

اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر طلاق عاطفی در زنان متأهل شهر دزفول

فروغ بهرامی پور^۱

دکتر فرح نادری^۲

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر طلاق عاطفی زنان متأهل شهر دزفول بود. طرح پژوهش حاضر آزمایشی، از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل و مرحله پیگیری بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه زنان متأهل شهر دزفول در سال ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بودند که نمونه پژوهش ۳۰ نفر از این زنان بودند که به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب و به دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) گمارده شدند. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه طلاق عاطفی (محمدی و همکاران، ۱۳۹۴)، استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل کواریانس تک متغیره استفاده شد. نتایج نشان داد رویکرد هیجان مدار بر طلاق عاطفی اثربخش است و باعث کاهش طلاق عاطفی در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است ($P < 0/001$). با توجه به نتایج بدست آمده می‌توان نتیجه گرفت که آموزش طرح‌واره درمانی یک درمان مؤثر برای کاهش طلاق عاطفی و به طور کلی بهبود سلامت روان افراد باشد.

کلیدواژگان: طلاق عاطفی، زوج درمانی، هیجان مدار

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

^۱ کارشناسی ارشد مشاوره خانواده

^۲ استاد (پروفسور) دانشگاه آزاد اهواز _دکترای روانشناسی

مقدمه

خانواده را مؤسسه یا نهاد اجتماعی معرفی کرده‌اند که ناشی از پیوند زناشویی زن و مرد است. از جمله مظاهر زندگی اجتماعی انسان، وجود تعامل سالم و سازنده میان انسان‌ها و برقرار بودن عشق به هم‌نوع و ابراز صمیمیت و همدلی به یکدیگر است. خانواده محل ارضای نیازهای مختلف جسمانی و عقلانی و عاطفی است و داشتن آگاهی از نیازهای زیستی و روانی و شناخت چگونگی ارضاء آن‌ها و تجهیز شدن به فن‌های شناخت تمایلات زیستی و روانی ضرورتی انکارناپذیر هست (صالحی، ۱۳۹۷). شکست در برقراری ارتباط یکی از رایج‌ترین مشکلاتی است که از سوی همسران ناراضی ابراز می‌شود. تعاملات و ارتباط‌های نامناسب که زوجین درگیر آن می‌شوند در همان چند سال نخست ازدواج منجر به افزایش پرخاشگری زبانی و بدنی می‌گردد (کاجلین^۱، ۲۰۰۶).

یکی از متغیرهای مهم در زندگی زناشویی طلاق عاطفی^۲ است که وجود آن در زندگی پیامدهای سهمگینی بر پیکره خانواده خواهد داشت. طلاق عاطفی یک مسئله اجتماعی و آسیبی جدی در جامعه امروز است که اگر چه در رشد طلاق در شهرهای بزرگ، با ارقام نگران‌کننده‌ای از حد طبیعی فراتر رفته است. با توجه به اهمیت انکارناپذیر نهاد خانواده در هر جامعه، بررسی چرایی، آسیب‌ها و شرایطی که فرد پس از طلاق تجربه می‌کند، مهم به نظر می‌رسد. پس از وقوع طلاق، زنان در مقایسه با مردان، با تغییرات و چالش‌های مضاعفی در زندگی روبه‌رو خواهند شد. این پیامدها گاه بلافاصله پس از طلاق، و گاه با فاصله زمانی طولانی‌تری بر زندگی فرد تأثیر خواهد گذاشت. در اینجا پس از مروری بر علل طلاق، به این مسئله خواهیم پرداخت که طلاق غیر از متزلزل کردن ساختار فیزیکی و عاطفی نهاد خانواده، چه تأثیرات بیرونی و درونی در زندگی زنان دارد؟ (هرمزی، ۱۳۹۵).

