



اثربخشی آموزش غنی سازی روابط زوجین با رویکرد متمرکز بر هیجان بر رفتارهای کنترل گرایانه در زنان و مردان مواجه شده با خیانت همسر

دانشجوی دکتری گروه روانشناسی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران
استادیار گروه روانشناسی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران
دانشیار گروه روانشناسی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران

زهرة کیادربندسری ^{ib}

حسن میرزاحسینی* ^{ib}

مجید زرغام حاجبی ^{ib}

دریافت: ۱۴۰۰/۰۳/۱۵ | پذیرش: ۱۴۰۰/۰۸/۲۰ | ایمیل نویسنده مسئول: mirzahoseini.hasan@yahoo.com

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش غنی سازی روابط زوجین با رویکرد متمرکز بر هیجان بر رفتارهای کنترل گرایانه در زنان و مردان مواجه شده با خیانت همسر انجام گرفت. **روش پژوهش:** این پژوهش نیمه آزمایشی از نوع طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و پیگیری بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه زنان و مردان مواجه شده با خیانت همسر شهر تهران در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس، تعداد ۴۰ نفر انتخاب و به‌طور تصادفی به گروه آزمایش (۲۰ نفر) و گواه (۲۰ نفر) تقسیم شدند. ابزارهای پژوهش پرسشنامه رفتارهای کنترل گرایانه گراهام کوان و آرچر (۲۰۰۵) بود. گروه آزمایش به مدت هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت مداخله غنی سازی روابط زوجین متمرکز بر درمان هیجان مدار قرار گرفت. داده‌های به دست آمده با استفاده از آزمون واریانس اندازه‌های مکرر تحلیل شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد روش آموزش متمرکز بر هیجان بر نمرات رفتارهای کنترل گرایانه ($P=0/040$, $F=7/47$) در زنان و مردان مواجه شده با خیانت همسر موثر است و این تاثیر در مرحله پیگیری پایدار بود. **نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان گفت که روش آموزش غنی سازی روابط زوجین متمرکز بر رویکرد هیجان مدار، الگویی اثربخش در زنان و مردان آسیب‌دیده از خیانت همسر است و می‌تواند به‌عنوان یکی از روش‌های درمانی و یا آموزشی در برنامه‌های زوج‌درمانی به‌کاربرده شود.

کلیدواژه‌ها: رفتارهای کنترل گرایانه، آموزش غنی سازی روابط زوجین، رویکرد هیجان مدار

فصلنامه علمی پژوهشی خانواده درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۴۳۰-۲۷۱۷

<http://Aftj.ir>

دوره ۳ | شماره ۲ پیاپی ۱۱ | ۲۴۵-۲۳۰

تابستان ۱۴۰۱

نوع مقاله: پژوهشی

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:

درون متن:

(کیادربندسری، میرزاحسینی و زرغام حاجبی،
۱۴۰۱)

در فهرست منابع:

کیادربندسری، زهره، میرزاحسینی، حسن، و زرغام حاجبی، مجید. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش غنی سازی روابط زوجین با رویکرد متمرکز بر هیجان بر رفتارهای کنترل گرایانه در زنان و مردان مواجه شده با خیانت همسر. فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی، ۳(۲) پیاپی ۱۱: ۲۳۰-۲۴۵.

مقدمه

مردم معمولاً با امیدهای فراوان به ازدواج مبادرت می کنند و تمایل دارند که درباره شانس موفقیت ازدواج خود خوشبین باشند. یک مساله خاص در هر رابطه صمیمی و عاشقانه عبارت است از واکنش منفی به جذب شدن واقعی یا خیالی شریک زندگی به فردی دیگر است. بعضی معتقدند مردان بیشتر به خاطر جذب شدن جنسی شریک خود به یک مرد رقیب تهدید می شوند؛ در حالی که زنان بیشتر به خاطر جذب شدن عاطفی شریک خود به زن رقیب مورد تهدید قرار می گیرند (فینچام و می، ۲۰۱۷). بنابراین پیمان زناشویی، مقوله انسانی بسیار رایجی است که گهگاه با مسئله ای به نام «خیانت یا روابط فرا زناشویی» دست به گریبان است (کنیس، بودالسکی و فلوری، ۲۰۲۰). روابط فرا زناشویی از جمله عواملی است که سلامت خانواده را با چالش مواجه کرده و مهمترین عامل تهدید کننده عملکرد، ثبات و تدوام و روابط زناشویی است (اولامیچوون، اودیگمگیو و چمهاکا، ۲۰۲۰). در چنین رابطه ای خودافشایی، درک، اعتماد، و نزدیکی عمیق تجربه می شود و دو فرد با بعد بالغ وجودشان آگاهانه به برآوردن نیازهای یکدیگر می پردازند (قاسمی، اعتمادی و احمدی، ۱۳۹۴). ابعاد مختلف شناختی و علی شکست رابطه در طول چند دهه گذشته توجه بسیاری از محققان را به خود جلب کرده است. اما علی رغم تحقیقات گسترده در مورد شکست ها و پیامدهای منفی آنها، هنوز حوزه هایی در مورد شکست رابطه وجود دارد که به خوبی بررسی نشده است. به عنوان مثال، اطلاعات کمی در مورد اسنادهایی که مردم راجع به شکست می دهند یا منابع بالقوه ای که در پس شکست رابطه ممکن است شکل گیرد، موجود است (لئونارد، ۲۰۲۰). نتایج نشان می دهد که رشد می تواند در پی حوادث منفی به وجود آید و این که رشد تمایل دارد خود را به شکل درس های زندگی که از تجارب منفی یاد گرفته می شود بیان کند (رازو، دمشکینا، وستوف، یوسوپو و یوسوپو، ۲۰۱۵).

خیانت، یکی از دلایل اصلی طلاق زوجین (آداماپولو، ۲۰۱۳) و موضوعی اصلی برای زوج درمانگران در کار بالینی (راسموسن، میلار و ترنچاک، ۲۰۱۸) است، اما اطلاعات کمی از افراد مستعد و زمینه های افزایش خیانت وجود دارد (میشل و اوککوهوکو، ۲۰۱۴). به عبارت دیگر، با این که یکی از علل اصلی طلاق ها و درگیری های زناشویی، خیانت می باشد، اطلاعات اندکی درباره این که کدام اشخاص آمادگی بیشتری به خیانت دارند، موجود می باشد. آمارها نشان می دهد که در طول زندگی مشترک برخی از همسران مرتکب خیانت به همسر خود می شوند. خیانت مشکل عمده ای برای بسیاری از زوجین است و برآورد شده است که ۲۶-۷۰٪ زنان و ۳۳-۷۷٪ مردان متأهل در طی زندگی اقدام به خیانت می نمایند (والترز و بروگر، ۲۰۱۳). افزایش روزافزون خانواده هایی که بر اثر چنین پدیده ای دچار بحران شدید می گردند، بیانگر ضرورت تحقیقات و اقدامات صاحب نظران در این زمینه می باشد. شواهد بسیار واضحی وجود دارد که زوجین در جامعه معاصر ما مشکلات شدید و فراگیری را هنگام برقراری روابط عاشقانه و صمیمی تجربه می کنند، یکی از این مشکلات کنترل گری است. کنترل گری از آسیب های اجتماعی پنهان است که معمولاً در محیط بسته خانه شکل می گیرد و سبب عدم اطمینان و از هم گسیختگی کانون خانواده می شود. قربانیان اصلی این پدیده در محیط خانواده در مرحله اول زنان و پس از آن کودکان و سرانجام مردان هستند (ضیایی، ۱۳۹۴). کنترل گری معضلی است که در قرون اخیر بیش از هر زمان دیگری در جوامع مورد توجه قرار گرفته است. فرض اصلی کنترل گری این است که چنانچه ما از رابطه ای احساس ناخرسندی می کنیم خود را مسئول

