

اثربخشی بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی بر الگوهای ارتباطی و پیوند ایمن زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره خانواده

زینب کامرانی<sup>۱</sup>، فاطمه بهرامی<sup>۲</sup>، کوروش گودرز<sup>۳</sup>، نورعلی فرخی<sup>۴</sup>

**Effectiveness of transdiagnostic educational package on communication patterns and secure bond of couples referred to family counseling centers**

Zeinab Kamrani<sup>1</sup>, Fatemeh Bahrami<sup>2</sup>, Kourosh Goodarz<sup>3</sup>, Noor Ali Farrokhi<sup>4</sup>

**چکیده**

**زمینه:** شناسایی درمان‌های فراتشخیصی، با توجه به همبودی بسیار بالای آسیب‌های زندگی زوجی می‌تواند در جلوگیری از تحمیل هزینه‌های درمانی زیاد و اتلاف وقت، به دلیل پرداختن به هر یک از این آسیب‌ها به طور مجزا، مؤثر باشد. اما آیا آموزش بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی بر الگوهای ارتباطی و پیوند ایمن زوجین اثربخش است؟ **هدف:** پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی بر الگوهای ارتباطی و پیوند ایمن زوجین انجام شد. **روش:** در این پژوهش، روش پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل نابرابر و پیگیری دو ماهه بود. جامعه پژوهش شامل کلیه زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره خانواده آموزش و پرورش شهر اصفهان در سال ۱۳۹۶ بود که ۲۰ زوج با نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند و به صورت غیر تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه الگوهای ارتباطی زوجین کریستنسن و سالاولی (۱۹۸۴) و پرسشنامه پیوند ایمن جانسون (۲۰۰۸) بود و جهت انجام مداخله از بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی محقق ساخته (۱۳۹۸) استفاده شد. داده‌های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل کوواریانس چند متغیری تجزیه و تحلیل شدند. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که آموزش محتوای بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی بر الگوهای ارتباطی و پیوند ایمن زوجین تأثیر دارد ( $p < 0/001$ ). **نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌های پژوهش، آموزش محتوای بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی الگوهای توقع کناره‌گیری و اجتنابی را کاهش و الگوی رابطه سازنده و پیوند ایمن را در زوجین افزایش می‌دهد. **واژه کلیدها:** الگوهای ارتباطی، بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی، پیوند ایمن، زوجین

**Background:** Identification of Transdiagnostic treatments, given the high comorbidity of couples' life injuries, can be effective in preventing high medical costs and wasting time due to dealing with each of these injuries separately. But is Transdiagnostic Educational package, effective on couple communication patterns and secure transplantation? **Aims:** The present study aimed to investigate the effectiveness of Transdiagnostic Educational package, on Communication patterns and Secure Bond of couples. **Method:** In this research, qualitative method was used in the first stage and in the second stage; a semi-experimental research was used including pre-test, post-test, unequal control group and follow up. The study population included all couples who referred to Isfahan Family Counseling Centers in Isfahan in 1396. 20 couples were selected who were selected through purposeful sampling and randomly replaced into experimental and control group. The research instruments included the Communication Patterns Questionnaire of Christensen and Salavi (1984) and the Secure Bond Questionnaire of Johnson (2008), also a researcher-made Transdiagnostic Educational package, (1398) was used for intervention. The data was analyzed using multivariate analysis of covariance. **Results:** The results showed that content training of the Transdiagnostic Educational package, had a significant effect on couple's communication patterns and secure transplantation ( $p < 0/001$ ). **Conclusions:** Based on the findings of the present study, training of the content of the Transdiagnostic Educational package of couples reduces withdrawal and avoidance expectation patterns and increases the constructive relationship and secure bonding pattern in couples. **Key words:** Communication patterns, couples, secure bond, transdiagnostic educational package

Corresponding Author: f.bahrami26@yahoo.com

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران

<sup>۱</sup> Ph.D Student of Counselling, Department of Counseling, Borujerd Branch, Islamic Azad University, Borujerd, Iran

<sup>۲</sup> استاد، گروه مشاوره، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup> Professor, Department of Counseling, Isfahan University, Isfahan, Iran (Corresponding Author)

<sup>۳</sup> استادیار، گروه روانشناسی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران

<sup>۳</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Borujerd Branch, Islamic Azad University, Borujerd, Iran

<sup>۴</sup> دانشیار، گروه سنجش و اندازه‌گیری، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

<sup>۴</sup> Associate Professor Department of Deliberation and Measuring, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

## مقدمه

ازدواج از دیرباز به عنوان یکی از مهمترین و والاترین رسوم اجتماعی برای رسیدن به نیازهای عاطفی افراد قلمداد شده است و رابطه‌ای انسانی، پیچیده، ظریف و پویا است که از ویژگی‌های خاصی برخوردار است. دلایل اصلی ازدواج عمدتاً عشق و محبت، داشتن شریک و همراه در زندگی، ارضا انتظارات عاطفی - روانی و افزایش شادی و خوشنودی است (برنشتاین و برنشتاین، ۱۳۸۹). امروزه دستیابی به جنبه‌های چندگانه زمینه روابط رمانتیک زوجی به کشاکشی مهم برای تحقیقات تبدیل شده است (زایمر - گمبک و داکات، ۲۰۱۰)؛ و حفظ روابط سالم و پایا برای خانواده‌ها یک مسأله کشمکش‌زاست. یکی از دلایل این مسأله آن است که عواملی که رضایت زناشویی زوجین را تحت تأثیر قرار می‌دهند، پیچیده‌اند؛ همچنین متغیرهایی که هر فرد با خود به ازدواج می‌آورد بر این که چگونه با آنها تعامل کنند و چگونه هر یک از آنها بر رضایت در درون رابطه اثر می‌گذارد، دارند، تفاوت دارند (ساکو و فرس، ۲۰۰۱). مطالعه روی روابط زوجین به روشن شدن چهارچوب‌های ساختاری که روابط زوج‌ها در آن شکل می‌گیرد، کمک می‌کند (برادبوری، فینچام و بیچ، ۲۰۰۰؛ به نقل از هوشیار، افشاری‌نیا، عارفی، کاکابرابی و امیری، ۱۳۹۸). وقتی یکی از زوجین در روابطشان نارضایتی، آسیب یا تهدید را تجربه می‌کند، پاسخی هیجانی خواهد داشت، که این رفتار از طرف زوج برای ایجاد احساس امنیت در ارتباط است (صائمی، بشارت و اصغرنژاد فرید، ۱۳۹۸). معمولاً زمانی که زوجین به مشاور مراجعه می‌کنند در وضعیتی هستند که مشکلاتشان را نمی‌توانند با مذاکره حل کنند. بعضی از این زوجین دچار تشدید درگیری می‌شوند، بعضی از آنها دچار کناره‌گیری می‌شوند و یا از دیگر پویایی‌های خانواده مثل کناره‌گیری و توقع استفاده می‌کنند (شانگمن، ۲۰۱۷).

