوره منطقه ۴ تهران مراجعه

۱- باورهای غیر منطقی

جدول ۲- مقایسه خرده مقیاس‌های باورهای غیر منطقی در مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

گروهها مرحله متغیر	زوج درمانی هیجان مدار									
	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری		پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
ضرورت تأیید و حمایت دیگران	۳۷/۲	۵/۹	۲۲/۷	۴/۶	۲۳/۷	۴/۰	۳۴/۷	۶/۱	۳۵/۳	۵/۸
انتظار بیش از حد از خود	۴۰/۰	۴/۲	۲۸/۰	۴/۹	۲۸/۷	۵/۵	۳۹/۰	۳/۹	۳۶/۷	۵/۶
تمایل به سرزنش	۳۳/۷	۷/۴	۲۰/۰	۰/۰	۲۰/۳	۱/۳	۳۳/۰	۶/۲	۳۳/۰	۶/۸
واکنش به ناکامی	۳۹/۳	۲/۶	۲۸/۷	۲/۳	۲۹/۰	۱/۲	۳۹/۳	۲/۶	۳۸/۷	۴/۰
بی مسئولیتی عاطفی	۳۱/۷	۶/۵	۲۰/۷	۱/۸	۲۱/۳	۲/۳	۲۹/۷	۳/۵	۳۱/۳	۶/۱
بیش نگرانی توأم با اضطراب	۳۱/۷	۶/۵	۲۰/۰	۰/۰	۲۲/۳	۳/۲	۲۹/۷	۳/۵	۳۲/۰	۷/۵
اجتناب از مشکلات	۴۰/۰	۰/۰	۲۶/۰	۳/۴	۲۷/۰	۱/۴	۴۰/۰	۰/۰	۴۰/۰	۱/۹
وابستگی به دیگران	۳۱/۰	۸/۱	۲۱/۳	۳/۰	۲۰/۳	۲/۳	۳۰/۷	۷/۵	۳۰/۷	۷/۵
درماندگی نسبت به تغییر	۴۹/۳	۲/۶	۳۱/۰	۱/۲	۳۱/۰	۰/۵	۴۹/۳	۲/۶	۴۸/۷	۳/۵
کمال گرایی	۳۴/۰	۸/۹	۱۴/۰	۵/۱	۱۴/۳	۳/۲	۲۸/۷	۱۰/۱	۳۰/۰	۱۱/۵

رخ نداده است. به نحوی که در مرحله پیش آزمون برابر با ۳۵۴/۳ بوده و به ۳۵۵ رسیده است. در نتیجه براساس اطلاعات موجود، نمرات باورهای غیر منطقی و خرده مقیاسهای آن در میان افراد گروه آزمایش که آموزش دیده‌اند، کاهش چشمگیری پیدا کرده است و در مرحله پیگیری نیز از ثبات نسبی برخوردار بوده است ولی گروه گواه تغییری نداشته است.

اطلاعات جدول ۲ نشان می‌دهد که خرده مقیاس‌های باورهای غیر منطقی افراد گروه آزمایش در مرحله پس آزمون بهبود نسبی یافته است. در کل میانگین کلی نمره باورهای غیر منطقی افراد گروه زوج درمانی هیجان مدار از ۳۶۴/۲ به ۲۵۴/۳ کاهش پیدا کرده است و در مرحله پیگیری نیز تغییر جزئی داشته و به ۲۴۲/۳ رسیده است.

ولی تغییر چندانی بین نمره کلی و خرده مقیاسهای باورهای غیر منطقی افراد گروه گواه نسبت به مرحله پیش آزمون

۲- طلاق عاطفی

جدول ۳- مقایسه طلاق عاطفی در مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری

گروهها مرحله متغیر	گروه درمانی هیجان مدار									
	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری		پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
انتقاد و سرزنش	۳/۵	۰/۵	۲/۲	۰/۴	۲/۵	۰/۵	۳/۵	۰/۵	۳/۳	۰/۵
سکوت و جبهه گیری	۳/۴	۰/۵	۱/۲	۰/۶	۲/۲	۰/۷	۳/۳	۰/۵	۳/۳	۰/۵
واکنش عاطفی	۲/۷	۰/۷	۱/۵	۰/۵	۱/۵	۰/۵	۲/۸	۰/۶	۲/۷	۰/۷

