مجله علوم پزشکی رازی دوره ۲۹، شماره ۷، مهر ۱۴۰۱ http://rjms.iums.ac.ir

مقاله پژوهشی

اثربخشی رویکرد هیجان مدار بر صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در زوجین ناسازگار

نسیبه نخستین: دانشجوی دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران

توکل موسی‌زاده: استادیار، گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران (* نویسنده مسئول) T.mousazadeh@gmail.com

آذر کیامرثی: استادیار، گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران

چکیده

زمینه و هدف: با توجه به اینکه ســازگاری زوجین نقش مهمی در ثبات خانواده ایفا می‌کند جهت نیل به این هدف، رویکرد هیجان‌مدار می‌توانند مورد استفاده قرار بگیرند، بنابراین هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی رویکرد هیجان مدار بر صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در زوجین ناسازگار بود.

روش کار: در این مطالعه نیمه آزمایشی، جامعه آماری شامل کلیه زوجین نا سازگار مراجع به مراکز م شاوره شهر تهران بود که تعداد شان در سال ۱۴۰۰ برابر ۳۵۰۰ نفر بوده ا ست. با در اختیار گرفتن پرونده‌های موجود زوجین نا سازگار مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره خانواده شهر تهران، تعداد ۱۰ زوج (۱۰ مرد و ۱۰ زن) به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب در سه گروه ۵ زوجه (۵ زوج در گروه آزمایشی اول و ۵ زوج در گروه کنترل) قرار گرفتند. ابزار گردآوری اطلاعات پر س شنامه صمیمیت زنا شویی تامپسون و والکر (۱۹۸۳)، پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی ماتسون (۱۹۸۳)، پرسشنامه خودارزشمندی CSWS کروکر و همکاران (۲۰۰۳) و پر س شنامه سازگاری زنا شویی ا سپانیر (۱۹۷۶) بود. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل کوواریانس یک راهه و چندراهه ا ستفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشـان از این داشـت که رویکرد هیجان مدار بر صـمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احسـاس ارزشـمندی در خرده مقیاس‌های (حمایت خانواده، سبقت و رقابت‌جویی، ظاهری و جسمانی و شایستگی علمی) در زوجین ناسازگار تأثیرگذار می‌باشد.

نتیجه‌گیری: به‌طورکلی می‌توان نتیجه گرفت که رویکرد هیجان مدار تأثیر معناداری بر صـــمیمیت و مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در زوجین ناسازگار داشته‌اند و از این رویکرد می‌توان درمان تعارضات زناشویی استفاده کرد.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

کلیدواژه‌ها

رویکرد هیجان مدار،
صمیمیت،
مهارت‌های ارتباطی،
احساس ارزشمندی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۵/۱۰

تاریخ چاپ: ۱۴۰۱/۰۷/۰۹

شیوه استناد به این مقاله:

Nakhostin N, Musazadeh T, Kiamarsi A. The Effectiveness of an Emotion-Oriented Approach on Intimacy, Communication Skills, and Feelings of Worth in Incompatible Couples. Razi J Med Sci. 2022;29(7):33-42.

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 3.0 صورت گرفته است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

Razi Journal of Medical Sciences. 2022;29(7):33-42. http://rjms.iums.ac.ir

Original Article

The Effectiveness of an Emotion-Oriented Approach on Intimacy, Communication Skills, and Feelings of Worth in Incompatible Couples

Nasibeh Nakhostin: PhD Student, Department of Psychology, Ardabil Branch, Islamic Azad University, Ardabil, Iran
Tvakkol Mousazadeh: Assistant Professor, Department of Psychology, Ardabil Branch, Islamic Azad University, Ardabil, Iran (* Corresponding author) T.mousazadeh@gmail.com
Azar Kiamarsi: Assistant Professor, Department of Psychology, Ardabil Branch, Islamic Azad University, Ardabil, Iran

Abstract

Background & Aims: Following the growing changes and changes that have occurred in the structure of human societies, the family institution has not been deprived of these changes and in some cases, has accepted dramatic changes in its structure, so marital incompatibility. Nowadays, it has become a social issue that damages the institution of the family and gradually leads the society to a critical situation and the collapse of values. For this reason, social planners need to investigate this problem in practice, identify its causes and factors, and take action to address it. The increasing problems, marital dissatisfaction, incompatibility, the increase in the divorce rate in recent years, as well as its negative consequences, indicate the need and importance of paying attention to marital adjustment. Adaptation means consistent adaptation to change and creating a connection between oneself and the environment in a way that enables maximum self-improvement with social welfare. Adaptation is defined as a continuous process in which specific social learning experiences create psychological needs and enable the acquisition of abilities and skills through which those needs can be met. Therefore, we say that a person is adaptable when he has learned the necessary skills to communicate and interact and can effectively meet his needs. Social adjustment is a process in which a person acquires the ability to be absorbed in that group by learning the principles and customs accepted in the group or community and aligning his or her needs and wants with the group in which he or she lives. Marital incompatibility has many negative effects such as reduced intimacy, reduced marital relationships, and reduced self-esteem in the family. The prevalence of marital incompatibility has always been of interest to psychologists and is more prevalent today. The prevalence of marital incompatibility has been reported in various ways. All the reports, despite their differences, show that the level of marital incompatibility is increasing. Research has shown that the ratio of divorce to marriage is increasing in Iran. A report on marital status in the United States also found that the proportion of children in families with two parents rose from 88 percent to 68 percent. On the other hand, in recent years, helping couples to improve their marital relationships by using training and applying different treatment methods has been considered. It is necessary to help couples to solve marital problems by recognizing the factors and causes affecting marital adjustment and reducing marital conflicts. The effect of communication skills on marital relationships in married couples is very important because it can help professionals in implementing the correct training program to provide better marital communication skills to meet physical and mental needs and wants. It can help couples live happier and more satisfying lives, it can also help them resolve their differences better, and it can therefore create a strong bond for better family functioning and social well-being. Slowly Despite the effectiveness of the emotion-oriented approach in improving subjects' behaviors in various studies, few studies have examined the effectiveness of the emotion-oriented approach on intimacy, communication skills, and feelings of worth. Hence, the research gap in this area is quite obvious. Given that couple adjustment plays an important role in