سبک‌های ارتباطی زوجین یکی از مواردی است که تعارض و نارضایتی زوجین را نشان می‌دهد. تحقیقات سه سبک ارتباطی در زوجین نشان داده است. این سه سبک شامل ارتباط سازنده، ارتباط توقع - کناره‌گیری و ارتباط اجتنابی است (کرنشاو، کریستینسن، باکوم، اپستین و باکوم، ۲۰۱۷). در رابطه سازنده زوجین تلاش می‌کنند که از طریق ارتباط مشکلات و تعارضات خود را حل کنند. تحقیقاتی که در مورد تأثیر رفتارهای همسران در جهت پیشگیری یا ترمیم آسیب تعارض انجام شده، نشان داده است که اقداماتی مانند

ابراز احساس، درک، قدردانی و افشای خود تأثیر تعارض و مشکل با همسر را کم می‌کند (پراگر و همکاران، ۲۰۱۵). احساس درک شدن می‌تواند سپری در مقابل کاهش رضایت زناشویی باشد، به دلیل آن که رابطه زوجی را تقویت می‌کند و نشان دهنده یک سرمایه‌گذاری مشترک در زندگی است (گوردون و چن، ۲۰۱۶). مقولات همدلی، خودافشایی، درک عمیق از نیازهای خود و همسر، پذیرش، بیان افکار و احساسات و ایجاد فضای عاطفی که همگی از عناصر توانایی‌های هیجانی به شمار می‌روند می‌تواند نقش قدرتمندی در افزایش میزان سازگاری زوج‌ها ایفا کند (جانسون و ویتنبورن، ۲۰۱۲؛ به نقل از صائمی و همکاران، ۱۳۹۸).

از طرف دیگر تحقیقات نشان داده است که سبک‌های ارتباطی زوجین و سبک‌های دلبستگی آنها با یکدیگر مرتبط هستند. زوجینی که دچار سبک دلبستگی اجتنابی و یا اضطرابی‌اند از روابط رضایت بخش کمتری برخوردارند. این افراد مشکلات بیشتر، اعتماد و رضایت کمتری را در روابط رمانتیک خود گزارش می‌کنند (بشارت، ۲۰۰۳). به علاوه سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با رضایت جنسی کمتر در خود فرد و شریک جنسی او همراه است (براسارد، پلوکوبین، دوپوی، رایت و شاور، ۲۰۱۲). به علاوه افراد با سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی بیشتر احتمال دارد که به دنبال صمیمیت و روابط عاطفی در خارج از رابطه زناشویی باشند (آلن و بوکام، ۲۰۰۴). تحقیقات نشان داده است سبک دلبستگی اجتنابی و اضطرابی با شیوه ارتباطی توقع و کناره‌گیری ارتباط دارد (الدريج، سویر، جونز، اتکینز و کریستینسن، ۲۰۰۷). جانسون (۲۰۰۸) معتقد است فرآیند هیجانی زوجین (پیوند ایمن) شامل در دسترس بودن، پاسخ‌گو بودن و ارتباط مثبت هیجانی زوجین است.

رابطه توقع - کناره‌گیری زمانی اتفاق می‌افتد که یکی از زوجین چیزی را از طرف مقابل در بافت ارتباطی خود می‌خواهد (توقع) با اینحال طرف مقابل آن تقاضا را انجام نمی‌دهد و کناره‌گیری می‌کند (کناره‌گیری)، این الگو می‌تواند بارها در رابطه زن و شوهر اتفاق بیافتد؛ با این حال زمانی مسأله‌ساز می‌شود که یکی از طرفین یا هر دو آنها دارای سبک دلبستگی اضطرابی یا اجتنابی باشند. شخص اضطرابی از طرف مقابل خود تقاضایی دارد طرف مقابل اجابت نمی‌کند و کناره‌گیری می‌کند، در نتیجه شخص با دلبستگی اضطرابی این مسئله را حمل بر بی‌ارزش بودن خود می‌کند و بر اضطرابش افزوده می‌شود و در نتیجه بر تقاضای خود پافشاری می‌کند و این

جسمی نیز منجر شود. بی شک توجه به آسیب‌هایی که ممکن است در حوزه الگوهای ارتباطی و دلبستگی (پیوند ایمن) زوجی صورت گیرد و پیشگیری یا بازسازی آنها می‌تواند به تقویت ارتباط صحیح زوجین و استحکام بنیان خانواده‌ها کمک کند. شناسایی درمان‌های فراتشخیصی، با توجه به همبودی بسیار بالای آسیب‌های زندگی زوجی می‌تواند در جلوگیری از تحمیل هزینه‌های درمانی زیاد و اتلاف وقت، به دلیل پرداختن به هر یک از این آسیب‌ها به طور مجزا، مؤثر باشد. با توجه به عدم انجام پژوهشی در راستای اثربخشی آموزش فراتشخیصی زوجی، این پژوهش با این هدف انجام شده است که آیا بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی بر الگوهای ارتباطی و پیوند ایمن تأثیر دارد؟

### روش

طرح پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با گروه آزمایش و گواه و پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زوجینی است که به مراکز مشاوره خانواده آموزش و پرورش شهر اصفهان در سال ۱۳۹۶ مراجعه کردند. با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، از افراد مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره خانواده آموزش و پرورش ناحیه ۵ شهر اصفهان در سال ۱۳۹۶ تعداد ۲۰ زوج (۴۰ نفر) برای گروه‌های آزمایش و گواه انتخاب و به صورت غیرتصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. شرایط ورود به پژوهش شامل تمایل به شرکت در پژوهش، حداقل گذشتن سه سال از زندگی مشترک و نداشتن برنامه‌ی فوری برای طلاق یا جدایی بود. قابل ذکر است جهت انجام طرح‌های آزمایشی محققان نمونه ۱۵ نفری برای هر گروه را پیشنهاد کرده‌اند (مایرز، گامست و گارینو، ۲۰۱۶). در پژوهش حاضر از آنجا که زوجین مورد مطالعه قرار گرفتند برای هر گروه ده زوج مورد بررسی قرار گرفت که یک زوج در گروه گواه به دلیل مشکلات شخصی ادامه فرآیند پژوهش را ترک کرد. میانگین سنی زوجین در گروه آزمایش ۳۵/۱۲ و در گروه گواه ۳۵/۴۸ بوده است. همچنین میانگین تعداد فرزندان در گروه آزمایش و گواه ۲ فرزند و میانگین طول مدت ازدواج برای گروه آزمایش ۷/۲ و برای گروه گواه ۶/۸۱ بوده است.

### ابزار

پرسشنامه‌ی الگوهای ارتباطی زوجین: این پرسشنامه را کریستنسن و سالوی (۱۹۸۴) به نقل از کرنشاو و همکاران، (۲۰۱۷) در دانشگاه کالیفرنیا به منظور بررسی الگوهای ارتباطی متقابل زوجین

مسئله با کناره‌گیری طرف مقابل ادامه می‌یابد (شاوور و میکولینسر، ۲۰۱۲).