۰/۷	۲/۷	۰/۶	۲/۷	۰/۴	۱/۲	۰/۵	۱/۳	۰/۸	۲/۷	آمیزش عاطفی
۰/۷	۲/۹	۰/۷	۲/۹	۰/۴	۱/۸	۰/۵	۱/۷	۰/۵	۲/۷	قدرت و منابع
۰/۵	۲/۵	۰/۶	۲/۴	۰/۵	۱/۴	۰/۵	۱/۴	۰/۶	۲/۴	فقدان، افسردگی و سرخوردگی
۰/۶	۱/۲	۰/۶	۱/۲	۰/۴	۱/۲	۰/۴	۱/۱	۰/۴	۲/۰	زاویه سوم
۰/۷	۳/۱	۰/۸	۳/۱	۰/۳	۱/۲	۰/۰	۲/۰	۰/۵	۳/۰	محدود کردن
۰/۵	۳/۳	۰/۶	۳/۳	۰/۰	۲/۰	۰/۰	۲۲۲/۰	۰/۴	۳/۲	مشکلات جنسی
۳/۹	۲۶/۱	۱/۴	۲۵/۸	۲/۰	۱۶/۰	۲/۴	۱۷/۷	۱/۹	۲۶/۱	طلاق عاطفی

بر اساس اطلاعات جدول ۳ خرد شده مقیاس‌های طلاق عاطفی افراد گروه آزمایش در مرحله پس از آزمون بهبود نسبی یافته است.

در کل میانگین کلی نمره طلاق عاطفی افراد گروه زوج درمانی هیجان مدار از ۲۶/۱ به ۱۷/۷ کاهش پیدا کرده است و در مرحله پیگیری نیز تغییر جزئی داشته و به ۱۶ رسیده است.

ولی تغییر چندانی بین نمره کلی و خرد شده مقیاس‌های طلاق عاطفی افراد گروه گواه نسبت به مرحله پیش از آزمون رخ نداده است. به نحوی که در مرحله پیش از آزمون برابر با ۲۵/۸ بوده و به ۲۶/۱ رسیده است.

در نتیجه براساس اطلاعات موجود، نمرات طلاق عاطفی و خرد شده مقیاس‌های آن در میان افراد گروه آزمایش که آموزش دیده اند، کاهش چشمگیری پیدا کرده است و در مرحله پیگیری نیز از ثبات نسبی برخوردار بوده است ولی گروه گواه تغییری نداشته است.

جهت تحلیل داده‌ها با توجه به طرح پژوهش و استفاده از پیش آزمون و پس آزمون در آن و جهت کنترل اثر پیش آزمون، برای تحلیل داده‌های مربوط در هر یک از فرضیه‌ها، ابتدا مدل آماری تحلیل کوواریانس چند متغیری اجرا شده است.

در بررسی صحت و سقم فرضیه‌ها قبل از اجرای تحلیل کوواریانس لازم بود از طریق تعامل پیش‌آزمون متغیرهای باورهای غیر منطقی و طلاق عاطفی با متغیرهای مستقل (روش‌های آزمایش)، مفروضه‌های این روش آماری یعنی پیش فرض نرمال بودن توزیع، برابری واریانس‌های خطا و همگنی شیب‌های خط رگرسیون مورد بررسی واقع شد.

۱- زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش باورهای غیرمنطقی زنان متأهل موثر است و در طول زمان از پایداری مناسبی برخوردار است.

جدول ۴- نتایج تحلیل کوواریانس بین گروهی اثرات زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش باورهای غیرمنطقی زنان متأهل

شاخص متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	مجذور میانگین	F	معناداری (P)	ضریب تغییرات
تعامل (پیش آزمون)	۱۰۳۰۸/۲۲۲	۱	۱۰۳۰۸/۲۲۲	۶/۹۹۹	۰/۰۱۳	۰/۲۰۶
باورهای غیرمنطقی	۴۷۲۸/۶۵۰	۱	۴۷۲۸/۶۵۰	۳/۲۱۱	۰/۰۸۴	۰/۱۰۶
گروه	۷۹۷۳۹/۵۷۸	۱	۷۹۷۳۹/۵۷۸	۵۴/۱۴۳	۰/۰۰۰	۰/۶۶۷
خطا	۳۹۷۶۴/۶۸۳	۲۷	۱۴۷۲/۷۶۶			
کل	۲۹۰۵۱۵۰/۰۰۰	۳۰				

بنابراین براساس نتایج آزمون تحلیل اثرات زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش باورهای غیرمنطقی زنان متأهل آموزش دیده

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد نمره کلی باورهای غیرمنطقی (۰/۰۵/۱۴) معنادار می‌باشد.