Keywords
Emotion-oriented Approach,
Intimacy,
Communication skills,
Feel valued

Received: 01/08/2022
Published: 01/10/2022

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

family stability to achieve this goal, the emotional approach can be used, so the research question is whether the emotional approach to intimacy, communication skills And is the feeling of worth effective in incompatible couples referring to counseling centers in Tehran?

Methods: The research method is experimental with a multi-group pretest-posttest design and follow-up period. The statistical population includes all incompatible couples referring to counseling centers in Tehran, whose number in 1400 was equal to 3500 people. Taking into account the existing files of incompatible couples referring to the Family Counseling Center of Tehran, 10 couples (10 men and 10 women) who referred to the Family Counseling Centers of Tehran due to marital incompatibility by sampling method in Availability of choice was divided into two groups of 5 couples (5 couples in the first experimental group and 5 couples in the control group). Criteria for inclusion in the sample are the existence of marital incompatibility, minimum cycle education, passing at least one year of married life, obtaining the consent of clients, and also the criteria for leaving the research are having a history of psychiatric disorders and participating in another treatment program and absence there were more than two sessions in treatment sessions. The individuals selected in these groups, after completing the Thompson and Walker Intimacy Questionnaire (1983), Matson (1983) Communication Skills, and Crocker et al. (2003) and Spanier (1976) Marital Adjustment Questionnaire in the experimental group under the emotion-centered approach treatment was performed and the control group remained to wait until the end of the course. Then post-test was performed for both groups and after two months follow-up was performed for all three groups. The results are analyzed by SPSS software.

Results: The results showed that the emotion-oriented approach affects intimacy, communication skills, and feelings of worth in the subscales (family support, overtaking and competition, physical appearance, and academic competence) in maladapted couples.

Conclusion: The aim of this study was the effectiveness of an emotion-oriented approach to intimacy, communication skills, and feelings of worth in maladapted couples referring to counseling centers in Tehran. For this purpose, from all incompatible couples referred to counseling centers in Tehran, trained individuals and a control group were selected by the available sampling method. The results showed that the emotion-oriented approach to intimacy, communication skills, and feelings of worth in the subscales (family support, overtaking and competition, physical appearance, divine love, scientific competence, and consent from others) in incompatible couples is effective. Explaining the results of this study, it can be said that the emotion-oriented approach by controlling the person's emotions and improving the level of ability to manage the person's emotions teaches him how to react correctly in different emotional times. People who take emotion-oriented training courses know their emotions better and are prepared to be in exciting environments. In these people, emotional intelligence is also strengthened and the person chooses the best behavior and reaction from all the expected behaviors. According to the obtained results, it is suggested to use the emotion-oriented approach to improve the situation of intimacy, communication skills, and sense of worth in couples with marital incompatibility.

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:

Nakhostin N, Musazadeh T, Kiamarsi A. The Effectiveness of an Emotion-Oriented Approach on Intimacy, Communication Skills, and Feelings of Worth in Incompatible Couples. Razi J Med Sci. 2022;29(7):33-42.

*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

مقدمه

به دنبال تحولات و تغییرات رو به رشـــدی که در ساختار جوامع بشری به وجود آمده است، نهاد خانواده نیز از این تحولات بی‌نصیب نمانده و به‌طور بسیاری موارد، تغییرات شگرفی را در ساختار خود پذیرفته است، لذا ناسـازگاری زناشـویی در زمان حاضـر تبدیل به یک مسئله اجتماعی شده است که به نهاد خانواده آسیب می‌رساند و به صورت اندک اندک جامعه را به وضعیت بحرانی و تا مرز متلاشی شدن ارزش‌ها می‌کشاند (۱). به همین دلیل برنامه‌ریزان اجتماعی لازم اسـت این مشکل را به‌طور عملی مورد بررسی قرار دهند و علل و عوامل آن را شناسایی و برای رفع آن اقدام نمایند (۲). افزایش روزافزون مشـکلات، نارضـایتی و ناسـازگاری زناشویی، افزایش درصد آمار طلاق طی سال‌های اخیر و نیز پیامدهای منفی آن، ضـرورت و اهمیت توجه به سازگاری زناشویی را مشخص می‌کند (۳).

