



Print ISSN: 2251-6654  
Online ISSN: 2588-3542



## Journal of Family Counseling and Psychotherapy

Volume 12, Issue 1 , August 2022

[dori.net/dor/20.1001.1.22516654.1401.12.1.9.4](http://dori.net/dor/20.1001.1.22516654.1401.12.1.9.4)

### Effectiveness of Johnson Model Couple's Enrichment Training Program on Attachment Behavior and Sexual Dissatisfaction in Maladapted Couples

Received: 3 - 6 - 2022

Accepted: 26 - 8 - 2022

- Marzieh Zolfaghari Kahkesh** Ph.D. student, Department of Counseling, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran.
- Masoud Shahbazi** Assistant Professor, Department of Counseling, Masjed Soleiman Branch, Islamic Azad University, Masjed Soleiman, Iran.  
[Masoudshahbazi66@yahoo.com](mailto:Masoudshahbazi66@yahoo.com)
- Amin Koraei** Assistant Professor, Department of Counseling, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran.
- Seyedeh Zahra Alavi** Assistant Professor, Department of Psychology, Susangerd Branch, Islamic Azad University, Susangerd, Iran.

#### Abstract

**Background:** Researchers have found severe marital conflicts to be related to lower health and various diseases such as cancer, cardio, and chronic pains and concluded that marital maladjustment can bring about psychological and physical vulnerabilities among couples. The main focus of Johnson's Model of Couple's Enrichment Training Program is on understanding love, needs, and emotions, examining and controlling couples' negative patterns, and developing positive, loving bonds. **Objective:** The current research aimed to examine the effectiveness of the Johnson model couple's enrichment training program on attachment behaviors and sexual dissatisfaction in maladapted couples referred to counseling centers in Ahvaz. **Method:** The research design was experimental with pre-test-post-test-follow-up and control group. The research population was all maladjusted couples who were referred to counseling centers in Ahvaz among whom 30 couples were recruited using the available sampling method and randomly assigned to experimental and control groups (15 couples in each group). The experimental group received 8 120-minute long sessions of enriching the relationships of Johnson couples. The instruments for collecting the data were the Scale of Couples 'Attachment Behaviours (Sandberg et al, 2012) and the Women's Sexual Satisfaction Scale (Meston, Trapnell, 2005). Data were analyzed by multivariate and univariate analysis of covariance. **Findings:** The results showed that there were significant differences between the experimental and control groups in terms of attachment behaviors (accessibility, responsiveness, and engagement) and sexual dissatisfaction. This effectiveness was continuing in the 3-month follow-up. **Conclusion:** The Johnson Model Couple Enrichment (HMT) training program improves access to and reprocessing of core emotional responses in couples' interactions. This process leads to the development of safer attachment styles, a different pattern of couples' interaction, couples' empathy for each other's experiences, and the development of new interaction patterns.

**Keywords:** Johnson model couple enrichment, attachment behavior, sexual dissatisfaction, maladapted couples



## Introduction

Researchers have found severe marital conflicts to be related to lower health and various diseases such as cancer, cardio, and chronic pains and concluded that marital maladjustment can bring about psychological and physical vulnerabilities among couples (Frye-Cox, Ganong, Jensen, & Coleman, 2021). Accordingly, pathological studies that examine maladjusted marriages have shown attachment behaviors (Adlparvar, Safaeirad, Erfani, & Jadidi, 2022), and sexual dissatisfaction (Sheikhan, Ozgoli, Zahiroddin, Khodakarami & Nasiri (2019) are among the important factors that cause the occurrence and increase of incompatibility among couples. Although many researchers have addressed attachment style as a mental process, recent research has focused more on attachment behaviors than attachment styles because it provides a better description and understanding of the behaviors that occur between spouses (Ferdosi, 2019; Hashemi Golpayegani & Yazdi, 2021; Ghashang et al. 2022). Attachment behaviors are characterized by being accessible, responsive, and engaged, which facilitate a sense of security in relationships (Sandberg et al. 2012). This feeling of security leads to more self-confidence and happier and more satisfying relationships. On the contrary, lower levels of accessibility, responsiveness, and engagement are associated with less trust, less happy and supportive relationships, and more marital conflict (Hashemi Golpayegani & Yazdi, 2021).

Attachment behaviors are flexible strategies and provide potential points for intervention. Secure attachment behaviors can be a buffer against other relationship problems. By engaging in secure attachment behaviors, including being accessible and responsive, couples can provide a kind of "safe haven" for themselves, comforting and protecting each other during difficult times, and helping each other grow and flourish (Lecompte, Robins, King, & et al, 2021). In this regard, Kiani & Mohamadirazi (2019) reported that the presence of attachment behaviors in spouses can predict marital satisfaction and, as a result, less marital maladjustment.

In addition, one of the important dimensions of marital life, whose quality is often neglected, is sex. The level of satisfaction with sexual relations and the ability of a person to create mutual pleasure is called sexual satisfaction (Freihart, Stephenson, Williams, & et al, 2021). Sexual pleasure is one of the most important pleasures that a person enjoys throughout his life and makes the hardships of life and problems between couples bearable (Allsop, Leavitt, Saxey & et al, 2021). For this reason, researchers believe

---



that satisfaction from a marital relationship always depends on satisfaction from the sexual relationship (Soleimani, A. A., Najafi, M., Ahmadi, 2015; Esmaeili, Daraei, & Shafiee, 2022). Following the occurrence of conflicts, the desire of each couple to pay attention and love and express positive emotions to each other decreases, and the feeling of intimacy, being accepted, and mutual pleasure, which can strengthen sexual desire, is weakened, and the desire to have sex with their life partner will decrease. Few and unpleasant sexes are the source of conflicts in incompatible couples (Esmaeili et al, 2022).

For this purpose, researchers and therapists have usually prepared relationship education programs to help couples to strengthen relationships that are not troubled and to prevent distress in them. One of these programs is the "Hold Me Tight" educational program, which is designed based on Johnson's couple compatibility enrichment model (Johnson, 2019). During the past few decades, various approaches to couple therapy and family therapy have been created to reduce conflicts and communication disturbances between couples, one of them is the enrichment of couples' adjustment training program which is based on Johnson's model of couples' adjustment enrichment.

The purpose of this educational program is to enrich couples' relationships in understanding love, needs, and emotions, checking and controlling negative patterns of couples, and forming positive romantic bonds. By creating seven conversations, this educational program helps couples to get out of the negative patterns of their relationships and be able to communicate with each other in harmony and open, responsive, and emotional partnership and care. The HMT educational program is the first relationship education program that is based on a fully conceptualized and researched theory, that is, the attachment theory. The purpose of this program is to increase relationship satisfaction or reduce the level of distress to the average level of couples. Also, it should be noted that this program is not designed to deal with serious problems of husband and wife, such as permanent challenges or severe mental disorders, and therefore, as a prevention course or a relationship enrichment course to increase the quality and adaptability of severely damaged relationships (Olson, 2019). In their research, Burgess Moser Johnson, Dalglish, & et al. (2016) by examining the change in relationships, especially attachment in emotion-oriented couple therapy, showed that



the avoidant attachment of couples decreased significantly and the couples who were blaming became softer, and the anxious attachment also decreased significantly, as well as the tendency of couples towards attachment patterns increased. Therefore, the current research aimed to answer the following hypotheses.

The first hypothesis: Johnson's model of relationship enrichment training program has an effect on attachment behavior in incompatible couples referring to counseling centers in Ahvaz.

The second hypothesis: Johnson's model of relationship enrichment training program has an effect on sexual dissatisfaction in incompatible couples referring to Ahvaz.

## Methodology

The research design was a quasi-experimental pre-test-post-test-follow-up with the control group. The study population was all incompatible couples who were referred to counseling centers in Ahvaz. The research sample consisted of 30 couples who were selected by available sampling and randomly assigned to experimental and control groups (15 couples in each group). The members of the experimental group were trained in enriching the relationships of Johnson couples in 8 sessions of 120 minutes. This emotion-based group couple therapy package includes 'Hug Me Tight' (Johnson, 2008), a handbook, and 4 hours of instructional videos. Data collection tools included the Scale of Couples 'Attachment Behaviors' (Sandberg et al, 2012) and the Women's Sexual Satisfaction Scale (Meston & Trapnell, 2005). Data were analyzed by multivariate and univariate analysis of covariance.

## Instruments

**Brief Accessibility, Responsiveness, and Engagement Scale (BARE):** Attachment behaviors were measured by the Brief Accessibility, Responsiveness, and Engagement Scale (BARE), which was created to provide "a brief self-report measure that can assess key attachment system behaviors" within couple relationships (Sandberg et al, 2012). A latent construct was fit, measured by the three sub-scales of the Brief Accessibility, Responsiveness, and Engagement Scale, for men and women. Each subscale includes two questions, which were averaged and subsequently used as indicators of the latent



construct. Participants responded on a 5-point Likert scale from 1 (Never True) to 5 (Always True) to such items as “It is hard for my partner to get my attention” (accessibility), “I listen when my partner shares her/his deepest feelings” (responsiveness), and “It is hard for me to confide in my partner”(engagement). Responses were scored (or reverse scored) so that higher scores indicated more secure attachment behaviors. In previous research, the BARE is reliable and valid, with Cronbach’s alphas ranging from .66 to .85 and test–retest scores ranging from .60 to .75 on all six subscales (Sandberg et al, 2012). In the current sample, Cronbach’s alpha for men was .62 (accessibility), .56 (responsiveness), and .75 (engagement). For women, Cronbach’s alpha was .75 (accessibility), .53 (responsiveness), and .71 (engagement).

**Sexual satisfaction scale:** Sexual satisfaction was assessed with the Sexual Satisfaction Scale (Meston & Trapnell, 2005). The SSS measures satisfaction with one’s sexual function and sexual relationship across five domains: contentment with one’s sexuality overall, compatibility with sexual partner(s), communication with sexual partner(s), distress about how sexual problems impact the relationship (relational concerns), and distress about how sexual problems impact the individual personally (personal concerns). Higher scores reflect better sexual well-being (for the two distress scales, higher scores indicate lower distress). The SSS has been validated for use in both men and women (Meston & Trapnell, 2005).