معنی دار بوده است. در ضمن میزان این تفاوت؛ یعنی ضریب کل تغییر ا تا برابر ۰/۶۶۷ شده است یعنی حدود ۶۶/۷٪ از تغییرات کاهش باورهای غیرمنطقی زنان متأهل گروه آزمایش در اثر

جدول ۵- نتیجه آزمون همبسته نمرات باورهای غیرمنطقی زنان متأهل گروه زوج درمانی هیجان مدار

همبسته tنسبت			گروه زوج درمانی هیجان مدار		شاخص	
P	Df	T	انحراف معیار	میانگین	مرحله	متغیر
۰/۱۹۰	۱۴	۱/۳۷۷	۳۰/۰۵	۲۵۴/۳۳	پس از مداخله	باورهای غیرمنطقی
			۱۹/۸۱	۲۴۲/۳۳	پیگیری (تعقیبی)	

بر اساس اطلاعات جدول ۵ و براساس نتایج حاصل از اجرای آزمون t همبسته، تفاوت بین آزمون معنا دار نیست تفاوت نمرات باورهای غیرمنطقی زنان گروه آزمایش در مرحله آزمون تعقیبی (پیگیری) نسبت به مرحله پس آزمون معنا دار نیست و این بدان معناست که زوج درمانی هیجان مدار

جدول ۶- نتایج آزمونهای چند متغیره برای باورهای غیرمنطقی در مرحله پیگیری

آزمونها	مقادیر	F	درجه آزادی اثر	درجه آزادی خطا	معناداری (P)
اثر پیلایی	۰/۹۴۱	۱۰۳/۸۲	۲	۱۳	۰/۰۰۱
لانداى ويلكس	۰/۰۵۹	۱۰۳/۸۲	۲	۱۳	۰/۰۰۱
اثر هتلینگ	۱۵/۹۷۲	۱۰۳/۸۲	۲	۱۳	۰/۰۰۱
بزرگترین ریشه روی	۱۵/۹۷۲	۱۰۳/۸۲	۲	۱۳	۰/۰۰۱

همان طور که مشاهده می گردد هر چهار آماره چند متغیری مربوطه یعنی اثر پیلایی، لانداى ويلكس، اثر هتلینگ و بزرگترین ریشه روی، معنی دار می باشند. ($p < 0/05$) بدین ترتیب فرض صفر آماری رد و مشخص می گردد که متغیر وابسته (باورهای غیرمنطقی) از متغیر مستقل طرح مداخله (زوج درمانی هیجان مدار) تأثیر پذیرفته است.

جدول ۷- نتایج آزمون کرویت موچلی متغیروابسته

شاخص متغیر	موچلی Muchly	خی دو	Df	P	گرمین هاوس- گیسر	هوینه- فلدت	حد پایین
باورهای غیرمنطقی	۰/۴۰۴	۱/۷۶۸	۲	۰/۲۱۲	۰/۶۲۷	۰/۶۵۹	۰/۵۰۰

همانطور که در جدول ۷ مشاهده می شود نتایج آزمون کرویت موچلی نشان داد مقادیر مشاهده شده باورهای غیرمنطقی در سطح (p>۰/۰۵) یکسان نمی باشد. یعنی فرض کرویت (برابر بودن واریانس تفاوت تمام زوج های اندازه گیری مکرر) برقرار نیست.

جدول ۸- نتایج آزمون اثرات بین آزمودنی ها

شاخص متغیر	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F	معنی داری
فرض کرویت	۱۳۵۳۳۰/۸۴۴	۲	۶۷۶۶۵/۴۲۲	۶۶/۵۳۶	۰/۰۰۱
گرمین هاوس- گیسر	۱۳۵۳۳۰/۸۴۴	۱/۲۵۳	۱۰۹۶۴/۲۷۶	۶۶/۵۳۶	۰/۰۰۱
هوینه- فلدت	۱۳۵۳۳۰/۸۴۴	۱/۳۱۸	۱۰۲۶۶۵/۱۶۷	۶۶/۵۳۶	۰/۰۰۱
حد پایین	۱۳۵۳۳۰/۸۴۴	۱/۰۰۰	۱۳۵۳۳۰/۸۴۴	۶۶/۵۳۶	۰/۰۰۱

نتایج جدول ۸ نشان می دهد تغییرات متغیروابسته (باورهای غیرمنطقی) از سطح ۰/۰۵ کوچکتر است، بنابراین اثرات بین آزمودنی ها گزارش می شود.

جدول ۹- آزمون اثرات بین آزمودنی ها

منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری (p)
ثابت	۳۷۰۵۴۵۷/۰۸۹	۱	۳۷۰۵۴۵۷/۰۸۹	۳۹۱۶/۴۰۹	۰/۰۰۰
خطا	۱۳۲۴۵/۹۱۱	۱۴	۹۴۶/۱۳۷		

نتایج جدول ۹ نشان می دهد با در نظر گرفتن نمرات باورهای غیرمنطقی، تفاوت بین عملکرد گروه های آزمایش و گواه در این متغیر معنی دار است. و این به معنای آن است که در متغیر وابسته باورهای غیرمنطقی بین دو گروه آزمایش و گواه تفاوت وجود دارد. $P < 0.05$ به بیان دیگر نتیجه تحلیل حاکی از آن است که اثر متغیر مستقل طرح مداخله (زوج درمانی هیجان مدار) در کاهش باورهای غیرمنطقی معنادار بوده است.

