

The Effectiveness of Emotion-Oriented Education on Early Incompatible Schemas During Marriage and Marital Satisfaction in Joint Life

ARTICLE INFO

Article Type

Research Article

Authors

Faredeh Esmaili¹

Shokooh Navabinejad^{2*}

Alireza Kiamanesh³

How to cite this article

Faredeh Esmaili, Shokooh Navabinejad, Alireza Kiamanesh, The Effectiveness of Emotion-Oriented Education on Early Incompatible Schemas During Marriage and Marital Satisfaction in Joint Life, *Journal of Islamic Life Style Centeredon Health*, 2023:7(1): 162-175.

1. PhD student, Department of Consulting, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2. Professor, Department of Counseling, Kharazmi University, Tehran, Iran (Corresponding Author).

3. Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran.

* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: navabinejad93@gmail.com

Article History

Received: 2022/10/24

Accepted: 2022/12/25

ABSTRACT

Purpose: The purpose of the present research is to investigate the effectiveness of emotion-oriented training on early maladaptive schemas during marriage and marital satisfaction in joint life. The research design is semi-experimental and of pre-test-post-test type with a control group

Materials and Methods: . The statistical population of the research includes all couples with problems referring to counseling centers in Tehran since 2017, at least 6 months have passed since the date of their marriage to the beginning of their cohabitation under one roof and the implementation of a post-test 6 months after the beginning, data collection It lasted until the spring of. 2021 couples (80 people) were selected from the statistical population of the study and randomly assigned to two experimental and control groups. Both groups completed the early maladaptive schemas questionnaire in the pre-test phase. Then the subjects of the experimental group were subjected to intervention (emotional training), but the subjects of the control group did not receive any intervention.

Findings: Finally, both groups were subjected to a post-test after 6 months of cohabitation and completed the questionnaires of early maladaptive schemas and marital satisfaction.

Cocnclusion: The results showed that emotion-oriented training has an effect on early maladaptive schemas and marital satisfaction. Also, the results showed that there is no significant difference between the effectiveness of emotion-oriented training on the early maladaptive schemas and marital satisfaction of men and women.

Keywords: Emotion-Oriented Training, Early Maladaptive Schemas, Marital Satisfaction, Engagement Period, Men, Women.

اثر بخشی آموزش هیجان‌مدار بر طرح‌واره‌های

ناسازگار اولیه در دوران عقد و رضایت زناشویی در

زندگی مشترک

فریده اسمعیلی^۱

دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

شکوه نوایی نژاد^۲

استاد، گروه مشاوره، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

علیرضا کیامنش^۳

استاد، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.

چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در دوران عقد و رضایت زناشویی در زندگی مشترک می‌باشد.

مواد و روش‌ها: طرح پژوهش نیمه آزمایشی و از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره تهران از سال ۱۳۹۷ می‌باشد که جمع‌آوری داده‌ها تا بهار ۱۴۰۰ به طول انجامید (شروع تحقیق پس از گذشت حداقل ماه از تاریخ عقد آنان تا شروع زندگی مشترک و اجرای پس‌آزمون تا ۶ ماه بعد). جامعه آماری پژوهش و از طریق روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۴۰ زوج (۸۰ نفر) انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. هر دو گروه در مرحله پیش-آزمون پرسشنامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه را تکمیل نمودند. سپس شرکت‌کننده‌های گروه آزمایش مورد مداخله (آموزش هیجان‌مدار) قرار گرفتند، اما شرکت‌کننده‌های گروه کنترل هیچگونه مداخله‌ای دریافت نکردند. در نهایت هر دو گروه بعد از ۶ ماه از تشکیل زندگی مشترک مورد پس‌آزمون قرار گرفتند و پرسشنامه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی را تکمیل نمودند. داده‌های پژوهش با استفاده از روش تحلیل کوواریانس دو عاملی و تحلیل واریانس دو عاملی مورد تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که آموزش هیجان‌مدار بر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی تأثیر دارد.

نتیجه‌گیری: همچنین نتایج نشان داد که بین اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی مردان و زنان تفاوت معنی‌داری وجود ندارد.

مقدمه

نهاد خانواده یک مفهوم جهانی بوده است و نیاز به برقراری رابطه‌ای پایدار، صمیمی و توأم با عشق و محبت از مهم‌ترین دلایلی است که سرانجام هر زن و مردی را به سمت انتخاب شریک زندگی و ازدواج سوق می‌دهد [۱]. ازدواج رابطه‌ای است که اگر به طریق صحیح ایجاد شود و ادامه یابد، دستیابی به نیازهای عاطفی، روانی و امنیتی انسان را مرتفع خواهد ساخت [۲]. در عین حال، روابط زناشویی معمولاً با مشکلاتی همراه است که گاه زوجین را دچار تعارض می‌کنند [۳].

یکی از اساسی‌ترین مشکلات زوج‌ها مشکلات ارتباطی است. از جمله دلایل مشکلات زوج‌ها در برقراری ارتباط سالم و سازنده مربوط به طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه^۱ می‌شود [۴] [۵]. طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، الگوها یا درون‌مایه‌های عمیق و فراگیری هستند که در دوران کودکی یا نوجوانی شکل گرفته، در مسیر زندگی تداوم دارند، به رابطه فرد با خود و با دیگران مربوط می‌شوند و به شدت ناکارآمدند. رفتارهای ناسازگار در پاسخ به طرح‌واره به وجود می‌آیند. بنابراین رفتارها از طرح‌واره‌ها نشأت می‌گیرند. اگرچه تمام طرح‌واره‌ها ریشه تحولی وقایع آسیب‌زا ندارد، ولی همه آن‌ها مخل زندگی سالم هستند و اغلب طرح‌واره‌ها نتیجه تجارب زیان‌بخش محسوب می‌شوند که فرد در سیر دوران کودکی و نوجوانی دائماً با این تجارب روبرو بوده است. اثر تجارب ناگوار در سیر تحول با یکدیگر جمع می‌شود و منجر به شکل‌گیری یک طرح‌واره کاملاً ناسازگار تمام‌عیار می‌گردد. بانگ (۲۰۰۶) بر این باور است که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه به دلیل ارضا نشدن نیازهای هیجانی اساسی دلبستگی ایمن به دیگران (مانند نیاز به امنیت، ثبات، محبت و پذیرش)، خودگردانی، کفایت و هویت، آزادی در بیان نیازها و هیجان سالم، خودانگیختگی، تفریح، محدودیت‌های واقع‌بینانه و خویش‌داری در دوران کودکی به وجود آمده‌اند. باخ (۳) و همکاران (۱۹۹۷)، چنین فرض کردند که رضایت در روابط نزدیک و دوستانه فقط زمانی دیده می‌شود که هم‌نیازهای رشدی به‌طور مقتضی برآورده شده باشند و هم‌نیازهای بزرگ‌سالی ارضا شوند؛ چون هر یک از زوج‌ها علاوه بر طرح‌واره‌هایی که با خود به رابطه می‌آورند در ارتباط فعلی خود نیز طرح‌واره‌هایی به وجود می‌آورند که خاص این رابطه هستند [۶].