## Results and discussion

The results showed that there was a significant difference between the experimental and control groups in terms of attachment behaviors (accessibility, responsiveness, and engagement) and sexual dissatisfaction. In other words, the Johnson Couples Enrichment Relationships training program significantly improved attachment behaviors (accessibility, responsiveness, and engagement) and sexual dissatisfaction of the experimental couple. Also, these results lasted up to a follow-up of 3 months.

The results showed that marital self-disclosure (especially sexual and imbalance of self-disclosure), spiritual well-being (especially religious well-being), and emotional forgiveness played a significant role in predicting couples' group membership and without Internet infidelity, respectively. That is, these variables predicted the membership of individuals in



the two groups ( $P$  value=0.01). It can be argued that self-disclosure to one's spouse, especially sexual self-disclosure and self-disclosure about life's adversity (imbalance) causes couples to disclose themselves to their spouse instead of exposing themselves on the Internet to a person of the opposite sex or internet infidelity. Regarding the role of spiritual well-being, especially religious well-being, it can be argued that this result can be justified due to the religious nature of Iranian society. Therefore, having spiritual health and positive communication with God, oneself, and others in married life can reduce online infidelity. It can also be argued that emotional forgiveness may have played a role in the diagnosis of infidelity, which leads to a decrease in the couple's negative emotions toward each other during the negative relationship.

One of the limitations of this study was that there was no cut-off point for the internet infidelity scale. This can play a role in the results, especially in reporting the prevalence of internet infidelity. Another limitation of this research is the research sample; the sample of the present study was couples under 40 years old and the generalization of the results to couples up to 40 years old has the necessary caution. Due to the correlational design of this research, it is suggested that in the next research, comparative research be conducted by examining the factors of internet infidelity and its consequences. The other limitation was the inconsistency of the research sample; in this study, couples during their wedding time participated in the study. Living together can affect results. Therefore, it is recommended that future studies choose a sample from a married couple or a couple during the wedding. The Johnson Model Couple Enrichment (HMT) training program improves access to and reprocessing of core emotional responses in couples' interactions. This process leads to the development of safer attachment styles, a different pattern of couples' interaction, couples' empathy for each other's experiences, and the development of new interaction patterns. This approach states that there is an interaction between couples' interaction and internal emotional experience, especially that chaotic relationships resulting from insecure attachment styles. The presentation of emotion-focused couple therapy, its concepts, theoretical roots, and therapeutic steps in the treatment of couple relationships are presented, which Johnson (2008) has well described, an approach that systematically and purposefully uses attachment theory as a guide to intervention in Adult relationship design is used for emotion-focused therapy. Couple therapy focused on emotion is a combination of systemic and experimental approaches and is considered an "emotion-oriented" therapy



(Johnson, 2008). The goal of emotional therapy is to process and reorganize interactions to create a secure connection and a sense of secure connection (Rathgeber et al, 2019). Emotion-based couple therapy is one of the approaches to couple therapy in which it emphasizes the key role and importance of emotion and the relationship and behaviors arising from emotions in organizing interactive patterns. This approach states that there is an interaction between couples' interaction and internal emotional experience, especially that chaotic relationships resulting from insecure attachment styles. This process leads to the development of safer attachment styles, a different pattern of couples' interaction, couples' empathy for each other's experiences, and the development of new interaction patterns. Sexual satisfaction has an important role in health, sense of well-being, well-being, and quality of life, and one of the most important factors of happiness in married life is having enjoyable sex. Emotional strategies for regulating needs seem to be associated with attachment styles and are effective in trying to negotiate sex and satisfy sex; In other words, in the process of intervention, couples change by focusing on positive structural emotions and training to express unsatisfied needs and negative emotions, without being attacked by the spouse. This is best explained when sexual dissatisfaction in a couple's relationship with complaining, grumbling, blaming, blaming, and blaming each other becomes apparent, and this area of the relationship is severely threatening attachment. For couples, sexual intercourse is something beyond sexual contact, and it is a means to achieve harmony and joint activity and to create positive emotions and attachments (Honar Parvaran, Tabrizi, Navabi Nezhad, & Shafi Abadi, 2010).

## Conclusions

Overall, the results suggest that Johnson Model Couple Enrichment (HMT) training program is effective in attachment behaviors (accessibility, responsiveness, and engagement) and sexual dissatisfaction of the experimental couple. Therefore, it can be said that this method of therapy can help a couple improve their problems through this treatment model.

## Ethical Consideration

The couples provided informed consent following the procedures outlined by the institutional review board; they were informed that they could withdraw from the experiment at any time. The control group received the intervention after the termination of the research.

## Funding



This research did not receive any specific grant.

#### **Acknowledgment**

The authors of this article sincerely thank all the participants in the research who provided the ground for the research.

#### **Conflict of Interests**

There is no conflict of interest between the authors.

#### **References**

- Adlparvar, E., Safaeirad, I., Erfani, N., & Jadidi, H. (2022). Modeling marital conflict based on attachment styles: The mediating role of early maladaptive schema domains in women on the verge of divorce. *medical journal of mashhad university of medical sciences*, 65(1), 203-217. <https://doi.org/10.22038/mjms.2022.63383.3715>
- Allsop, D. B., Leavitt, C. E., Saxey, M. T., Timmons, J. E., Carroll, J. S. (2021). Applying the developmental model of marital competence to sexual satisfaction: Associations between conflict resolution quality, forgiveness, attachment, and sexual satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(4), 1216-1237. <https://doi.org/10.1177/0265407520984853>
- Burgess Moser, M., Johnson, S. M., Dagleish, 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. <http://dx.doi.org/10.1111/jmft.12139>
- Esmaeili, M., Daraei, Z., Shafiee, F. S. (2022). Predicting marital commitment based on family communication patterns, sexual satisfaction, and marital intimacy in satellite employees. *Scientific Journal of the Psychology of Work*, 1, 57-66. <https://doi.org/10.30473/jpsy.2022.8886> [Persian]
- Ferdosi, S. (2019). The prediction of attitudes toward infidelity based on attachment behavior in couple relationships, marital quality relationships, and attachment styles in married women. *Contemporary Psychology, Biannual Journal of the Iranian Psychological Association*, 13(2), 149-157. <http://dx.doi.org/10.29252/bjcp.13.2.149> [Persian]





- Freihart, B. K., Stephenson, K. R., Williams, P. B., Meston, C. M. (2021) Sexual satisfaction and gender differences. In: Maggino F. (eds) *Encyclopedia of quality of life and well-being research*. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-69909-7\\_4028-2](https://doi.org/10.1007/978-3-319-69909-7_4028-2)
- Frye-Cox, N., Ganong, L., Jensen, T., & Coleman, M. (2021). Marital conflict and health: The moderating roles of emotion regulation and marriage order. *Journal of Divorce & Remarriage*. Advanced online publication. <https://doi.org/10.1080/10502556.2021.1925853>
- Ghashang, N., Mazaheri Tehrani, M., Fata, L., Mootabi, F., Heidari, M., & Bigam, Z. (2022). Psychometric properties of (BARE) scale: A systematic review protocol. *Iranian Journal of Health Psychology*, 5(2), 9-16. <https://doi.org/10.30473/ijohp.2022.57700.1167> [Persian]
- Hashemi Golpayegani, F., Yazdi, S. M. (2021). Psychometric properties of Attachment Behaviors Scale in Iranian married people. *The Journal of Women and Family Studies*, 9(2), 127-147. *Doi: 10.22051/JWFS.2021.21681.2598*
- Johnson, S. M. (2008). The contribution of emotionally focused therapy. *Journal of Contempt Psychotherapy*, 37, 41-52. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10879-006-9034-9>
- Johnson, S. M. (2019). *Attachment theory in practice: Emotionally Focused Therapy (EFT) with individuals, couples, and families*. New York: Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/doi/10.4324/9781351168366>
- Kiani, A., Mohamadirazi, M. (2019). Predict marital satisfaction based on adverse childhood experiences, attachment behaviors, exchange patterns, and perceptions of parental marriage in couples. *Family & Sexual Health*, 1, 51-61. <https://doi.org/10.52547/Fsh.1.1.51> [Persian]
- Lecompte, V., Robins, S., King, L., Solomonova, E., Khan, N., Moss, E. (2021). Examining the role of mother-child interactions and DNA methylation of the oxytocin receptor gene in understanding child-controlling attachment behaviors. *Attachment & Human Development*, 23, 35-55. <https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1708422>
- Meston, C., Trapnell, P. (2005). Development and validation of a five-factor sexual satisfaction and distress scale for women: The Sexual Satisfaction Scale for Women (SSS-W). *The Journal of Sexual Medicine*, 2(1), 66-78. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2005.20107.x>



- Olson, D. H. (2019) PREPARE/ENRICH. In: Lebow, J. L., Chambers, A. L., Breunlin, D. C. (eds). *Encyclopedia of couple and family therapy*. New York: Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8\\_402](https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8_402)
- Rathgeber, M., Bürkner, P. C., Schiller, E. M., Holling, H. (2019). The efficacy of emotionally focused couples therapy and behavioral couple therapy: A meta-analysis. *Journal of Marital and family therapy*, 45(3), 447-463. <https://doi.org/10.1111/jmft.12336>
- 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. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2012.01422.x>
- Honar Parvaran, N., Tabrizi, M., Navabi Nezhad, Sh., & Shafi Abadi, A. (2010). Efficacy of emotion-focused couple therapy training concerning increasing sexual satisfaction among couples. *Journal of Thought & Behavior in Clinical Psychology*, 4(15), 59-70. <https://www.magiran.com/paper/759342>
- Sheikhan, Z., Ozgoli, G., Zahiroddin, A., Khodakarami, N., Nasiri, M. (2019). The relationship of marital quality and sexual satisfaction with marital status in Iranian women: A path model. *International Journal of Applied Behavioral Sciences*, 5, 31-40. <https://doi.org/10.22037/ijabs.v5i1.21870>
- Soleimani, E., Tanha, Z., Malekirad, A., Kordestani, D. (2021). The role of life skills, sexual satisfaction, and love story in predicting marital conflicts of couples. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 64(4). <https://doi.org/10.22038/mjms.2021.20115> [Persian]