بررسی فرضیه دوم پژوهش

۲- زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش طلاق عاطفی زنان متأهل موثر است و در طول زمان از پایداری مناسبی برخوردار است.

جدول ۱۰- نتایج تحلیل کوواریانس بین گروهی اثرات زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش طلاق عاطفی زنان متأهل

شاخص متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری (P)	ضریب تغییرات
تعامل (پیش آزمون)	۱/۱۳۲	۱	۱/۱۳۲	۰/۲۷۰	۰/۶۰۷	۰/۰۱۰
طلاق عاطفی	۱۷۸/۰۵۰	۱	۱۷۸/۰۵۰	۴۲/۵۳۷	۰/۰۰۰	۰/۶۱۲
گروه	۵۶۹/۵۶۶	۱	۵۶۹/۵۶۶	۱۳۶/۰۷۱	۰/۰۰۰	۰/۸۳۴
خطا	۱۱۳/۰۱۶	۲۷	۴/۱۸۶			
کل	۱۵۲۱۷/۰۰۰	۳۰				

تغییر انا برابر ۰/۸۳۴ شده است یعنی حدود ۸۳/۴٪ از تغییرات کاهش طلاق عاطفی زنان متأهل گروه آزمایش در اثر زوج درمانی هیجان مدار بوده است. به منظور بررسی پایداری آموزش، از آزمون t همبسته استفاده شد.

نتایج جدول ۱۰ نشان می‌دهد در مولفه طلاق عاطفی (۱۳۶/۰۷) معنادار می‌باشد. بنابراین براساس نتایج آزمون تحلیل اثرات زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش طلاق عاطفی زنان متأهل آموزش دیده معنی دار بوده است (۰/۰۵) در ضمن میزان این تفاوت؛ یعنی ضریب کل

جدول ۱۱- نتیجه آزمون همبسته نمرات طلاق عاطفی زنان متأهل گروه زوج درمانی هیجان مدار

متغیر	شاخص	مرحله	گروه زوج درمانی هیجان مدار		نسبت t همبسته	
			میانگین	انحراف معیار	t	df
طلاق عاطفی		پس از مداخله	۱۷/۶۷	۲/۳۵	۱/۲۸۹	۱۴
		پیگیری (تعقیبی)	۱۶/۰۰	۱/۹۶		

متأهل آموزش دیده در طول زمان از پایداری مناسبی برخوردار است. در جدول ۱۲ نتیجه چهار آزمون چند متغیره جهت معناداری اثر تعاملی متغیر مستقل در مدل را نشان می‌دهد.

بر اساس اطلاعات جدول ۱۱ و براساس نتایج حاصل از اجرای آزمون t همبسته، تفاوت نمرات طلاق عاطفی زنان گروه آزمایش در مرحله آزمون تعقیبی (پیگیری) نسبت به مرحله پس آزمون معنادار نیست و این بدان معناست که زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش طلاق عاطفی زنان

جدول ۱۲- نتایج آزمون‌های چند متغیره برای طلاق عاطفی در مرحله پیگیری

آزمون‌ها	مقادیر	F	درجه آزادی اثر	درجه آزادی خطا	معناداری (P)
اثر پیلایی	۰/۹۷۶	۲۵۹/۵۶۷ ^a	۲	۱۳	۰/۰۰۱
لانداى ويلكس	۰/۰۲۴	۲۵۹/۵۶۷ ^a	۲	۱۳	۰/۰۰۱
اثر هتلینگ	۳۹/۹۳۳	۲۵۹/۵۶۷ ^a	۲	۱۳	۰/۰۰۱
بزرگ‌ترین ریشه روی	۳۹/۹۳۳	۲۵۹/۵۶۷ ^a	۲	۱۳	۰/۰۰۱

بدین ترتیب فرض صفر آماری رد و مشخص می‌گردد که متغیر وابسته (طلاق عاطفی) از متغیر مستقل طرح مداخله (زوج درمانی هیجان مدار) تأثیر پذیرفته است.

همان‌طور که مشاهده می‌گردد هر چهار آماره چند متغیره مربوطه یعنی اثر پیلایی، لانداى ويلكس، اثر هتلینگ و بزرگ‌ترین ریشه روی، معنی دار می‌باشند ($p < 0/05$).

جدول ۱۳- نتایج آزمون کرویت موچلی متغیر وابسته

شاخص متغیر	موچلی Muchly	خی دو	Df	P	آزمون		
					گرین هاوس - گیسر	هوینه - فلدت	حد پایین
طلاق عاطفی	۰/۶۹۳	۴/۷۶۶۵	۲	۰/۰۹۲	۰/۷۶۵	۰/۸۴۰	۰/۵۰۰

بودن واریانس تفاوت تمام زوج‌های اندازه گیری مکرر) برقرار نیست.