از سوی دیگر، یکی از جوانب بسیار مهم در رابطه زناشویی، رضایت است که همسران در ازدواج تجربه می‌کنند. در واقع، رضایت زناشویی ۴ به عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل اثرگذار بر بقاء، دوام و

3. Bach

4. marital satisfaction

1. early maladaptive schemas

2 Young

آموزش به یکپارچگی تغییر و ادغام تغییرات با زندگی روزمره زوج اشاره دارد. اگر طرفین این گام‌ها را با موفقیت مورد بحث قرار دهند، توانایی حل تعارضات زوجی را کسب می‌نمایند [۲۰]. با توجه به آنچه گفته شد و با در نظر گرفتن اهمیت بنیان خانواده، پژوهش حاضر به دنبال بررسی اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی زوجین می‌باشد.

مواد و روش‌ها

طرح پژوهش حاضر، نیمه آزمایشی و از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زوجین ناسازگار مراجعه کننده به مراکز مشاوره تهران از سال ۱۳۹۷ می‌باشد که جمع اوری داده‌ها تا بهار ۱۴۰۰ به طول انجامید. از طریق روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۴۰ زوج (۸۰ نفر) به عنوان جامعه آماری پژوهش انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. هر دو گروه، در مرحله پیش‌آزمون پرسشنامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه را تکمیل نمودند. سپس شرکت کننده‌های گروه آزمایش مورد مداخله (آموزش هیجان‌مدار) قرار گرفتند، اما شرکت کننده‌های گروه کنترل هیچگونه مداخله‌ای دریافت نکردند. در نهایت هر دو گروه بعد از ۶ ماه از تشکیل زندگی مشترک مورد پس‌آزمون قرار گرفتند و پرسشنامه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و رضایت زناشویی را تکمیل نمودند. معیارهای ورود زوجین به پژوهش عبارت بودند از: (۱) گذشت ۶ ماه از عقد رسمی آن‌ها، (۲) داشتن مشکلات ارتباطی در دوران عقد، (۳) نداشتن تشخیص اختلال روانپزشکی و شخصیتی، (۴) نداشتن سوء مصرف مواد یا الکل، (۵) عدم دریافت مداخلات روانشناختی دیگر به صورت همزمان، و (۶) داشتن تمایل به همکاری. معیارهای خروج زوجین از پژوهش عبارت بودند از: (۱) درگیر شدن با بیماری‌های روانی یا جسمی در حین مداخله، (۲) غیبت بیش از دو جلسه در جلسات مشاوره، (۳) عدم همکاری در فرآیند مشاوره، (۴) مقاومت در خصوص فرآیند مشاوره. در پژوهش حاضر جهت ذیل استفاده گردید:

پرسشنامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه: در پژوهش حاضر جهت سنجش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه از پرسشنامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه ۲ که توسط یانگ و براون (۱۹۹۴) تهیه شده است، استفاده گردید. این پرسشنامه ۹۰ ماده دارد، پنج مؤلفه بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری را مورد سنجش قرار می‌دهد و پاسخ‌های آن بر اساس لیکرت شش درجه‌ای از ۱ (برای کاملاً در مورد من نادرست است) تا ۶ (برای کاملاً در مورد من درست است) نمره گذاری می‌شوند. یانگ و همکاران (۱۹۹۵) در پژوهش خود بر روی یک نمونه ۵۶۴ نفری از دانشجویان آمریکایی، پایایی این پرسشنامه را با استفاده از روش همسانی درونی و بازآزمایی به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۹۵ گزارش کردند. همچنین روایی

رشد خانواده است [۷]. رضایت زناشویی یک حالت سنجش کلی از ازدواج فرد و بازتابی از خوشحالی و عملکرد ازدواج است [۸]. بنابراین می‌توان گفت که رضایت زناشویی، وضعیتی است که طی آن زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر و با هم بودن احساس شادمانی و خرسندی می‌کنند [۹]. برخی روانشناسان معتقدند که رضایت زناشویی، انطباق میان وضعیت موجود و وضعیت مورد انتظار است. طبق این تعریف، رضایت زناشویی زمانی محقق می‌شود که وضعیت موجود در روابط زناشویی با وضعیت مورد انتظار فرد منطبق باشد [۱۰].

کشور ما جزو آن دسته از کشورهایی می‌باشد که آمار طلاق در آن بالاست و بخش زیادی از مراجعان مراکز مشاوره و خدمات روان-شناختی را زوج‌هایی تشکیل می‌دهند که به علت نارضایتی از زندگی زناشویی، مشکلات ارتباطی، ناسازگاری، ارتباط فرازناشویی، فقدان عشق و صمیمیت مراجعه و به دنبال حل مشکلاتشان هستند. به همین دلیل، نه تنها مراجع قضایی، بلکه مشاوران و روانشناسان نیازمند رویکردهای آموزشی هستند که هرچه سریع‌تر و به بهترین وجه ممکن به زوج‌ها یاری دهند [۱۱].

یکی از روش‌های مورد استفاده برای کاهش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و افزایش رضایت زناشویی در آنان، آموزش هیجان‌مدار می‌باشد [۱۲] [۱۳] [۱۴] [۱۵] [۱۶] [۱۷] [۱۸]. آموزش هیجان‌مدار در اوایل دهه ۱۹۸۰ در پاسخ به فقدان مداخلات زوجی فعال و کارآمد توسط جانسون و گرینبرگ مطرح شد [۱۹]. از این جهت این رویکرد را هیجان‌مدار نام‌گذاری کرده‌اند، که بر نقش کلیدی و اهمیت حیاتی هیجان و محاورات برخاسته از هیجانان، در سازماندهی الگوهای تعاملی تأکید می‌شود. به باور جانسون و گرینبرگ، سهم هیجانان در ایجاد تجارب مهمی که زوج‌ها در روابط صمیمانه دارند به شدت مورد بی‌توجهی قرار گرفته است. فرضیه دیگر آموزش هیجان‌مدار این است که هیجانان نه فقط عاملی اساسی در ایجاد تعارضات زناشویی، که عنصری قدرتمند و غالباً ضروری برای ایجاد تغییر در روابط ناکارساز نیز بشمار می‌رود [۲۰] [۲۱]. در آموزش هیجان محور تمرکز درمانگر نه تنها بر آگاهی در آوردن محتوای ذهنی است که از جانب درمان‌جو مورد انکار یا تحریف قرار گرفته است، که ایجاد معنی تازه متأثر از تجربه بدنی درمان‌جو را نیز در نظر دارد [۲۲].