چنین احساسی نمی‌دانیم بلکه دیگران و عوامل خارج از کنترل را مقصر می‌دانیم. در واقع فرافکنی^۱ ناآگاهانه و ناخودآگاه علت ایجاد مشکل به دیگران، از لحاظ روانشناختی برای فرد بهتر بوده و کمتر آسیب می‌بیند. هفت عادت تخریب‌گر خصلت کنترل‌گری عبارتند از: ۱. عیب‌جویی یا انتقاد^۲، ۲. سرزنش^۳، ۳. شکوه و گلایه^۴، ۴. نق و غر^۵، ۵. تهدید^۶، ۶. تنبیه^۷، ۷. دادن حق حساب یا باج^۸ برای تحت کنترل در آوردن رفتار دیگران (گلاسر و گلاسر، ۱۹۲۵؛ به نقل از عباسی اصیل، ۱۳۹۳). تنها کسی که می‌تواند بر رفتار ما کنترل داشته باشد خود ما هستیم اگر ارتباط ناموفقی داریم به جای تغییر دیگران باید ببینیم چه کاری می‌توانیم انجام دهیم که ارتباط ما بهبود بخشد تقریباً در تمامی موارد هنگامی که دست از کنترل‌گری بر می‌داریم همسرمان نیز تغییر می‌کند. برا رسیدن به این هدف باید ۶ عادت مهرورزی را جایگزین رفتارهایمان سازیم: ۱. گوش سپردن، ۲. حمایت، ۳. تشویق، ۴. احترام، ۵. اعتماد و ۶. پذیرش (فراهانی، ۱۳۹۴). نتایج پژوهش امیدیان (۱۳۹۳) نشان داد خانواده‌هایی که رفتار کنترل‌گرایانه در آنها دیده می‌شود فرزندان بدون اعتماد به نفس و نابهنجار پرورش می‌دهند. همچنین نتایج پژوهش حسنی (۱۳۹۵) نشان داد رفتارهای کنترل‌گرایانه از عواملی است که می‌تواند سلامت خانواده را به خطر انداخته و زمینه را برای گرایش به خیانت ایجاد کند.

با توجه به مشکلات زناشویی، برنامه‌های درمانی و آموزشی متعددی برای بهسازی، پیشگیری و درمان مشکلات رفتاری، عاطفی و اجتماعی زوجین بر مبنای رویکردهای مختلف، تدوین و اثربخشی آنها در رضایتمندی و رفتارهای کنترل‌گرایانه زوجین نشان داده شده است (فلاح زاده، ۲۰۱۰). هاوز و مالینکروود (۱۹۹۸) در تحقیقات خود نشان داد که زوجینی که در توانایی درک و پذیرش افکار و احساسات یکدیگر را داشته باشند در زندگی زناشویی سازگارترند. درمان هیجان‌مدار یکی از پنج روشی است که توسط مشاهدات تجربی مورد حمایت قرار گرفته است. نتایج پژوهش‌های انجام گرفته توسط جانسون و گرینبرگ (۱۹۸۸)، ویسمن و جاکوبسن (۱۹۹۰)، جانسون و تالیتمن (۱۹۹۹)، عرفان منش (۲۰۰۴) و حیاتی (۲۰۰۷)، در زمینه اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار به ابعاد مختلف روابط زناشویی تاثیر معناداری را نشان داده است. همچنین در مطالعاتی که در آنها زوج‌درمانی هیجان‌مدار با درمان دارویی، سایر درمان‌های روانشناختی و لیست انتظار مقایسه شده است، نشان داده شد که درمان هیجان‌مدار در بهبود سازگاری زناشویی و رفتارهای کنترل‌گرایانه در مقایسه با سایر درمان‌ها و لیست انتظار موثرتر بوده است جانسون و ذوکرینی (۲۰۱۰). غنی‌سازی روابط زوجین بر اساس زوج‌درمانی هیجان‌محور که ترکیبی از درمان تجربی و سیستمی است، ارتباط نزدیکی با کاهش تعارضات زناشویی دارد (پاسکال-لئون^۹ و گرینبرگ، ۲۰۲۰). فرایند زوج‌درمانی هیجان‌محور که به روش فردی اجرا می‌شود با سه مرحله پیوستگی و آگاهی، فراخوانی و کشف و بازسازی

1. Projection
2. Criticism
3. Reproach
4. Complaint
5. Nagging
6. Threat
7. Punishment
8. Tax or imposition
9. Pascual-Leone

هیجانی در هشت گام تعیین می‌شود. این سه مرحله باهم همپوشی دارند و در سرتاسر درمان به مراجع به‌عنوان فرد متخصص در مورد تجربه خود و به درمانگر به‌عنوان راهنما و تسهیل‌گر برای اهداف مراجع نگریسته می‌شود (جانسون و همکاران، ۲۰۰۵). در زوج‌درمانی هیجان محور نظر بر این است که شیوه‌ای که افراد تجارب هیجانی را سازمان‌دهی و پردازش می‌کنند و الگوهای تعاملی که خود ایجاد کرده و تقویت می‌کنند، منجر به درماندگی زناشویی آن‌ها شده است (گرین من و جانسون، ۲۰۱۳). زوج‌درمانی هیجان محور با ایجاد تعاملات سازنده بین زوجین و شناسایی الگوهای دل‌بستگی ایمن باعث رضایتمندی و کاهش تحریف‌های شناختی زوجین می‌شود. این رویکرد بر تغییر رفتارهای دل‌بستگی به‌عنوان ابزاری برای بهبود روابط آشفته تمرکز می‌کند (گلیسنی، استرودی، کینگ و گرینبرگ، ۲۰۲۰). هدف زوج‌درمانی هیجان محور کمک به زوج‌ها در دستیابی به هیجان‌های نهفته و تسهیل تعاملات مثبتی است که در دسترس بودن و اعتماد بین زوج‌درمانی هیجان محور گزارش کردند که زنانی که آموزش زوج‌درمانی هیجان محور را دیده بودند، در مقایسه با گروه کنترل، بیشتر تمایل داشتند تا همسرانشان را ببخشند. که این عامل، باعث افزایش رضایت و بهبود کیفیت زندگی زناشویی آن‌ها شده بود.