یکی از رویکردهای درمانی مؤثر در بهبود تعارضات و سازگاری زناشویی، زوج‌درمانی هیجان‌مدار^۳ جانسون است. این رویکرد با هدف کمک به زوجها برای سازگاری مناسب با مشکلات جاری و یادگیری روش‌های مؤثر ارتباط است (رستمی، طاهری، عبدی و کرمانی، ۲۰۱۴). تمرکز عمده این رویکرد درمانی بر ماهیت هیجان به عنوان یکی از عوامل تغییر کلیدی و قدرتمند در زوج درمانی است (جانسون^۴، ۲۰۰۴) زوج درمانی هیجان‌مدار، تحت تأثیر درمان‌های سیستمی است؛ چرا که معتقد است مشکلات و تعارضات زناشویی به دلیل الگوها یا چرخه‌های تعاملی بین اعضای خانواده یا زوجین شکل می‌گیرد. همچنین این درمان رویکرد تجربی معتبری در زوج درمانی است که بر پایه نظریه دلبستگی نیز استوار است و بر اساس فهم نیازهای زوجین نسبت به یکدیگر پایه ریزی شده و از جمله

۱. Cauchlin

۲. Emotional Divorce

۳. Emotional focused therapy

۴. Johnson

اهداف درمانی آن ایجاد پیوند امن و قوی در روابط زوجین است (دنتون، ویتنبورن و گلدن^۱، ۲۰۱۲). پژوهش‌های مختلف به اثربخشی زوج‌درمانی متمرکز بر هیجان در بافت زناشویی و خانوادگی و کاهش آشفتگی‌های ارتباطی اشاره کرده‌اند (مک‌کینون و گرینبرگ^۲، ۲۰۱۷). جانسون و همکاران (۱۹۹۹)؛ به نقل از برگز ماسر، جانسون، داگلیش، ویب و تاسکا^۳، ۲۰۱۶) در مروری بر پژوهش‌های درمان متمرکز بر هیجان بهبودی بالاتر از ۰/۸۶ رضایت ارتباطی زوجین را گزارش کردند. نتایج مطالعه ویب، جانسون، برگز ماسر، داگلیش و تاسکا^۴ (۲۰۱۷) نشان داد که درمان متمرکز بر هیجان به زوجین در جهت تسهیل ایجاد پیوندهای دلبستگی ایمن و رشد صمیمیت کمک می‌کند. پژوهش تی و پولسن^۵ (۲۰۱۳) نیز نشان داد که درمان متمرکز بر هیجان در بهبود نحوه ارتباط زوجین با یکدیگر و کاهش تعارض‌های زناشویی و افزایش سازگاری زناشویی اثربخش بوده است.

امروزه در عرصه روان‌شناسی رشد شاهد گسترش اهمیت مفهوم طلاق عاطفی و اثرات آن بر شخصیت و زندگی افراد هستیم. اهمیت و ضرورت این موضوع، زمانی دوچندان می‌گردد که تلاش عمده بر این مهم متمرکز گردیده و علل شیوع طلاق عاطفی در خانواده‌ها، مورد مطالعه قرار گرفته شود. همچنین با توجه به موارد ذکر شده در طرح مسأله، این واقعیت وجود داشته که دیگر نمی‌توان بی‌توجه به شیوع طلاق عاطفی در جامعه باشیم. بنابراین این پژوهش از آنجا که تلاش می‌نماید به شکل علمی، در قالب اثربخشی رویکرد هیجان‌مدار بر طلاق عاطفی، تنظیم هیجان و انسجام خانواده در زنان متأهل شهر دزفول بپردازد. بنابراین این پژوهش، از نظر افزایشی به دانش روان‌شناسی می‌افزاید و در زمینه کاربردی نیز اطلاعات ارزشمندی را در اختیار مشاوران و درمانگرانی که با زوجین کار می‌کنند، می‌گذارد. در راستای این هدف پژوهش حاضر در صدد پاسخگویی به این پرسش اساسی است که آیا اثربخشی رویکرد هیجان‌مدار بر طلاق عاطفی در زنان متأهل شهر دزفول مؤثر است؟

روش

طرح پژوهش آزمایشی، از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. ابتدا از دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل پیش‌آزمون گرفته شد سپس گروه آزمایش در معرض مداخله قرار گرفت و پس از آن از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان متأهل شهر دزفول است که تعداد ۳۰ نفر به صورت نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب و به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. هر گروه ۱۵ نفر بود.