هدف رویکرد آموزش هیجان‌مدار دسترسی و پردازش مجدد واکنش‌های عاطفی-احساسی در تعاملات زوج‌هاست. این واکنش‌ها به توسعه سبک‌های دلبستگی امن‌تر و الگوی متفاوت تعامل زوج‌ها، همدلی زوج‌ها نسبت به یکدیگر و تدوین الگوهای تعاملی جدید منتهی می‌شود [۲۳]. فرایند تغییر در زوج آموزش هیجان‌مدار با نه گام آموزشی سازمان‌دهی شده است. چهار گام اول مستلزم ارزیابی و شدت‌زدایی از چرخه تعاملی حامل مشکل است. سه گام میانی بر خلق وقایع خاص که باعث تغییر و جابجایی موقعیت‌های تعاملی و وقوع تعاملات پیوند آفرین کمک می‌کند، می‌پردازد و در گام آخر

3. Brown

1. emotion-focused therapy
2. early maladaptive schemas questionnaire

یافته‌ها

به منظور آزمون فرضیه‌ها از تحلیل کوواریانس دو عاملی و تحلیل واریانس دو عاملی استفاده شده است. در این پژوهش، پیش‌آزمون‌های بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری به عنوان متغیرهای کمکی (کوواریت‌ها) و پس‌آزمون‌ها، به عنوان متغیرهای وابسته تلقی شده‌اند. ضریب همبستگی بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون بریدگی و طرد ($r=0.71, p<0.001$)، ضریب همبستگی بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون خودگردانی و عملکرد مختل ($r=0.65, p<0.002$)، ضریب همبستگی بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون دیگر جهت‌مندی ($r=0.74, p<0.001$)، ضریب همبستگی بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ($r=0.66, p<0.001$) به دست آمد. با توجه به همبستگی‌های به دست آمده، مفروضه خطی بودن روابط بین متغیرهای کمکی (کوواریت‌ها) و وابسته محقق شده است.

هنگامی که متغیرهای کمکی (کوواریت‌ها) با یکدیگر همبستگی بالایی در حدود $r=0.90$ دارند، با شرایطی مواجه می‌شویم که هم‌خطی چندگانه نامیده می‌شود. این پدیده مهمی است که در آزمون‌های تحلیل چند متغیری باید از آن اجتناب کرد. در پژوهش حاضر پیش‌آزمون‌های بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری به عنوان متغیرهای کمکی (کوواریت) تلقی شدند. همبستگی بین پیش‌آزمون‌های بریدگی و طرد و خودگردانی و عملکرد مختل ($r=0.70, p<0.001$)، بریدگی و طرد و محدودیت‌های مختل ($r=0.55, p<0.001$)، بریدگی و طرد و دیگر جهت‌مندی ($r=0.65, p<0.001$)، بریدگی و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ($r=0.71, p<0.001$)، خودگردانی و عملکرد مختل و محدودیت‌های مختل ($r=0.43, p<0.001$)، خودگردانی و عملکرد مختل و دیگر جهت‌مندی ($r=0.59, p<0.001$)، خودگردانی و عملکرد مختل و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ($r=0.55, p<0.001$)، محدودیت‌های مختل و دیگر جهت‌مندی ($r=0.61, p<0.001$)، محدودیت‌های مختل و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ($r=0.52, p<0.001$)، و دیگر جهت‌مندی و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ($r=0.67, p<0.001$) به دست آمد. با توجه به همبستگی به دست آمده، از مفروضه هم‌خطی بودن چندگانه بین متغیرهای کمکی (کوواریت‌ها) اجتناب شده است.

تحلیل کوواریانس دارای این فرض است که واریانس درون هر خانه از جدول داده‌ها باید یکسان باشد. اندازه نامساوی خانه مسئله جدی ایجاد نمی‌کند اما نباید مقدار هر خانه چهار برابر کوچکترین خانه باشد. اگر چنین باشد (به دلیل افت شرکت کننده‌ها یا هر علت دیگری) واریانس‌های خانه‌ها باید مورد بررسی قرار گیرند تا اطمینان حاصل شود که هیچ خانه‌ای واریانس به بزرگی ۱۰ برابر

همگرایی پرسشنامه را با ابزارهای اندازه‌گیری درماندگی روان-شناختی، اعتماد به نفس، آسیب‌پذیری شناختی برای نشانگان اختلال افسردگی و اختلال شخصیت مورد بررسی قرار دادند که نتایج نشان داد این پرسشنامه با صفات مثبت از قبیل اعتماد به نفس و عاطفه مثبت، ارتباط منفی، و با صفاتی از قبیل اختلال شخصیت، درماندگی، عاطفه منفی و اختلال عملکرد، ارتباط مثبت دارد. این پرسشنامه در ایران توسط آهی و همکاران (۱۳۸۶) ترجمه و آماده اجرا شده و همسانی درونی آن برحسب آلفای کرونباخ در گروه مونت ۰/۹۷ و در گروه مذکر ۰/۹۸ گزارش شده است. خدابخشی کولایی و همکاران (۱۳۹۳) نیز در پژوهش خود ضریب پایایی این پرسشنامه را از طریق روش آلفای کرونباخ ۰/۹۶ گزارش نموده‌اند. در پژوهش حاضر جهت سنجش ضریب پایایی این پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ استفاده گردید که ضریب ۰/۸۹ به دست آمد.

پرسشنامه رضایت زناشویی: در پژوهش حاضر جهت سنجش رضایت زناشویی از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ^۱ که توسط اولسون^۲ و همکاران (۱۹۸۳) تهیه شده است، استفاده گردید. این پرسشنامه به منظور ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا و شناسایی زمینه‌های قدرت و پربارسازی روابط زناشویی به کار می‌رود، پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ دارای دو فرم ۱۱۵ و ۱۲۵ ماده‌ای است که در پژوهش حاضر از فرم ۱۱۵ ماده‌ای آن استفاده گردید. فرم ۱۱۵ ماده‌ای این پرسشنامه ۱۱ مؤلفه تحریف آرمانی، رضایت از رابطه، مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندپروری، خانواده و دوستان، مساوات طلبی و جهت‌گیری مذهبی را مورد سنجش قرار می‌دهد و پاسخ‌های آن بر اساس لیکرت پنج درجه‌ای از ۱ (برای کاملاً مخالفم) تا ۵ (برای کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شوند. در زمینه روایی و پایایی این پرسشنامه تحقیقات گسترده‌ای انجام داده است، به طوری که میزان پایایی آزمون به روش بازآزمایی بین ۰/۶۵ تا ۰/۹۴ و قدرت تمیز آن ۰/۹۰ گزارش شده است. این پرسشنامه همچنین از روایی سازه و ملاک خوبی برخوردار است. ضریب همبستگی این پرسشنامه با مقیاس رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶۰ و با مقیاس رضایت از زندگی از ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشانه دهنده روایی سازه خوب آن است. کلیه مؤلفه‌های این پرسشنامه زوج‌های راضی و ناراضی را متمایز می‌کند و این نشانه دهنده روایی ملاک بالای این پرسشنامه است. اولسون (۱۹۸۹) در پژوهش خود ضریب پایایی این پرسشنامه را از طریق روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش نموده است. سلیمانیان (۱۳۷۶) ضریب پایایی فرم کوتاه پرسشنامه را از طریق روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ گزارش نموده‌اند. در پژوهش حاضر جهت سنجش ضریب پایایی این پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ استفاده گردید که ضریب ۰/۸۷ به دست آمد.