Print ISSN: 2251-6654  
Online ISSN: 2588-3542



## Journal of Family Counseling and Psychotherapy

Volume 12, Issue 1, August 2022

[dori.net/dor/20.1001.1.22516654.1401.12.1.9.4](http://dori.net/dor/20.1001.1.22516654.1401.12.1.9.4)

### تأثیر برنامه آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون بر رفتارهای دل‌بستگی و ناخشنودی جنسی زوجین ناسازگار

پذیرش: ۱۴۰۱-۰۶-۰۴

دریافت: ۱۴۰۱-۰۳-۱۳

مرضیه ذوالفقاری کاهکش  
مسعود شهبازی  
امین کرای  
سیده زهرا علوی

دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.  
استادیار، گروه مشاوره، واحد مسجدسلیمان، دانشگاه آزاد اسلامی، مسجدسلیمان، ایران.  
[Masoudshahbazi66@yahoo.com](mailto:Masoudshahbazi66@yahoo.com)  
استادیار، گروه مشاوره، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.  
استادیار، گروه روانشناسی، واحد سوسنگرد، دانشگاه آزاد اسلامی، سوسنگرد، ایران.

#### چکیده

پژوهشگران، تعارضات زناشویی شدید را با سلامت پایین‌تر و گونه‌های بیماری‌ها مانند سرطان، قلبی و دردهای مزمن مرتبط دانسته‌اند و نتیجه گرفته‌اند که ناسازگاری زناشویی می‌تواند بنیادی برای آسیب‌پذیری‌های روان‌شناختی و بدنی زوجین ایجاد کند. هدف این پژوهش بررسی اثربخشی برنامه آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون بر رفتارهای دل‌بستگی و ناخشنودی جنسی زوجین ناسازگار بود. طرح پژوهش، کارآزمایی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون - پیگیری با گروه گواه بود. جامعه پژوهش، همه زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهرستان اهواز بود که از این میان ۳۰ زوج با روش نمونه‌گیری در دسترس، گزینش و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. گروه آزمایش تحت آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون در ۸ جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای قرار گرفتند. ابزارهای استفاده‌شده در این پژوهش دربرگیرنده مقیاس سنجش رفتارهای دل‌بستگی در زوجین (Sandberg et al, 2012) و مقیاس خوشنودی جنسی زنان (Meston, Trapnell, 2005) بود. داده‌ها با روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری و تک‌متغیری تحلیل شد. برآیندها نشان داد که میان گروه آزمایش و گواه از نظر رفتارهای دل‌بستگی (در دسترس بودن، پاسخگو بودن و درگیر بودن) و ناخشنودی جنسی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. این اثربخشی تا مرحله پیگیری ۳ ماهه نیز ماندگاری داشته است. برنامه آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون مایه بهبود دسترسی و پردازش دوباره واکنش‌های هیجانی اساسی در تعاملات زوجها می‌شود. این فرایند به گسترش شیوه‌های دل‌بستگی امن‌تر، الگوی متفاوت همکنش زوجها، همدلی زوجها نسبت به تجارب یکدیگر و فراهم کردن الگوهای همکنشی تازه منتهی می‌شود.

**کلیدواژه‌ها:** برنامه آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون، رفتارهای دل‌بستگی، ناخشنودی جنسی، زوجین

ناسازگار



## مقدمه

پژوهشگران، تعارضات زناشویی شدید را با سلامت پایین تر و انواع بیماری‌هایی مانند سرطان، قلبی و دردهای مزمن مرتبط دانسته‌اند و نتیجه گرفته‌اند که ناسازگاری زناشویی می‌تواند مبنایی برای آسیب‌پذیری‌های روان‌شناختی و بدنی زوجین ایجاد کند (Frye-Cox, Ganong, Jensen, & Coleman, 2021). بر همین بنیاد، پژوهش‌های آسیب‌شناختی که به بررسی ازدواج‌های ناسازگار می‌پردازند نشان داده‌اند که رفتارهای دل‌بستگی<sup>۱</sup> (Adlparvar, Sheikhan, Ozgoli, Zahiroddin, Khodakarami & Nasiri (2019)<sup>۲</sup> و ناخشنودی جنسی<sup>۳</sup> (Safaeirad, Erfani, & Jadidi, 2022). از جمله عوامل مهمی هستند که مایه بروز و افزایش ناسازگاری در میان زوجین می‌شوند. اگرچه پژوهش‌های فراوان به شیوه دل‌بستگی به‌عنوان یک فرایند ذهنی پرداخته‌اند، پژوهش‌های اخیر بیشتر از شیوه‌های دل‌بستگی بر رفتارهای دل‌بستگی تمرکز داشته‌اند چراکه توصیف و درک بهتری از رفتارهایی که در میان همسران اتفاق می‌افتد به دست می‌دهد (Ferdosi, 2019; Hashemi Golpayegani & Yazdi, 2021; Ghashang et al., 2022).

رفتارهای دل‌بستگی با در دسترس بودن<sup>۴</sup>، پاسخگو بودن<sup>۵</sup>، درگیر بودن<sup>۶</sup> مشخص می‌شود که احساس امنیت در روابط را تسهیل می‌کند (Sandberg et al., 2012). این احساس امنیت منجر به احساس اعتماد به نفس بیشتر و روابط شادتر و رضایتمندتر می‌شود برعکس، سطوح پایین تر دسترسی، پاسخگویی و درگیر شدن منجر با اعتماد کمتر، روابط کمتر شاد و حمایت‌کننده و تعارض زناشویی بیشتر همراه است (Hashemi Golpayegani & Yazdi, 2021). رفتارهای دل‌بستگی، راهبردهای انعطاف‌پذیری هستند و نقاط بالقوه‌ای را برای مداخله فراهم می‌کنند. رفتارهای دل‌بستگی ایمن می‌توانند ضربه‌گیری در برابر دیگر مشکلات رابطه‌ای باشند. با انجام رفتارهای دل‌بستگی ایمن، از جمله در دسترس بودن و پاسخگو بودن، زوجین می‌توانند گونه‌ای "پناهگاه امن" را برای خود فراهم کنند و در مواقع سختی از یکدیگر آرامش و محافظت کرده و همچنین به رشد و شکوفایی یکدیگر کمک کنند (Lecompte, Robins, King, & et al, 2021). در همین راستا، (Kiani & Mohamadirazi, 2019) گزارش کرده‌اند که وجود رفتارهای دل‌بستگی در همسران به‌خوبی می‌تواند خوشنودی زناشویی و سرانجام، ناسازگاری زناشویی کمتر را پیش‌بینی کند.

- 
- 1- Attachment behaviors
  - 2- Sexual dissatisfaction
  - 3- Accessibility
  - 4- Responsiveness
  - 5- Engagement
- 



افزون بر این، یکی از ابعاد برجسته زندگی زناشویی که کیفیت آن اغلب مورد فراموش کاری قرار می گیرد، رابطه‌ی جنسی است. تراز خرسندی از روابط جنسی و توانایی فرد در ایجاد لذت دوطرفه خوشنودی جنسی<sup>۱</sup> نامیده می شود. (Freihart, Stephenson, Williams, & et al, 2021). لذت جنسی از شایان ترین لذت‌هایی است که فرد در طول عمر خود از آن بهره‌مند می شود و سختی‌های زندگی و مشکلات میان زوجین را قابل تحمل می نماید (Allsop, Leavitt, Saxey & et al, 2021). به همین خاطر پژوهشگران باور دارند که خوشنودی از رابطه‌ی زناشویی همواره در گرو خوشنودی از رابطه‌ی جنسی است (Soleimani, Tanha, Malekirad, & Kordestani, 2021; Esmaeili et al., 2022). با ایجاد اختلافات، تراز گرایش هر یک از زوجها در توجه و محبت و ابراز هیجان‌ها مثبت به یکدیگر کاهش می یابد و احساس حساس‌های محرومیت، نایمی، ناکامی و حتی به خطر افتادن سلامت روان و میل جنسی باشد، تضعیف می شود و تمایل به داشتن رابطه‌ی جنسی با شریک زندگی خود را نخواهند داشت. رابطه‌ی جنسی کم و ناخوشایند، منشأ تعارضات در زوج‌های ناسازگار است (Esmaeili et al., 2022). ناخشنودی جنسی<sup>۲</sup> منجر به احساس حساس‌های محرومیت، نایمی، ناکامی و حتی به خطر افتادن سلامت روان و گسستگی خانواده می شود (Abdollahi et al., 2021). مشکل در روابط جنسی می تواند دال بر وجود مشکلات دیگری در زندگی زناشویی باشد و شاخصی از ناسازگاری و تعارض زناشویی میان همسران باشد. همسران پس از برقراری یک رابطه‌ی جنسی رضایت‌بخشی دوطرفه احساس خوشایندی خواهند داشت و به لحاظ روان‌شناختی، اطمینان خاطر و حس امنیت بیشتری پیدا می کنند درحالی که ناخشنودی جنسی در خانواده‌ها سبب ایجاد انواع مشکلات جنسی و حتی غیرجنسی مانند واکنش‌های خانوادگی ناسالم، نشانه‌ها و علائم روان-تنی می شود (Zargarinejad et al., 2020). بدین منظور، پژوهشگران و درمانگران معمولاً برنامه‌های آموزش رابطه‌ای برای کمک به زوجین به منظور تقویت روابطی که پریشان نیستند و جلوگیری از ایجاد پریشانی در آن تهیه کرده‌اند. یکی از این برنامه‌ها، برنامه‌ی آموزشی "محکم در آغوشم بگیر" است که بر اساس مدل غنی-سازگی سازگاری زوجی جانسون<sup>۴</sup> طراحی شده است (Johnson, 2019). در طی چند دهه گذشته رویکردهای گوناگون زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی با هدف کاهش تعارضات و آشفتگی‌های ارتباطی میان زوجها به وجود آمده است یکی از این برنامه‌های آموزش غنی‌سازی سازگاری زوجها است که بر اساس مدل غنی‌سازی سازگاری زوجی جانسون طراحی شده است.