لازم به توضیح است، دلیل و علت تلفیق رویکرد هیجان مدار و غنی سازی در پژوهش حاضر استفاده از مزایای این دو رویکرد می‌باشد. هدف عمده رویکرد هیجان مدار کمک به زوجین برای شناسایی و ابراز نیازها و احساسات خود و تغییر دل‌بستگی نایمن به دل‌بستگی ایمن است (جانسون، ۲۰۰۳) و تمرکز آن بر بعد هیجانی است، اما بر توسعه مهارت‌های اجتماعی و بعد رفتاری افراد تمرکز خاصی ندارد. از سوی دیگر، مدل غنی سازی با تکیه بر مجموعه پروتکل‌ها و تمرینات ساختاریافته به مراجعان برای افزایش مهارت‌های اجتماعی در تغییر رفتار مراجعان کمک فراوانی می‌کند و تمرکز اصلی آن بر بعد رفتاری می‌باشد. وجود تمرینات ساختاریافته و ابزار متنوع مدل غنی سازی در ارزیابی جامع و دقیق و همچنین در انجام تمرینات در خارج از فضای کلاس آموزشی به خصوص در کشور ما بسیار حائز اهمیت است، چرا که بیشترین متقاضیان کلاس‌های آموزشی و مشاوره‌ای، زنان می‌باشند و از آنجا که تغییر و بهبود در روابط زناشویی نیاز مبرم به همکاری و تمرین تکالیف زوجین دارد، وجود تمرینات ساختاریافته و ابزار متنوع مدل غنی سازی این امکان را برای شرکت‌کنندگان به وجود می‌آورد تا با استفاده از این ابزار، تعاملی هدفمند و ساختاریافته برای انجام تمرینات در خارج از کلاس آموزشی با همسران خود که در کلاس‌های آموزشی شرکت نکرده‌اند، داشته باشند. به طور کلی، با تلفیق این دو رویکرد هم به بعد هیجانی (درمان هیجان مدار)، و هم بعد رفتاری (مدل غنی سازی) توجهی خاص می‌شود. با توجه به مطالب بیان شده و اهمیت نقش هیجان در تغییر فرد و جایگاه ویژه‌ای که مردم ما برای عواطف قائل هستند، انجام این پژوهش بسیار مهم و ضروری به نظر می‌رسد. بنابراین در پژوهش حاضر این مسئله مدنظر است:

۱. آیا آموزش غنی سازی روابط زوجین با رویکرد متمرکز بر هیجان EFT بر رفتارهای کنترل‌گرایانه

در زنان و مردان مواجه شده با خیانت همسر در مرحله پس‌آزمون اثربخش است؟

۲. آیا آموزش غنی سازی روابط زوجین با رویکرد متمرکز بر هیجان EFT بر رفتارهای کنترل

گرایانه در زنان و مردان مواجه شده با خیانت همسر در مرحله پیگیری پایدار است؟

روش پژوهش

جامعه آماری پژوهش عبارت از زنان و مردان مواجه شده با خیانت همسر در سنین ۵۴-۱۸ ساله با مدت ازدواج ۲ تا ۳۰ سال و تحصیلات دیپلم و بالاتر خواهند بود که به دلیل خیانت همسر در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ به مراکز مشاوره شهر تهران مراجعه نمودند و خواستار دریافت خدمات مشاوره درمانی بودند. روش نمونه‌گیری در این پژوهش، روش نمونه‌گیری غیرتصادفی از نوع در دسترس بود. چون پژوهش از نوع مداخله‌ای می‌باشد، حداقل حجم نمونه در هر یک از گروه‌ها ۱۵ نفر در نظر گرفته شد (خدایاری فرد و همکاران، ۲۰۰۲). بدین ترتیب، ۴۰ نفر از این زوجین مواجه شده با خیانت همسر به صورت تصادفی (جایگزینی تصادفی بر اساس روش همتاسازی گروه‌ها مبتنی بر داده‌های به دست آمده اولیه) بر اساس معیارهای ورود و خروج از پژوهش در یک گروه مداخله و یک گروه کنترل قرار گرفت. شرایط ورود به مطالعه شامل: علاقه به حضور در پژوهش، عدم دریافت درمان‌های روانشناختی تا قبل از جلسات گروه درمانی یا در حین جلسات گروه درمانی، گرفتن نمرات پایین در پرسشنامه‌های پژوهش، میانگین سنی ۵۴-۱۸ سال، مدل ازدواج ۳۰-۲ سال. شرایط خروج از مطالعه: وجود اختلالات روانشناختی یا سابقه بیماری روانی و بستری (طبق مصاحبه اولیه که انجام شد). در پی اجرای پژوهش و حضور مراجعان، به انجام مصاحبه‌ی اولیه، ارزیابی و سرند افراد اقدام شد. بعد از مشخص شدن افراد گروه، در اولین جلسه فرآیند کار که شامل اهداف، زمان بندی، اجرای طرح، فواید حضور در جلسات درمانی و نحوه خروج در صورت تمایل تشریح شد و پرسشنامه‌های پژوهش در اختیار گروه قرار داده شد و در مورد نحوه‌ی پاسخگویی توضیحاتی ارائه گردید، در نهایت آزمودنی‌ها به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل جایگزین شد و تاریخ شروع جلسات تعیین شد. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش دید و گروه کنترل در لیست انتظار باقی ماند. همچنین به منظور رعایت مسایل اخلاقی پژوهش، رضایت‌نامه‌ای تهیه شد که در آن به صورت کلی هدف پژوهش توضیح داده شد. افراد شرکت‌کننده ابتدا رضایت‌نامه را مطالعه نموده و در صورت تمایل در پژوهش شرکت نمودند یکی از مواردی که به شرکت‌کنندگان توضیح داده شد این است که به آنها اطمینان داده شد که هیچ‌گونه سوءاستفاده شخصی در این پژوهش وجود نداشت.

ابزارهای پژوهش

۱. پرسشنامه رفتارهای کنترل گرایانه گراهام-کوان و آرچر (۲۰۰۵). مقیاس رفتارهای کنترل گرایانه زن و شوهر در سال ۲۰۰۵ توسط گراهام-کوان و آرچر به منظور ارزیابی رفتارهای کنترل گرایانه ساخته شده است. این ابزار یک مقیاس ۲۴ عبارتی است که رفتارهای کنترل گرایانه زوجین را در زندگی زناشویی مورد بررسی قرار می‌دهد. برای زوج‌هایی که دارای فرزند هستند ۵ عبارت دیگر به مقیاس اضافه شده است. مقیاس رفتارهای کنترل گرایانه بر اساس اطلاعاتی که از یک برنامه مداخله‌ای علیه خشونت که در انگلیس اجرا شده و نتایج آن نشان داده بود، رفتارهای کنترل گرایانه رفتاری کلیدی در این گونه خانواده‌ها است، ساخته شد. این مقیاس فقط به مقوله رفتاری می‌پردازد و پرخاشگری بدنی (که می‌توان آن را به صورت جداگانه مورد ارزیابی قرار داد) را در بر نمی‌گیرد. پرسشنامه رفتاری کنترل گرایانه طوری طراحی شده که در آن فرد می‌تواند هم رفتارهای کنترل‌کننده خود و هم رفتارهای کنترل‌کننده همسرش را گزارش کند. آزمودنی باید در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (از ۰ تا ۴) مشخص کند، که خودش و همسرش