1. enrich marital satisfaction questionnaire

2. Olson

اندازه کوچکتین واریانس نداشته باشد. اگر چنین شد داده‌ها را باید یا تبدیل لگاریتمی یا تبدیل به نمرات معیار (Z) کرد. در پژوهش حاضر قبل از تحلیل داده‌ها برای بررسی همگنی واریانس متغیرها از آزمون لوین^۱ استفاده شد (توچیم^۲؛ ۲۰۰۱؛ به نقل از حاجی یخچالی، ۱۳۸۹). جدول ۲ نتایج آزمون‌های همگنی واریانس لوین متغیرهای وابسته پژوهش را در مرحله پس‌آزمون نشان می‌دهد. همانطور که نتایج مندرج در جدول ۲ نشان می‌دهند، آزمون لوین در مرحله پس‌آزمون در متغیرهای بریدگی و طرد ($F=0/498$ و $P>0/685$)، خودگردانی و عملکرد مختل ($F=0/387$ و $P>0/763$)، محدودیت‌های مختل ($F=1/058$ و $P>0/372$)، دیگر جهت‌مندی ($F=2/090$ و $P>0/109$)، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ($F=0/954$ و $P>0/519$)، تحریف آرمانی ($F=0/582$ و $P>0/628$)، رضایت از رابطه ($F=2/021$ و $P>0/118$)، مسائل شخصیتی ($F=1/006$ و $P>0/395$)، ارتباط ($F=1/952$ و $P>0/128$)، حل تعارض ($F=1/028$ و $P>0/385$)، مدیریت مالی ($F=1/925$ و $P>0/133$)، فعالیت‌های اوقات فراغت ($F=0/275$ و $P>0/843$)، رابطه جنسی ($F=1/781$ و $P>0/158$)، فرزندپروری ($F=1/962$ و $P>0/127$)، خانواده و دوستان ($F=1/913$ و $P>0/135$)، مساوات طلبی ($F=0/223$ و $P>0/880$)، جهت‌گیری مذهبی ($F=1/477$ و $P>0/227$) و غیرمعنی‌دار می‌باشند. بنابراین واریانس خطای گروه‌ها در متغیرهای پژوهش به طور معنی‌داری متفاوت نیستند و فرض همگنی واریانس آن‌ها در مرحله پس‌آزمون تأیید می‌شود.

جدول ۱. نتایج آزمون لوین جهت برابری واریانس خطای متغیرهای وابسته در مرحله پس‌آزمون

متغیر وابسته	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	F	سطح معنی‌داری
بریدگی و طرد	۳	۷۶	۰/۴۹۸	۰/۶۸۵
خودگردانی و عملکرد مختل	۳	۷۶	۰/۳۸۷	۰/۷۶۳
محدودیت‌های مختل	۳	۷۶	۱/۰۵۸	۰/۳۷۲
دیگر جهت‌مندی	۳	۷۶	۲/۰۹۰	۰/۱۰۹
گوش به زنگی بیش از حد و بازداری	۳	۷۶	۰/۹۵۴	۰/۵۱۹
تحریف آرمانی	۳	۷۶	۰/۵۸۲	۰/۶۲۸
رضایت از رابطه	۳	۷۶	۲/۰۲۱	۰/۱۱۸
مسائل شخصیتی	۳	۷۶	۱/۰۰۶	۰/۳۹۵
ارتباط	۳	۷۶	۱/۹۵۲	۰/۱۲۸
حل تعارض	۳	۷۶	۱/۰۲۸	۰/۳۸۵
مدیریت مالی	۳	۷۶	۱/۹۲۵	۰/۱۳۳
فعالیت‌های اوقات فراغت	۳	۷۶	۰/۲۷۵	۰/۸۴۳
رابطه جنسی	۳	۷۶	۱/۷۸۱	۰/۱۵۸
فرزندپروری	۳	۷۶	۱/۹۶۲	۰/۱۲۷
خانواده و دوستان	۳	۷۶	۱/۹۱۳	۰/۱۳۵
مساوات طلبی	۳	۷۶	۰/۲۲۳	۰/۸۸۰
جهت‌گیری مذهبی	۳	۷۶	۱/۴۷۷	۰/۲۲۷

یکی دیگر از مفروضه‌های تحلیل کوواریانس و تحلیل واریانس، مربوط به همگنی کوواریانس‌ها است. فرض همگنی کوواریانس‌ها به دنبال بررسی این مسأله است که آیا نمونه‌ها از جامعه‌هایی با کوواریانس‌های مساوی انتخاب شده‌اند یا نه. هرگاه این فرض برآورده شود، داده‌های حاصل از این دو نمونه را می‌توان برای بدست آوردن برآوردی بدون ارباب از واریانس جامعه، با یکدیگر ترکیب کرد. جهت بررسی همگن بودن ماتریس‌های کوواریانس متغیرهای پژوهش از آزمون ام. باکس^۳ استفاده می‌شود. بر اساس سطح

معناداری بدست آمده در این آزمون، می‌توان در خصوص همگنی یا عدم همگنی ماتریس‌های کوواریانس قضاوت نمود. بدین صورت که اگر سطح معناداری بدست آمده بزرگ‌تر از $P>0/05$ باشد، ماتریس‌ها برابرند و بالعکس. جدول ۳ نتایج حاصل از بررسی همگنی کوواریانس‌ها را در مرحله پس‌آزمون نشان می‌دهد.

3. Box's M

1. Leven's test of equality variances

2. Torchim

جدول ۲. نتایج بررسی همگنی کوواریانس‌ها در مرحله پس‌آزمون

متغیر	آماره آزمون	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی‌داری
طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه	۴۱/۵۷۰	۰/۸۱۳	۴۵	۱۴۲۹۷/۲۹۰	۰/۸۱۰
رضایت زناشویی	۳۶۵/۶۵۸	۱/۱۰۷	۲۳۴	۱۲۳۵۸/۷۰۲	۰/۱۲۷

بنابراین مفروضه همگنی کوواریانس‌های رضایت زناشویی در مرحله پس‌آزمون تأیید می‌شود. برای بررسی اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه زوجین در دوران عقد، و مقایسه این اثربخشی در زنان و مردان، ابتدا یک تحلیل کوواریانس دو عاملی چندمتغیری روی داده‌ها انجام گرفت. نتایج تحلیل کوواریانس دو عاملی چندمتغیری در جدول ۴ آمده است.