1- Sexual satisfaction

2- Sexual dissatisfaction

3- Hold me tight

4- Johnson



هدف این برنامه‌ی آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین در درک عشق، نیازها، هیجان‌ها، بررسی و کنترل الگوهای منفی زوجین و شکل‌دهی پیوند عاشقانه‌ی مثبت است. این برنامه‌ی آموزشی از راه ایجاد هفت گفتگو به زوجین کمک می‌کند تا از الگوهای منفی روابط خویش خارج گردند و بتوانند با یکدیگر هم آهنگ و گشوده، پاسخگو و مشارکت‌هیجانی و مراقبت‌ارتباط برقرار نمایند. برنامه‌ی آموزشی HMT اولین برنامه آموزش رابطه است که بر اساس یک نظریه‌ی کاملاً مفهومی و پژوهش شده، یعنی نظریه‌ی دل‌بستگی ساخته شده است. هدف این برنامه، افزایش خوشنودی از رابطه یا کاهش سطح پریشانی با سطح متوسط زوجین است. همچنین، باید توجه داشت که این برنامه برای پرداختن به مشکلات شدید زن و شوهر مانند چالش‌های دائمی یا اختلالات شدید روانی توأم طراحی نشده است و بنابراین، به‌عنوان یک دوره‌ی پیشگیری یا یک دوره‌ی غنی‌سازی روابط جهت افزایش کیفیت و سازگاری روابطی که به شدت آسیب‌دیده نیستند به کار گرفته شود (Olson, 2019). این دوره‌ی زوج-درمانی گروهی مبتنی بر رویکرد متمرکز بر هیجان<sup>۱</sup> شامل کتاب‌مرا در آغوش بگیر (Johnson, 2008)، دفترچه‌ی راهنما و ۴ ساعت فیلم آموزشی و بر مبنای ۷ گفتگو و در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای طراحی شده است که این امکان را به درمانگر می‌دهد تا جلسات را به روش‌های متفاوتی اجرا کند. پژوهش‌های گوناگونی به اثربخشی زوج‌درمانی متمرکز بر هیجان در بافت زناشویی و خانوادگی و کاهش آشفتگی‌های ارتباطی تأکید دارند (Burgess Moser et al., 2018; Hosseinzadeh Taghvaie, 2022). نتایج Wiebe et al. (2017) نشان داد که درمان متمرکز بر هیجان به زوج‌ها در جهت تسهیل ایجاد پیوندهای دل‌بستگی ایمن و رشد صمیمیت کمک می‌کند. Burgess Moser et al. (2016) در پژوهش خود با بررسی تغییر در روابط به‌ویژه دل‌بستگی در زوج‌درمانی متمرکز بر هیجان، نشان دادند که دل‌بستگی اجتنابی زوجین به‌طور معناداری کاهش یافته و زوجینی که سرزنشگر بودند نرم‌تر شده و دل‌بستگی اضطرابی نیز به‌طور معناداری کاهش یافته همچنین گرایش زوجین به الگوهای دل‌بستگی ایمن افزایش یافته است؛ بنابراین، هدف پژوهش حاضر پاسخ‌دهی به فرضیه‌های زیر بود.

فرضیه‌ی اول: برنامه‌ی آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون بر رفتار دل‌بستگی در زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ی شهر اهواز تأثیر دارد.



فرضیه‌ی دوم: برنامه‌ی آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون بر ناخشنودی جنسی در زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ی شهر اهواز تأثیر دارد.

## روش

طرح پژوهش حاضر، تجربی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه‌ی پژوهش، کلیه‌ی زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز خدمات مشاوره و روان‌شناختی شهرستان اهواز در سال ۱۴۰۰ بودند که از میان این افراد، بر اساس مصاحبه‌ی بالینی ساختارمند و همچنین به‌کارگیری ملاک‌های ورود و خروج، از میان زوجینی که مایل به همکاری بودند ۳۰ زوج به‌صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به شیوه‌ی تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه ۱۵ زوج) گمارده شدند. معیارهای ورود به مطالعه شامل داشتن نمره‌ی پایین‌تر از میانگین در پرسشنامه‌ی رفتارهای دل‌بستگی و نمره‌ی بالاتر از میانگین در پرسشنامه ناخشنودی جنسی، حداقل تحصیلات دیپلم، گذشتن پیش از یک سال از ازدواج، داشتن سن میان ۲۰ تا ۴۵ سال، امضای رضایت‌نامه‌ی شرکت در پژوهش و معیارهای خروج از مطالعه شامل مصرف داروهای روان‌پزشکی، داشتن رابطه‌ی فرا‌زناشویی در زمان انجام پژوهش، وقوع رخداد‌های تنش‌زا مانند طلاق و مرگ خویشاوندان یا دوستان صمیمی در سه ماه گذشته، استفاده‌ی هم‌زمان از روش‌های درمانی دیگر، غیبت دو جلسه و یا بیشتر از آن و دستیابی به پرسشنامه‌های ناقص تکمیل‌شده بودند. گروه درمان ۸ جلسه‌ی ۱۲۰ دقیقه‌ای و به‌صورت هفته‌ای دو بار جلسات آموزش غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون را دریافت کردند، درحالی‌که گروه گواه در این مدت هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکردند. پروتکل جلسات درمانی برگرفته از برنامه آموزشی جانسون (۲۰۰۸) بود. در خصوص نکات اخلاقی مانند رازداری، محرمانه ماندن اطلاعات هویتی و تحلیل داده‌ها به‌صورت کلی اطمینان لازم داده شد. پس از اخذ موافقت و امضای رضایت‌نامه کتبی مرحله‌ی پیش‌آزمون برای هر دو گروه، پس‌آزمون نیز در پایان مداخله‌ی گروه درمان برای هر دو گروه و درنهایت، پس از ۳ ماه از اتمام درمان، سنجش پیگیری برای هر دو گروه انجام شد. در این پژوهش، برای تحلیل داده‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار و از روش‌های آمار استنباطی شامل تحلیل کوواریانس چندمتغیری و تک‌متغیری استفاده شد. تجزیه و تحلیل‌های آماری به‌وسیله نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۵ انجام گرفت.



## جدول ۱. توزیع آزمودنی‌های گروه‌ها به تفکیک سطح تحصیلات

جنسیت	گروه	دیپلم و کاردانی		کارشناسی و بالاتر	
		فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
مردان	آزمایش ۱	۳	۲۰٪	۱۲	۸۰٪
	آزمایش ۲	۳	۲۰٪	۱۲	۸۰٪
	کنترل	۳	۲۰٪	۱۲	۸۰٪
زنان	آزمایش ۱	۱	۶,۶۶٪	۱۴	۹۳,۳۳٪
	آزمایش ۲	۲	۱۳,۳۳٪	۱۳	۸۶,۶۶٪
	کنترل	۵	۳۳,۳۳٪	۱۰	۶۶,۶۶٪

همان‌طور که در جدول ۱ ملاحظه می‌شود، فراوانی آزمودنی‌های دیپلم و کاردانی و کارشناسی و بالاتر در مردان گروه آزمایش ۱، آزمایش ۲ و کنترل یکسان است اما در زنان هر سه گروه متفاوت است.

## ابزارها

مقیاس سنجش رفتارهای دل‌بستگی در زوجین<sup>۱</sup>: این مقیاس توسط [Sandberg et al. \(2012\)](#) برای اندازه‌گیری رفتار دل‌بستگی در روابط زناشویی ساخته شده است. این مقیاس دارای ۱۲ ماده و ۶ خرده مقیاس دسترسی‌پذیری، پاسخگویی، همدم طلبی، دسترسی‌پذیری همسر، پاسخگویی همسر و همدم طلبی همسر است. ماده‌های این مقیاس بر اساس یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (از ۱ = هرگز تا ۵ = همیشه) نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه‌ی نمرات این مقیاس میان ۱۲ تا ۶۰ است که نمرات بیشتر نشانگر میزان بالای رفتارهای دل‌بستگی زوجها در رابطه زناشویی است. [Sandberg et al. \(2012\)](#) آلفای کرونباخ را برای تمامی زیرمقیاس‌ها میان ۰/۶۶ تا ۰/۸۵ گزارش کردند. پایایی آزمون - باز آزمون نیز برای ۶ زیرمقیاس میان ۰/۶۰ تا ۰/۷۵ به دست آمده است. در پژوهش [Rasouli et al. \(2018\)](#) پایایی کل این مقیاس را با ضریب آلفای کرونباخ و باز آزمایی به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۹۰ به دست آوردند. همچنین ضرایب روایی همگرای مقیاس با مقیاس سازگاری دو نفره و پرسشنامه خوشنودی زناشویی به ترتیب ۰/۶۸ و ۰/۷۲ گزارش شده و روایی واگرایی آن با پرسشنامه تعارضات زناشویی - ۰/۵۸ به دست آمده است. در پژوهش حاضر ضرایب پایایی شش خرده مقیاس به ترتیب برابر ۰/۷۵، ۰/۷۹، ۰/۷۳، ۰/۸۳، ۰/۸۰ و ۰/۷۶ به دست آمد.