به چه میزان هر یک از رفتارهای مورد نظر را انجام می دهند. این پرسشنامه دارای ۵ زیر مقیاس (با در نظر گرفتن عبارات مربوط به کودکان، ۶ زیرمقیاس)، کنترل اقتصادی (عبارات ۱ تا ۴)، کنترل تهدیدآمیز (عبارات ۵ تا ۸)، کنترل از طریق ترساندن (عبارات ۹ تا ۱۳)، کنترل هیجانی (عبارات ۱۴ تا ۱۸)، و کنترل از طریق منزوی کردن (عبارات ۱۹ تا ۲۴) است. پرسشنامه رفتارهای کنترل گرایانه همسانی درونی خوبی دارد و در ایران ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس ۰/۹۵، برای خرده مقیاس عبارات مربوط به کودکان ۰/۸۲، برای خرده مقیاس کنترل اقتصادی ۰/۷۱، برای خرده مقیاس کنترل تهدیدآمیز ۰/۸۸، برای خرده مقیاس کنترل از طریق ترساندن ۰/۶۹، برای کنترل هیجانی ۰/۸۴ و برای خرده مقیاس کنترل از طریق منزوی کردن ۰/۹۰ می باشد (شهامت دار، ۱۳۹۵).

۲. جلسات آموزش غنی سازی روابط زوجین متمرکز بر درمان هیجان مدار. برنامه آموزش غنی سازی روابط زوجین بر اساس درمان هیجان مدار تدوین شد. نظریه مبنایی که بسته بر اساس آن تنظیم شد، نظریه هیجان مدار می باشد. ابتدا برای آشنایی با رویکرد هیجان مدار و شناسایی مولفه های اصلی آن، کتاب های فرایندهای دلبستگی و تمرین زوج درمانی هیجان مدار مطالعه شد. سپس با مطالعه کتاب آموزش غنی سازی زندگی زناشویی درباره انواع برنامه های آموزش غنی سازی زندگی زناشویی از قبیل پیشگیری و ارتقا زوجین، مواجهه، ارتباط بین زوجین، آموزش صمیمیت زوجین، ارتقا ارتباط، آماده سازی/غنی سازی اولسون و برنامه انجمن غنی سازی برای زوجین اطلاعاتی کسب شد. پس از آن کتاب ها، کتاب کار هیجان مدار برای زوجین و راهنمای بالینی برای کمک به زوجین تهیه و مطالعه شد و بخش های مربوط به مولفه های اصلی رویکرد هیجان مدار انتخاب شد. هر جلسه شامل دو قسمت بود؛ قسمت نظری که از ارزیابی، راهنمایی و آموزش های نظری و قسمت عملی که از آموزش راهکارها و تکنیک هایی برای زوجین مواجهه شده با خیانت های زناشویی تشکیل شد. روایی جلسات آموزشی به تایید سه تن از اساتید روانشناسی رسیده است. در این پژوهش برنامه غنی سازی روابط زوجین متمرکز بر درمان هیجان مدار در مورد گروه آزمایش طی ۸ جلسه، هر جلسه ۹۰ دقیقه، هفته ای یک بار به شرح زیر اجرا شد.

جدول ۱. محتوای آموزش غنی سازی روابط زوجین متمرکز بر درمان هیجان مدار

جلسه	موضوع	هدف	روش	تکلیف
اول	- آشنایی با اعضا و ساختار	- معارفه گروه و اعضا با یکدیگر	- جزوه	- تمرین مهارت
	جلسات و مهارت های ارتباطی	- آشنایی با روش کار و ساختار جلسات	- ایفای نقش مربی و دستیار	های کلیدی ارتباط ارزیابی خود
		- درک مهارت های موثر ارتباطی	- ایفای نقش زوجین	- ارائه و دریافت بازخورد
		- شناسایی ارتباط خوب و بد	- سخنرانی	
		- یادگیری مهارت ارائه و دریافت بازخورد	- تکالیف تعاملی	
			- بحث آزاد	

دوم	- آشنایی با چرخه های نگرانی رابطه	- نگاه به رابطه از زاویه جدید - آشنا شدن با چرخه های تعاملی خود و نامگذاری آن - درک چگونگی تاثیر زوجین بر یکدیگر	- جزوه-سخنرانی - ایفای نقش مربی و دستیار - ایفای نقش زوجین	- شناسایی چرخه های تعاملی خود در موقعیت های مختلف
سوم	- پیوندهای دل بستگی	- توسعه پیوند عاطفی - شناسایی ترس های خود - مواجه شدن با عواطف منی	- جزوه-سخنرانی - بحث آزاد - پرسش و پاسخ - تکلیف تعاملی	- مطالعه جزوه - انجام تمرین در زمینه تکیه گاه ایمن و توسعه پیوند ایمن - شناسایی ترس های خود
چهارم	- بررسی سابقه دل بستگی زوجین	- شناسایی انتظارات و باورهای دل بستگی زوجین - شناسایی و تشخیص سابقه دل بستگی هر یک از زوجین و تاثیر آن بر روی رفتار آنها	- سخنرانی-جزوه - تکلیف تعاملی	- مطالعه جزوه - در میان گذاشتن رفتارهای مقابله ای با همسر
پنجم	- آموزش هیجانان	- شناسایی هیجانان اصلی و واکنش پذیر - شناسایی رابطه هیجان	- جزوه-سخنرانی - پرسش و پاسخ - تکلیف تعاملی - ایفای نقش زوجین	- مطالعه جزوه - اختصاص دادن زمان برای به اشتراک گذاشتن هیجان - رفتار و افکار با شریک زندگی
ششم	- گوش دادن به احساسات اصلی خود و همسر	- رفتار و افکار زوجین در چرخه های منفی - شناسایی هیجانان اصلی خود و همسر - شناسایی واکنش های عمیق نسبت به تجارب هیجانی اصلی - درک چگونگی احساسات عمیق خود نسبت به همسر	- سخنرانی - پرسش و پاسخ - تکلیف تعاملی	- مطالعه جزوه - کشف عواطف اصلی خود - کامل کردن جدول چگونگی تاثیر هیجانان و رفتارهای زوجین بر یکدیگر

هفتم	- نیازهای دل بستگی و بهبود پیوند دل بستگی	- شناسایی نیازهای دل بستگی هر یک از زوجین مواجه شده با خیانت همسر	- سخنرانی-جزوه - پرسش و پاسخ - تکلیف تعاملی	- مطالعه جزوه و تمرین در زمینه مکالماتی جهت پیوند دادن رابطه و دستورالعمل هایی برای همسر شنونده
هشتم	- حفظ صمیمیت و احیای زندگی جنسی خود	- درک اهمیت رابطه جنسی در زندگی زناشویی - آشنا شدن با اختلالات عملکرد جنسی و باورهای غلط درباره آن - صحبت درباره مسائل جنسی - صحبت درباره مشکلات جنسی	- سخنرانی-جزوه- تکلیف تعاملی	- مطالعه جزوه - کامل کردن جدول مربوط به رابطه جنسی

شیوه اجرا: پس از کسب مجوز از مراجع ذیصلاح و غربالگری، زنان و مردان واجد شرایط حضور در پژوهش انتخاب شدند. پیش از اجرای مداخله درباره طرح پژوهش، محل برگزاری آن، اهداف پژوهش، تعداد جلسه‌ها، طول مدت هر جلسه و مسائل مطروحه در جلسه‌ها، رعایت اصول اخلاقی نظیر رازداری و محرمانه ماندن اطلاعات به شرکت کنندگان توضیح داده شد و پس از جلب رضایت در پژوهش و ابراز تمایل آن‌ها برای شرکت در پژوهش رضایت‌نامه کتبی از هر دو گروه گرفته شد. جلسه‌های درمان به صورت گروهی و هفتگی به مدت هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای برای گروه آزمایش برگزار شد. گروه آزمایش به همراه گروه گواه در مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و در مرحله پیگیری به پرسشنامه پژوهش پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از نسخه بیست و چهارم نرم‌افزار اس.پی.اس.اس و به روش تحلیل واریانس آمیخته با اندازه‌گیری مکرر تحلیل شد.