منظور از سـازگاری انطباق متوالی با تغییرات و ایجاد ارتباط بین خود و محیط می‌باشـد به نحوی که حداکثر خویشـتن سـازی را با رفاه اجتماعی امکان‌پذیر سـازد. سـازگاری را فرآیند پیوسـته تعریف کرده‌اند که در آن تجربیات یادگیری اجتماعی مشـخص باعث ایجاد نیاز های روانی می‌گردد و امکان کسـب توانایی و مهارت‌هایی را فراهم می‌سـازد که از طریق آن می‌توان به ارضا آن نیازها پرداخت (۴)؛ بنابراین زمانی می‌گوییم یک فرد سـازگار اسـت که مهارت های لازم برای برقراری ارتباط و تعامل را آموخته باشـد و بتواند به‌طور مؤثری به ارضا نیازهای خود بپردازد. سازگاری اجتماعی فرآیندی اسـت که در آن فرد با فراگیری اصـول و آداب پذیرفته شده در گروه یا اجتماع و همسو نمودن نیازها و خواسـته‌های خود با گروهی که در آن زندگی می‌کند توانایی جذب شـدن در آن گروه را پیدا می‌کند (۵). ناسازگاری زناشویی آثار منفی بسیاری از قبیل کاهش صـمیمیت، کاهش ارتباطات زناشـویی و کاهش خودارزشمندی در خانواده می‌شود (۶). شیوع ناسازگاری زناشویی همواره مورد توجه روانشناسان بوده و امروزه بیشـتر به چشـم می‌خورد. میزان شـیوع ناسـازگاری زناشـویی به‌طور گوناگونی گزارش شـده اسـت. تمامی گزارش‌ها علی‌رغم تفاوت‌هایی که با یکدیگر دارند نشان می‌دهند که میزان ناسـازگاری زناشـویی رو به افزایش است. در پژوهشی نشان داده شده است که نسبت طلاق به ازدواج در ایران رو به افزایش می‌باشـد. همچنین گزارشی از وضعیت زناشویی در آمریکا نشان داده است که نسـبت کودکان خانواده‌های دارای دو والدین از ۸۸ درصد به ۶۸ درصد رسیده است (۷).

از سوی دیگر در سال‌های اخیر کمک به زوجین برای بهبود روابط زناشـویی خود با اسـتفاده از آموزش‌ها و به کارگیری روش های مختلف درمان مورد توجه قرار گرفته است. هارولد (Harold) و همکاران (۲۰۱۸) نشان داد که درمان هیجان مدار، اختلال‌های اضـطرابی و پریشـانی ارتباطی زوج‌ها را به‌طور معنی‌داری کاهش داده ارتبـاط عـاطفی مثبـت در بین آن‌هـا را افزایش می‌دهد (۸). وندیک (van Dijk) و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهشـی نشـان داد که ۷۰ تا ۷۳ درصـد از زوج‌های آشفته تا پایان درمان هیجان مدار از بهبود معناداری در روابط خود (رضـایتمندی از رابطه) برخوردار می‌شـوند (۹). الام (Elam) و همکاران (۲۰۱۶) نشان دادند درمان هیجان مدار از طریق تسهیل رابطه‌های دلبستگی ایمن به زوج‌ها کمک می‌کند تا بهبود در رضـایت از رابطه را برای مدت زمان بیشـتری ادامه دهند (۱۰). بورینگ (Boring) و همکاران (۲۰۱۵) در پژوهشـی نشـان داد زوج درمانی هیجان مدار بر نشـانگان افسـردگی و اضـطراب زوجین تأثیر مثبت معنی‌داری داشـته اسـت (۱۱). لازمه‌ی کمک به زوجین برای حل مشـکلات زناشـویی شـناخت عوامل و علل مؤثر در سـازگاری زناشـویی و کاهش تعارضـات زناشـویی می‌باشـد (۱۲). تأثیر مهارت ارتباطی بر روابط زناشـویی در زوج‌های متاهل از اهمیت زیادی برخوردار اسـت زیرا می‌تواند به متخصصان در اجرای برنامه آموزش‌های صحیح کمک کند تا مهارت ارتباطات زناشویی بهتر را برای رفع نیازها و خواسـته‌های جسـمی و روانی فراهم کند. این امر می‌تواند به زوجین کمک کند تا زندگی شادتر و رضایت بخشی داشته باشند، همچنین می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا اختلافات خود را بهتر حل کنند و بنابراین می‌تواند پیوندی قوی برای عملکرد بهتر خانواده و رفاه اجتماعی برای آن‌ها ایجاد کند (۱۳).

با وجود اثربخشـی که رویکرد هیجان مدار در بهبود رفتار های آزمودنی ها در مطالعات مختلف دارد، کمتر مطالعه‌ای دیده شـده که به بررسـی اثربخشـی رویکرد

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

هیجان‌مدار بر صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی انجام شده باشد. از این رو خلأ پژوهشی در این حوزه کاملاً مشهود است. با توجه به اینکه سازگاری زوجین نقش مهمی در ثبات خانواده ایفا می‌کند جهت نیل به این هدف، رویکرد هیجان مدار می‌توانند مورد استفاده قرار بگیرند بنابراین مساله تحقیق این است که آیا رویکرد هیجان‌مدار بر صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر تهران اثربخش می‌باشد؟