رویکردهای مختلفی در زمینه زوج درمانگری وجود دارد که بر جنبه‌های مختلف درمانگری تأکید دارد و محققان خانواده درمانگری در طول سال‌ها به دنبال سنجش قابلیت اعتماد و کارایی آن‌ها بوده‌اند (هوشیار و همکاران، ۱۳۹۸). با توجه به آنچه بیان شد سبک‌های دلبستگی و ارتباطی زوجین به یکدیگر مرتبط هستند و در نتیجه بکارگیری رویکردهای همه‌جانبه‌نگر یا فراتشخیصی می‌تواند در بهبود شرایط این زوجین یاری‌رسان باشد. بنابراین بکارگیری بسته‌های آموزشی یا درمانی که بتواند این دو متغیر را بهبود بخشد از اهمیت زیادی برخوردار است. از لحاظ نظری، درمان‌های فراتشخیصی باید درمانگر را قادر سازند تا فرآیندهای تداوم‌بخش مشترک بین اختلالات موجود را مفهوم‌سازی نماید، راهبردهای درمانی مبتنی بر شواهد را در قالب یک پروتکل ارائه نماید، کارآمدی و کارایی درمان را افزایش دهد، نیاز به راهنماهای درمانی چندگانه را کاهش دهد و اجرای راحت آن را تسهیل نماید (نیوبای، مک کینون، کویکن، گیلبدادی و دلگلیش، ۲۰۱۵). پروتکل یکپارچه، یک درمان فراتشخیصی و شناختی - رفتاری متمرکز بر هیجان محسوب می‌شود که با استفاده از توانش‌های تنظیم هیجان، برای دامنه گسترده‌ای از اختلال‌های هیجانی قابلیت کاربرد دارد (پاین، الارد، فارچیون، فیرولم و بارلو، ۲۰۱۴).

پژوهش‌های گذشته مانند اپستاین و زنگ (۲۰۱۷) کریستنسن و دوز (۲۰۱۷) و دیتزن، هاهلیوج، فهم - ولفسدورف و باکوم (۲۰۱۱) نشان داده است که درمان‌های رفتاری، هیجانی و شناختی که از جمله عناصر مرتبط با بسته فراتشخیصی می‌باشد، بر مؤلفه‌های مرتبط با رضایت زناشویی مؤثر بوده است. همچنین در راستای اثربخشی زوج درمانی هیجان محور که یکی دیگر از عناصر بکار گرفته شده در بسته آموزشی فراتشخیصی است پژوهش‌های گذشته مانند: راتنگبر، بورکنر، اسپیلر و هولینک (۲۰۱۸)، ویب و همکاران (۲۰۱۷)، وانهی، لمنس، مورس، هینکنز و ورهوستادت (۲۰۱۶)، لسچ، بروین و اندرسون (۲۰۱۸)، دلگلیش و همکاران (۲۰۱۵) حاکی از اثربخشی درمان هیجان محور بر سبک‌های دلبستگی زوجین بوده است.

همیشه می‌توان انتظار داشت که در ازدواج زوجین دچار مشکلات و تعارضاتی گردند. تعارضات زناشویی می‌تواند کیفیت رابطه را به خطر اندازد و علاوه بر صدمات روانی به آسیب‌های

با یکدیگر دارید؟ پرسشنامه مذکور از ۱۵ سؤال با طیف پاسخ‌گویی درست و نادرست تشکیل شده است. گزینه درست ۱ نمره و گزینه نادرست نمره صفر دارد. نمره ۷ و بالاتر نشان دهنده سطح خوب روابط هیجانی و عاطفی زوجین و نمره ۷ به پایین نشانه نیاز زوجین به کار بر روی روابط عاطفی آنان می‌باشد. در این پرسشنامه نمره بالاتر بهتر است (جانسون، ۲۰۰۸). سندبرگ، نواک، دیویس و بوسی (۲۰۱۶) تعداد سؤالات پرسشنامه پیوند ایمن را کاهش داده و پایایی و درستی آزمایشی آن را بررسی نمودند. آنها پرسشنامه را به مؤلفه‌های: خود دسترسی‌پذیری، خود مسئولیت‌پذیری، خود کفایی، دسترسی‌پذیری به همسر، مسئولیت‌پذیری همسر، وابستگی به همسر تقسیم و پایایی مؤلفه‌ها را محاسبه کردند. امتیازات آلفا کرونباخ برای این پارامترها همگی به جز به ازای خود مسئولیت‌پذیری در محدوده مطلوب از ۰/۷۵ تا ۰/۸۷ قرار داشتند. در پایان، درستی آزمایشی همزمان نیز میان امتیازات تجمعی شاخص‌های پرسشنامه مذکور و پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان بررسی و تأیید شد. سندبرگ، بوسی، جانسون و یوشیدا (۲۰۱۲) پایایی پرسشنامه مذکور از طریق آلفای کرونباخ ۰/۶۶ تا ۰/۸۵ و از طریق آزمون - بازآزمون ۰/۶۰ تا ۰/۷۵ بدست آمد. درستی آزمایشی سازه آن تأیید گردید و درستی آزمایشی همزمان آن نیز از دو طریق همبستگی با رضایت زوجین در رابطه زناشویی و از طریق بررسی با پرسشنامه‌های دلبستگی بزرگسالان و رضایت زناشویی قابل قبول بود.

بسته آموزش فراتشخیصی زوجی: فراتشخیص یک روش درمانی متکی به استراتژی‌های پشتیبانی تجربی و برای حل مشکلات متنوع به اندازه کافی انعطاف‌پذیر است. درمان‌های فراتشخیصی به گونه‌ای طراحی شده‌اند که بطور گسترده‌تری در یک سری اختلالات کاربرد داشته باشند و همزمان چندین اختلال را هدف قرار دهند (فارچون، کنکلین و بولیس، ۲۰۱۷).

محتوای بسته فراتشخیصی زوجی، که شامل آموزش مجموعه‌ای از مفاهیم در حوزه‌های رفتاری، هیجانی و شناختی زندگی زناشویی می‌باشد که توسط کامرانی و همکاران (۱۳۹۸) و بر اساس متغیرهای مستخرج از بررسی کتاب‌ها و مقالات مرتبط با موضوع پژوهش تدوین گردید. به منظور تهیه و تدوین بسته فراتشخیصی زوجی، داده‌های مستخرج از پیشینه‌های داخلی و خارجی علمی، منابع الکترونیکی، کتاب، پایان‌نامه و مجلات مرتبط و در دسترس با

طراحی نمودند. این پرسشنامه ۳۵ سؤال دارد و در یک مقیاس نه درجه‌ای از اصلاً امکان ندارد (۱) تا خیلی امکان دارد (۹) درجه‌بندی شده است. این پرسشنامه رفتارهای همسران را در طول سه مرحله از تعارض زناشویی شرح داده است. این مراحل عبارتند از:

A. زمانی که در روابط زوجین مشکل ایجاد می‌شود این مرحله دارای ۴ سؤال است.

B. در مدت زمانی که درباره مشکل ارتباطی بحث می‌شود، این مرحله دارای ۱۸ سؤال است.

C. بعد از بحث راجع به مشکل ارتباطی که این قسمت از ۱۳ سؤال تشکیل شده است.

پرسشنامه دارای سه خرده مقیاس است: ارتباط سازنده متقابل، اجتنابی متقابل، ارتباط توقع / کناره‌گیری. خرده مقیاس توقع / کناره‌گیری از دو قسمت تشکیل شده است: مرد متوقع / زن کناره‌گیر و زن متوقع / مرد کناره‌گیر. سالوی (۱۹۹۱) به نقل از کرنشاو و همکاران، (۲۰۱۷) درستی آزمایشی سه خرده مقیاس این پرسشنامه را برآورد نمودند. در این مطالعه که در آن سه گروه از زوجین درمانده، غیر درمانده و در حال طلاق با هم مقایسه شدند؛ خرده مقیاس سازنده متقابل توانست بین هر سه گروه تمیز قائل شود، در حالی که خرده مقیاس‌های ارتباطی اجتناب متقابل و توقع / کناره‌گیری توانستند بین زوج‌های درمانده و غیر درمانده تفکیک قائل شوند. پایایی خرده مقیاس‌های این پرسشنامه در تحقیق کرنشاو و همکاران (۲۰۱۷) بیش از ۰/۷ گزارش شد که پایایی قابل قبولی بود. برای بدست آوردن درستی آزمایشی همگرا، این پرسشنامه با پرسشنامه انریچ مورد مطالعه قرار گرفت که همبستگی خوبی را نشان داد.