یافته‌ها

در این بخش ابتدا توصیفی آماری از اطلاعات جمعیت شناختی به عمل آمده، سپس تفاوت احتمالی گروه‌ها در متغیرها در مراحل مختلف سنجش مورد بررسی قرار می‌گیرد.

جدول ۲. توزیع فراوانی و درصد شرکت کنندگان در دو گروه

متغیرهای دموگرافیک	درمان متمرکز بر هیجان	گواه	سطح معناداری
جنسیت	زن (۸۰) ۱۶	۱۴ (۷۰)	۰/۳۳
	مرد (۲۰) ۴	۴ (۳۰)	
سن	زیر ۳۰ سال (۱۰) ۲	۳ (۱۵)	۰/۴۳
	۳۰-۳۹ سال (۶۵) ۱۳	۱۲ (۶۰)	
	۴۰-۴۹ سال (۲۵) ۵	۵ (۲۵)	
تحصیلات	زیر دیپلم (۵) ۱	۱ (۵)	۰/۱۸
	دیپلم (۶۰) ۱۲	۱۳ (۶۵)	
	فوق دیپلم (۱۰) ۲	۱ (۵)	
	کارشناسی و بالاتر (۲۵) ۵	۵ (۲۵)	

همانگونه که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد دو گروه در متغیرهای جنسیت، سن و تحصیلات تقریباً همگن می‌باشند. نتایج آزمون خی دو نیز نشان می‌دهد تفاوت دو گروه از نظر جنسیت، سن و تحصیلات معنادار نیست ($p < 0/05$).

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار رفتارهای کنترل گرایانه به تفکیک مرحله سنجش در گروه‌ها

گروه	متغیر	شاخص	پیش آزمون	پس آزمون	پیگیری
آموزش متمرکز بر هیجان	رفتارهای میانگین	میانگین	۷۵/۶۱	۵۱/۷۵	۵۵/۰۰
کنترل	کنترل گرایانه	انحراف معیار	۱۱/۶۲	۱۱/۶۲	۷/۷۸
	رفتارهای میانگین	میانگین	۶۳/۲۵	۶۱/۵۰	۷۵/۶۲
	کنترل گرایانه	انحراف معیار	۸/۷۸	۹/۳۳	۱۱/۶۴

همچنان که ملاحظه می‌شود میانگین در گروه آموزش متمرکز بر هیجان در مرحله پس آزمون، نسبت به پیش آزمون کاهش نشان می‌دهد. براساس نتایج مندرج در جدول، می‌توان به این توصیف دست زد که روش آموزش متمرکز بر هیجان باعث کاهش رفتارهای کنترل گرایانه افراد مواجه شده با خیانت همسر شده است. به منظور بررسی تأثیر روش آموزش متمرکز بر هیجان بر نمرات رفتارهای کنترل گرایانه در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری، از روش تحلیل واریانس مختلط (یک عامل درون آزمودنی‌ها و یک عامل بین آزمودنی‌ها) استفاده شد. مراحل سه گانه پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری به عنوان عامل درون آزمودنی و گروه بندی آزمودنی‌ها در سه گروه به عنوان یک عامل بین آزمودنی در نظر گرفته شدند.

جدول ۴. آزمون تحلیل واریانس مختلط نمرات رفتارهای کنترل گرایانه با معیار گرین هاوس گیزر

متغیر	شاخص آماری	SS	df	MS	F	Sig	ضریب اینتا
رفتارهای کنترل گرایانه	درون گروهی (تکرار اندازه گیری)	۷۰۲/۹۲	۱/۶۷	۴۲۲/۰۴	۱۵/۳۲	۰/۰۰۱	۰/۲۹
	تعامل آزمون* گروه	۳۷۰/۴۲	۱/۶۷	۲۲۲/۴۰	۸/۰۷	۰/۰۰۱	۰/۱۸
	بین گروهی	۱۲۰۳/۳۳	۱	۱۲۰۳/۳۳	۴/۴۷	۰/۰۴	۰/۱۱

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد در رابطه با عامل درون گروهی مقدار F محاسبه شده برای اثر مراحل (پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری) در سطح ۰/۰۵ برای رفتارهای کنترل گرایانه معنا دار است ($P < 0/05$). در نتیجه بین میانگین نمرات پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری نمرات رفتارهای کنترل گرایانه در مراحل سه گانه پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری درمانی تفاوت معنا دار وجود دارد. نتایج آزمون تعقیبی بونفرنی به منظور بررسی تفاوت بین میانگین‌ها در مراحل درمانی نشان می‌دهد تفاوت بین نمرات رفتارهای کنترل گرایانه در مراحل پیش آزمون با پس آزمون، پیش آزمون با پیگیری تفاوت معنی دار وجود دارد ($P < 0/05$). همچنین بین نمرات رفتارهای کنترل گرایانه در مرحله پس آزمون نسبت به مرحله پیگیری تفاوت معنی دار وجود ندارد، بطوری که نمرات رفتارهای کنترل گرایانه در مرحله پیگیری نسبت به مرحله پس آزمون تغییر معنی دار نداشته است ($P > 0/05$). با توجه به نتایج جدول ۴ در رابطه با تعامل عوامل مراحل و گروه مقدار F محاسبه شده برای اثر مراحل (پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری) بین دو گروه آموزش متمرکز بر هیجان و کنترل در سطح ۰/۰۵ برای رفتارهای کنترل گرایانه معنا دار است ($P < 0/05$). در نتیجه بین میانگین نمرات پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری رفتارهای کنترل گرایانه در دو گروه تفاوت معنا دار وجود دارد.