روش کار

روش تحقیق آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون چند گروهی و دوره پیگیری می‌باشد که با کد اخلاق IR.IAU.SARI.REC.1401.118 در دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری به تصویب رسید. جامعه آماری شامل کلیه زوجین ناسازگار مراجع به مراکز مشاوره شهر تهران می‌باشد که تعداد شان در سال ۱۴۰۰ برابر ۳۵۰۰ نفر بوده است. با در اختیار گرفتن پرونده‌های موجود زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره خانواده شهر تهران، تعداد ۱۰ زوج (۱۰ مرد و ۱۰ زن) که به دلیل ناسازگاری زناشویی به مراکز مشاوره خانواده شهر تهران مراجعه کرده‌اند به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب در دو گروه ۵ زوجه (۵ زوج در گروه آزمایشی اول و ۵ زوج در گروه کنترل) قرار گرفتند. ملاک‌های ورود به نمونه عبارتند از وجود ناسازگاری زناشویی، حداقل تحصیلات سیکل، گذشت حداقل یک سال از زندگی زناشویی، کسب رضایت مراجع و همچنین ملاک خروج از پژوهش عبارت از داشتن سابقه اختلالات روان‌پزشکی و شرکت هم زمان در برنامه درمانی دیگر و غیبت بیش از دو جلسه در جلسات درمانی بود. افراد انتخاب شده در گروه‌های مذکور، پس از تکمیل پرسشنامه‌های صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی، گروه آزمایش تحت درمان رویکرد هیجان مدار اجرا شد و گروه کنترل تا پایان دوره در انتظار باقی ماند. به منظور شناسایی زوجین ناسازگار به مراکز مشاوره شهر تهران مراجعه شده و با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، افراد نمونه انتخاب شده و پرسشنامه‌های صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در مرحله پیش آزمون بین ۱۰ زوج توزیع شد. پس از آموزش رویکرد هیجان مدار برای گروه آزمون، دوباره پرسشنامه‌های صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در مرحله پس آزمون بین ۱۰ زوج توزیع شد. همچنین پس از دو ماه پیگیری دوباره پرسشنامه‌های صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در مرحله پیگیری بین ۱۰ زوج توزیع شد.

پرسشنامه صمیمیت زناشویی: این مقیاس توسط تامپسون و والکر (Thompson & Walker) (۱۹۸۳) ساخته شده که ۱۷ سؤال دارد و برای سنجیدن میزان صمیمیت زوجها تنظیم شده است. دامنه نمرات هر سؤال بین ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) تغییر می‌کند که نمره بالاتر نشانه صمیمیت بیشتر است. این پرسشنامه توسط اعتمادی برای میزان اعتبار مورد ارزیابی قرار گرفت. این مقیاس توسط ثنایی (۱۳۷۹) ترجمه شد. این مقیاس با ضریب آلفای ۰/۹۱ تا ۰/۹۷ از همسانی درونی خوبی برخوردار است. روایی محتوایی و صوری آن توسط ۱۵ نفر از اساتید مشاوره مورد بررسی قرار گرفته است. همچنین برای تعیین روایی محتوایی و صوری ابتدا پرسشنامه توسط ۱۵ نفر از اساتید مشاوره و ۱۵ نفر زوج مورد بررسی قرار گرفته و روایی صوری و محتوایی آن تایید شد. قبل از اجرای پژوهش، این پرسشنامه توسط پژوهشگر با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بدست آمد.

پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی: پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی ماتسون (Matson) (۱۹۸۳) دارای ۱۹ سؤال بوده و هدف آن سنجش میزان مهارت ارتباطی بین فردی در افراد مختلف است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت بوده که امتیاز مربوط به هر گزینه شامل مقادیر بسیار پایین (۱)، پایین (۲)، رضایتبخش (۳)، خوب (۴)، بسیار خوب (۵) می‌باشد. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیازات همه سؤالات را با هم جمع کنید. این امتیاز دامنه‌ای از ۱۹ تا ۹۵ را خواهد داشت. نمره‌های بالاتر نشان‌دهنده مهارت ارتباط بین فردی بالاتر در شخص

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

پاسخ‌دهنده خواهند بود و برعکس. آلفای کرونباخ برای پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی بین فردی ۰/۷۳ بدست آمد که نشان‌دهنده پایایی خوب این پرسشنامه است.

پرسشنامه خودارزشمندی: پرسشنامه خودارزشمندی CSWS توسط کروکر (Kroker) و همکاران (۲۰۰۳) ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۷ زیرمقیاس حمایت خانواده- سبقت و رقابت‌جویی- ظاهری و جسمانی- عشق خدائی- شایستگی علمی- تقوی و پرهیزگاری- موافقت از سوی دیگران و ۳۵ گویه است. این پرسشنامه در طیف لیکرت ۷ درجه‌ای (۱= شدیداً مخالف، ۷= شدیداً موافق) نمره‌گذاری شدند. نمرات بالاتر بیانگر سطح بالاتر خودارزشمندی می‌باشد. نسخه انگلیسی این مقیاس بر طبق گزارش کراکر و همکاران (۲۰۰۳) روایی و پایایی و ساختار عاملی یکسان و ثابتی برای هر دو جنس دارد. مقیاس خودارزشمندی دارای روایی و پایایی بسیار مطلوبی بوده و متناسب با فرهنگ ایران قابل استفاده می‌باشد. در پژوهش سبزه آرای لنگرودی و همکاران (۱۳۹۳) علاوه بر تأیید روایی همگرا و واگرای مقیاس، ضرایب آلفای کرونباخ نیز همسانی درونی مناسب مقیاس‌های عامل را نشان داد. میزان پایایی ابزار (آلفای کرونباخ) برای کل پسران و دختران به ترتیب ۰,۷۹۹، ۰,۷۰۶ و ۰,۸۲ بوده است. برای بررسی روایی سازه با استفاده از تحلیل عاملی نشان داد که هفت پاره مقیاس خودارزشمندی قابل تقلیل در دو عامل هستند و دو عامل مذکور را می‌توان خودارزشمندی درونی و خودارزشمندی بیرونی نامید. رابطه معناداری بین خودارزشمندی و عزت‌نفس جمعی وجود داشته که معرف روایی ابزار تحقیق می‌باشد.