همان‌طور که نتایج مندرج در جدول ۳ نشان می‌دهد، مقدار آماره آزمون باکس مربوط به طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در مرحله پس‌آزمون برابر با ۴۱/۵۷۰ به دست آمد که در سطح ۰/۸۱۰ قرار دارد و از لحاظ آماری معنی‌دار است. بنابراین مفروضه همگنی کوواریانس‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در مرحله پس‌آزمون تأیید می‌شود. علاوه بر این، مقدار آماره آزمون باکس مربوط به رضایت زناشویی در مرحله پس‌آزمون برابر با ۳۶۵/۶۵۸ به دست آمد که در سطح ۰/۱۲۷ قرار دارد و از لحاظ آماری معنی‌دار است.

جدول ۳. خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس دو عاملی چندمتغیری برای مقایسه میانگین نمره‌های پس‌آزمون طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

منبع تغییرات	آزمون	ارزش	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معنی‌داری
گروه	اثر پیلایی	۰/۹۳۹	۲۰۶/۷۱۴	۵	۶۷	۰/۰۰۱
	لمبدای ویلکز	۰/۰۶۱	۲۰۶/۷۱۴	۵	۶۷	۰/۰۰۱
	اثر هتلینگ	۱۰/۴۴۰	۲۰۶/۷۱۴	۵	۶۷	۰/۰۰۱
	بزرگترین ریشه روی	۱۰/۱۸۴	۲۰۶/۷۱۴	۵	۶۷	۰/۰۰۱
جنسیت	اثر پیلایی	۰/۰۸۸	۱/۲۹۱	۵	۶۷	۰/۲۷۸
	لمبدای ویلکز	۰/۹۱۲	۱/۲۹۱	۵	۶۷	۰/۲۷۸
	اثر هتلینگ	۰/۰۹۶	۱/۲۹۱	۵	۶۷	۰/۲۷۸
	بزرگترین ریشه روی	۰/۰۹۶	۱/۲۹۱	۵	۶۷	۰/۲۷۸
گروه * جنسیت	اثر پیلایی	۰/۰۸۴	۱/۲۳۵	۵	۶۷	۰/۳۰۳
	لمبدای ویلکز	۰/۹۱۶	۱/۲۳۵	۵	۶۷	۰/۳۰۳
	اثر هتلینگ	۰/۰۹۲	۱/۲۳۵	۵	۶۷	۰/۳۰۳
	بزرگترین ریشه روی	۰/۰۹۲	۱/۲۳۵	۵	۶۷	۰/۳۰۳

همان‌طور که نتایج مندرج در جدول ۵ نشان می‌دهد، نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای متغیر بریدگی و طرد که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ بریدگی و طرد تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون بریدگی و طرد گروه آزمایش ۷۵/۳۰ و گروه کنترل ۹۱/۵۵ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، بریدگی و طرد گروه آزمایش در پس‌آزمون با گروه کنترل تفاوت معنی‌داری دارد. نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای متغیر خودگردانی و عملکرد مختل که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ خودگردانی و عملکرد مختل تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون خودگردانی و عملکرد مختل گروه آزمایش ۵۹/۸۰ و گروه کنترل ۶۹/۷۷ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، خودگردانی و عملکرد مختل گروه آزمایش در پس‌آزمون با

همان‌طور که نتایج مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهد، در مرحله پس‌آزمون بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ حداقل یکی از مؤلفه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه (بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری) تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($F=۲۰۶/۷۱۴$ و $P<۰/۰۰۱$). از سوی دیگر، در مرحله پس‌آزمون بین زنان و مردان از لحاظ هیچ یک از مؤلفه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه تفاوت معنی‌داری وجود ندارد ($F=۱/۲۹۱$ و $P>۰/۲۷۸$). همچنین نتایج نشان می‌دهد که در سطوح تعامل گروه و جنسیت نیز در هیچ یک از مؤلفه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه تفاوت معنی‌داری وجود ندارد ($F=۱/۲۳۵$ و $P>۰/۳۰۳$). به منظور بررسی نقطه این تفاوت، تحلیل کوواریانس دو عاملی تک متغیری در متن مانکوا روی نمره‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه انجام شد که نتایج آن در جدول ۵ ارائه شده است.

کنترل ۵۴/۲۷ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، دیگر جهت‌مندی گروه آزمایش در پس‌آزمون با گروه کنترل تفاوت معنی‌داری دارد. نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای متغیر گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ($F=۴۰۴/۰۹۷$ و $P<۰/۰۰۱$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ گوش به زنگی بیش از حد و بازداری تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون گوش به زنگی بیش از حد و بازداری گروه آزمایش ۵۸/۰۷ و گروه کنترل ۶۷/۲۰ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری گروه آزمایش در پس‌آزمون با گروه کنترل تفاوت معنی‌داری دارد.

گروه کنترل تفاوت معنی‌داری دارد. نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای متغیر محدودیت‌های مختل ($F=۵۰/۷۲۳$ و $P<۰/۰۰۱$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ محدودیت‌های مختل تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون محدودیت‌های مختل گروه آزمایش ۲۹/۳۲ و گروه کنترل ۳۳/۴۵ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، محدودیت‌های مختل گروه آزمایش در پس‌آزمون با گروه کنترل تفاوت معنی‌داری دارد. نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای متغیر دیگر جهت‌مندی ($F=۱۸۲/۸۸۵$ و $P<۰/۰۰۱$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ دیگر جهت‌مندی تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون دیگر جهت‌مندی گروه آزمایش ۴۶/۳۲ و گروه

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس دو عاملی تک متغیره برای بررسی تفاوت پس‌آزمون طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