کریستنسن و هیوی (۱۹۹۹) نتایج پایایی پرسشنامه الگوهای ارتباطی بر روی آزمودنی‌های آمریکایی از طریق آلفای کرونباخ بدست آمده از ۰/۴۴ تا ۰/۸۵ گزارش نمود که نتایج رضایت‌بخشی است.

پرسشنامه‌ی پیوند ایمن: پرسشنامه پیوند ایمن توسط سوزان جانسون (۲۰۰۸) جهت بررسی در دسترس بودن زوجین برای یکدیگر از لحاظ هیجان و عاطفه ساخته شده است. پرسشنامه مذکور از سه گروه ۵ تایی سؤال با طیف پاسخ‌گویی درست و نادرست تشکیل شده است. هر دسته پنج تایی زیر یکی از این عناوین قرار دارد: از نظر شما آیا همسران در دسترس است؟ از نظر شما آیا همسران نسبت به نیازهای شما پاسخ‌گو است؟ آیا از نظر هیجانی ارتباط مثبتی

موضوع تحقیق گردآوری و با توجه به این داده‌ها، آموزش‌های لازم در نظر گرفته شد (این پروتکل آموزشی به عنوان بسته فراتشخیصی زندگی زوجی می‌باشد). برای روایی کیفی محتوای بسته، از CVR<sup>1</sup> استفاده شد. در این پژوهش، از ده متخصص مشاوره خانواده نظرخواهی و سپس روایی محتوایی برای آیتم‌های بسته فراتشخیصی زوجی محاسبه می‌گردد. باتوجه به این که مقدار CVR بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی بزرگتر از ۰/۶۲ (مقدار روایی ذکر شده در جدول شاخص نسبت روایی محتوایی) بود، روایی محتوایی آن تأیید گردید. شرح مختصر جلسات بسته آموزشی فراتشخیصی در جدول زیر قابل مشاهده است. بر اساس روش پژوهش (نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل نابرابر و پیگیری)، ابتدا هر دو گروه آزمایش و گواه، پرسشنامه‌های پژوهش را جهت پیش آزمون تکمیل نمودند. سپس ۱۲ جلسه به صورت گروهی برای زوجین گروه آزمایش تشکیل شد و بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی بر اساس پروتکل تهیه شده، آموزش داده و در پایان جلسات از هر دو گروه با پرسشنامه‌های اولیه، پس آزمون گرفته شد. در آخرین مرحله ۲ ماه پس از آخرین جلسه، پیگیری بر روی گروه آزمایش و گواه انجام شد و پایداری تأثیر آموزش این بسته فراتشخیصی زندگی زوجی بر الگوهای ارتباطی و پیوند ایمن زوجین سنجیده شد.

### یافته‌ها

جدول (۲) میانگین و انحراف معیار، نمره‌های سبک‌های ارتباطی و پیوند ایمن را در گروه‌های آزمایش و گواه، به تفکیک در مراحل پیش آزمون و پس آزمون نشان می‌دهد. همانطور که ملاحظه می‌شود میانگین و انحراف معیار ارتباط سازنده متقابل در گروه‌های آزمایش و گواه به ترتیب در مرحله پیش آزمون (۲۳+۳/۴۸) و (۲۱+۲/۷۲) می‌باشد. در مرحله پس آزمون این مقدار برای گروه‌های آزمایش و گواه به ترتیب (۳/۱۵+۲۷) و (۲۱+۱/۹۸) می‌باشد. همچنین میانگین و انحراف معیار زن متوقع / مرد کناره گیر در گروه آزمایش و گواه به ترتیب در مرحله پیش آزمون (۱۴/۸+۳/۴۵) و (۱۳+۲/۱۲) می‌باشد. در مرحله پس آزمون این مقدار برای گروه آزمایش و گواه به ترتیب (۱۱/۷+۱/۷) و (۱۳/۴۴+۱/۵) می‌باشد. میانگین و انحراف معیار مرد متوقع / زن کناره گیر در گروه آزمایش و گواه به ترتیب در مرحله پیش آزمون

می‌باشد. به منظور انجام آزمون کواریانس پیش فرض‌های نرمال بودن توزیع نمرات پس آزمون و همگنی واریانس‌ها انجام شد. جهت تعیین نرمال بودن توزیع نمرات پس آزمون از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف و جهت بررسی همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین و باکس استفاده شد. نتایج این دو آزمون، برای نمرات متغیرهای پژوهش در جدول (۳) ملاحظه می‌شود.

همانطور که در جدول (۳) ملاحظه می‌شود نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف نشان دهنده عدم معنی داری نمرات پس آزمون متغیرهای پژوهش در مرحله پس آزمون است که این امر به معنی نرمال بودن توزیع نمرات است. همچنین آزمون لوین نشان می‌دهد که توزیع نمرات میان دو گروه آزمایش و گواه در مرحله پس آزمون با یکدیگر تفاوتی ندارد. جهت بررسی فرض همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس‌ها از آزمون باکس استفاده شد و نتایج این آزمون در مرحله پس آزمون نشان داد که مقدار باکس معنی دار نیست (BOX=۸/۶۱ F=۰/۶۶ p=۰/۷۸) و در نتیجه پیش فرض همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس‌ها برقرار است. جهت بررسی اثر مداخله آزمایشی، تحلیل کوواریانس چندمتغیری بر روی نمره‌های پس آزمون، با گواه پیش آزمون‌های پژوهش (ارتباط سازنده متقابل، ارتباط توقع / کناره گیری، مرد متوقع / زن کناره گیر، زن متوقع / مرد کناره گیر، ارتباط اجتنابی متقابل) انجام گرفت. جدول (۴) نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری را روی نمره‌های پس آزمون، با گواه پیش آزمون‌ها نشان می‌دهد.