جدول ۵. آزمون تحلیل واریانس نمرات اختلافی

متغیر	شاخص آماری	SS	df	MS	F	Sig
رفتارهای کنترل گرایانه	بین گروهی	۱۹۷/۶۳	۱	۱۹۷/۶۳	۲۶/۰۳	۰/۰۰۱
	خطا	۲۹/۰۷	۰/۳۸	۰/۷۶		
	کل	۲۲۶/۷۰	۰/۳۹			

نتایج جدول نشان می‌دهد تحلیل واریانس نمرات اختلافی نیز تفاوت در تغییرات دو گروه را تایید می‌کند ($P < 0/05$). بطور کلی می‌توان نتیجه گرفت که روش آموزش متمرکز بر هیجان بر نمرات رفتارهای کنترل گرایانه تأثیر داشته است. همچنین با توجه به اینکه کاهش نمرات رفتارهای کنترل گرایانه در مرحله پیگیری نسبت به پیش آزمون نیز معنی دار بوده است، روند کاهش نمرات رفتارهای کنترل گرایانه در مرحله پیگیری نسبت به مرحله پیش آزمون ادامه داشته است و بطور معنی داری متفاوت بوده است که نشان از پایداری درمان (روش آموزش متمرکز بر هیجان) بر نمرات رفتارهای کنترل گرایانه می‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش غنی‌سازی روابط زوجین با رویکرد متمرکز بر هیجان EFT بر رفتارهای کنترل‌گرایانه در زنان و مردان مواجه شده با خیانت همسر انجام شد. نتایج نشان داد که روش آموزش غنی‌سازی روابط زوجین متمرکز بر هیجان بر نمرات رفتارهای کنترل‌گرایانه تأثیر داشته است. همچنین با توجه به اینکه کاهش نمرات رفتارهای کنترل‌گرایانه در مرحله پیگیری نسبت به پیش‌آزمون نیز معنی‌دار بوده است، روند کاهش نمرات رفتارهای کنترل‌گرایانه در مرحله پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون ادامه داشته است و بطور معنی‌داری متفاوت بوده است که نشان از پایداری درمان (روش آموزش غنی‌سازی روابط زوجین متمرکز بر هیجان) بر نمرات رفتارهای کنترل‌گرایانه می‌باشد. این نتیجه به دست آمده با نتایج تحقیقات شیرمردی (۱۳۹۹)، داودوندی و همکاران (۱۳۹۸)، جعفریان دهکردی (۱۳۹۴)، کونولی-زوبوت و همکاران (۲۰۲۰)، ویب و همکاران (۲۰۱۹)، بروباچر و همکاران (۲۰۱۸)، همسویی دارد. در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان چنین بیان کرد که آموزش غنی‌سازی روابط زوجین با رویکرد هیجان محور به لحاظ تجربی، رویکردی ارزشمند در زوج‌درمانی می‌باشد (جانسون، ۲۰۰۴) و همچنین یکی از ۵ روشی است که توسط مشاهدات تجربی مورد حمایت قرار گرفته است. همچنین اهداف رویکرد غنی‌سازی روابط زوجین متمرکز بر رویکرد هیجان محور که تغییر فرایندها و رویکرد ارتباطی می‌باشند، توسط تحقیقات تجربی حمایت می‌شوند (گاتمن، ۱۹۹۴)، بر اساس یک مطالعه فرا تحلیلی بر روی چهار نتیجه دقیق رویکرد درمانی غنی‌سازی روابط زوجین با درمان هیجان محور، بازده ۰/۷۰ الی ۰/۷۳ را در بهبود روابط آشفته و همچنین پیشرفت قابل توجه ۰/۹۰ را نشان می‌دهد (جانسون و همکاران، ۱۹۹۹). مطالعاتی که بر روی زوج‌درمانی هیجان محور انجام شده است، نشان داده‌اند که ۷۰ تا ۷۵ درصد زوجین بعد از ۱۰ تا ۱۲ جلسه، مشکلات ارتباطی‌شان بهبود می‌یابد و ۹۰ درصد آن‌ها به‌طور معناداری بهبود می‌یابند. همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد که کاربرد غنی‌سازی روابط زوجین با رویکرد زوج‌درمانی هیجان محور میزان تحریف‌های شناختی را کاهش داده است. نتایج پژوهش با یافته‌های جانسون و گرینبرگ (۲۰۰۵) در زمینه اثربخشی زوج‌درمانی هیجان محور بر تحریف‌های شناختی و رفتارهای کنترل‌گرایانه زوجین همسو می‌باشد. از آنجایی که بخش وسیعی از رابطه همسران ریشه در مسائل عاطفی و هیجانی دارد و ناتوانی در ابراز به موقع و به طریق مناسب این هیجانات در ابتدا منجر به کناره‌گیری عاطفی و تعارض زناشویی و در نهایت طلاق می‌شود، از پژوهش حاضر می‌توان به این نتیجه رسید که بیشتر اوقات بررسی صرفاً منطقی و عقلانی (شناخت درمانی) مسائل زوج‌ها، درمانگر را از پرداختن به مسائل هیجانی زیربنایی آن‌ها بازمی‌دارد و درمانگران با کم‌توجهی به این مهم از حل مسائل درونی زوج‌ها بازمی‌مانند. لازم به ذکر است که پژوهش صورت گرفته صرفاً بر ابراز هیجانات مثبت تأکید نمی‌کند و به بروز هیجاناتی که ممکن است ظاهراً مثبت تلقی نشوند نیز مانند خشم، اندوه، رنجش و ... اهمیت آن‌ها در ایجاد تعارض زناشویی و تحریف‌های شناختی توجه ویژه‌ای مبذول می‌دارد. زوج‌درمانی هیجان محور، اختلالات و ناسازگاری‌های ارتباطی را مورد توجه قرار می‌دهد و زوجین را تشویق می‌کند تا در مورد هیجانات خود صحبت کنند و آن را مورد بحث قرار دهند. گرینمن و جانسون (۲۰۱۳) در پژوهشی نشان دادند که زوج‌درمانی هیجان محور با تحلیل روابط بین فردی و شناسایی الگوهای ارتباطی بین زوجین، به بهبود تعاملات آن‌ها و افزایش رضایت‌مندی زوجین منجر

می‌شود. پژوهشی دیگر نشان داد که زوج‌درمانی هیجان محور به شکل معناداری باعث بهبود رابطه بین زوجینی که دارای درماندگی در روابط خود بوده‌اند، می‌شود (جانسون و همکاران، ۲۰۰۵). همچنین گرینمن و جانسون (۲۰۱۲) نشان دادند که پس از ۱۳ جلسه زوج‌درمانی متمرکز بر هیجان بر روی ۲۴ زوج که با آسیب دلبستگی ایمن روبه‌رو بودند، در پایان جلسات، آسیب دلبستگی ۱۵ زوج از ۲۴ زوج به‌طور مشخص درمان شد و این زوجین پس از درمان سطوح بالاتری از موفقیت، تعهد، رضایت زناشویی، عفو و گذشت، کیفیت زندگی و بهزیستی روان‌شناختی بالا در مقایسه با گروه کنترل نشان دادند.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش محدود بودن نمونه مورد بررسی از زوجین مواجه شده با خیانت همسر است که این تعداد نمی‌تواند معرف خوب و کافی برای جامعه باشد. بنابراین تعمیم دادن نتایج فقط به جامعه موردنظر منطقی و امکان‌پذیر است، و برای سطوح دیگر باید با رعایت احتیاط این کار را انجام دهیم. از محدودیت‌های دیگر این پژوهش می‌توان به استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس به علت محدود بودن امکانات و دشواری اجرای پژوهشی گسترده با روش نمونه‌گیری کاملاً تصادفی در رابطه با موضوع این پژوهش اشاره کرد که موجب سوگیری ناخواسته در نتایج بدست آمده می‌شود. همچنین داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های خود گزارش دهی تهیه شده‌اند که ممکن است سوگیری‌های پاسخ‌دهی در آنان وجود داشته باشد. با توجه به این‌که خیانت از مسائل دردناکی است که در سال‌های اخیر به بسیاری از خانواده‌ها، صدمات جبران‌ناپذیری وارد کرده است، لازم است پژوهشکده‌های زنان، آموزش و پرورش، خانه‌های سلامت شهرداری، دانشگاه‌ها، سازمان ملی جوانان در جهت‌گیری پژوهش‌های خود به این امر توجه ویژه‌ای مبذول کنند تا زمینه پیشگیری از آن فراهم آید. مددکاران اجتماعی می‌توانند با ارائه مشاوره فردی و بالینی در مراکز مشاوره، در جهت حل مشکلات خانوادگی و اجتماعی و فردی افراد آسیب‌دیده از خیانت همسر گام بردارند و ابعاد مثبت شخصیتی آنان را تقویت نمایند، تا زمینه خوداتکایی و توانمندی آنان را مهیا سازند و به دنبال آن دلبستگی ایمن و رشد و تکامل پس‌آسیبی آنان افزایش یابد.