منبع تغییرات	منبع شاخص‌ها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
گروه	بریدگی و طرد	۴۱۳۳/۱۹۴	۱	۴۱۳۳/۱۹۴	۲۶۵/۱۸۳	۰/۰۰۱
	خودگردانی و عملکرد مختل	۱۷۸۱/۶۶۶	۱	۱۷۸۱/۶۶۶	۱۴۹/۲۲۹	۰/۰۰۱
	محدودیت‌های مختل	۳۳۵/۸۰۷	۱	۳۳۵/۸۰۷	۵۰/۷۲۳	۰/۰۰۱
	دیگر جهت‌مندی	۱۱۸۶/۲۷۷	۱	۱۱۸۶/۲۷۷	۱۸۳/۸۵۵	۰/۰۰۱
جنسیت	گوش به زنگی بیش از حد و بازداری	۱۶۱۲/۲۶۱	۱	۱۶۱۲/۲۶۱	۴۰۴/۰۹۷	۰/۰۰۱
	بریدگی و طرد	۱۴/۰۵۸	۱	۱۴/۰۵۸	۰/۹۰۲	۰/۳۴۵
	خودگردانی و عملکرد مختل	۱۱/۹۴۳	۱	۱۱/۹۴۳	۱/۰۰۰	۰/۳۲۱
	محدودیت‌های مختل	۰/۴۵۴	۱	۰/۴۵۴	۰/۰۳۸	۰/۸۴۵
گروه * جنسیت	دیگر جهت‌مندی	۱۳/۹۹۹	۱	۱۳/۹۹۹	۲/۱۷۰	۰/۱۴۵
	گوش به زنگی بیش از حد و بازداری	۸/۷۲۵	۱	۸/۷۲۵	۲/۱۸۷	۰/۱۴۴
	بریدگی و طرد	۲/۰۶۰	۱	۲/۰۶۰	۰/۱۳۲	۰/۷۱۷
	خودگردانی و عملکرد مختل	۱۱/۲۷۹	۱	۱۱/۲۷۹	۰/۹۴۵	۰/۳۳۴
	محدودیت‌های مختل	۰/۴۵۴	۱	۰/۴۵۴	۰/۰۶۹	۰/۷۹۴
	دیگر جهت‌مندی	۱۱/۲۳۷	۱	۱۱/۲۳۷	۱/۷۴۲	۰/۱۹۱
	گوش به زنگی بیش از حد و بازداری	۰/۶۹۲	۱	۰/۶۹۲	۲/۴۲۹	۰/۱۲۴

وجود ندارد. نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای متغیر دیگر جهت‌مندی ($F=۲/۱۷۰$ و $P>۰/۱۴۵$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین زنان و مردان از لحاظ اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر دیگر جهت‌مندی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای متغیر گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ($F=۲/۱۸۷$ و $P>۰/۱۴۴$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین زنان و مردان از لحاظ اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر گوش به زنگی بیش از حد و بازداری تفاوت معنی‌داری وجود ندارد.

برای بررسی اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر رضایت زناشویی زوجین در زندگی مشترک، و مقایسه این اثربخشی در زنان و مردان، ابتدا یک تحلیل واریانس دو عاملی چندمتغیری روی داده‌ها انجام

علاوه بر این، برای جنسیت، نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای متغیر بریدگی و طرد ($F=۰/۹۰۲$ و $P>۰/۳۴۵$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین زنان و مردان از لحاظ اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر بریدگی و طرد تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای متغیر خودگردانی و عملکرد مختل ($F=۱/۰۰۰$ و $P>۰/۳۲۱$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین زنان و مردان از لحاظ اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر خودگردانی و عملکرد مختل تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. نسبت F تحلیل کوواریانس تک متغیری برای متغیر محدودیت‌های مختل ($F=۰/۰۳۸$ و $P>۰/۸۴۵$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین زنان و مردان از لحاظ اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر محدودیت‌های مختل تفاوت معنی‌داری

گرفت. نتایج تحلیل واریانس دو عاملی چندمتغیری در جدول ۶ آمده است.

جدول ۵. خلاصه نتایج تحلیل واریانس دو عاملی چندمتغیری برای مقایسه میانگین نمره‌های پس‌آزمون رضایت زناشویی

منبع تغییرات	آزمون	ارزش	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معنی‌داری
گروه	اثر پیلابی	۰/۹۶۰	۱۳۰/۳۲۷	۱۲	۶۵	۰/۰۰۱
	لمبدای ویلکز	۰/۰۴۰	۱۳۰/۳۲۷	۱۲	۶۵	۰/۰۰۱
	اثر هنتلینگ	۲۴/۰۶۰	۱۳۰/۳۲۷	۱۲	۶۵	۰/۰۰۱
جنسیت	بزرگترین ریشه روی	۲۴/۰۶۰	۱۳۰/۳۲۷	۱۲	۶۵	۰/۰۰۱
	اثر پیلابی	۰/۱۵۵	۰/۹۹۶	۱۲	۶۵	۰/۴۶۲
	لمبدای ویلکز	۰/۸۴۵	۰/۹۹۶	۱۲	۶۵	۰/۴۶۲
گروه * جنسیت	اثر هنتلینگ	۰/۱۸۴	۰/۹۹۶	۱۲	۶۵	۰/۴۶۲
	بزرگترین ریشه روی	۰/۱۸۴	۰/۹۹۶	۱۲	۶۵	۰/۴۶۲
	اثر پیلابی	۰/۱۴۶	۰/۹۲۸	۱۲	۶۵	۰/۵۲۵
گروه * جنسیت	لمبدای ویلکز	۰/۸۵۴	۰/۹۲۸	۱۲	۶۵	۰/۵۲۵
	اثر هنتلینگ	۰/۱۷۱	۰/۹۲۸	۱۲	۶۵	۰/۵۲۵
	بزرگترین ریشه روی	۰/۱۷۱	۰/۹۲۸	۱۲	۶۵	۰/۵۲۵

نتایج نشان می‌دهد که در سطوح تعامل گروه و جنسیت نیز در هیچ یک از مؤلفه‌های رضایت زناشویی اولیه تفاوت معنی‌داری وجود ندارد ($F=۰/۹۲۸$ و $P>۰/۵۲۵$). به منظور بررسی نقطه این تفاوت، تحلیل واریانس دو عاملی تک متغیری در متن مانووا روی نمره‌های رضایت زناشویی انجام شد که نتایج آن در جدول ۷ ارائه شده است.

همانطور که نتایج مندرج در جدول ۶ نشان می‌دهد، در مرحله پس-آزمون بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ حداقل یکی از مؤلفه‌های رضایت زناشویی (تحریف آرمانی، رضایت از رابطه، مسائل شخصیتی، ارتباط، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندپروری، خانواده و دوستان، مساوات طلبی و جهت‌گیری مذهبی) تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($F=۱۳۰/۳۲۷$ و $P<۰/۰۰۱$). از سوی دیگر، در مرحله پس‌آزمون بین زنان و مردان از لحاظ هیچ یک از مؤلفه‌های رضایت زناشویی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد ($F=۰/۹۹۶$ و $P>۰/۴۶۲$). همچنین

جدول ۶. نتایج تحلیل واریانس دو عاملی تک متغیره برای بررسی تفاوت پس‌آزمون رضایت زناشویی