<sup>1</sup>. content validity ratio

## جدول ۱. شرح محتوای جلسات بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی

شماره جلسه	محتوای جلسه
جلسه اول	معارفه اعضای گروه آشنایی با یکدیگر و اهداف برگزاری دوره معرفی مدرس و ارائه قواعد دوره تشریح پژوهش: تبیین موضوعاتی که منجر به نارضایتی زناشویی در زوجین می‌شود و معرفی روند آموزش آنها، مشخص کردن دغدغه‌های زوجین. توضیح فرآیندهای شناختی، رفتاری و هیجانی.
جلسه دوم	شناخت تفاوت‌های جسمی و روانی زن و مرد (زوجین) شناخت تفاوت‌های جنسیتی نقش جامعه و فرهنگ در تفاوت‌ها بهره‌گیری از شناخت تفاوت‌ها و به کارگیری در زندگی زناشویی بررسی سه مورد از تفاوت‌های خود با همسر، سپس گفتگو با همسر در مورد آنها و ارائه گزارش
جلسه سوم	بررسی تکالیف خانه و پاسخ‌گویی به سؤالات روش‌های گفتگوی مؤثر توانش توجه کردن، سؤال کردن، و بازخورد دادن آموزش همدلی ارتباط کلامی و غیر کلامی مؤثر آموزش توانش‌های رفتاری، شامل: شناخت الگوهای تقویت و تنبیه همسران، افزایش تبادلات رفتاری مثبت و تقویت و کاهش تبادلات رفتاری منفی
جلسه چهارم	تکلیف خانه: نوشتن وصیت‌نامه ۴ خطی به همسر بررسی تکالیف خانه و پاسخ‌گویی به سؤالات ادامه توانش گفتگو: سبک‌های برقراری ارتباط با همسر شرایط گفتگو مهار کردن خشم در روابط زوجی گوش دادن فعال افزایش پذیرش هریک از همسران نسبت به ادراک تجربه‌ی همسرش تسهیل بیان نیازها و خواسته‌ها برای ساختاردهی مجدد تکلیف خانه: هر دو نفر بیرون بروند و در مورد نقاط مثبت همدیگر که برایشان مهم است صحبت کنند.
جلسه پنجم	بررسی تکالیف خانه و پاسخ‌گویی به سؤالات سبک‌های مقابله زوجی و توانش حل مسأله همسران تکلیف خانه: سه مورد تغییر در خودشان که فکر می‌کنند برای همسرشان مهم است در هفته آینده شروع و انجام دهند.
جلسه ششم	بررسی تکالیف خانه و پاسخ‌گویی به سؤالات تأثیر خلق و خوی منفی فرآیندهای شناختی تأثیرگذار بر زندگی زوجی قسمت اول تمرین کلاسی خصوصیات مشابه یا متفاوت
جلسه هفتم	بررسی تکالیف خانه و پاسخ‌گویی به سؤالات فرآیندهای شناختی تأثیرگذار بر زندگی زوجی قسمت دوم افکار و باورها تأثیر والدین در باورهای زندگی بررسی تکالیف خانه و پاسخ‌گویی به سؤالات فرآیندهای شناختی تأثیرگذار بر زندگی زوجی قسمت دوم افکار و باورها
جلسه هشتم	تأثیر والدین در باورهای زندگی بررسی تکالیف خانه فرآیندهای شناختی تأثیرگذار بر زندگی زوجی قسمت سوم اسناد و استدلال روش مقابله و درمان تکلیف منزل

جدول ۱. شرح محتوای جلسات بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی

شماره جلسه	محتوای جلسه
جلسه نهم	پاسخ به سؤالات اعضای گروه مهمترین نیاز عاطفی: احساس یک رابطه ایمن بررسی انتظارات زوجین از یکدیگر و الگوهای تعاملی آنها معرفی چهار سوار سرنوشت و چرخه آنها نتیجه حضور این چهار سوار در زندگی زوجی تکلیف منزل
جلسه دهم	پاسخ به سؤالات اعضای گروه بررسی تکلیف خانه کمک به زوج برای شناسایی چهار سوار سرنوشت (انتقاد، سرزنش، جبهه گیری و سکوت) آموزش توانش های حل تعارض، متقاعدسازی و سازش پیشگیری از گسترش دامنه تعارضات و ایجاد عواطف مثبت در طول اوقات بدون تعارض بررسی تکالیف خانه و پاسخ گویی به سؤالات
جلسه یازدهم	چرخه رابطه جنسی تفاوت زن و مرد باورهایی که ممکن است در عملکرد جنسی تداخل نمایند راهکار در جهت رضایت جنسی در زوجین
جلسه دوازدهم	پاسخ به سؤالات اعضای گروه و بررسی تکلیف جلسه قبل بازخورد اعضای گروه در مورد مجموعه مفاهیم و فعالیت های دوره تقدیر از شرکت کنندگان و قرار پیگیری برای دوماه دیگر بخش پرسشنامه ها

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار سبک های ارتباطی و پیوند ایمن گروه های آزمایش و گواه در پیش آزمون و پس آزمون

متغیر	مرحله	گروه	میانگین	انحراف معیار
رابطه سازنده متقابل	پیش آزمون	آزمایش	۲۳	۳/۴۶
		گواه	۲۱	۲/۷۲
	پس آزمون	آزمایش	۲۷	۳/۱۵
		گواه	۲۱	۱/۹۸
زن متوقع / مرد کناره گیر	پیش آزمون	آزمایش	۱۴/۸	۳/۴۵
		گواه	۱۳	۲/۱۲
	پس آزمون	آزمایش	۱۱/۷	۱/۷
		گواه	۱۳/۴۴	۱/۵
مرد متوقع / زن کناره گیر	پیش آزمون	آزمایش	۱۴/۲	۴/۸
		گواه	۱۴/۲۲	۳/۸
	پس آزمون	آزمایش	۱۰/۸	۲/۸
		گواه	۱۳/۴۴	۲/۶
رابطه اجتنابی متقابل	پیش آزمون	آزمایش	۱۲/۸	۳/۳۵
		گواه	۱۳/۸	۳/۰۵
	پس آزمون	آزمایش	۱۰/۱	۲/۲۸
		گواه	۱۳/۴۴	۳/۲
پیوند ایمن	پیش آزمون	آزمایش	۱۱/۵۵	۱/۷۸
		گواه	۱۲/۲۷	۲/۹
	پس آزمون	آزمایش	۱۵/۶	۱/۹۵
		گواه	۱۲	۲/۵۹

جدول ۳. نتایج آزمون کولموگروف - اسمیرنوف و آزمون لوین جهت بررسی نرمال بودن توزیع نمرات پس آزمون و همگنی توزیع نمرات دو گروه آزمایش و گواه

آزمون متغیر	آزمون کولموگروف - اسمیرنوف			آزمون لوین		
	گروه	شاخص	درجه آزادی	معنی داری	f	درجه آزادی صورت
ارتباط سازنده متقابل	آزمایش	۰/۱۵۴	۱۰	۰/۲	۰/۰۶۴	۱
	گواه	۰/۱۶۸	۹	۰/۲		
مرد متوقع / زن کناره گیر	آزمایش	۰/۱۷۶	۱۰	۰/۲	۰/۵۶۴	۱
	گواه	۰/۱۷۳	۹	۰/۲		
زن متوقع / مرد کناره گیر	آزمایش	۰/۱۹۱	۱۰	۰/۲	۰/۲۰۵	۱
	گواه	۰/۱۶۰	۹	۰/۲		
ارتباط اجتنابی متقابل	آزمایش	۰/۱۴۵	۱۰	۰/۲	۳/۷	۱
	گواه	۰/۱۴۴	۹	۰/۲		
پیوند ایمن	آزمایش	۰/۲۹۵	۱۰	۰/۰۱۴	۰/۲۳۱	۱
	گواه	۰/۳۰۱	۹	۰/۰۱۲		