موازین اخلاقی

در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. با توجه به شرایط و زمان تکمیل پرسشنامه‌ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش مختار بودند. پس از اتمام پژوهش گروه گواه نیز تحت مداخله قرار گرفتند.

سپاسگزاری

از مدیران مراکز مشاوره شهر تهران و همه زنان و مردان شرکت‌کننده در پژوهش و همه افرادی که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند؛ تشکر و قدردانی می‌شود.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

- امیدیان، مونا. (۱۳۹۳). *رابطه رفتارهای مهارگرایانه زوجین و کارکرد خانواده*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه بین المللی امام خمینی.
- جعفریان دهکردی، فاطمه. (۱۳۹۴). *اثر بخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل در افزایش انعطاف پذیری شناختی زنان، عملکرد خانواده و کاهش رفتارهای کنترل گرایانه همسر*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه محقق اردبیلی.
- حسینی، آسو. (۱۳۹۵). *رابطه ملاک های همسرگزینی، ویژگی های جمعیت شناختی و رفتارهای کنترل گرایانه با نگرش به خیانت*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- داودوندی، مریم؛ نوابی نژاد، شکوه و فرزاد، ولی اله. (۱۳۹۸). *مقایسه اثربخشی رویکردهای زوج درمانی گاتمن و هیجان محور بر سازگاری زوج ها در خانواده*. فصلنامه فرهنگی-تربیتی زنان و خانواده، ۱۱ (۴۳)، ۱۱۷-۱۱۲.
- شیرمردی، سارا. (۱۳۹۹). *اثر بخشی یک برنامه غنی سازی ازدواج برگرفته از فراتحلیل در بهبود فضیلت های زناشویی*. پایان نامه دکتری تخصصی، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- ضیایی، مریم. (۱۳۹۴). *تبیین ویژگی های روان سنجی مقیاس رفتارهای کنترل گرایانه زن و شوهر*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- عباسی اصیل، صفیه. (۱۳۹۳). *مقایسه رفتارهای کنترلگرایانه و عملکرد جنسی در زوجین با ازدواج سنتی و مدرن در زوجین مراجعه کننده به مراکز خدمات بهداشتی درمانی شهر زاهدان*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد مرودشت.
- قاسمی، سیمین؛ اعتمادی، عذرا و احمدی، سیداحمد. (۱۳۹۴). *رابطه تعاملات منفی بین زوجین و خانواده همسر با صمیمیت زوجین و تعارضات زناشویی در زنان*. *دو فصلنامه آسیب شناسی، مشاوره و غنی سازی خانواده*، ۱ (۱)، ۱-۱۳.

References

- Adamopoulou, E. (2013). New facts on infidelity. *Economics Letters*, 121(3), 458-462.
- Brubacher, L. L., Ainsworth, M. S., Bowlby, J., Ainsworth, M. S., Blehar, M. C., Waters, E., ... & Beckes, L. (2018). Forgiveness and reconciliation in emotionally focused therapy for couples: the client change process and therapist interventions. In *Stepping into Emotionally Focused Couple Therapy: Key Ingredients of Change* (Vol. 46, No. 12, pp. xv-xv). Hillsdale, NJ: Routledge.
- Connolly-Zubot, A., Timulak, L., Hession, N., & Coleman, N. (2020). Emotion-focused therapy for anxiety and depression in women with breast cancer. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 50(2), 113-122.
- Erfanmanesh, N. *Effect of emotionally focused marital satisfaction* (Doctoral dissertation, Dissertation. Islamic Azad University, 2004.(Persian)).
- Fallahzadeh, H. *Effect of emotionally focused couple therapy (EFT) and pair combination therapy (IST) to solve hurt intimacy attachment and anxiety couples* (Doctoral dissertation, Dissertation. Tarbiat Moallem University of Tehran: Faculty of Psychology and Educational Sciences, 2010.(Persian)).
- Fincham, F. D., & May, R. W. (2017). Infidelity in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 70-74.
- Glisenti, K., Strodl, E., King, R., & Greenberg, L. (2020). Emotion-Focused Therapy for Binge-Eating Disorder: A Pilot Randomized Control Trial.

- Greenman, P. S., & Johnson, S. M. (2013). Process research on emotionally focused therapy (EFT) for couples: Linking theory to practice. *Family Process*, 52(1), 46-61.
- Haws, W. A., & Mallinckrodt, B. (1998). Separation-individuation from family of origin and marital adjustment of recently married couples. *American Journal of Family Therapy*, 26(4), 293-306.
- Hayati, M. *Compare the efficacy of cognitive approaches, integrated model of coping and marital satisfaction* (Doctoral dissertation, Dissertation. Allameh Tabatabaee University, 2007.(Persian)).
- Johnson, M. H. (2004). Maternal personality and infants' neural and visual responsivity to facial expressions of emotion. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(7), 1209-1218.
- Johnson, M. H., Griffin, R., Csibra, G., Halit, H., Farroni, T., de Haan, M., ... & Richards, J. (2005). The emergence of the social brain network: Evidence from typical and atypical development. *Development and psychopathology*, 17(3), 599-619.
- Johnson, S. M., & Greenberg, L. S. (1988). Relating process to outcome in marital therapy. *Journal of marital and family Therapy*, 14(2), 175-183.
- Johnson, S. M., & Talitman, E. (1999). Predictors of success in emotionally focused marital therapy. *Journal of marital and family therapy*, 23(2), 135-152.
- Johnson, S., & Zuccarini, D. (2010). Integrating sex and attachment in emotionally focused couple therapy. *Journal of marital and family Therapy*, 36(4), 431-445.
- Knies, K., Bodalski, E. A., & Flory, K. (2020). Romantic relationships in adults with ADHD: The effect of partner attachment style on relationship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 0265407520953898.
- Leonard, C. (2020). *Development of a Marital Fidelity Program for African American Married Couples* (Doctoral dissertation, The Chicago School of Professional Psychology).
- Michael, E. J., & Okechukwu, C. I. (2014). Handling Marital Infidelity: The Hosea Example. *International Journal of Innovative Research and Development* || ISSN 2278-0211, 3(1). P 13
- Olamijuwon, E., Odimegwu, C., & Chemhaka, G. (2020). Involuntary Childlessness and Marital Infidelity Among Women in Sub-Saharan African Countries: An Assessment of the Moderating Role of Women's Education. *Archives of Sexual Behavior*, 1-14.
- Pascual-Leone, A., & Greenberg, L. (2020). Emotion-focused therapy. *Neuroscience of Enduring Change: Implications for Psychotherapy*, 215.
- Rasmussen, K. R., Millar, D., & Trenchuk, J. (2018). Relationships and Infidelity in Pornography: An Analysis of Pornography Streaming Websites. *Sexuality & Culture*, 1-14.
- Rozov, A., Demeshkina, N., Westhof, E., Yusupov, M., & Yusupova, G. (2015). Structural insights into the translational infidelity mechanism. *Nature communications*, 6, 7251.
- Walters, A. S., & Burger, B. D. (2013). "I love you, and I cheated": Investigating disclosures of infidelity to primary romantic partners. *Sexuality & Culture*, 17(1), 20-49.
- Whisman MA, Jacobson NS. Power, marital satisfaction, and response, to marital therapy. *J Fam Psychol* 1990; 4(2): 202-12
- Wiebe, S. A., Elliott, C., Johnson, S. M., Burgess Moser, M., Dalglish, T. L., Lafontaine, M. F., & Tasca, G. A. (2019). Attachment Change in Emotionally Focused Couple Therapy and Sexual Satisfaction Outcomes in a Two-year Follow-up Study. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 1-21.