مقیاس خوشنودی جنسی زنان<sup>۲</sup>: این مقیاس توسط [Meston & Trapnell \(2005\)](#) ساخته شده و شامل ۳۰ سؤال و ۵ خرده مقیاس خوشنودی، ارتباط، سازگاری، اضطراب رابطه‌ای و اضطراب شخصی است. در پژوهش حاضر از ۶ سؤال مربوط به خرده مقیاس خوشنودی استفاده شده است. ماده‌های این مقیاس بر اساس یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (از ۱ = کاملاً مخالف تا ۵ = کاملاً موافق) نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه‌ی نمرات این خرده مقیاس میان ۶ تا ۳۰ است که نمرات بیشتر نشانگر خوشنودی جنسی بیشتر است. ضریب آلفای کرونباخ برای همه ابعاد (به جز بعد ارتباط) بالاتر از ۰/۸۰ به دست آمده است. [Meston & Trapnell](#)

1- The Brief Accessibility, Responsiveness, and Engagement Scale

2- Sexual Satisfaction Scale for Women





(2005) ضرایب آلفای کرونباخ همه‌ی خرده مقیاس‌ها را بالای  $0/8$  و به ضرایب باز آزمایشی را میان  $0/62$  تا  $0/79$  و  $r$  و روایی همگرایی آن را با استفاده از همبستگی با پرسشنامه‌ی بدکار کردی جنسی زنان معنادر گزارش کردند. (2014) Roshan Chesli et al. ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس و ابعاد آن را میان  $0/82$  تا  $0/96$  و ضرایب باز آزمایشی را میان  $0/73$  تا  $0/97$  و  $r$  و روایی همگرایی آن را با همبستگی با پرسشنامه‌ی بدکار کردی جنسی زنان را معنادر گزارش کردند. در پژوهش حاضر پایایی خرده مقیاس خوشنودی جنسی این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر  $0/87$  به دست آمد.

## جدول ۲. محتوا و ساختار جلسات آموزش غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون (Johnson, 2008)

جلسه	عنوان گام	محتوا
۱	درک عشق و دل‌بستگی	۱- معرفی برنامه توسط تسهیلگر؛ ۲- شرکت‌کنندگان خود را معرفی می‌نمایند؛ ۳- تسهیلگر مفاهیم کلیدی از سه فصل اول کتاب را معرفی می‌کند؛ ۴- تماشای قسمت‌های مشخص‌شده از یک فیلم؛ ۵- زوجین تکالیف کلاسی را انجام می‌دهند؛ و ۶- تسهیلگر جلسه را خلاصه کرده و تکالیف خانگی را ارائه می‌دهد.
۲	چگونه عشق به خطا می‌رود (گفتگوی اهریمنی)	۱- تسهیلگر جلسه اول را مرور می‌کند که منجر به بحث در مورد تکالیف خانگی می‌شود؛ ۲- تسهیلگر مطالب کلیدی گفتگوی اهریمنی را مشخص می‌کند و گروه را به بحث دعوت می‌کند؛ ۳- تماشای قسمت‌های مشخص‌شده از فیلم و بحث در مورد آن؛ ۴- زوجین تکالیف کلاسی را انجام می‌دهند؛ ۵- تمرین‌های کلاسی اشتراک‌گذاری با گروه؛ و ۶- تسهیلگر جلسه را خلاصه کرده و تکالیف خانگی را ارائه می‌دهد.
۳	نقاط جریحه‌دار را در گفتگوی اهریمنی پیدا کنید	۱- تسهیلگر جلسه دوم را مرور کرده که منجر به بحث در مورد تکالیف خانگی می‌شود؛ ۲- پیدا کردن نقاط جریحه‌دار توسط تسهیلگر و بحث گروهی؛ ۳- تماشای قسمت‌های مشخص‌شده از فیلم و بحث در مورد آن؛ ۴- زوجین تکالیف کلاسی را انجام می‌دهند؛ و ۵- خلاصه کردن جلسه توسط تسهیلگر و ارائه تکالیف خانگی.
۴	رفع اشتباهات و ایجاد یک پایگاه امن - بازبینی لحظات سخت	۱- تسهیلگر جلسه سوم را مرور کرده که منجر به بحث در مورد تکالیف خانگی می‌شود؛ ۲- تسهیلگر مفاهیم کلیدی در مورد بازبینی لحظات سخت را مشخص می‌کند و گروه را به بحث دعوت می‌کند؛ ۳- خواندن گروهی برگه‌ی رونوشت مخصوص جلسه چهارم و به دنبال آن یک بحث گروهی در مورد چگونگی روند این رونوشت مربوط به روابط اعضای گروه شکل می‌گیرد؛ ۴- زوجین تکالیف کلاسی را انجام می‌دهند؛ و ۵- تسهیلگر جلسه را خلاصه کرده و تکالیف خانگی را ارائه می‌دهد.
۵	باز و پاسخگو بودن	۱- تسهیلگر جلسه چهارم را مرور می‌کند که منجر به بحث در مورد تکالیف خانگی می‌شود؛ ۲- تسهیلگر مفاهیم کلیدی گفتگوی باز و پاسخگو بودن را مشخص کرده و گروه را به بحث دعوت می‌کند؛ ۳- تماشای قسمت‌های مشخص‌شده از فیلم و بحث در مورد آن؛ ۴- زوجین تکالیف کلاسی را انجام می‌دهند؛ ۵- تسهیلگر زوجین را تشویق می‌کند تا تأثیر تمرینات کلاسی را با گروه بزرگ‌تر به اشتراک بگذارند؛ و ۶- تسهیلگر جلسه را خلاصه کرده و تکالیف خانگی را ارائه می‌دهد.
۶	بخشش آسیب‌ها و اعتماد دوباره	۱- تسهیلگر جلسه پنجم را مرور می‌کند که منجر به بحث گروهی در مورد تکالیف خانگی می‌شود؛ ۲- تسهیلگر مفاهیم کلیدی از گفتگوی بخشش آسیب‌ها را مشخص می‌کند و گروه را به بحث هدایت می‌کند؛ ۳- تماشای قسمت‌های مشخص‌شده از فیلم و بحث در مورد آن؛ ۴- زوجین تکالیف کلاسی را انجام می‌دهند؛ ۵- تسهیلگر زوجین را تشویق می‌کند تا تأثیر تکالیف کلاسی را با گروه بزرگ‌تر به اشتراک بگذارند؛ و ۶- تسهیلگر جلسه را خلاصه کرده و تکالیف خانگی را ارائه می‌دهد.
۷	لمس کردن احساسی و هم‌آهنگی در رابطه جنسی	۱- تسهیلگر جلسه ششم را مرور می‌کند که منجر به بحث در مورد تکالیف خانگی می‌شود؛ ۲- تسهیلگر مفاهیم کلیدی از گفتگوی پیوند از طریق رابطه جنسی و لمس را مشخص می‌کند و گروه را به بحث در مورد آن دعوت می‌کند؛ ۳- تماشای قسمت‌های مشخص‌شده از فیلم و بحث در مورد آن؛ ۴- زوجین تکالیف کلاسی را انجام می‌دهند؛ ۵- تسهیلگر زوجین را تشویق می‌کند تا تأثیر تکالیف کلاسی را با گروه بزرگ‌تر به اشتراک بگذارند؛ و ۶- تسهیلگر جلسه را خلاصه کرده و تکالیف خانگی را ارائه می‌دهد.
۸	زنده نگه‌داشتن عشق	۱- تسهیلگر جلسه هفتم را مرور می‌کند که منجر به بحث در مورد تکالیف خانگی می‌شود؛ ۲- تسهیلگر مفاهیم کلیدی از گفتگوی زنده نگه‌داشتن عشق را مشخص می‌کند و گروه را به بحث در مورد آن دعوت می‌کند؛ ۳- تماشای قسمت‌های مشخص‌شده از فیلم و بحث در مورد آن؛ ۴- زوجین تکالیف کلاسی را انجام می‌دهند؛ ۵- تسهیلگر زوجین را تشویق می‌کند تا تأثیر تکالیف کلاسی را با گروه بزرگ‌تر به اشتراک بگذارند؛ و ۶- تسهیلگر جلسه را خلاصه کرده و تکالیف خانگی را ارائه می‌دهد.



## یافته‌ها

داده‌های جمعیت شناختی نشان داد که میانگین سنی در زنان و مردان گروه آزمایش به ترتیب برابر  $36/12 \pm 3/41$  و در گروه گواه نیز به ترتیب برابر  $37/29 \pm 3/11$  است. همچنین میانگین طول مدت ازدواج در زوجین گروه آزمایش به ترتیب برابر  $9/29 \pm 2/21$  و در گروه گواه نیز به ترتیب برابر  $8/77 \pm 2/01$  است. لازم به ذکر است، زوجین هر دو گروه از نظر، سطح تحصیلات و وضعیت اقتصادی تفاوت معنی‌داری نداشتند. جدول ۲ میانگین و انحراف معیار متغیرهای وابسته پژوهش در زوجین گروه آزمایش (۱) و گروه گواه (۲) در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون را نشان می‌دهد.