جدول ۴. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس چندمتغیری بر روی نمره‌های پس آزمون ارتباط سازنده متقابل، مرد متوقع / زن کناره گیر، زن متوقع / مرد کناره گیر، ارتباط اجتنابی متقابل و پیوند ایمن

نام آزمون	مقدار	F	Df سؤال	df خطا	اندازه‌ی اثر	توان آماری	سطح معنی داری
اثر پیلاهی	۰/۸۲۷	۱۱/۹۴	۴	۱۰	۰/۸۲۷	۰/۹۹۶	۰/۰۰۱
لامبدای ویلکز	۰/۱۷۳	۱۱/۹۴	۴	۱۰	۰/۸۲۷	۰/۹۹۶	۰/۰۰۱
اثر هتلینگ	۴/۷۷	۱۱/۹۴	۴	۱۰	۰/۸۲۷	۰/۹۹۶	۰/۰۰۱
بزرگ‌ترین ریشه‌ی روی	۴/۷۷	۱۱/۹۴	۴	۱۰	۰/۸۲۷	۰/۹۹۶	۰/۰۰۱

است. به علاوه ضریب اندازه‌ی اثر نشان می‌دهد که ۴۱ درصد تفاوت دو گروه در مرحله‌ی پس آزمون از نظر متغیر ارتباط مرد متوقع / زن کناره گیر مربوط به مداخله آزمایشی است. این مقدار برای متغیر زن متوقع / مرد کناره گیر ۲۶ درصد تفاوت دو گروه در مرحله‌ی پس آزمون از نظر متغیر ارتباط زن متوقع / زن کناره گیر مربوط به مداخله آزمایشی است همچنین نتایج آزمون آنکوا برای متغیر ارتباط اجتناب متقابل در مرحله پس آزمون ( $F=11/92$  و  $p<0/01$ ) معنی دار می‌باشند. به علاوه ضریب اندازه‌ی اثر نشان می‌دهد که ۴۷ درصد تفاوت دو گروه در مرحله‌ی پس آزمون از نظر متغیر ارتباط اجتناب متقابل مربوط به مداخله آزمایشی است. همچنین تحلیل کوواریانس یک راه متغیر پیوند ایمن ( $F=13/25$  و  $p<0/01$ ) معنی دار می‌باشند. به علاوه ضریب اندازه‌ی اثر نشان می‌دهد که ۷۷ درصد تفاوت دو گروه در مرحله‌ی پس آزمون از نظر متغیر پیوند ایمن مربوط به مداخله آزمایشی است.

مندرجات نشان می‌دهد که بین گروه‌های آزمایش و گواه در سطح ( $p\leq 0/001$ ) تفاوت معنی داری وجود دارد. بر این اساس می‌توان بیان داشت که دست کم در یکی از متغیرهای وابسته (ارتباط سازنده متقابل، مرد متوقع / زن کناره گیر، زن متوقع / مرد کناره گیر، ارتباط اجتنابی متقابل و پیوند ایمن) بین دو گروه آزمایش و گواه تفاوت معنی داری وجود دارد. اندازه‌ی اثربخشی برای اثر پیلاهی برابر با ۰/۸۲۷ و به این معناست که ۸۲ درصد تفاوت دو گروه مربوط به مداخله آزمایشی است. برای بررسی نقطه‌ی تفاوت، پنج تحلیل کوواریانس یک‌راه در متن مانکوا روی متغیرهای وابسته انجام گرفت که نتایج حاصل از آن در جدول (۵) ارائه شده است. نتایج مندرج در جدول (۵)، نشان می‌دهد که تحلیل کوواریانس یک‌راه متغیر ارتباط سازنده ( $F=10/58$  و  $p<0/01$ ) معنی دار است به علاوه ضریب اندازه‌ی اثر نشان می‌دهد که ۴۴ درصد تفاوت دو گروه در مرحله‌ی پس آزمون از نظر متغیر ارتباط سازنده متقابل مربوط به مداخله آزمایشی است. همچنین این جدول نشان می‌دهد در متغیر مرد متوقع / زن کناره گیر ( $F=9/19$  و  $p<0/01$ ) معنی دار



جدول. نتایج حاصل از تحلیل آنکوا در متن مانکوا بر روی میانگین نمره‌های پس آزمون ارتباط سازنده متقابل، مرد متوقع / زن کناره گیر، زن متوقع / مرد کناره گیر و ارتباط اجتناب متقابل و پیوند ایمن گروه‌های آزمایش و گواه

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	اندازه اثر	توان آماری	سطح معنی داری
ارتباط سازنده متقابل	۶۸/۲۷	۱	۶۸/۲۷	۱۰/۵۸	۰/۴۴۹	۰/۸۵۲	۰/۰۱
مرد متوقع / زن کناره گیر	۴۵/۹۲	۱	۴۵/۹۲	۹/۱۹	۰/۴۱۴	۰/۸۰۰	۰/۰۱
زن متوقع / زن کناره گیر	۱۵/۸۲	۱	۱۵/۸۲	۴/۲	۰/۲۶۶	۰/۵۰۰	۰/۰۵
ارتباط اجتنابی متقابل	۵۳/۷	۱	۵۳/۷	۱۱/۹۲	۰/۴۷۹	۰/۸۹۱	۰/۰۱
پیوند ایمن	۸۱/۰۳	۱	۸۱/۰۳	۵۴/۹	۰/۷۷	۱	۰/۰۰۱

## بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی بر الگوهای ارتباطی و پیوند ایمن زوجین انجام شد. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری روی نمره الگوهای رفتاری و پیوند ایمن شرکت کنندگان دو گروه آزمایش و گواه در پس آزمون، با مهار کردن اثر پیش آزمون نشان می‌دهد که آموزش فراتشخیصی زوجی بر بعد الگوهای ارتباطی و پیوند ایمن زوجین تأثیر معناداری دارد و موجب بهبود این ابعاد در شرکت کنندگان گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه شده است. این یافته‌ها همسو با پژوهش‌های ایستاین و زنگ (۲۰۱۷)، کریستنسن و دوز (۲۰۱۷)، بل و همکاران (۲۰۱۸)، لسچ و همکاران (۲۰۱۸) می‌باشد.

از آنجا که یکی از رویکردهای مورد استفاده در درمان فراتشخیصی نظریه‌های رفتاردرمانی زوجی می‌باشد. بنابراین یافته‌های این پژوهش در راستای یافته‌های مورد تأیید در این نظریه‌ها است. در این راستا نتایج تحقیق ایستاین و زنگ (۲۰۱۷) در مورد اثربخشی رفتاردرمانی شناختی متمرکز بر زوجین نشان داد که این درمان بر تعارضات و پرخاشگری‌های خفیف زوجین مؤثر است، همچنین در موارد بهبود آسیب روانی زوجین مانند افسردگی قابل استفاده است. از آنجا که در بسته فراتشخیصی نیز از رویکردهای رفتاری و شناختی استفاده شده است بکارگیری مهارت‌هایی همچون شناخت و اصلاح افکار ناکارآمد گشته و در نهایت منجر به بهبود روابط زوجین می‌شود. زوجین با مدیریت افکار ناکارآمد مانند برچسب زنی، ذهن خوانی، پیش بینی منفی و... می‌توانند اشتباهات فکری خود را در ارتباط برطرف کرده و نحوه تعاملات رفتاری خود را بهبود بخشند.