منبع تغییرات	منبع شاخص‌ها	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی‌داری
گروه	تحریف آرمانی	۵۷۷/۸۱۳	۱	۵۷۷/۸۱۳	۱۶۷/۴۵۰	۰/۰۰۱
	رضایت از رابطه	۹۵۹/۱۱۳	۱	۹۵۹/۱۱۳	۹۳/۶۶۲	۰/۰۰۱
	مسائل شخصیتی	۹۵۲/۲۰۰	۱	۹۵۲/۲۰۰	۱۳۷/۷۶۴	۰/۰۰۱
	ارتباط	۸۸۴/۴۵۰	۱	۸۸۴/۴۵۰	۸۸/۲۷۱	۰/۰۰۱
	حل تعارض	۴۸۵/۱۱۲	۱	۴۸۵/۱۱۲	۶۴/۵۴۰	۰/۰۰۱
	مدیریت مالی	۵۵۱/۲۵۰	۱	۵۵۱/۲۵۰	۹۷/۸۶۳	۰/۰۰۱
	فعالیت‌های اوقات فراغت	۵۶۱/۸۰۰	۱	۵۶۱/۸۰۰	۱۵۶/۶۸۶	۰/۰۰۱
	رابطه جنسی	۳۳۲/۱۱۳	۱	۳۳۲/۱۱۳	۳۵/۲۶۰	۰/۰۰۱
	فرزندپروری	۸۶۴/۶۱۳	۱	۸۶۴/۶۱۳	۲۷۹/۴۴۱	۰/۰۰۱
	خانواده و دوستان	۲۸۱/۲۵۰	۱	۲۸۱/۲۵۰	۴۶/۰۴۷	۰/۰۰۱
	مساوات طلبی	۱۸۹/۱۱۲	۱	۱۸۹/۱۱۲	۵۰/۸۱۳	۰/۰۰۱
	جهت‌گیری مذهبی	۵۶۱/۸۰۰	۱	۵۶۱/۸۰۰	۱۱۵/۱۷۹	۰/۰۰۱
	جنسیت	تحریف آرمانی	۰/۱۱۳	۱	۰/۱۱۳	۰/۰۳۳

رضایت از رابطه	۲/۸۱۳	۱	۲/۸۱۳	۰/۶۰۲
مسائل شخصیتی	۰/۰۵۰	۱	۰/۰۵۰	۰/۹۳۲
ارتباط	۶/۰۵۰	۱	۶/۰۵۰	۰/۴۴۰
حل تعارض	۲/۸۱۳	۱	۲/۸۱۳	۰/۵۴۳
مدیریت مالی	۰/۸۰۰	۱	۰/۸۰۰	۰/۷۰۷
فعالیت‌های اوقات فراغت	۷/۲۰۰	۱	۷/۲۰۰	۲/۰۰۸
رابطه جنسی	۵/۵۱۳	۱	۵/۵۱۳	۰/۴۴۷
فرزندپروری	۰/۶۱۳	۱	۰/۶۱۳	۰/۶۵۸
خانواده و دوستان	۰/۴۵۰	۱	۰/۴۵۰	۰/۷۸۷
مساوات طلبی	۹/۱۱۳	۱	۹/۱۱۳	۲/۴۴۸
جهت‌گیری مذهبی	۲/۴۵۰	۱	۲/۴۵۰	۰/۴۸۱
تحریف آرمانی	۵/۵۱۳	۱	۵/۵۱۳	۱/۵۹۸
رضایت از رابطه	۰/۰۱۳	۱	۰/۰۱۳	۰/۹۷۲
مسائل شخصیتی	۲/۴۵۰	۱	۲/۴۵۰	۰/۵۵۳
ارتباط	۰/۲۰۰	۱	۰/۲۰۰	۰/۸۸۸
حل تعارض	۰/۳۱۳	۱	۰/۳۱۳	۰/۸۳۹
مدیریت مالی	۴/۰۵۰	۱	۴/۰۵۰	۰/۳۹۹
فعالیت‌های اوقات فراغت	۰/۴۵۰	۱	۰/۴۵۰	۰/۷۲۴
رابطه جنسی	۰/۰۱۳	۱	۰/۰۱۳	۰/۹۷۱
فرزندپروری	۴/۵۱۳	۱	۴/۵۱۳	۱/۴۵۸
خانواده و دوستان	۶/۰۵۰	۱	۶/۰۵۰	۰/۳۲۳
مساوات طلبی	۰/۳۱۳	۱	۰/۳۱۳	۰/۷۷۳
جهت‌گیری مذهبی	۰/۰۵۰	۱	۰/۰۵۰	۰/۹۲۰

گروه * جنسیت

همان‌طور که نتایج مندرج در جدول ۷ نشان می‌دهد، نسبت F تحلیل واریانس تک متغیری برای متغیر تحریف آرمانی که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ تحریف آرمانی تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون تحریف آرمانی گروه آزمایش ۱۷/۱۲ و گروه کنترل ۱۱/۷۵ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، تحریف آرمانی گروه آزمایش در پس‌آزمون با گروه کنترل تفاوت معنی‌داری دارد. نسبت F تحلیل واریانس تک متغیری برای متغیر حل تعارض ($F=۶۴/۵۴۰$ و $P<۰/۰۰۱$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ حل تعارض تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون حل تعارض گروه آزمایش ۳۴/۶۰ و گروه کنترل ۲۹/۶۷ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، حل تعارض گروه آزمایش در پس‌آزمون با گروه کنترل تفاوت معنی‌داری دارد. نسبت F تحلیل واریانس تک متغیری برای متغیر مدیریت مالی ($F=۹۷/۸۶۳$ و $P<۰/۰۰۱$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ مدیریت مالی تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون مدیریت مالی گروه آزمایش ۳۲/۴۷ و گروه کنترل ۲۷/۲۲ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، مدیریت مالی گروه آزمایش در پس‌آزمون با گروه کنترل تفاوت معنی‌داری

همان‌طور که نتایج مندرج در جدول ۷ نشان می‌دهد، نسبت F تحلیل واریانس تک متغیری برای متغیر تحریف آرمانی که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ تحریف آرمانی تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون تحریف آرمانی گروه آزمایش ۱۷/۱۲ و گروه کنترل ۱۱/۷۵ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، تحریف آرمانی گروه آزمایش در پس‌آزمون با گروه کنترل تفاوت معنی‌داری دارد. نسبت F تحلیل واریانس تک متغیری برای متغیر رضایت از رابطه ($F=۹۳/۶۶۲$ و $P<۰/۰۰۱$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ رضایت از رابطه تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون رضایت از رابطه گروه آزمایش ۳۴/۶۵ و گروه کنترل ۲۷/۷۲ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، رضایت از رابطه گروه آزمایش در پس‌آزمون با گروه کنترل تفاوت معنی‌داری دارد. نسبت F تحلیل واریانس تک متغیری برای متغیر مسائل شخصیتی ($F=۱۳۷/۷۶۴$ و $P<۰/۰۰۱$) به دست آمد. این یافته نشان می‌دهد که بین گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ مسائل شخصیتی تفاوت وجود دارد. با توجه به نتایج مندرج در جدول ۱، میانگین پس‌آزمون مسائل شخصیتی گروه آزمایش ۳۴/۴۵ و گروه کنترل ۲۷/۵۵ است که نشان می‌دهد با کنترل پیش‌آزمون، مسائل شخصیتی

شامل نیازهای هیجانی بنیادین، تجربه‌های اولیه زندگی و سرشت هیجانی می‌باشند [۱۷]. بنابراین اثربخشی آموزش هیجان‌مدار نه بر اساس جنسیت افراد بلکه بر تغییر حیطه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه می‌باشد.