**جدول ۲.** میانگین و انحراف معیار رفتارهای دل‌بستگی و خوشنودی جنسی در زوجین گروه آزمایش (۱) و گروه گواه (۲) در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون

پس‌آزمون		پیش‌آزمون		گروه‌ها		متغیر
انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	
۱/۵	۷/۱۳	۱/۵	۷/۶	۰/۹۱	۳/۵۳	گروه درمان
۰/۹۱	۴/۶	۰/۸۳	۴/۵۳	۰/۹	۴/۳۳	گروه گواه
۱/۱۸	۷/۱۳	۱/۳۳	۷/۹۳	۱/۱۸	۵/۴	گروه درمان
۱/۱۸	۵/۴۷	۱/۰۴	۵/۶۷	۱/۱۲	۵/۵۳	گروه گواه
۱/۱۶	۷/۲۷	۰/۹۴	۷/۸	۰/۹۸	۴/۴	گروه درمان
۱/۴	۴/۶	۱/۱۷	۴/۶۷	۱/۳۴	۴/۶۷	گروه گواه
۲/۸۳	۲۵/۸	۲/۱۲	۲۵/۹۳	۲/۸۹	۲۰/۹۳	گروه درمان
۲/۲۵	۲۲/۹۳	۲/۸	۲۲/۴۷	۲/۳۸	۲۱/۸۷	گروه گواه

برای بررسی مفروضه‌ی نرمال بودن توزیع نمرات متغیرها در دو گروه از آزمون کولموگروف-اسمیرونوف استفاده شد که نتایج نشان داد سطح معنی‌داری برای هر چهار متغیر در مرحله پیش‌آزمون از  $0/05$  بیشتر است، لذا پیش‌فرض مذکور تأیید می‌شود. همچنین برای بررسی مفروضه همگنی واریانس‌های دو گروه در متغیرهای وابسته از آزمون لوین استفاده شد. آماره F برای چهار متغیر به ترتیب برابر  $1/4$ ،  $0/98$ ،  $17$  و  $0/87$  به دست آمد و سطح معنی‌داری برای هر چهار متغیر از مقدار  $0/05$  بالاتر بود؛ بنابراین مفروضه همگنی واریانس‌ها نیز مورد تأیید قرار گرفت. در بررسی مفروضه همگنی ماتریس کوواریانس، مقدار F آزمون ام‌باکس برابر  $1/07$  به دست آمد که سطح معنی‌داری آن  $(p=0/07)$  بیشتر از  $0/05$  بود، لذا این مفروضه نیز مورد تأیید قرار گرفت. مفروضه‌ی عدم هم‌خطی میان متغیرهای وابسته نیز مورد بررسی قرار گرفت که مقدار به‌دست‌آمده شاخص عامل تورم واریانس به‌دست‌آمده برای متغیرهای وابسته حاکی از



تأیید این مفروضه بود ( $VIF < 10$ ). مفروضه‌ی خطی بودن رابطه‌ی میان متغیر وابسته مورد بررسی و متغیر کوواریت (پیش‌آزمون) نیز مورد بررسی قرار گرفت که ضرایب همبستگی به دست آمده نشان داد این مفروضه نیز مورد تأیید قرار می‌گیرد ( $P < 0/05$ ).

برای مقایسه گروه‌های آزمایشی و گواه بر اساس نمره‌های پس‌آزمون‌ها، پس از کنترل اثر پیش‌آزمون‌ها، جهت تعیین تأثیر مداخله برنامه آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون بر رفتارهای دل‌بستگی و خوشنودی جنسی، ابتدا یک تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مانکوا) روی داده‌ها انجام گرفت، سپس فرضیه‌های پژوهش آزمون شدند. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری روی نمره‌های پس‌آزمون در جدول ۳ آمده است.

**جدول ۳.** نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مانکوا) روی نمره‌های پس‌آزمون رفتارهای دل‌بستگی و خوشنودی جنسی در گروه‌های آزمایشی و گواه

آزمون	ارزش	F	Df فرضیه	Df خطا	سطح معنی‌داری
اثر پیلایی	۰/۹۵۴	۱۰۹/۸۹	۴	۲۱	۰/۰۰۱
لامبدای ویلکز	۰/۰۴۶	۱۰۹/۸۹	۴	۲۱	۰/۰۰۱
اثر هتلینگ	۲۰/۹۳	۱۰۹/۸۹	۴	۲۱	۰/۰۰۱
بزرگ‌ترین ریشه روی	۲۰/۹۳	۱۰۹/۸۹	۴	۲۱	۰/۰۰۱

همان‌طور که ملاحظه می‌شود، آزمون‌های آماری تحلیل کوواریانس چند متغیری (مانکوا) نشان می‌دهد که این گروه‌ها حداقل در یکی از متغیرهای وابسته با یکدیگر تفاوت معنی‌داری دارند. جدول ۴ نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری در متن مانکوا برای نمره‌های پس‌آزمون در متغیرهای وابسته را نشان می‌دهد.

**جدول ۴.** نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن مانکوا روی نمره‌های پس‌آزمون رفتارهای دل‌بستگی و خوشنودی جنسی

منبع	متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری	اندازه اثر
گروه	رفتار دل‌بستگی در دسترس بودن	۶۲/۱۷	۱	۶۲/۱۷	۱۱۴/۸۳	۰/۰۰۱	۰/۸۲
	رفتار دل‌بستگی پاسخگو بودن	۲۸/۷۶	۱	۲۸/۷۶	۵۵/۹۵	۰/۰۰۱	۰/۷۰
	رفتار دل‌بستگی درگیر بودن	۶۲/۶۴	۱	۶۲/۶۴	۳۶۰/۲۸	۰/۰۰۱	۰/۹۳
	خوشنودی جنسی	۹۲/۶۵	۱	۹۲/۶۵	۶۴/۴۹	۰/۰۰۱	۰/۷۲



همان‌طور که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای هر چهار متغیر وابسته معنی‌دار به دست آمدند ( $P < 0/05$ ). این یافته‌ها نشان می‌دهند که در متغیرهای وابسته میان گروه‌های آزمایش و گواه تفاوت معنی‌دار دیده می‌شود؛ به عبارت دیگر، نتایج نشان داده برنامه آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون بر رفتارهای دل‌بستگی و خوشنودی جنسی تأثیرگذار بوده و هر سه متغیر وابسته را در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون افزایش داده است. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری روی نمره‌های پیگیری در جدول ۵ آمده است.

**جدول ۵.** نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مانکوا) روی نمره‌های پیگیری رفتارهای دل‌بستگی و خوشنودی جنسی در گروه‌های آزمایشی و گواه

آزمون	ارزش	F	Df فرضیه	Df خطا	سطح معنی‌داری
اثر بیلابی	۰/۸۵۳	۳۰/۵۴	۴	۲۱	۰/۰۰۱
لامبدای ویلکز	۰/۱۴۷	۳۰/۵۴	۴	۲۱	۰/۰۰۱
اثر هتلینگ	۵/۸۱	۳۰/۵۴	۴	۲۱	۰/۰۰۱
بزرگ‌ترین ریشه روی	۵/۸۱	۳۰/۵۴	۴	۲۱	۰/۰۰۱

همان‌طور که ملاحظه می‌شود، آزمون‌های آماری تحلیل کوواریانس چند متغیری (مانکوا) نشان می‌دهد که این گروه‌ها حداقل در یکی از متغیرهای وابسته با یکدیگر تفاوت معنی‌داری دارند. جدول ۶ نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن مانکوا برای نمره‌های پیگیری در متغیرهای وابسته را نشان می‌دهد.

**جدول ۶.** نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن مانکوا روی نمره‌های پیگیری رفتارهای دل‌بستگی و خوشنودی جنسی

منبع	متغیر	مجموع مجذورات درجه آزادی	میانگین مجذورات F	سطح معنی‌داری	اندازه اثر	
گروه	رفتار دل‌بستگی در دسترس بودن	۱	۳۶/۱۴	۵۴/۶۸	۰/۰۰۱	۰/۶۹
	رفتار دل‌بستگی پاسخگو بودن	۱	۸/۸	۳۵/۴۴	۰/۰۰۱	۰/۵۹
	رفتار دل‌بستگی درگیر بودن	۱	۵۰/۹۹	۱۲۰/۹۴	۰/۰۰۱	۰/۸۳
	خوشنودی جنسی	۱	۵۸/۲۲	۳۲/۶۸	۰/۰۰۱	۰/۵۷

همان‌طور که در جدول ۶ ملاحظه می‌شود نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای هر چهار متغیر وابسته معنی‌دار به دست آمدند ( $P < 0/05$ ). این یافته‌ها نشان می‌دهند که در متغیرهای وابسته میان گروه‌های آزمایش و گواه تفاوت معنی‌دار دیده می‌شود؛ به عبارت دیگر، نتایج نشان داده اثر برنامه آموزشی غنی‌سازی



روابط زوجین مدل جانسون بر بهبود رفتارهای دل‌بستگی و خوشنودی جنسی در مرحله پیگیری ۳ ماهه تداوم داشته است.

## بحث و نتیجه‌گیری

فرضیه‌ی اول: برنامه‌ی آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون بر رفتار دل‌بستگی در زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ی شهر اهواز تأثیر دارد.