پرسشنامه سازگاری زناشویی: مقیاس سازگاری زناشویی اسپانیر (Spainer) دارای ۳۲ سؤال است که در سال ۱۹۷۶ توسط اسپانیر برای سنجش میزان سازگاری زن و شوهر تهیه شد و تا سال ۱۹۸۴ در حدود هزار مطالعه به عنوان ابزار اصلی پژوهش بود. به علاوه از آن پس همواره میان زوج‌های سازگار و ناسازگار از جمله کسانی که احتمال اقدام به طلاق در آنان بیشتر است، تمایز قائل شده است. مقیاس نمره‌گذاری زن و شوهر سه نوع مقیاس متفاوت رتبه‌بندی به دست می‌دهد. نمرات بالاتر نشان‌دهنده‌ی رابطه بهتر و سازگارتر است. سؤالات خرده مقیاس‌ها شامل رضایت زناشویی: ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۳۱، ۳۲؛ همبستگی دو نفری: ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸؛ توافق دو نفری: ۱، ۲، ۳، ۵، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵؛ ابراز محبت: ۴، ۶، ۲۹، ۳۰ می‌باشد. نمره‌گذاری براساس مقیاس لیکرت انجام می شود. نمره‌ی کل مقیاس با آلفای کرونباخ ۹۶٪ از همسانی درونی خوبی برخوردار است. همسانی درونی خرده مقیاس‌ها بین خوب تا عالی است. رضایت دونفری ۹۴٪، همبستگی دو نفری ۸۱٪، توافق دو نفری ۹۰٪ و ابراز محبت ۷۳٪. در این پژوهش نیز از طریق آلفای کرانباخ پایایی این مقیاس ۹۴٪ به دست آمد. این مقیاس با روش‌های منطقی روایی محتوا چک شد. مقیاس سازگاری زن و شوهر با قدرت تمییز دادن زوج‌های متأهل و مطلقه در هر سؤال، روایی خود را برای گروه‌های شناخته شده نشان داده است. این مقیاس از روایی همزمان نیز برخوردار است و با مقیاس رضایت زناشویی لاک-والاس همبستگی دارد.

پس از توزیع پرسشنامه‌ها در مرحله پس آزمون و جمع‌آوری آن، دو ماه پیگیری برای هر سه گروه اجرا شد. نتایج به وسیله نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و جهت تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی شامل جداول فراوانی و آمار استنباطی از آزمون کلموگروف اسمیرنوف و آزمون تحلیل کووار یانس یک راهه و چندراهه استفاده شد.

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش در گروه‌های آموزش دیده قبل و بعد از رویکرد هیجان مدار و گروه پیگیری در جدول ۱ آمده است.

جدول ۲، نتایج حاصل از انجام آزمون آنکوا برای بررسی اثربخشی رویکرد هیجان مدار بر صمیمیت و مهارت های ارتباطی و خرده مقیاس های احساس ارزشمندی زوجین ناسازگار مراجع به مراکز مشاوره شهر تهران را نشان می‌دهد.

با توجه به نتایج آزمون آنکوا، سطح معناداری برای

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

جدول ۱- میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش در گروه‌های آموزش دیده قبل و بعد از رویکرد هیجان مدار و گروه پیگیری

متغیر	جنسیت	میانگین	انحراف استاندارد
صمیمیت	قبل از رویکرد هیجان مدار	۳۹/۷۰	۸/۲۸۷
	بعد از رویکرد هیجان مدار	۶۴/۲۰	۱۱/۷۶۴
	پیگیری	۶۲/۵۰	۸/۷۷۲
مهارت‌های ارتباطی	قبل از رویکرد هیجان مدار	۴۷/۴۰	۱۱/۹۰۰
	بعد از رویکرد هیجان مدار	۷۲/۵۰	۱۷/۲۳۲
	پیگیری	۷۰/۰۰	۱۶/۵۹۳
احساس ارزشمندی (حمایت خانواده)	قبل از رویکرد هیجان مدار	۱۰/۴۰	۳/۲۷۳
	بعد از رویکرد هیجان مدار	۲۰/۰۰	۵/۰۳۳
	پیگیری	۲۰/۲۰	۴/۸۲۶
احساس ارزشمندی (سبقت و رقابت‌جویی)	قبل از رویکرد هیجان مدار	۱۲/۴۰	۴/۰۶۱
	بعد از رویکرد هیجان مدار	۱۸/۷۰	۵/۱۰۰
	پیگیری	۱۸/۱۰	۵/۳۲۲
احساس ارزشمندی (ظاهری و جسمانی)	قبل از رویکرد هیجان مدار	۱۲/۱۰	۲/۹۶۱
	بعد از رویکرد هیجان مدار	۱۵/۴۰	۳/۵۶۵
	پیگیری	۱۸/۶۰	۳/۹۲۱
احساس ارزشمندی (عشق خدائی)	قبل از رویکرد هیجان مدار	۱۱/۰۰	۲/۴۰۴
	بعد از رویکرد هیجان مدار	۱۶/۵۰	۴/۰۸۹
	پیگیری	۱۸/۸۰	۴/۱۰۴
احساس ارزشمندی (شایستگی علمی)	قبل از رویکرد هیجان مدار	۱۰/۰۰	۳/۰۱۸
	بعد از رویکرد هیجان مدار	۱۵/۳۰	۵/۸۷۰
	پیگیری	۱۹/۶۰	۴/۴۰۲
احساس ارزشمندی (تقوی و پرهیزگاری)	قبل از رویکرد هیجان مدار	۱۲/۴۰	۴/۰۶۱
	بعد از رویکرد هیجان مدار	۱۴/۸۰	۵/۱۳۸
	پیگیری	۱۸/۰۰	۴/۳۷۲
احساس ارزشمندی (موافقت از سوی دیگران)	قبل از رویکرد هیجان مدار	۱۲/۹۰	۳/۰۵۵
	بعد از رویکرد هیجان مدار	۱۷/۲۰	۴/۰۷۷
	پیگیری	۱۸/۵۰	۳/۶۸۹