همچنین این پژوهش در راستای نتایج پژوهش کریستنسن و دوز (۲۰۱۷) است که به اثر بخشی رفتاردرمانی یک پارچه بر شاخص‌های مربوط به حل تعارضات زناشویی پرداختند می‌باشد. این پژوهشگران نشان دادند که درمان رفتاری یکپارچه در سه موقعیت مورد پژوهی،

آموزش گروهی و درمان به وسیله وب مؤثر است. در درمان‌های رفتاری همچنان که در بسته فراتشخیصی از آن استفاده شده است از تکنیک‌هایی مانند تقویت متقابل، قرار داد پیامد، و تحلیل رفتاری استفاده می‌شود. همه رویکردهای بکار برده شده به صورت گام به گام منجر به تغییر و اصلاح رفتاری در طرفین شده و در نتیجه روابط عاطفی و بین فردی آنها را بهبود می‌بخشد. این پدیده همان چیزی است که در رفتار درمانی به عنوان شکل دهی رفتاری از آن یاد می‌شود.

در راستای اثربخشی بسته آموزش فراتشخیصی بر پیوند ایمن زوجین نتایج بدست آمده حاکی از اثربخش بودن این بسته بر افزایش دلبستگی ایمن زوجین بوده است. از آنجا که یکی از رویکردهای مورد استفاده در بسته آموزشی فراتشخیصی رویکرد متمرکز بر هیجان است بنابراین نتایج پژوهش حاضر در این بخش در راستای پژوهش‌های بل و همکاران (۲۰۱۸)، راتگبر و همکاران (۲۰۱۸)، ویب و همکاران (۲۰۱۷) و وانهی و همکاران (۲۰۱۶) می‌باشد. بل و همکاران (۲۰۱۸) در بررسی تجربیات چند متخصص بالینی در آموزش رویکرد هیجان‌مدار به این نتیجه دست یافتند که آموزش‌ها باعث افزایش آگاهی شخصی آنان از احساسات خود و تأثیر مثبت و یادگیری برای تشخیص و استفاده از احساسات مثبت گردیده و تأثیرات آن در سال‌های بعد پایدار بوده است. همچنان که در بسته فراتشخیصی زوجی از رویکردهای هیجان‌محور و دلبستگی استفاده شده است. زوجین با شناخت روش‌های نادرست ارتباط عاطفی مانند انتقاد، سرزنش، تحقیر و... و آموزش آسیب‌زا بودن این روش‌ها می‌توانند در ایجاد پیوند ایمن توانمند شوند. همچنین نتایج این پژوهش همسو با لسچ و همکاران (۲۰۱۸) است که در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که آموزش‌های زوج درمانی هیجان‌مدار بر زوجین دیگر نژادها، اثر دارد و باعث عمیق‌تر شدن روابط زوجی می‌شود.

آتی استفاده شود.

## منابع

برنشتاین، فیلیپ اچ، و برنشتاین، مارس تی (۱۳۸۹). *زناشویی درمانی از دیدگاه رفتاری - ارتباطی* (ترجمه سیدحسن پورعابدی نایینی و غلامرضا منشی). تهران: انتشارات رشد.

صائمی، حسین؛ بشارت، محمدعلی؛ و اصغر نژادفرید، علی اصغر (۱۳۹۸). پیش‌بینی سازگاری زناشویی بر اساس صمیمیت زناشویی و دشواری تنظیم هیجان. *مجله علوم روانشناختی*، دوره هجدهم، شماره ۶۸، صص ۶۴۵-۶۳۵.

کامرانی، زینب (۱۳۹۸). *تدوین بسته‌ی آموزشی فراتشخیصی زندگی زوجی و بررسی تأثیر آن بر فرآیندهای رفتاری، هیجانی و شناختی بین زوجی زوج‌های مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان* (دکتری مشاوره)، دانشگاه آزاد بروجرد.

هوشیار، فاطمه؛ افشاری‌نیا، کریم؛ عارفی، مختار؛ کاکابرایی، کیوان؛ و امیری، حسن (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی زوج درمانگری رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر ناگویی طبیعی زوجین سازش‌نا یافته. *مجله علوم روانشناختی*، دوره هجدهم، شماره ۶۸، صص ۷۴۵-۷۳۷.

Allen, E. S., & Baucom, D. H. (2004). Adult attachment and patterns of extradyadic involvement. *Family Process*, 43, 467-488.

Besharat, M. A. (2003). Relation of attachment style with marital conflict. *Psychological Reports*, 92, 1135-1145.

Bell, C.A., Denton, W.H., Martin, G., Coffey, A.D., Hanks, C.O., & Cornwell, C.S. (2018). Learning Emotionally Focused Couple Therapy: Four Clinicians' Perspectives. *Journal of Couple and Relationship Therapy*. 17(1), 61-78.

Brassard, A., Peloquin, K., Dupuy, E., Wright, J., & Shaver, P. R. (2012). Romantic attachment insecurity predicts sexual dissatisfaction in couples seeking marital therapy. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 38, 245-262.

Christensen, A., & Doss, B. D. (2017). Integrative behavioral couple therapy. *Current Opinion in Psychology*, 13, 111-114.

Christensen, A., & Heavey, C. L. (1999). Interventions for couples. *Annual Review of Psychology*, 50(1), 165-190.

Crenshaw, A. O., Christensen, A., Baucom, D. H., Epstein, N. B., & Baucom, B. R. (2017). Revised scoring and improved reliability for the Communication Patterns Questionnaire. *Psychological Assessment*, 29(7), 913.

Dalgleish, T. L., Johnson, S. M., Burgess Moser, M., Lafontaine, M. F., Wiebe, S. A., & Tasca, G. A. (2015). Predicting change in marital satisfaction throughout emotionally focused couple therapy.

نتایج تحقیق رانگبرو همکاران (۲۰۱۸)، ویب و همکاران (۲۰۱۷) و وانهی و همکاران (۲۰۱۶) نیز تأثیر مثبت رویکرد مذکور را بر زوج‌ها تأیید کردند. همچنین این یافته‌ها همسو با تحقیقات دلگلیش و همکاران (۲۰۱۵) است که به بررسی اثربخشی درمان متمرکز بر هیجان بر رضایت زناشویی، دلبستگی ایمن زوجی و اعتماد و مدیریت هیجان پرداختند. این پژوهشگران نتیجه گرفتند درمان این رویکرد بر زوجینی که از ابتدا مشکلات بیشتری دارند مؤثرتر است. اثربخشی این رویکرد را می‌توان از یک سو با بررسی خاستگاه‌های انسان‌گرایانه و سیستمی این درمان و از سوی دیگر تکیه این رویکرد بر نظریه دلبستگی جستجو کرد (جانسون، ۲۰۰۴). از آنجا که یکی از خاستگاه‌های درمان فراتشخیصی رویکرد هیجان‌مدار است و یکی از گام‌هایی که در این رویکرد مورد استفاده قرار می‌گیرد، چارچوب‌دهی مجدد است. چارچوب‌دهی مجدد مشکل در قالب چرخه منفی هیجان‌ات زیربنایی و نیازهای دلبستگی، چرخه به عنوان یک دشمن مشترک و منبع محرومیت و آشفتگی زوج‌ها چارچوب‌دهی می‌شود. چارچوب‌دهی مجدد از طریق درک دیدگاه همسر، تغییر حلقه‌های پاسخ‌دهی هیجانی به همسر و پاسخ‌گویی به نیازهای متناقض می‌تواند به انعطاف‌پذیری روانشناختی بیشتر زوجین منجر شود (ویب و جانسون، ۲۰۱۶). میلر و همکاران (۲۰۱۵) در پژوهش خود اتحاد درمانی را به عنوان عاملی برای موفقیت درمان در نظر گرفته‌اند و نه اثربخشی درمان، بنابراین اثربخشی درمان می‌تواند به عوامل مختلفی مرتبط باشد که سبک دلبستگی یکی از آنها است.