یافته نشان می‌دهد که در رفتار دل‌بستگی در دسترس بودن، رفتار پاسخگو بودن و رفتار درگیر بودن تفاوت معنی‌داری به نفع گروه برنامه آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون وجود دارد؛ و این برنامه بر هر سه نوع رفتار دل‌بستگی (رفتار در دسترس بودن، رفتار پاسخگو بودن و رفتار درگیر بودن) در مرحله‌ی پیگیری ۳ ماهه تداوم داشته است. نتایج پژوهش حاضر با نتایج [Wiebe et al. \(2017\)](#)، [Burgess Moser et al. \(2017\)](#)، [Moser et al. \(2017\)](#)، [Burgess Moser et al. \(2016\)](#)، [McKinnon & Greenberg \(2013\)](#) و [Morgis et al. \(2019\)](#) همسو و هماهنگ است. [Johnson \(2008\)](#) معتقد است که وقتی زوجین در زمان نیاز در دسترس قرار دارند و به روش‌های آرام‌بخش به یکدیگر پاسخ می‌دهند، یک گشتاور پیوند رخ می‌دهد که منجر به مشارکت مثبت در رابطه زوجین خواهد شد ([Johnson, 2008](#))؛ بنابراین رفتارهای دل‌بستگی بر خوشنودی زناشویی تأثیر دارد. از سویی، برنامه آموزشی محکم در آغوشم بگیر که از زوج‌درمانی متمرکز بر هیجان مشتق شده است، یکی از رویکردهای زوج‌درمانی است که در آن بر نقش کلیدی و اهمیت هیجان و ارتباط و رفتارهای برخاسته از هیجان‌ها در سازمان‌دهی به الگوهای همکنشی تأکید می‌کند. این رویکرد بیان می‌کند که تأثیر متقابلی میان همکنش زوج‌ها و تجربه هیجانی درونی وجود دارد، به‌ویژه روابط آشفته ناشی از شیوه‌های دل‌بستگی نایمن هستند. ارائه‌ی این برنامه آموزشی، مفاهیم، ریشه‌های نظری و گام‌های درمانی آن در درمان روابط زوجی ارائه می‌شوند که [Johnson \(2004\)](#) این رویکرد را به‌خوبی توصیف کرده است، رویکردی که به‌طور منظم و هدفمند، نظریه دل‌بستگی را به‌عنوان راهنمای مداخله در طراحی روابط بزرگ‌سالی مورد استفاده قرار می‌دهد. برنامه محکم در آغوشم بگیر ترکیبی از رویکردهای سیستمی و تجربی بوده و به‌عنوان یک درمان "متمرکز بر هیجان" قلمداد می‌شود ([Johnson, 2004](#)). هدف این برنامه آموزشی، پردازش و سازمان‌دهی مجدد تعاملات به‌منظور خلق پیوندی ایمن و یک حس به هم پیوستگی ایمن است ([Rathgeber et al., 2019](#)). این رویکرد بیان می‌کند که تأثیر متقابلی میان همکنش زوج‌ها و تجربه هیجانی درونی وجود دارد، به‌ویژه روابط آشفته ناشی از شیوه‌های دل‌بستگی نایمن هستند. این فرایند به



توسعه شیوه‌های دل‌بستگی امن‌تر، الگوی متفاوت همکنش زوجها، همدلی زوجها نسبت به تجارب یکدیگر و تدوین الگوهای همکنشی جدید منتهی می‌شود. آموزه‌ها و تکالیفی که در این برنامه آموزشی ارائه می‌شود از زوجین می‌خواهد تا از همسرانشان بپرسند و به اشتراک بگذارند که چه چیزی آن‌ها را به یکدیگر جذب کرده و چه چیزی را در مورد همسرانشان دوست دارند. این تکلیف به آن‌ها کمک می‌کند تا به‌طور آگاهانه بتوانند رفتارها و عادت‌هایی را که دوست دارند، تقویت و آن‌هایی را که نکوهش می‌کنند، کاهش دهند که سبب افزایش رفتارهای دل‌بستگی آن‌ها می‌شود. در همین راستا، همسران تشویق می‌شوند تا نقاط مثبت رابطه‌شان را گوشزد کنند و خاطرات خوبی که با یکدیگر دارند به خاطر بیاورند. یکی از مهم‌ترین سازوکارهای این برنامه که به افزایش رفتارهای دل‌بستگی همسران می‌انجامد، آموزش گفتگوی اهریمنی است که طی آن مراحل الگوی منفی‌شان را می‌شناسند، زمان‌هایی در رابطه‌شان را که رقص منفی‌شان آغاز می‌شود و ادامه می‌یابد را مشخص می‌کنند و با تغییر آن‌ها و جلوگیری از بروز رفتارها و گفت‌وگوهای منفی، پیوند هیجانی میان خود را تقویت کنند.

فرضیه‌ی دوم: برنامه‌ی آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون بر ناخشنودی جنسی در زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ی شهر اهواز تأثیر دارد.

همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد که در ناخشنودی جنسی تفاوت معنی‌داری به نفع گروه برنامه آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون وجود دارد. می‌توان گفت برنامه آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون بر ناخشنودی جنسی در مرحله‌ی پیگیری ۳ ماهه تداوم داشته است. نتایج حاصل از این پژوهش با نتایج (Alavi et al., 2019)، (Morgis et al., 2019)، (Soleimani et al., 2015) همسو است.

خوشنودی جنسی نقش مهمی در سلامت، حس رفاه، بهزیستی و کیفیت زندگی دارد و یکی از مهم‌ترین عوامل خوشبختی در زندگی زناشویی داشتن روابط جنسی لذت‌بخش است (Overup & Smith, 2017). رابطه جنسی عامل مهمی در جهت ایجاد احساس مثبت نسبت به همسر است. همچنین باید به این نکته توجه نمود که تعارضات زوجها می‌تواند بر کیفیت رابطه جنسی و خوشنودی جنسی تأثیر بگذارد. برای حل این تعارضات به رویکرد آموزشی جانسون نیز می‌توان اشاره نمود، در این شیوه درمان، شناسایی و بهبود طرح‌واره‌های هیجانی اهمیت زیادی دارد. (Greenberg & Paivio, 2003) این طرح‌واره‌های هیجانی را مجموعه‌ای از اصول سازمان‌یافته با محتوای فرد-ویژه تعریف می‌کنند که با هیجان‌ها، اهداف، خاطرات و تمایلات رفتاری گره‌خورده‌اند. طرح‌واره‌های هیجانی از تأثیر متقابل تاریخچه یادگیری اولیه فرد و



خلق و خوی فطری او به وجود می‌آیند. وقتی طرح‌واره‌های هیجانی فعال می‌شوند تأثیر بسزایی در چگونگی تعبیر و تفسیر وقایع زندگی و واکنش به آن‌ها دارند. درمان با هدف ایجاد طرح‌واره‌های جدید، تجربه درونی غیرقابل دسترس را وارد حوزه آگاهی بیمار می‌کند (Greenberg & Paivio, 2003). این برنامه آموزشی از زوجین می‌خواهد تا احساسات عمیق خود در مورد نیازهای دل‌بستگی‌شان را با همسرشان به اشتراک بگذارند و به این ترتیب، صمیمیت میان آن‌ها را افزایش داده تا زمینه هیجانی ایجاد رابطه جنسی رضایتمند برای همسران فراهم شود. در پژوهش Davis et al. (2006) نیز میان رفتارهای دل‌بستگی و تمایلات، احساسات و رفتارهای جنسی، ارتباط قوی و معناداری مشاهده شده است. ناخشنودی جنسی در روابط زوجین با گله و شکایت کردن، غرولند کردن، متهم ساختن یکدیگر، سرزنش نمودن و عیب‌جویی کردن از یکدیگر نمایان می‌شود چراکه برای زوجین، ارتباط جنسی چیزی فراتر از تماس جنسی است و این امر، مدخلی برای دستیابی به هماهنگی و فعالیت مشترک و ایجاد هیجان‌ها مثبت و رابطه دل‌بستگی محسوب می‌شود. در برنامه آموزشی جانسون، همسران با فراگرفتن گفتگوی اهریمنی و شناختن الگوهای رخ دادن آن می‌توانند به‌طور اثربخشی از تکرار آن‌ها جلوگیری کرده و تعاملات سازنده‌ای خلق کنند (Shahi Abadi et al., 2010). به این ترتیب، زمینه‌های مهم تأثیرگذار بر ناخشنودی جنسی از میان می‌رود و کیفیت روابط جنسی بهبود می‌یابد.

با توجه به آمار چشمگیر ناخشنودی زناشویی، بسیاری از زوج‌ها امروزه پس از تجربه علاقه و تعهد، به دنبال پشتوانه‌هایی هستند تا با اتکای بر آن‌ها به خلق زندگی زناشویی مادام‌العمر و توأم با موفقیت، صمیمیت و خوشنودی نائل آیند. در این میان مشورت و کمک گرفتن از متخصصین زوج‌درمانی می‌تواند در این امر حمایت‌کننده مناسبی برای زوج‌ها جهت تحقق یک ازدواج مطلوب و پایدار توأم با صمیمیت، تعهد و خوشنودی باشد. در این میان مداخلات و رویکردهای درمانی بسته به هدف‌های گوناگونی که دارند می‌توانند برای بهبود زندگی روانی میان فردی زوج‌ها سودمند باشند. از این رو برنامه آموزشی غنی‌سازی روابط زوجین مدل جانسون می‌تواند در ایجاد روابط زناشویی سازگار و ارتباطی زوجی مطلوب و دل‌بستگی ایمن مفید واقع گردد.

#### محدودیت‌های پژوهش

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر استفاده از طرح آزمایشی بود که تعمیم نتایج را با محدودیت مواجه می‌کند. به علاوه، محدود بودن جامعه آماری به زوج‌های ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ی شهر



اهواز امکان تعمیم نتایج به سایر مناطق با فرهنگ‌های مختلف را با محدودیت مواجه می‌کند. همچنین تعداد محدود زوج‌های مورد مطالعه در این پژوهش و مشارکت داوطلبانه آن‌ها، ممکن است نتایج حاصل از این پژوهش را تحت تأثیر قرار دهد.

#### پیشنهادها

پیشنهاد می‌شود که مشابه چنین پژوهش‌هایی در جامعه‌های خردتر (زنان یا مردان به‌طور جداگانه) نیز اجرا شود؛ زیرا افزایش دامنه چنین تحقیقاتی می‌تواند در پیشگیری از بسیاری از مشکلات خانوادگی و آسیب‌های روحی و روانی جلوگیری نماید. با توجه به نتایج به‌دست آمده، استفاده از نتایج این پژوهش در مراکز مشاوره‌ی خانواده، مراکز خدمات بهداشت روانی، مراکز مداخله در بحران و دادگاه‌های خانواده نیز پیشنهاد می‌شود. همچنین آموزش مدل‌های درمانی متمرکز بر هیجان به مشاوران و متخصصانی که در زمینه‌ی خانواده و زوج‌درمانی مشغول به فعالیت هستند، امری مهم و ضروری است.