همان‌طور که در جدول ۱۳ مشاهده می‌شود نتایج آزمون کرویت موچلی نشان داد مقادیر مشاهده شده طلاق عاطفی در سطح $P > 0/05$ یکسان نمی‌باشد. یعنی فرض کرویت (برابر

جدول ۱۴- نتایج آزمون اثرات بین آزمودنی‌ها

معنی داری	F	میانگین مجذورات	Df	مجموع مجذورات	شاخص متغیر
۰/۰۰۱	۱۳۹/۴۳۳	۴۴۲/۷۶۷	۲	۸۸۵/۷۳۳	فرض کرویت
۰/۰۰۱	۱۳۹/۴۳۳	۵۷۸/۷۷۰	۱/۵۳۰	۸۸۵/۷۳۳	طلاق گرین هاوس- گیسر
۰/۰۰۱	۱۳۹/۴۳۳	۵۲۷/۰۵۶	۱/۶۸۱	۸۸۵/۷۳۳	عاطفی هوینه- فلدت
۰/۰۰۱	۱۳۹/۴۳۳	۸۸۵/۷۳۳	۱/۰۰۰	۸۸۵/۷۳۳	حد پایین

نتایج جدول ۱۴ نشان می‌دهد تغییرات متغیر وابسته (طلاق عاطفی)

از سطح ۰/۰۵ کوچکتر است، بنابراین اثرات بین آزمودنی‌ها

گزارش می‌شود.

جدول ۱۵- آزمون اثرات بین آزمودنی‌ها

معناداری (F)	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	منابع تغییرات
۰/۰۰۰	۲۶۵۹/۲۳۷	۱۷۸۸۰/۲۰۰	۱	۱۷۸۸۰/۲۰۰	ثابت
		۶/۷۲۴	۱۴	۹۴/۱۳۳	خطا

می‌تواند سطح امید زنان مطلقه را بهبود بخشد. نتایج تحقیق کرفی (۱۳۹۴) نشان داد مدل هیجان مدار بر کاهش باورهای غیرمنطقی زنان متأهل تاثیر معناداری دارد. نتایج تحقیق پاشنگ (۱۳۹۳) نشان داد که زوج درمانی به شیوه عقلانی-هیجانی در کاهش باورهای غیرمنطقی زوجهای متقاضی طلاق مؤثر و و در طول زمان از پایداری مناسبی برخوردار است و زوج درمانی به شیوه عقلانی-هیجانی الیس باعث کاهش باورهای غیرمنطقی (توقع تایید دیگران، سرزنش کردن خود، بی مسؤولیتی عاطفی و توجه مضطربانه)، در زوجهای مراجعه کننده به دادگاه های طلاق می‌شود. همچنین زوجهایی که درمان عقلانی-هیجانی دریافت کردند، اضطراب کمتری نسبت به گروه گواه داشتند و نسبت به موقعیت بحرانی طلاق خویش تسلط بهتری پیدا کردند. همچنین یافته های پژوهش حاضر، همسو با مطالعه فدایی، محمدی و احمدی (۲۰۱۱) است که نشان دادند درمان عقلانی-هیجانی در مقایسه با درمان فردی باعث کاهش باورهای منطقی (توقع تایید دیگران، سرزنش کردن خود و بی مسؤولیتی عاطفی) در زوجها می‌شود. در پژوهش یوسفی و کیانی (۲۰۱۴) نشان داد که روش درمانی رویکرد هیجان مدار الیس با کاهش

نتایج جدول ۱۵ نشان می‌دهد با در نظر گرفتن نمرات طلاق عاطفی، تفاوت بین عملکرد گروههای آزمایش و گواه در این متغیر معنی دار است. و این به معنای آن است که در متغیر وابسته طلاق عاطفی بین دو گروه آزمایش و گواه تفاوت وجود دارد. $p < 0/05$. به بیان دیگر نتیجه تحلیل حاکی از آن است که اثر متغیر مستقل طرح مداخله (زوج درمانی هیجان مدار) در کاهش طلاق عاطفی معنادار بوده است.