^۱. Denton, Wittenborn & Golden

^۲. McKinnon & Greenberg

^۳. Burgess Moser, Johnson, Dalglish, Wiebe & Tasca

^۴. Wiebe, Johnson, Burgess Moser, Dalglish & Tasca

^۵. Tie & Poulsen

ابزار

پرسشنامه طلاق عاطفی^۱

پرسشنامه طلاق عاطفی، توسط محمدی، جوکار کمال آبادی و گلستانه (۱۳۹۴) طراحی شده است. این مقیاس دارای ۳۶ گویه و دارای ابعاد انتقاد و سرزنش، سکوت و جبهه‌گیری، واکنش عاطفی، آمیزش عاطفی، قدرت و منابع، فقدان و افسردگی و سرخوردگی، زاویه سوم، محدود کردن و مشکلات جنسی می‌باشد. هر کدام از ابعاد دارای ۴ سؤال می‌باشند که با یک مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (هرگز تا همیشه) و هر ماده دارای ارزشی بین ۱ تا ۴ است. با سؤالاتی مانند: (من / همسرم یکدیگر را مقصر اصلی مشکلات زندگی‌مان می‌دانیم) طلاق عاطفی را می‌سنجد. در پژوهش (محمدی و همکاران، ۱۳۹۵) روایی پرسشنامه توسط اساتید و متخصصان این حوزه تأیید شده است. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی پرسشنامه طلاق عاطفی با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۲ به دست آمد.

روش اجرا

در پژوهش حاضر، گروه‌های آزمایش و کنترل به صورت تصادفی گمارش شدند و قبل از مداخله‌های تجربی در مورد گروه‌های آزمایش، ابتدا مرحله پیش‌آزمون با تکمیل پرسشنامه‌های ذکر شده توسط افراد دارای مشکلات زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر دزفول که با نظر مشاور خانواده دارای مشکلات زناشویی تشخیص داده شدند، اجرا گردید. پس از آن برای زوجین گروه‌های آزمایشی جلسات زوج درمانی هیجان محور جانسون توسط پژوهشگر که آموزش دوره‌های مذکور را به صورت تخصصی دریافت کرده است، در محل مرکز مشاوره انجام پذیرفت در حالی که برای گروه کنترل مداخله‌ای صورت نگرفت. اجرای جلسات مداخله زوج درمانی هیجان محور جانسون در ۱۰ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای و به صورت هفته‌ای دو بار اجرا گردید. پس از انجام مداخلات، پس از آزمون از دو گروه گرفته شد. در پایان از همکاری مسئولان مراکز مشاوره و آزمودنی‌های پژوهش تقدیر و تشکر به عمل آمد. سپس داده‌های جمع‌آوری شده مورد تحلیل قرار گرفتند. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری مانند میانگین و انحراف معیار و... استفاده شد. همچنین از آمار استنباطی برای پیش‌فرض‌های استفاده از تحلیل واریانس مانند آزمون لوین و شیب رگرسیون و... لحاظ شد. علاوه بر آن از تحلیل کواریانس تک متغیره برای آزمون فرضیه پژوهش استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS ویرایش ۲۴ استفاده شد. جدول محتوا و ساختار جلسات رویکرد زوج درمانی هیجان مدار جانسون را نشان می‌دهد.

۱. emotional divorce Questionnaire

جدول ۱ محتوا و ساختار جلسات رویکرد زوج درمانی هیجان مدار جانسون

جلسات	محتوا
۱	آشنایی، برقراری اتحاد درمانی میان زوج و درمانگر و ایجاد فضایی امن برای مطرح شدن مشکلات زوج. همچنین، بررسی انگیزه درمان، اهداف درمانی و چگونگی اجرای درمان.
۲	کشف تعامل‌های مشکل دار، ارزیابی مشکل، ردگیری و توصیف چرخه-های تکرارشونده که موجب ماندگاری آشفتگی زناشویی شده، یافتن موانع دلبستگی و آشنایی زوج‌ها با چرخه‌های منفی تعاملی.
۳	روشن کردن تجربه‌های برجسته مربوط به دلبستگی و پذیرش احساسات تصدیق نشده بنیادی، از راه اعتباربخشی، واگوش و انعکاس هیجان‌های ثانویه، گذار از هیجان‌های ثانویه برای دستیابی به هیجان‌های بنیادی اولی
۴	روشن کردن پاسخ‌های هیجانی کلیدی: چارچوب دهی دوباره به مشکل از راه توجه به چرخه منفی تعاملی، هیجان‌های بنیادی و نیازهای دلبستگی با استفاده از روش‌های تشدید تجربه هیجانی، واگوش، افزایش گرایش به ردگیری و رویارویی هیجانی، افزایش پاسخگویی به همسر به این صورت که دوباره مشکل با توجه به احساسات نهفته و نیازهای دلبستگی شکل داده می‌شود و چرخه‌های تعاملی توسط زوج‌ها شناسایی و پذیرفته می‌شوند.
۵	ابراز هیجان‌ها، افزایش شناسایی نیازهای دلبستگی، پذیرش هیجان‌ها، عمق بخشیدن به درگیری با تجربه هیجانی (گسترش و بازسازی تجربه هیجانی) و یکپارچه سازی این عناصر با تعاملات ارتباطی: کمک به زوج‌ها برای افزایش آگاهی، درگیر شدن با هم و پذیرش مالکیت آسیب پذیری‌ها، صدمه‌ها و ترس‌های دلبستگی و کمک به طرف مقابل برای شنیدن و پذیرش آن‌ها.
۶	عمق بخشیدن به درگیری هیجانی، ارتقاء روش‌های تعاملی، تمرکز روی خود نه دیگری، تعریف دوباره دلبستگی (گسترده کردن خود در ارتباط با دیگران): ایجاد و افزایش پذیرش نسبت به تجربه پدیدار شونده هر یک از همسرها توسط دیگری و ابراز پاسخ‌های جدید هیجانی، پذیرش نقش خود