#### اخلاق پژوهش

این پژوهش برگرفته از پایان‌نامه دکترای و زیر نظر کمیته‌ی اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی - واحد اهواز و با کد اخلاق به شناسه IR.IAU.AHVZ.REC.1400.060 انجام گرفته است. ملاک‌ها و ضوابط اخلاقی انجمن روانشناسی آمریکا و ملاک‌های اخلاقی سازمان نظام روانشناسی و مشاوره ایران در نظر گرفته شد. تمام نکات اخلاقی شامل رازداری، در اولویت بودن سلامت روان‌شناختی شرکت‌کنندگان، امانت‌داری، دقت در استناددهی، قردانی از دیگران، رعایت ارزش‌های اخلاقی در گردآوری داده‌ها، رعایت حریم خصوصی شرکت‌کنندگان توسط پژوهشگران مدنظر قرار گرفته شد.

#### سیاس‌گذاری

نویسندگان این مقاله از تمامی زوجین شرکت‌کننده در پژوهش و کارکنان محترم کلینیک تخصصی روانشناسی و مشاوره بین‌الملل که زمینه انجام پژوهش را فراهم ساختند، صمیمانه قردانی می‌نمایند.

#### تعارض منافع

میان نویسندگان پژوهش هیچ‌گونه تعارضی در منافع وجود ندارد.

#### References

- Adlparvar, E., Safaeirad, I., Erfani, N., & Jadidi, H. (2022). Modeling marital conflict based on attachment styles: The mediating role of early maladaptive schema domains in women on the verge of divorce. *medical journal of mashhad university of medical sciences*, 65(1), 203-217. <https://doi.org/10.22038/mjms.2022.63383.3715>
- Abdollahi, E., Shokrgozar, S., Sheerojan, M., Golshahi, M., Zare, R. (2021). Relationship between sexual satisfaction and mental health in married older





- women. *Journal of Guilan University of Medical Sciences*, 30(1), 14-27.  
<https://www.sid.ir/paper/969815/en>
- Alavi, S., Amanelahi, A., Attari, Y., Koraei, A. (2019). The effectiveness of emotionally focused couple therapy on emotional and sexual intimacy of incompatible couples. *Family Counseling and Psychotherapy*, 8(2), 25-46. [Persian]  
<https://doi.org/doi.org/10.34785/J015.2018.002>
- Allsop, D. B., Leavitt, C. E., Saxey, M. T., Timmons, J. E., Carroll, J. S. (2021). Applying the developmental model of marital competence to sexual satisfaction: Associations between conflict resolution quality, forgiveness, attachment, and sexual satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(4), 1216-1237. <https://doi.org/10.1177/0265407520984853>
- 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.  
<http://dx.doi.org/10.1111/jmft.12139>
- Burgess Moser, M., Johnson, S. M., Dalglish, T. L., Wiebe, S. A., & Tasca, G. A. (2018). The impact of blamer-softening on romantic attachment in emotionally focused couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 44(4), 640-654. <https://doi.org/10.1111/jmft.12284>
- Davis, D., Shaver, P. R., Widaman, K. F., Vernon, M. L., Follette, W. C., Beitz, K. (2006). "I can't get no satisfaction": Insecure attachment inhibited sexual communication and sexual dissatisfaction. *Personal Relationships*, 13(4), 465-483.
- Esmaili, M., Daraei, Z., Shafiee, F. S. (2022). Predicting marital commitment based on family communication patterns, sexual satisfaction, and marital intimacy in satellite employees. *Scientific Journal of the Psychology of Work*, 1, 57-66.  
<https://doi.org/10.30473/jpsy.2022.8886>[Persian]
- Ferdosi, S. (2019). The prediction of attitudes toward infidelity based on attachment behavior in couple relationships, marital quality relationships, and attachment styles in married women. *Contemporary Psychology, Biannual Journal of the Iranian Psychological Association*, 13(2), 149-157. DOI: 10.29252/bjcp.13.2.149 [Persian]
- Freihart, B. K., Stephenson, K. R., Williams, P. B., Meston, C. M. (2021) Sexual satisfaction and gender differences. In: Maggino F. (eds) *Encyclopedia of quality of life and well-being research*. Springer, Cham.  
[https://doi.org/10.1007/978-3-319-69909-7\\_4028-2](https://doi.org/10.1007/978-3-319-69909-7_4028-2)



- Frye-Cox, N., Ganong, L., Jensen, T., & Coleman, M. (2021). Marital conflict and health: The moderating roles of emotion regulation and marriage order. *Journal of Divorce & Remarriage*. Advanced online publication. <https://doi.org/10.1080/10502556.2021.1925853>
- Ghashang, N., Mazaheri Tehrani, M., Fata, L., Mootabi, F., Heidari, M., & Bigham, Z. (2022). Psychometric properties of (BARE) scale: A systematic review protocol. *Iranian Journal of Health Psychology*, 5(2), 9-16. <https://doi.org/10.30473/ijohp.2022.57700.1167> [Persian]
- Greenberg, L. S., Paivio, S. C. (2003). *Working with emotions in psychotherapy* (Vol. 13). Washington: Guilford Press.
- Hashemi Golpayegani, F., Yazdi, S. M. (2021). Psychometric properties of Attachment Behaviors Scale in Iranian married people. *The Journal of Women and Family Studies*, 9(2), 127-147. [Doi: 10.22051/JWFS.2021.21681.2598](https://doi.org/10.22051/JWFS.2021.21681.2598)
- Hosseinzadeh Taghvaie, M. (2022). The effect of emotion-focused couple therapy on increasing marital adjustment of incompatible couples. *Psychological Methods and Models*, 12(46), 163-172. <https://doi.org/10.30495/jpmm.2021.22504.2843> [Persian]
- Johnson, S. (2004). *The practice of therapy is emotionally focused couple therapy*. New York: Brunner–Rutledge. <https://www.routledge.com/>
- Johnson, S. M. (2008). The contribution of emotionally focused therapy. *Journal of Contempt Psychotherapy*, 37, 41-52. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10879-006-9034-9>
- Johnson, S. M. (2019). *Attachment theory in practice: Emotionally Focused Therapy (EFT) with individuals, couples, and families*. New York: Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/doi/10.4324/9781351168366>
- Kiani, A., Mohamadirazi, M. (2019). Predict marital satisfaction based on adverse childhood experiences, attachment behaviors, exchange patterns, and perceptions of parental marriage in couples. *Family & Sexual Health*, 1, 51-61. <https://doi.org/10.52547/Fsh.1.1.51> [Persian]
- Lecompte, V., Robins, S., King, L., Solomonova, E., Khan, N., Moss, E. (2021). Examining the role of mother-child interactions and DNA methylation of the oxytocin receptor gene in understanding child-controlling attachment behaviors. *Attachment & Human Development*, 23, 35-55. <https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1708422>
- Meston, C., Trapnell, P. (2005). Development and validation of a five-factor sexual satisfaction and distress scale for women: The Sexual Satisfaction Scale for Women (SSS-W). *The Journal of Sexual Medicine*, 2(1), 66-78. <https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2005.20107.x>



- Morgis, B. L., Ewing, E. S. K., Liu, T., Slauther-Acey, J., Fisher, J., Jampol, R. (2019). A hold me tight workshop for couple attachment and sexual intimacy. *Contemporary Family Therapy*, 41, 368–383. <https://doi.org/10.1007/s10591-019-09504-x>
- Olson, D. H. (2019) PREPARE/ENRICH. In: Lebow, J. L., Chambers, A. L., Breunlin, D. C. (eds). *Encyclopedia of couple and family therapy*. New York: Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8\\_402](https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8_402)
- Øverup, C. S., Smith, C. V. (2017). Considering attachment and partner perceptions in the prediction of physical and emotional sexual satisfaction. *The Journal of Sexual Medicine*, 14(1), 134-143. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.11.310>
- Rasouli, M., Babaei Gharmkhani, M., Davarniya, R. (2018). The evaluation of the psychometric properties of Brief Accessibility, Responsiveness, and Engagement Scale (BARE): A tool for measuring attachment behavior in couple relationships. *Zanko Journal of Medical Sciences*, 19(62), 1-17. <http://zanko.muk.ac.ir/article-1-358-en.html>
- Rathgeber, M., Bürkner, P. C., Schiller, E. M., Holling, H. (2019). The efficacy of emotionally focused couples therapy and behavioral couple therapy: A meta-analysis. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(3), 447-463. <https://doi.org/10.1111/jmft.12336>
- Roshan Chesli, R., Mirzaei, S., Nikazin, A. (2014). Validity and reliability of Multidimensional Sexual Satisfaction Scale for Women (SSSW) in one sample of Iranian women. *Clinical Psychology and Personality*, 12(1), 129-140. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23452188.1393.12.1.11.4>
- 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. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2012.01422.x>
- Sheikhan, Z., Ozgoli, G., Zahiroddin, A., Khodakarami, N., Nasiri, M. (2019). The relationship of marital quality and sexual satisfaction with marital status in Iranian women: A path model. *International Journal of Applied Behavioral Sciences*, 5, 31-40. <https://doi.org/10.22037/ijabs.v5i1.21870>
- Soleimani, A. A., Najafi, M., Ahmadi, K., Javidi, N., Hoseini Kamkar, E., Mahboubi, M. (2015). The Effectiveness of Emotionally Focused Couples Therapy on Sexual Satisfaction and Marital Adjustment of Infertile Couples with Marital Conflicts. *International Journal of Fertility & Sterility*, 9(3), 393–402. <https://doi.org/10.22074/ijfs.2015.4556>



- Soleimani, E., Tanha, Z., Malekirad, A., Kordestani, D. (2021). The role of life skills, sexual satisfaction, and love story in predicting marital conflicts of couples. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 64(4). <https://doi.org/10.22038/mjms.2021.20115> [Persian]
- Wiebe, S. A., Johnson, S. M., Burgess Moser, M., Dalglish, 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. <https://doi.org/10.1111/jmft.12199>
- Zargarinejad, F., Ahmadi, M. (2020). The mediating role of sexual self-schema in the relationship of sexual functioning with sexual satisfaction in married female college students. *Iranian Journal of Psychiatric & Clinical Psychology*, 25(4), 412-427. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.25.4.5>[Persian]