نتیجه گیری

هدف کلی این پژوهش بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش باورهای غیرمنطقی و طلاق عاطفی زنان متأهل است. طبق یافته‌های این پژوهش، زوج درمانی هیجان مدار تأثیر معناداری بر کاهش باورهای غیرمنطقی زنان نشان می‌دهد. یافته های پژوهش حاضر، همسو با مطالعه نامنی، محمدی پور و نوری (۱۳۹۶)، کرفی (۱۳۹۴)، پاشنگ (۱۳۹۳)، فدایی، محمدی و احمدی (۲۰۱۱) و مولر (۲۰۰۰) بوده و ناهمسو با بخشی از نتایج محمدی و عسگری (۱۳۸۴) بود. نتایج تحقیق نامنی، محمدی پور و نوری (۱۳۹۶) نشان داد درمان هیجان مدار به شیوه گروهی

پیشنادهای کاربردی

- نتایج تحقیق نشان داد که آموزش زوج درمانی هیجان مدار بر باورهای غیر منطقی و ابعاد آن تاثیر گذار است پس مشاوران خانواده می توانند با کمک آموزش باورهای غیر منطقی زنان متأهل را تنظیم کرده و از این طریق به سازگاری زناشویی کمک کنند.
- فراهم آوردن شرایطی برای برگزاری کارگاه هیجان مدار با دسترسی راحت تر توسط مراکز مشاوره در سراسر کشور
- فراگیر شدن خدمات مشاوره خانواده برای کاهش پیامدهای روان شناختی طلاق زوجین
- انجام پژوهش های بین فرهنگی در مورد طلاق عاطفی در میان خانواده های ایرانی
- پیشنهاد میشود در یک بررسی و با تحلیلهای آماری دقیقتر اثربخشی درمان هیجان مدار بر طلاق عاطفی زوجین به تفکیک جنسیت بررسی شود.
- به نظر می رسد انجام مشاوره های قبل و استمرار آن در بعد از ازدواج در زمینه کاهش طلاق عاطفی موثر و مفید خواهد بود.
- بهره مندی بیش از پیش مراکز مشاوره از طرح های مداخله ای و یا جلسات مشاوره فردی

محدودیت پژوهش

- ۱- این تحقیق صرفا به زنان متأهل منطقه ۴ شهر تهران در سال ۱۳۹۶ محدود می باشد که به مراکز مشاوره و روان درمانی مراجعه نموده اند لذا در تعمیم نتایج به سایر گروهها باید احتیاط لازم را داشت.
- ۲- باید توجه داشت ابزار گردآوری در این تحقیق صرفا به پرسشنامه های مربوط به طلاق عاطفی و باورهای غیر منطقی محدود است و از سایر روشها مانند مصاحبه، مشاهده و... استفاده نشده است.

پیشنادهایی برای پژوهش های آتی

- بهتر است بررسی متغیرها در جامعه بزرگتر نیز انجام شود.
- تکرار پژوهش در جامعه ای بزرگتر و نمونه ای بزرگتر و انجام مطالعات طولی، موردی و تطبیقی در سطح شهرستانهای کشور
- به دست آوردن آمار مستندی از میزان طلاق عاطفی در خانواده های ایرانی

باورهای غیرمنطقی بیشتر از مشاوره فردی باعث بهبودی اضطراب افراد مطلقه میشود. مولر (۲۰۰۰) نیز در پژوهشی به این نتیجه رسید که باورهای غیرمنطقی و میزان سازگاری زناشویی، همبستگی دارد.

در تبیین این یافته پژوهشی باید اشاره داشت باور تغییر ناپذیر همسر به این موضوع اشاره دارد که فرد معتقد است علت وجود مشکلات رفتاری در افراد امری ذاتی است لذا فرد هیچ گونه تلاشی برای تغییر وضع موجود از خود نشان نمی دهد. این امر در روابط زوجین باعث از دست دادن تفکر حل مساله شده، مشکلات آنها روز به روز عمیق تر و پیچیده تر می شود. رویکرد هیجان مدار برای انواع گوناگونی از مراجعین قابلیت کاربردی دارد، طیف وسیعی از همسران و و زوجین که از فرهنگها و طبقات اجتماعی متفاوتی بوده اند، زوجهای قدیمی و زوجهای که از بیماری افسردگی و اختلالات اضطرابی (مانند استرس های پس از آسیب) رنج می برند، همه در این نظام قرار می گیرند. در نظر هیجان درمانگران، درک فرایند تجربه و پردازش تعاملات همسران همان قدر اهمیت دارد که جهت دهی زوج های آشفته از پاسخ های منفی و جزمی درونی و بیرونی به سوی انعطاف پذیری و پاسخگو بودن احساسی. مواردی چون (انعطاف پذیری در پاسخها و پاسخگو بودن از نظر احساسی) پایه های نگهدارنده ی دلبستگی ایمن میان همسران هستند. به نظر می رسد که تعاملات جاری میان همسران از دو طریق حفظ و ایجاد می شود: یکی تجربه ی هیجانی افراد از نفر مقابل و دیگری روشی که اشخاص با تاسی بر واقعیت های درون روانی خود و رفتارهای تکراری همسر، تعاملات را سوی دیگری در تقابلند و بطور مستمر موجب بازآفرینی یکدیگر می شوند. از این رو اگر زوج ها به خلق رشته های هیجانی مثبت توفیق یابند، هم واقعیت های درون روانی و هم رفتارهای تکراری، دگرگون شده، مورد پردازش و سازماندهی مجدد قرار خواهند گرفت. خلق و آفرینش رشته های ایمن دلبستگی، آماج نهایی درمان زوج درمانی هیجان مدار است.