	در رابطه توسط هر یک از همسرها، بیان انتظارات خود از همسر از راه واگوشی تجربه هیجانی به همسر و تسهیل پذیرش فرد توسط همسرش.
۷	بازسازی تعاملها در جهت این که هر یک از زوجها پاسخگوتر باشند: تسهیل ابراز نیازها و خواستهها به شیوه جدید، در نتیجه ایجاد ادراکات تازه از یکدیگر و خلق پیوند ایمن، نرم شدن همسر سرزنشگر، ایجاد رویدادهای دلبستگی مدار و آغاز چرخه جدید تعاملی در روابط همسرها.
۸	بازسازی تعاملها، کشف راه حل‌های جدید برای مشکلات قدیمی: تسهیل کشف راه حل‌های جدید برای مشکلات قدیمی، تعریف دوباره رابطه توسط هر یک از همسرها و ایجاد فضایی امن در روابط همسرها.
۹ ۱۰	تثبیت و تقویت مواضع تازه و چرخه‌های جدید تعاملی، درگیری صمیمانه همسرها با یکدیگر و پذیرش وضعیت‌های جدید تعاملی؛ از راه برجسته کردن چرخه‌های تعاملی مثبت و جدید و مقایسه آن با چرخه ناکارآمد قبلی، افزایش در دسترس بودن، پاسخگو بودن و درگیری هیجانی همسرها نسبت به یکدیگر. ایجاد دلبستگی ایمن، تثبیت و یکپارچه سازی موقعیت‌های تعاملی جدید و خاتمه درمان

یافته‌ها

جدول ۲ میانگین و انحراف معیار طلاق عاطفی در گروه‌های آزمایش و کنترل

کنترل		هیجان مدار (آزمایش)		مرحله	متغیرها
SD	M	SD	M		
۸/۲۱	۵۷/۴۷	۷/۰۹	۵۸/۱۳	پیش آزمون	طلاق
۸/۴۸	۵۷/۲۰	۷/۰۵	۵۰/۰۷	پس آزمون	عاطفی

همان‌طور که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود، میانگین (انحراف معیار) نمره طلاق عاطفی برای گروه آزمایش و کنترل در پیش‌آزمون به ترتیب ۵۸/۱۳ (۷/۰۹) و ۵۷/۴۷ (۸/۲۱) و در پس‌آزمون به ترتیب ۵۰/۰۷ (۷/۰۵) و ۵۷/۲۰ (۸/۴۸) می‌باشد.

با توجه به طرح پژوهشی حاضر از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیری (آنکوا) برای تجزیه نتایج اصلی استفاده شد. در همین راستا ابتدا برای بررسی همگونی واریانس دو گروه در مرحله پس‌آزمون، از آزمون همگونی واریانس‌های لوین استفاده شد. آزمون لوین محاسبه شده در مورد طلاق عاطفی $[F_{(1,28)}=2/07 P=0/157 > 0/05]$ ، به لحاظ آماری معنی‌دار نبود، بنابراین مفروضه همگونی واریانس‌ها