گروه آزمون کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد؛ بنابراین فرضیه برابری میانگین متغیر صمیمیت برای گروه آزمون (پیش از آزمون و بعد از آزمون) رد می‌شود؛ اما سطح معناداری برای گروه گواه و گروه پیگیری بزرگتر از ۰/۰۵ می‌باشد و میانگین متغیر صمیمیت برای گروه گواه (پیش از آزمون و بعد از آزمون و پیگیری) اختلاف معناداری با هم ندارند. با توجه به اینکه سطح صمیمیت گروه آزمون پس از آموزش رویکرد هیجان مدار (۶۴/۲۰) بیشتر از صمیمیت قبل از این آموزش (۳۹/۷۰) است، لذا می‌توان گفت که نتایج آزمون آنکوا این اختلاف را از لحاظ آماری معناداری شناخته تأثیر رویکرد هیجان مدار بر صمیمیت زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر تهران مورد تایید قرار می‌گیرد. همچنین سطح معناداری برای گروه آزمون کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد؛ بنابراین فرضیه برابری میانگین متغیر مهارت‌های ارتباطی برای گروه آزمون (پیش از آزمون و بعد از آزمون) رد می‌شود؛ اما سطح معناداری برای گروه گواه و گروه پیگیری بزرگتر از ۰/۰۵ می‌باشد و میانگین متغیر مهارت های ارتباطی برای گروه گواه (پیش از آزمون و بعد از آزمون و پیگیری) اختلاف معناداری با هم ندارند. با توجه به اینکه سطح مهارت‌های ارتباطی گروه آزمون پس از آموزش رویکرد هیجان مدار (۷۲/۵۰) بیشتر از مهارت های ارتباطی قبل از این آموزش (۴۷/۴۰) است، لذا می‌توان گفت که نتایج آزمون آنکوا

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

جدول ۲- نتایج آزمون آنکوا

متغیر		مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	معناداری
صمیمیت	مقدار ثابت	۱۳۵۶/۸۸۲	۱	۱۳۵۶/۸۸۲	۱۴/۰۶۱	۰/۰۰۱
	گروه گواه	۴۷/۲۸۸	۱	۴۷/۲۸۸	۰/۴۹۰	۰/۴۹۰
	گروه آزمون	۳۷۴۱/۱۴۸	۲	۳۷۴۱/۱۴۸	۱۹/۳۸۵	۰/۰۰۰
	خطا	۲۵۰۸/۹۱۲	۲۶	۹۶/۴۹۷		
	کل	۹۸۵۹۶/۰۰۰	۳۰			
مهارت‌های ارتباطی	مقدار ثابت	۱۸۸۰/۶۳۱	۱	۱۸۸۰/۶۳۱	۷/۶۶۵	۰/۰۱۰
	گروه گواه	۳۷/۶۵۶	۱	۳۷/۶۵۶	۰/۱۵۳	۰/۶۹۹
	گروه آزمون	۳۴۶۳/۰۰۳	۲	۱۸۸۱/۵۰۲	۷/۶۵۹	۰/۰۰۲
	خطا	۶۳۸۷/۲۴۴	۲۶	۲۴۵/۶۶۳		
	کل	۱۳۰۴۵۵/۰۰۰	۳۰			

جدول ۳- آزمون مانکوا برای متغیرهای احساس ارزشمندی

مولفه	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	معنی‌داری
حمایت خانواده	۵۳۹/۴۵۹	۲	۲۶۹/۷۳۰	۱۳/۹۴۵	۰/۰۰۰
سبقت و رقابت‌جویی	۱۸۱/۴۹۹	۲	۹۰/۷۴۹	۴/۵۲۲	۰/۰۲۴
ظاهری و جسمانی	۲۰۹/۹۰۷	۲	۱۰۴/۵۰۳	۹/۸۸۲	۰/۰۰۱
عشق خدائی	۲۶۴/۲۷۰	۲	۱۳۲/۱۳۵	۸/۰۳۶	۰/۰۰۳
شایستگی علمی	۴۵۵/۹۸۱	۲	۲۲۷/۹۹۰	۹/۱۵۶	۰/۰۰۲
تقوی و پرهیزگاری	۱۳۹/۱۴۶	۲	۶۹/۵۷۳	۲/۷۱۰	۰/۰۹۱
موافقت از سوی دیگران	۱۵۰/۰۵۷	۲	۷۵/۰۲۹	۵/۸۴۱	۰/۰۱۰

این اختلاف را از لحاظ آماری معناداری شناخته و تأثیر رویکرد هیجان مدار بر مهارت های ارتباطی زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر تهران مورد تایید قرار می‌گیرد. نتایج آزمون مانکوا برای متغیرهای احساس ارزشمندی جدول ۳ نشان داده شده است.

با توجه به نتایج جدول ۳، سطح معناداری تفاوت بین احساس ارزشمندی در خرده مقیاس‌های حمایت خانواده، سبقت و رقابت‌جویی، ظاهری و جسمانی، عشق خدائی، شایستگی علمی و موافقت از سوی دیگران افراد آموزش دیده قبل و بعد از رویکرد هیجان مدار و گروه پیگیری کمتر از ۰/۰۵ بوده و فرض برابری احساس ارزشمندی افراد آموزش دیده قبل و بعد از رویکرد هیجان مدار و گروه پیگیری برای این خرده مقیاس‌ها رد می‌شود؛ اما برای سایر خرده مقیاس‌ها سطح معناداری افراد آموزش دیده قبل و بعد از رویکرد هیجان مدار و گروه پیگیری بزرگتر از ۰/۰۵ بوده و تفاوت معنی‌داری دیده نشده است.