پرسشنامه میزان رفتارهای کنترل‌گرانه زن و شوهر

ردیف	سوال	هرگز	به ندرت	بعضی اوقات	اغلب	همیشه
۱	سخت کردن شرایط کار کردن یا درس خواندن	۰	۱	۲	۳	۴
۲	کنترل کردن پول دیگری	۰	۱	۲	۳	۴
۳	مخفی نگه داشتن مسائل مالی	۰	۱	۲	۳	۴
۴	امتناع از پرداخت سهم مالی/پرداخت سهم منصفانه	۰	۱	۲	۳	۴
۵	تهدید به آسیب رساندن به دیگری	۰	۱	۲	۳	۴
۶	تهدید به ترک رابطه	۰	۱	۲	۳	۴
۷	تهدید به آسیب رساندن به خود	۰	۱	۲	۳	۴
۸	تهدید به فاش کردن اطلاعات زینبار یا خجالت آور	۰	۱	۲	۳	۴
۹	تلاش برای مجبور کردن دیگری به انجام کاری که وی نمی خواهد	۰	۱	۲	۳	۴
۱۰	استفاده از نگاه و اطوار زننده برای اینکه طرف مقابل احساس بد بودن یا حماقت کند	۰	۱	۲	۳	۴
۱۱	شکستن لوازم دیگری هنگام دلخوری/عصبانیت	۰	۱	۲	۳	۴
۱۲	با دوستان یا اقوام طرف مقابل رفتار زننده و بی ادبانه داشتن	۰	۱	۲	۳	۴
۱۳	خالی کردن خشم بر روی حیوانات خانگی	۰	۱	۲	۳	۴
۱۴	سعی در سرجا نشان دادن دیگری هنگامی که هوا ورش داشته (جوگیر شده)	۰	۱	۲	۳	۴
۱۵	لو دادن دیگری پیش همه	۰	۱	۲	۳	۴
۱۶	گفتن اینکه شما عصبانی شده بودید به طرف مقابل	۰	۱	۲	۳	۴
۱۷	گفتن اینکه شما دروغ گفته بودید یا اشتباه کرده بودید به طرف مقابل	۰	۱	۲	۳	۴
۱۸	صدا کردن دیگری با اسامی ناخوشایند	۰	۱	۲	۳	۴
۱۹	تلاش برای محدود کردن زمانی که دیگری با خانواده یا دوستانش می گذارند	۰	۱	۲	۳	۴
۲۰	نیستید.	۰	۱	۲	۳	۴
۲۱	سعی در محدود کردن فعالیت های خارج از رابطه که طرف مقابل در آنها شرکت دارد	۰	۱	۲	۳	۴
۲۲	مشکوکانه و حاسدانه در مورد دیگری رفتار کردن	۰	۱	۲	۳	۴
۲۳	بررسی کردن حرکات دیگری	۰	۱	۲	۳	۴
۲۴	سعی در برانگیختن حسادت طرف مقابل برای پاسخ دهنده گانی که دارای فرزند هستند.	۰	۱	۲	۳	۴
۲۵	برانگیختن احساس بد طرف مقابل در مورد بچه ها	۰	۱	۲	۳	۴
۲۶	استفاده از کودکان برای رساندن پیام، زمانی که نمی خواهید با یکدیگر صحبت کنید	۰	۱	۲	۳	۴
۲۷	تهدید به گرفتن بچه ها از دیگری	۰	۱	۲	۳	۴
۲۸	بحث در مقابل بچه ها	۰	۱	۲	۳	۴
۲۹	زدن، هل دادن یا لگد زدن به دیگری در مقابل بچه ها	۰	۱	۲	۳	۴

The Effectiveness of Couple Relationship Enrichment Training with an Emotionally-Focused Approach in Improving Controlling Behavior in Men and Women Faced with Infidelity

Zohreh. Kiadarbandsari¹, Hasan. Mirzahoseini^{2*}, & Majid. Zargham Hajebi³

Abstract

Aim: The present study aimed to investigate the effectiveness of couple relationship enrichment training with an emotionally-focused approach in improving controlling behaviors in men and women faced with infidelity. **Methods:** The present semi-experimental research had a pretest-posttest design with control and follow-up groups. The statistical population consisted of all women and men who faced infidelity by their spouses in Tehran in 2019-2020. A total of 40 individuals were selected by the convenience sampling method and were randomly classified into the experimental group (n=20) and the control group (n=20). The research tool included the Controlling Behavior Scale by Graham-Kevan and Archer (2005). The experimental group received an intervention to Emotionally-Focused Couple Enrichment intervention for eight 90-minute sessions. The data were analyzed using the repeated-measures analysis of variance (ANOVA). **Results:** The results indicated that the emotionally-focused training method was effective in improving the scores of controlling behaviors ($F=7.47$, $P=0.040$) in men and women faced with infidelity, and the effect was stable in the follow-up stage. **Conclusion:** The Emotionally-Focused Couple Enrichment training was an effective model for women and men faced with spouse's infidelity and it could be used as a therapeutic or educational method in couple therapy programs.

Keywords: *Controlling behavior, Couple relationship enrichment training, Emotionally-focused approach*

-
1. PhD student, Department of Psychology, Qom Branch, Islamic Azad University, Qom, Iran
 2. ***Corresponding Author:** Assistant Professor, Department of Psychology, Qom Branch, Islamic Azad University, Qom, Iran
Email: mirzahoseini.hasan@yahoo.com
 3. Associate Professor, Department of Psychology, Qom Branch, Islamic Azad University, Qom, Iran