تأیید شد. همچنین مفروضه مهم تحلیل کواریانس یعنی همگونی ضرایب رگرسیون از طریق بررسی اثر تعاملی متغیر مستقل و پیش‌آزمون هر متغیر وابسته بر پس‌آزمون آن انجام شد که نتایج حاکی از معنادار نبودن میزان F در سطح $0/05$ در طلاق عاطفی [$F=0/321$ $P=1/97 > 0/05$] بود. علاوه بر این، جهت بررسی پیش‌فرض توزیع نرمال متغیرهای وابسته از آزمون شاپیرو-ویلک استفاده شد. مطابق نتایج این آزمون توزیع نرمال در متغیرها وجود دارد چرا که Z به دست آمده در سطح $0/05$ معنی‌دار نمی‌باشد. از آنجایی که پیش‌فرض‌های آزمون تحلیل کواریانس محقق شده است. برای بررسی تاثیر زوج درمانی هیجان مدار بر نمره کل طلاق عاطفی از تحلیل کواریانس تک متغیری (آنکوا) استفاده گردید که نتایج آن در جدول ۳ آورده شده است.

جدول ۳ نتایج تحلیل کواریانس تک متغیری نمرات طلاق عاطفی دو گروه با کنترل

پیش‌آزمون

متغیر وابسته	منبع تغییرات	SS	Df	MS	F	سطح معنی داری	اندازه تأثیر
طلاق عاطفی	پیش‌آزمون	۴۲/۸۳	۱	۴۲/۸۳	۲/۷۶	۰/۰۰۱	۰/۶۵۳
	گروه	۵۲/۹۵	۱	۵۲/۹۵	۵/۱۲	۰/۰۰۱	۰/۵۲۳
	خطا	۲۰/۸۲	۲۷	۶/۰۳			
	کل	۲۳/۰۰	۳۰				
		۴۵					

همان‌طوری که در جدول ۳ نشان داده شده است بین گروه‌های آزمایش و کنترل از لحاظ طلاق عاطفی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. به عبارت دیگر، زوج درمانی هیجان مدار با توجه به میانگین طلاق عاطفی گروه آزمایش نسبت به میانگین طلاق عاطفی گروه کنترل، موجب کاهش معنادار طلاق عاطفی در گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر با $0/523$ است، یعنی 52 درصد تفاوت‌های فردی در نمرات طلاق عاطفی مربوط به تأثیر زوج درمانی هیجان مدار است. بنابراین فرضیه پژوهش تأیید شد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر طلاق عاطفی در زنان متأهل بود. یافته‌ها نشان داد با کنترل پیش‌آزمون، بین گروه‌های آزمایش و کنترل از لحاظ طلاق عاطفی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. به عبارت دیگر، زوج درمانی هیجان مدار موجب کاهش معنادار طلاق عاطفی در گروه آزمایش شده است. این یافته با پژوهش‌های اصغری و همکاران (۱۳۹۷)، عسگری و همکاران