بحث

هدف پژوهش حاضر اثربخشی رویکرد هیجان مدار بر صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر تهران بود. نتایج نشان از این داشت که رویکرد هیجان مدار بر صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در خرده مقیاس های (حمایت خانواده، سبقت و رقابت‌جویی، ظاهری و جسمانی، عشق خدائی، شایستگی علمی و موافقت از سوی دیگران) در زوجین ناسازگار تأثیرگذار می‌باشد. نتایج مطالعه حاضر همسو با نتایج مطالعات هارولد (Harold) و همکاران (۲۰۱۸) (۸)، وندیک (van Dijk) و همکاران (۲۰۲۰) (۹)، الام (Elam) و همکاران (۲۰۱۶) (۱۰) و بورینگ (Boring) و همکاران (۱۱) بود. در تبیین نتایج حاصل از این پژوهش می‌توان بیان داشت رویکرد هیجان مدار با کنترل هیجانات فرد و بهبود سطح توانایی مدیریت هیجانات فرد به او می‌آموزد که در زمان های مختلف

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

هیجانی چه عکس‌العمل صحیحی از خود نشان دهند. افرادی که دوره‌های آموزشی رویکرد هیجان مدار را طی می‌کنند، هیجانات خود را بهتر می‌شناسند و آمادگی قرارگیری در محیط‌های پرهیجان را دارند. در این افراد هوش هیجانی نیز تقویت شده و فرد بهترین رفتار و عکس‌العمل را از بین کلیه رفتارهای مورد انتظار انتخاب می‌نماید (۱۰). در تبیین نتایج حاصل می‌توان بیان داشت که در رویکرد هیجان مدار با آموزش مفهوم عشق و دلبستگی به زوجین آن‌ها را با این مفاهیم آشنا کرده و زمینه‌های بروز احساسات و تمایلات زناشویی را به شکل صحیح به آن‌ها آموزش می‌دهند؛ به عبارت دیگر فرد در این دوره می‌آموزد چگونه عشق بورزد و دایره انتظارات عاطفی و احساسی نسبت به همسرش باید در چه حد باشد (۸). آن‌ها می‌آموزند در چه شرایطی چه عکس‌العمل صحیحی از خود در جهت بهبود صمیمیت عاطفی انجام دهند. همچنین آن‌ها می‌آموزند که چه رفتارهای پرخطری می‌تواند روابط عاطفی و زناشویی آن‌ها را دچار خدشه کند. زوجین با آموزش رویکرد هیجان مدار می‌آموزند در مواقع مختلف هیجانی چه عکس‌العملی از خود بروز دهند تا بیشترین صمیمیت و کمترین رنجش را در همسر خود ایجاد نمایند (۵). آموزش رویکرد هیجان مدار منجر به ارتقای توانایی افراد در جهت مدیریت، پذیرش و تحمل هیجانات نامطلوب شده و از به‌کارگیری راهبردهای ناسازگار تنظیم هیجانی و بروز اختلالاتی که بی‌نظمی هیجانی هسته اصلی آنهاست جلوگیری می‌کند (۹). این تکنیک‌ها موجب کاهش مشکل در روابط زوجین و افزایش صمیمیت زناشویی و مولفه‌های صمیمیت زوجین می‌شوند (۳). درمان هیجان مدار (با تأکید بر مقولات همدلی، خودافشایی، درک عمیق از نیازهای خود و نفر مکمل، پذیرش، بیان افکار و احساسات و ایجاد فضای عاطفی که همگی از عناصر بایسته در یک رابطه صمیمانه به شمار می‌روند) نقش قدرتمندی در افزایش میزان صمیمیت زوج‌ها ایفا کند. درمان هیجان مدار با اصلاح احساسات و افکار منفی فرد نسبت به خودش از یک سو باعث رشد خودکارآمدی زوج‌ها می‌شود و از سوی دیگر همین احساس کارآمدی موجب کاهش تعارضات زناشویی نیز می‌شود که بر این اساس به بهبود صمیمیت زناشویی منجر می‌شود (۱۱). آموزش رویکرد هیجان مدار در زوج‌ها دلبستگی ایمن ایجاد می‌کند که زوج‌ها با این دلبستگی، در رابطه خود راحت هستند، ارتباط نزدیکی با همسر یا شریک خود دارند و خودافشایی می‌کنند و به خودافشایی همسر نیز واکنش نشان می‌دهند. نظریه دلبستگی که از اصول رویکرد هیجان مدار است، بر صمیمیت تأکید بسیاری دارد. بنابراین ایجاد دلبستگی صمیمیت را بیشتر می‌کند. انسان‌ها بندهٔ محبت هستند؛ زن و شوهر در خانه به دنبال محبت و در ازدواج با کسب صمیمیت به دنبال آرامش و زندگی بهترند. صمیمیت در بین افراد خانواده به خصوص زن و مرد رضایت را به زندگی می‌آورد و به خانواده استحکام می‌بخشد. در این میان رویکرد هیجان مدار با توجه به دلبستگی‌ها و هیجان‌ها و همچنین از بین بردن چرخه‌های تعاملی منفی این صمیمیت را ایجاد می‌کند (۴). رویکرد هیجان مدار، تسهیل‌کننده ابراز هیجان تلقی می‌شود. این رویکرد بر روی احساسات کار می‌کند تا به زوجین کمک کند روابط خود را بهبود بخشند. این شیوه درمانی زوج‌ها را راهنمایی می‌کند تا از احساسات زیربنایی خشم، غم، ترس، شرم و نیازهای مرتبط با این احساسات آگاه شده، آن‌ها را تنظیم و منطقی کنند و مطابق با نیاز خود بهبود بخشند. علاوه بر این، به زوج‌ها کمک می‌شود تا احساسات آسیب‌پذیر خود را به طرف مقابل نمایان سازند تا پیوندها و اعتبار بین آن‌ها تقویت شود. آن‌ها به زوج‌ها کمک می‌کنند تا احساسات ناسازگار را بهبود داده و یا ترمیم کنند و آن‌ها را به احساسات بهتر و از نوع دیگر تبدیل کنند (۱۰).