منابع

- اولیاء، ن؛ فاتحی زاده، م. و بهرامی، ف. (۱۳۹۴)، آموزش غنی سازی زندگی زناشویی، تهران: نشر دانژه. ۷۰-۱۲.
- آزادی، ز؛ کیمیایی، ع. و عباسی بوردنرق، س. (۱۳۹۳). رابطه توانایی حل مسأله خانواده و باورهای غیرمنطقی با مشکلات و ناسازگاری زناشویی، فصلنامه پژوهش های نوین روان شناختی، ۹(۳۶): ۱۷-۲.
- بدیهی زراعتی، ف. و موسوی، ر. (۱۳۹۵)، اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر تغییر سبک دلبستگی بزرگسالان و صمیمیت جنسی زوجین، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، سال هفتم، شماره ۲۵، بهار ۹۵، ۹۰-۷۱.
- پاشنگ، ب؛ سلیمی نیا، ن؛ مهرانی، م؛ سوداگر، ش. (۱۳۹۳)، اثربخشی زوج درمانی به شیوه ی عقلانی- عاطفی در کاهش باورهای غیرمنطقی زوج های متقاضی طلاق. روانشناسی کاربردی، شماره ۳۱، صص ۴۳ تا ۵۶.
- جانسون، س. (۱۳۹۱)، تمرین های زوج درمانی هیجان مدار "اتحاد رابطه"، ترجمه عذرا اعتمادی، فاطمه بهرامی، شهین صمدی، مینو میرزاده، تهران: انتشارات دانژه. ۸۴-۳۵.
- جانسون، س. و ویفمن، و. (۲۰۱۱)، فرآیندهای دلبستگی در زوج درمانی و خانواده درمانی. ترجمه فاطمه بهرامی و همکاران (۱۳۹۱)، تهران: نشر دانژه. ۹۱-۶۴.
- جانسون، س. (۲۰۱۰)، زوج درمانی هیجان مدار. ترجمه بیتا حسینی (۱۳۸۹)، تهران. نشر جنگل، ص ۶. ۷۸-۸۱.
- جانسون، س. (۲۰۱۱)، تمرین زوج درمانی هیجان مدار، ترجمه فاطمه بهرامی و زهرا آذریان و عذرا اعتمادی (۱۳۹۱)، تهران: نشر دانژه. ۱۲-۱۹.
- سلیمی، ح؛ کرمی نیا، ر؛ میرزمانی، م؛ خاقانی زاده، م؛ کرمی، غ. و رضانی، آ. (1388)، رابطه باورهای غیرمنطقی با چرخه زندگی در متقاضیان طلاق. فصلنامه خانواده پژوهی. سال اول. شماره. ۳. ۲۰۹.
- شفیع آبادی، ع. و ناصری، غ. (۱۳۸۶)، نظریه های مشاوره و روان درمانی، تهران، انتشارات مرکز نشر دانشگاهی، ۱۲۶.
- شیدان فر، ن. (۱۳۹۶)، مقایسه اثربخشی رویکرد زوج درمانی هیجان مدار و تصویرسازی - ارتباطی (ایماگوتراپی) بر سازگاری و سبک دلبستگی و رضایتمندی زناشویی زوجین، رساله دکتری دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم تحقیقات تهران. ۷۴-۳۵.
- کرفی، ع. (۱۳۹۴) اثربخشی آموزش هنجارمدار بر باورهای غیرمنطقی ارتباطی زنان. پایان نامه کارشناسی ارشد - دانشگاه بجنورد - دانشکده ادبیات و علوم انسانی. ۱۴۵-۱۲۸.
- نیکلز، م. و شوارتس، ر. (۱۳۹۵)، خانواده درمانی "مفاهیم و روش ها"، ترجمه محسن دهقانی و همکاران، تهران: دانژه. (سال نشر اثر به زبان اصلی، ۲۰۱۰). ۹۴-۱۲۰.
- مهین ترابی، س؛ مظاهری، م؛ صاحبی، ع. و موسوی، و. (۱۳۹۰)، تاثیر آموزش های شناختی - رفتاری بر تعدیل انتظارات غیرمنطقی، بلوغ عاطفی و نارضایتی زناشویی در زنان. مجله علوم رفتاری، دوره ۵، شماره ۲) مسلسل ۱۶؛ ۱۲۷ - ۱۳۳.
- محمدی، ع. و عسگری، م. (۱۳۸۴)، زوج درمانی به شیوه عقلانی- عاطفی ایس. فصلنامه مطالعات روانشناختی زنان، ۴(۱۱)، ۹۱-۵۱.