(۱۳۹۷)، علوی لواسانی و همکاران (۱۳۹۶)، سلیمانی احمدی و همکاران (۲۰۱۲) همسو و هماهنگ می‌باشد. در تبیین این فرضیه از پژوهش باید گفت رویکرد هیجان مدار باعث کاهش طلاق عاطفی در زنان می‌شود به عبارتی می‌توان گفت، رویکرد هیجان مدار باعث کاهش طلاق عاطفی در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است. در تبیین نتایج می‌توان گفت زوجینی که مشکلاتی در زندگی دارند، به مراتب ارتباط کمتری در زندگی زناشویی تجربه می‌کنند، آن‌ها نسبت به هم بیگانه می‌شوند و به مراتب از هم فاصله می‌گیرند. کاهش بروز هیجان در زندگی آن‌ها منجر به فاصله از هم و صدمه در دلبستگی آن‌ها نسبت به شریک زندگی خود می‌شود. الگوهای ارتباطی آن‌ها کاهش می‌یابد، به مراتب افزایش انتظارات غیرواقعی بینانه از هم افزایش تعارضات و کاهش رضایت‌مندی زناشویی را به دنبال داشته و باعث عدم خشنودی در زندگی گردد و نهایتاً منجر به طلاق عاطفی می‌شود. نظر به تأکید رویکرد متمرکز بر هیجان براهمیت پیوندهای هیجانی، این رویکرد در مورد برون‌ریزی نیازهای نگفته شده تدابیر ویژه‌ای دارد. لذا زمانی که زوجین علاوه بر تعارض زناشویی به نشانگانی همچون نگرش‌های منفی همچون طلاق عاطفی نیز دچار باشد، مداخلات درمان هیجان‌مدار در هر دو زمینه مفید واقع می‌شود. یکی از نگرانی‌های شدیدی که زوجین آشفته‌ی دارای علائم طلاق عاطفی گزارش می‌دهند این است که عشق در رابطه‌ی آنها از بین رفته است یا حداقل هیجان‌ات مثبت را نسبت به همسرانشان تجربه می‌کنند، در درمان متمرکز بر هیجان برای کمک به زوج‌ها، ضمن آگاهی دادن به آنها مبنی بر اینکه نداشتن احساس عشق، بخش طبیعی طلاق عاطفی می‌باشد، در روند درمان به آنها کمک می‌شود تا با برآورده کردن نیازهای روانشناختی یکدیگر به حمایت، امنیت، مشارکت، دلجویی و صمیمیت جنسی، کارکردهای زوجی خود را بهبود ببخشند. انتظار می‌رود در روند افزایش تجارب مثبت زوجین با یکدیگر، احساسات مثبت نیز به رابطه‌ی آنها برگردد. همچنین امید آنها به داشتن تعاملات مثبت در آینده افزایش یافته و خاطرات مثبت گذشته را نیز راحت‌تر به یاد می‌آورند (جانسون، ۲۰۰۸). زن و شوهر اگر چه ممکن است با هم بودن را مانند گروه اجتماعی ادامه دهند، اما جاذبه و اعتماد آنها نسبت به یکدیگر از بین رفته است. طلاق عاطفی به سردی رابطه میان زن و شوهر گفته می‌شود در واقع در این رابطه ضعف ارتباط عاطفی زن و شوهر منجر می‌شود به سردی تمامی روابطی که یک زوج می‌توانند با هم داشته باشند مانند رابطه روحی، جسمی، عاطفی و حتی گفتاری. وجود این مشکل در یک رابطه باعث بی‌مهری و کم شدن انرژی مثبت در خانواده می‌شود زوج‌ها در بیگانگی دنیای یکدیگر گم شده‌اند و فقط برای هم حکم یک هم‌خانه یا یک مصاحب که به او عادت کرده‌اند را دارند. این افراد با فاصله‌ای که از لحاظ روحی و جسمی با یکدیگر دارند خط قرمزهایی را برای همدیگر مشخص کرده‌اند و هرکدام در خلوت خود دیگری را متهم می‌کند. هیچ آمار دقیقی از میزان وجود طلاق عاطفی در دست نیست ولی می‌توان به جرات گفت آمار طلاق عاطفی در کشور ما از طلاق قانونی بیشتر است (اشرفی، ۱۳۹۲). از آنجا که طلاق عاطفی معمولاً از شکایت و گله‌گذاری زوج‌ها نسبت به

هم شروع می‌شود. انتظاراتی که گفته می‌شود ولی برآورده نمی‌شود در واقع نیازهای دو طرف از یکدیگر تأمین نمی‌شود و از سویی رویکردهای هیجان مدار راه حلی برای کاهش اختلافات زناشویی و بهبود روابط زوجین می‌شود و همسو با پژوهش اصغری و همکاران (۱۳۹۷)، می‌توان گفت رویکرد هیجان مدار باعث کاهش طلاق عاطفی در زنان می‌شود.

بدون شک هر پژوهشی با محدودیت‌هایی روبرو است که این محدودیت‌ها روی نتایج اثر منفی دارند به همین دلیل توجه به این محدودیت‌ها به پژوهشگران دیگر کمک کند تا با شناخت دقیق‌تری کار خود را انجام دهند و تحقیق حاضر نیز با محدودیت‌های روبرو بوده که به آنها اشاره می‌شود: محدود بودن جامعه‌ی آماری به زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ی شهر دزفول امکان تعمیم نتایج به سایر مناطق را با محدودیت مواجه می‌کند. توجه به اینکه نمونه مورد پژوهش در مطالعه حاضر، زنان متأهل دارای مشکلات زناشویی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و روان‌شناسی شهر دزفول بودند، لذا تعمیم نتایج به گروه‌های دیگر باید با احتیاط صورت گیرد. به دلیل اینکه شیوه ارزیابی به صورت پرسشنامه ای انجام شد، محدودیت‌هایی در استفاده از افراد بی‌سواد در پژوهش به وجود آمد به این دلیل نمی‌توان نتایج را به همه اقشار تعمیم داد.