بنابراین، بر اساس یافته‌های پژوهش، آموزش محتوای بسته آموزشی فراتشخیصی زوجی الگوهای توقع‌کناره‌گیری و اجتنابی را کاهش و الگوی رابطه سازنده و پیوند ایمن را در زوجین افزایش می‌دهد. از جمله محدودیت‌های پژوهش این بود که این پژوهش در اصفهان و در ناحیه ۵ آموزش و پرورش شهر اصفهان با روش نمونه‌گیری در دسترس انجام شد که این مسئله تعمیم‌دهی نتایج را به کل جامعه با احتیاط روبه‌رو می‌کند. همچنین به دلیل این که برای این پژوهش پیشینه زوجی یافت نشد، نتایج پژوهش قابل مقایسه با تحقیقات قبلی نبود. در انجام پژوهش‌های آتی با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود جهت روشن‌گشتن رابطه سبک‌های دلبستگی و الگوهای ارتباطی از تحقیقات مدل‌یابی استفاده شود. همچنین پیشنهاد می‌شود جهت بدست آوردن رابطه بهره‌گیری از اثرات آموزش از متغیرهای تعدیل‌کننده بعنوان متغیرهای تعاملی (مانند قومیت و فرهنگ، مذهب، سبک دلبستگی و...) در طرح‌های

- conflict and revival of intimacy in cohabiting couples. *Personal Relationships*, 22(2), 308-334.
- Rathgeber, M., Bürkner, P.-C., Schiller, E.-M., & Holling, H. (2018). The Efficacy of Emotionally Focused Couples Therapy and Behavioral Couples Therapy: A Meta-Analysis. *J Marital Fam Ther.* 45(3):447-463. <https://doi.org/10.1111/jmft.12336>.
- Sacco, W. P., Phares, V. (2001). Partner appraisal and marital satisfaction: the role of self-esteem and depression. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 504-513.
- Sandberg, J. G., Busby, D. M., Johnson, S. M., & Yoshida, K. (2012). The brief accessibility, responsiveness, and engagement (BARE) scale: A tool for measuring attachment behavior in couple relationships. *Family Process*, 51(4), 512-526.
- Sandberg, J. G., Novak, J. R., Davis, S. Y., & Busby, D. M. (2016). The brief accessibility, responsiveness, and engagement scale: A tool for measuring attachment behaviors in clinical couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42(1), 106-122.
- Scheinkman, M. (2017). Vulnerability Cycle in Couple Therapy. *Encyclopedia of Couple and Family Therapy*, Springer International Publishing.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2012). *Attachment anxiety and motivational patterns in close relationships*. New York: Psychology Press.
- Vanhee, G., Lemmens, G. M. D., Moors, A., Hinnekens, C., & Verhofstadt, L. (2016). EFT-C's understanding of couple distress: an overview of evidence from couple and emotion research. *Family therapy*. 40, S24-S44.
- Wiebe, S.A., Johnson, S. M. (2016). A Review of the Research in Emotionally Focused Therapy for Couples. *Family Process*. 55(3), 390-407. doi: 10.1111/famp.12229. Epub 2016 Jun 8.
- Wiebe, S.A., and Johnson, S.M., Burgess Moser, M., Dagleish, T.L., Tasca, G.A. (2017). Predicting Follow-up Outcomes in Emotionally Focused Couple Therapy: The Role of Change in Trust, Relationship-Specific Attachment, and Emotional Engagement. *Marital Family Therapy*. 43(2), 213-226.
- Zimmer-Gembeck, M. J., & Ducat, W. (2010). Positive and negative romantic relationship quality: Age, familiarity, attachment and well-being as correlates of couple agreement and projection. *Journal of Adolescence*, 33(6), 879-890.
- Ditzen, B., Hahlweg, K., Fehm-Wolfsdorf, G., and Baucom, D. (2011). Assisting couples to develop healthy relationships: Effects of couples relationship education on cortisol. *Psychoneuroendocrinology*. 36(5), 597-607.
- Eldridge, K. A., Sevier, M., Jones, J., Atkins, D. C., & Christensen, A. (2007). Demand-withdraw communication in severely distressed, moderately distressed, and nondistressed couples: Rigidity and polarity during relationship and personal problem discussions. *Journal of Family Psychology*, 21, 218-226.
- Epstein, N.B., & Zheng, L. (2017). Cognitive-behavioral couple therapy. *Current Opinion in Psychology*, 13, 142-147.
- Farchione, T.J., Conklin, L. R. & Bullis, J.R. (2017). *Transdiagnostic Approaches to Cognitive Behavioral Therapy for Emotional Disorders*. Online ISBN: 9781118877142, Print ISBN: 9781118876985, Chapter 28. <https://doi.org/10.1002/9781118877142.ch28>
- Gordon, A. M., & Chen, S. (2016). Do you get where I'm coming from? Perceived understanding buffers against the negative impact of conflict on relationship satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(2), 239-260.
- Johnson, S. (2008). *Hold Me Tight: Seven Conversations for a Lifetime of Love*. New York: Little, Brown and Company.
- Johnson, S. (2004). *The practice of Emotionally Focused couple therapy: Creating connection*. Brunner-Routledge, 2nd ed.
- Lesch, E., de Bruin, & K., Anderson, C. (2018). A Pilot Implementation of the Emotionally Focused Couple Therapy Group Psychoeducation Program in a South African Setting. *Journal of Couple and Relationship Therapy*. 17, 1-25.
- Meyers, L. S., Gamst, G., & Guarino, A. J. (2016). *Applied multivariate research: Design and interpretation*. Sage publications.
- Miller, R. B., Bills, S., Kubricht, B., Sandberg, J. G., Bean, R. A., & Ketring, S. A. (2015). Attachment as a predictor of the therapeutic alliance in couple therapy. *The American Journal of Family Therapy*, 43(3), 215-226.
- Newby, J. M., McKinnon, A., Kuyken, W., Gilbody, S., & Dagleish, T. (2015). Systematic review and meta-analysis of transdiagnostic psychological treatments for anxiety and depressive disorders in adulthood. *Clinical Psychology Review*, 40, 91-110.
- Payne, L.A., Ellard, K.K., Farchione, T.J., Fairholme, C.P., & Barlow, D.H. (2014). *Emotional disorders: A unified transdiagnostic protocol*. In D.H. Barlow (Ed.), *Clinical handbook of psychological disorders: A step-by-step treatment manual*. New York: Guilford Press.
- Prager, K. J., Shirvani, F., Poucher, J., Cavallin, G., Truong, M., & Garcia, J. J. (2015). Recovery from