- نامنی، آ؛ محمدی پور، م. و نوری، ج. (۱۳۹۶)، اثربخشی درمان هیجان مدار به شیوه گروهی بر بخشودگی بین فردی و امید در زنان مطلقه، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، سال هشتم، شماره ۲۹، بهار ۹۶، ۷۷-۵۷.
- هاروی، م. (۲۰۱۲)، زوج درمانی، ترجمه خدابخش احمدی و زهرا اخوی و علی اکبر رحیمی (۱۳۹۲)، تهران: نشر دانژه، ۱۲۳.

منابع انگلیسی

- Ditzen, B. , Hahlweg, K. , Fehm-Wolfsdorf, G. , & Baucom, D. (2013). Assisting couples to develop healthy relationships: effects of couples relationship education on cortisol. *Psycho neuroen doocrinology*. 10(36): 597-607.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 84(4), 822.
- Kabat-Zinn, J. 2003. Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10: 144-156.
- Emanuel, A. S. , Updegraff, J. A. , Kalmbach, D. A. , & Ciesla, J. A. (2010). The role of mindfulness facets in affective forecasting. *Personality and Individual Differences*, 49(7), 815-818 .
- Epstein, N. , & Baucom, D. H. (2002). Enhanced cognitivebehavioral therapy for couples: A contextual approach. Washington DC: American Psychological Association .
- Emanuel, A. S. , Updegraff, J. A. , Kalmbach, D. A. , & Ciesla, J. A. (2010). The role of mindfulness facets in affective forecasting. *Personality and Individual Differences*, 49(7), 815-818 .
- Fadaaei, S. , Mohammadi, M. , & Ahmadi, G. (2011). Effects of ndivtual thrapy & rational-emotive thrapy on coples. *J Res Med Sci*. 16(8): 1047-1054 .
- Gottman, J. M. & Levenson, R. W. (1992). Marital processes predictive of later dissolution: Behavior, physiology , and health. *Journal of personality and socil psychology* 63, 221-223
- Lotfi Kashani, F. , and Vaziri, S. (2011). The effect of sexual skills training on marital satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 30, 2581-2585.
- Moller, A. , Rabe, H. M. , & Nortie, C. (2000). Dysfunctional beliefs and marital conflict in distressed and nondistressed married individuals. *Journal of Rotional Emotive & Cognitive Behavior therapy*. 19(4): 84-90
- Wiebe, S. A. , Johnson, S. M. (2016). A Review of the Research in Emotionally Focused Therapy for Couples. *Fam Process*. 55(3):390-407.
- Greenberg, L. (2011). *Emotion-Focused Therapy*. Amazon Kindle.
- Yoosefi, N. , & Karimi, MA. (2014). The study of psychotherapy approaches in improvement of Bowen self-differentiation and intimacy. *Iran J Psychiatry Behav Sci*. 8(1): 32-41 .

Original Article

The Effectiveness of Emotion- Focused Couple Therapy on Reducing Irrational Beliefs and Emotional Divorce in Married Women Referred to Tehran Counseling Centers

Received: 22/10/2018 - Accepted: 21/01/2019

Parastoo Salehpour¹
Ghodsii Ahghar^{2*}
Shokouh Navabi Nejad³

¹Student of Ph.D. in Counseling, Islamic Azad University, Science Research Branch, Tehran, Iran

²Associate Professor of Curriculum Planning, Research Institute of Education, Tehran, Iran

³Professor, Department of Psychology, Kharazmi University, Tehran, Iran

Email: Ahghar2004@yahoo.com

Abstract

Introduction: The purpose of this study was to investigate the effectiveness of emotion-focused couple therapy on reducing irrational beliefs and emotional divorce of married women.

Methods: The statistical population consisted of all married women in district 4 of Tehran in 1396 who referred to counseling centers. The sampling method was available. Initially, 200 married women between 25 and 40 years of age who referred to counseling centers in Tehran District 4 due to marital dissatisfaction were administered the Jones Unreasonable Beliefs Questionnaire (1968) and the Affective Divorce of Mohammadi et al. (2015) and among those who tested Irrational beliefs and emotional divorce had a high score, 40 people were selected and randomly divided into two equal experimental and control groups. Then the experimental group received 10 sessions of independent variable emotional therapy and the control group received no treatment. At the end of the sessions, questionnaires of irrational beliefs and emotional divorce were completed by individuals in each group.

Results The results of data analysis through covariance test showed that emotion-focused couple therapy reduced marital beliefs and emotional divorce of married women.

Conclusion: It seems that counseling before marriage and its continuation after marriage can be effective in reducing emotional divorce.

Key words: Emotional Couple Therapy, Irrational Beliefs, Emotional Divorce, Married Women.