پیشنهاد می‌شود اثرات مثبت دیگر رویکرد هیجان مدار در زندگی زنان متأهل در کاهش طلاق عاطفی مورد شناسایی قرار گیرند. با توجه به اثر بخشی رویکرد درمانی هیجان مدار بر طلاق عاطفی پیشنهاد می‌شود این روش‌های درمانی به مشاوران و متخصصانی که در زمینه‌ی خانواده و ازدواج مشغول به فعالیت هستند آموزش داده شود.

منابع

- ≠ اشرفی، فریفته. (۱۳۹۲). بررسی جامعه شناختی طلاق عاطفی (مطالعه موردی منطقه ۶ تهران). پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم و تحقیقات تهران.
- ≠ جانسون، سوزان (۲۰۰۴). زوج درمانی هیجان مدار، درمان گام به گام جراحات‌های عاطفی. ترجمه حسینی، بیتا، ۱۳۹۳؛ چاپ دوم، تهران: انتشارات جنگل.
- ≠ صالحی، سمیرا (۱۳۹۷). بررسی رابطه بین هماهنگی کار- خانواده، هوش هیجانی و ادراک همسر با رضایت زناشویی در افراد دارای مشاغل آزاد. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- ≠ عسگری، فرهاد؛ عیسی پو هفت خانی، خدیجه و قاسمی جونبه، رضا (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر فرسودگی زناشویی و طلاق عاطفی زنان متقاضی طلاق. فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۷(۱)، ۱۴-۲۱.
- ≠ علوی لواسانی، اکرم السادات و احمدی طهور سلطانی، محسن (۱۳۹۶). همبستگی بد رفتاری در کودکی با طلاق عاطفی: نقش واسطه‌ای سبک‌های دلبستگی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان. نشریه مدیریت ارتقای سلامت، ۷(۲)، ۴۹-۵۷.
- ≠ هرمزی، مریم (۱۳۹۵). مقایسه رضایت زناشویی، طلاق عاطفی و تعهد مذهبی در میان پرستاران و کارمندان بیمارستان نفت شهر اهواز. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- ≠ Aneesa, A., Najma, I. M., & Noreen, A. K. (2013). Family communication and family system as the predictors of family satisfaction in adolescents. *Journal of Psychology*; 10(6): 258- 264.
- ≠ Burgess Moser, M., Johnson, S. M., Dalglish, T. L., Lafontaine, M. F., Wiebe, S. A., & Tasca, G. A. (2016). Changes in relationship-specific attachment in emotionally focused couple therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42(2), 231-245.
- ≠ Cuperman, O. S. Lckes, T. (2009). The effect of religiousness on marital satisfaction: testing the mediator role marital problem solving between religiousness and marital satisfaction relationship. *Contemporary Family Therapy*, 27, 1, 123-136.
- ≠ Denton, W. H., Wittenborn, A. K., & Golden, R. N. (2012). Augmenting antidepressant medication treatment of depressed women with emotionally focused therapy for couples: A randomized pilot study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38 (s1), 23-38.
- ≠ Johnson, S. (2011). *Hold Me Tight: Your Guide to the Most Successful Approach to Building Loving Relationships*. Piatkus Books.

- ≠ Johnson, S. M., & Greenman, P. S. (2006). The path of Secure Bond: emotionally focused therapy. *Journal of Clinical Psychology: IN Session*, 62(5), 597-609.
- ≠ Kingston, J., Clarke, S., & Remington, B. (2010). Experiential avoidance and problem behavior: A meditational analysis. *Behavior Modification*, 34(2), 145-163.
- ≠ McKinnon, J. M., & Greenberg, L. S. (2017). Vulnerable emotional expression in emotion focused couples therapy: Relating interactional processes to outcome. *Journal of marital and family therapy*, 43(2), 198-212.
- ≠ Tie, S., & Poulsen, S. (2013). Emotionally focused couple therapy with couples facing terminal illness. *Contemporary Family Therapy*, 35(3), 557-567.
- ≠ Tie, S., & Poulsen, S. (2013). Emotionally focused couple therapy with couples facing terminal illness. *Contemporary Family Therapy*, 35(3), 557-567.
- ≠ Wiebe, S. A., Johnson, S. M., Burgess Moser, M., Dalgleish, 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. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(2), 213-226.
- ≠ Wiebe, S. A., Johnson, S.M., Burgess Moser, M., Dalgleish, T. L., Tasca, G. A. (2016). Predicting Follow-up Outcomes in Emotionally Focused Couples Therapy: The Role of Change in Trust, Relationship-Specific Attachment, and Emotional Engagement. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(2), 213-226.