نتیجه‌گیری

به‌طورکلی می‌توان نتیجه گرفت که رویکرد هیجان مدار تأثیر معناداری بر صمیمیت و مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در زوجین ناسازگار داشته‌اند؛ به عبارت دیگر رویکرد هیجان مدار سبب بهبود صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در زوجین ناسازگار شده است. این در حالی اتفاق افتاده که برای

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]

گروه گواه و پیگیری، شـــاهد افزایش معنادار در ســـطح صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و احساس ارزشمندی در زوجین ناسازگار نبودیم.

محدودیت‌ها

به‌طورکلی این مطالعه از محدودیت‌هایی نیز برخوردار بوده است که در تعمیم نتایج باید مد نظر قرار گیرند که عبارتند از محدودیت های ایجاد شـــده به واســـطه همـه‌گیری ویروس کرونـا و نیز محـدودیـت شـــیوه نمونه‌گیری که به ناچار از شیوه نمونه‌گیری در دسترس استفاده شده است و هماهنگی سخت با افراد نمونه که حاضـــر به شـــرکت در دوره‌ها شـــده بودند و همچنین محدودیت ذاتی ابزار پژوهش که محدود به اســـتفاده از پرســـشـــنامه‌های اســـتاندارد برای ســـنجش متغیرهای تحقیق بوده است.

پیشنهادها

با توجه به نتایج بدســـت آمده پیشـــنهاد می‌شـــود از رویکرد هیجان مدار به منظور بهبود وضعیت صمیمیت، مهارت‌های ارتباطی و حس ارزشمندی در زوجین دارای نا سازگاری زنا شویی ا ستفاده شود. همچنین پی شنهاد می‌شود افرادی که با خصوصیات ناسازگاری زناشویی به مراکز درمانی رجوع می‌کنند ابتدا به دوره‌های رویکرد هیجان مدار معرفی شده و بعد از آن از سایر شیوه‌های درمانی استفاده گردد.

References

1. Kiecolt-Glaser JK. Marriage, divorce, and the immune system. Am Psychol. 2018;73(9):1098-1108.
2. Brazeau H, Pfund GN, Hill PL. Attaching a new perspective to the associations between marriage and immune functioning: Comment on Kiecolt-Glaser (2018). Am Psychol. 2020;75(1):108-110.
3. Parker G, Durante KM, Hill SE, Haselton MG. Why women choose divorce: An evolutionary perspective. Curr Opin Psychol. 2022;43:300-306.
4. Sbarra DA, Borelli JL. Attachment reorganization following divorce: normative processes and individual differences. Curr Opin Psychol. 2019;25:71-75.
5. Culina A, Brouwer L. No evidence of immediate fitness benefits of within-season divorce in monogamous birds. Biol Lett. 2022;18(5):20210671.
6. Cao H, Fine MA, Zhou N. The Divorce Process and Child Adaptation Trajectory Typology (DPCATT) Model: The Shaping Role of Predivorce and Postdivorce Interparental Conflict. Clin Child Fam Psychol Rev. 2022;25(3):500-528.
7. O'Hara KL, Sandler IN, Wolchik SA, Tein JY. Coping in context: The effects of long-term relations between interparental conflict and coping on the development of child psychopathology following parental divorce. Dev Psychopathol. 2019;31(5):1695-1713.
8. Harold GT, Sellers R. Annual Research Review: Interparental conflict and youth psychopathology: an evidence review and practice focused update. J Child Psychol Psychiatry. 2018;59(4):374-402.
9. van Dijk R, van der Valk IE, Deković M, Branje S. A meta-analysis on interparental conflict, parenting, and child adjustment in divorced families: Examining mediation using meta-analytic structural equation models. Clin Psychol Rev. 2020;79:101861.
10. Elam KK, Sandler I, Wolchik S, Tein JY. Non-Residential Father-Child Involvement, Interparental Conflict and Mental Health of Children Following Divorce: A Person-Focused Approach. J Youth Adolesc. 2016;45(3):581-93.
11. Boring JL, Sandler IN, Tein JY, Horan JJ, Vélez CE. Children of divorce-coping with divorce: A randomized control trial of an online prevention program for youth experiencing parental divorce. J Consult Clin Psychol. 2015;83(5):999-1005.
12. Violanti JM, Mnatsakanova A, Gu JK, Service S, Andrew ME. Adverse childhood experiences and police mental health. Policing. 2021;44(6):1014-1030.
13. O'Hara KL, Wolchik SA, Sandler IN. The Development, Evaluation, and Implementation of Parenting-focused Prevention Programs in Collaboration with Family Court. Fam Court Rev. 2021;59(4):710-724.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-19]