همان‌طور که نتایج نشان داد، آموزش هیجان‌مدار بر رضایت زناشویی زوجین در زندگی مشترک اثربخش بوده است. این یافته با نتایج سایر پژوهش‌ها [۲۶] [۲۷] [۱۷]. همسو و هماهنگ می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که رایج‌ترین مشکلی که زوج‌ها بیان می‌کنند، ناتوانی در برقراری ارتباط است. بیش از ۹۰ درصد زوج‌های آشفته این مشکل را به عنوان مسأله اصلی، در رابطه خود بیان می‌کنند [۲۸]. محققان و زوج‌ها هر دو معتقدند که وجود نقص در برقراری ارتباط به آشفته‌گی رابطه منجر می‌شود. هنگام بحث و گفتگو در مورد مشکلات، زوج‌های آشفته غالباً عجله و انتقاد می‌کنند و می‌خواهند یکدیگر را تغییر دهند. همچنین زوج‌های آشفته هنگام صحبت راجع به مشکلات به طور مداوم به یکدیگر گوش نمی‌دهند و از بحث پیرامون مشکلات طفره می‌روند [۲۹]. زوج‌های آشفته در مورد جنبه‌های مثبت رابطه‌شان با یکدیگر صحبت نمی‌کنند و یا در مورد احساساتشان همانند سایر زوج‌ها، خود افشایی ندارند. از این رو با توجه به اهمیت روابط در بین زوج‌ها، برقراری ارتباط و گفتگوی صمیمانه از اهداف مهم در رویکردهای زوج درمانی به شمار می‌رود. آموزش هیجان‌مدار بیان می‌کند که تأثیر متقابلی بین تعامل زوج‌ها و تجربه عاطفی درونی وجود دارد. به ویژه روابط آشفته ناشی از سبک پیوستگی‌های نامن هستند. دل‌بستگی ایمن هر یک از زوج‌ها به رضایتمندی از روابط مربوط و دل‌بستگی ناایمن با تخریب رابطه و عدم رضایتمندی فرد از روابط مربوط می‌گردد. دل‌بستگی ایمن بر رضایتمندی از رابطه از طریق ارتقاء ابراز صریح و صادقانه عواطف و هیجانات مثبت و منفی، سطح بالای خود افشایی و گفتگو و مذاکره دو جانبه در طی تعارضات تأثیر دارد. هدف آموزش هیجان‌مدار دسترسی و پردازش مجدد واکنش‌های عاطفی اساسی در تعاملات زوج‌ها است. این واکنش‌ها به توسعه سبک‌های دل‌بستگی امن‌تر، و الگوی متفاوت تعامل زوج‌ها، هم‌دلی زوج‌ها نسبت به تجارب یکدیگر و تدوین الگوهای تعاملی جدید منتهی می‌شود [۳۰]. روابط ایمن، سطوح بالاتری از اعتماد، صمیمیت، خشنودی و شیوه‌های ارتباطی بهتر را نشان می‌دهد؛ و تقویت رشته دل‌بستگی، سطوح صمیمیت در میان زوج را افزایش داده و تعهد زناشویی را قدرتمند می‌کند [۳۱].

بنابراین، آموزش هیجان‌مدار به هیجان به عنوان سیستمی علامت دهنده اولیه نگاه می‌کند که تعاملات کلیدی در سیستم خانواده و زوج را شکل می‌دهد. آموزش هیجان‌مدار پردازش مجدد تجارب و باز سازمان‌دهی تعاملات را با هدف خلق دل‌بستگی ایمن و ایجاد احساسی سرشار از امنیت به انجام می‌رساند. در این راستا، تمرکز آموزش هیجان‌مدار همواره بر مقولات مرتبط با دل‌بستگی-ایمنی، اعتماد و تماس و البته عوامل بلوکه کننده آن خواهد بود. آموزش هیجان‌مدار جهت آموزش مهارت‌های ارتباطی و گفتگو به همسران

هیجان‌مدار بر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه زوجین در دوران عقد اثربخش بوده است. این یافته با نتایج سایر پژوهش‌ها [۱۲] همسو و هماهنگ می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه موجب سوگیری در تفسیر رویدادها می‌شوند. این سوگیری‌ها در آسیب‌شناسی روانی به صورت سوء تفاهم، نگرش‌های تحریف شده، فرض‌های نادرست، هدف‌ها و انتظارات غیرواقع بینانه در همسران پدید می‌آیند و این سوء برداشت‌ها بر ادراک‌ها و ارزیابی‌های بعدی تأثیر می‌گذارند، زیرا طرح‌واره‌ها در مسیر زندگی تداوم دارند و بر چگونگی رابطه فرد با خود و دیگران به ویژه شریک زندگی تأثیر دارند [۲۴]. طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه باعث می‌گردد که افراد نتوانند دل‌بستگی‌های ارضا کننده و ایمن را با دیگران شکل بدهند. خانواده‌های این افراد که ریشه شکل‌گیری این حیطه در کودکی هستند، معمولاً ناپایدار، آزاردهنده، سرد، طرد کننده و منزوی از دنیای اطراف خود می‌باشند. در این افراد نیازهای بنیادین امنیت، آرامش خاطر، پذیرش، حمایت، ثبات، همدلی و راهنمایی به سبک قابل پیش‌بینی برآورده نشده است. این افراد معتقد هستند که از دیگران بالاتر و ارجح‌تر می‌باشند و بنابراین، مستحق دریافت حقوق ویژه‌اند. معمولاً این افراد هر کاری را در هر زمانی که دوست داشته باشند، بدون در نظر گرفتن واقعیت‌های موجود و ضرر به دیگران، انجام می‌دهند و به منظور کسب قدرت یا کنترل، تأکید اغراق‌آمیزی بر برتر بودن خود دارند. سعی بسیاری می‌کنند که بر دیگران غالب شوند، نقطه‌نظرهای خود را به دیگران تحمیل می‌کنند و رفتارهای دیگران را در جهتی که تمایل دارند، هدایت می‌کنند، بدون اینکه با آن‌ها همدلی داشته باشند و یا احساسات آن‌ها را در نظر بگیرند. این دسته از افراد دارای تأکید افراطی بر کسب تأیید، بازشناسی یا توجه از جانب دیگران دارند تا به این وسیله بتوانند یک تجربه ذهنی ایمن از خود به دست آورند. تجربه ذهنی فرد از اعتماد به نفس خودش، به طور بنیادین به واکنش‌های دیگران بستگی دارد. گاهی اوقات این طرح‌واره در این افراد، موجب تأکید اغراق‌آمیز بر ظاهر، توجه و احترام می‌شود. این افراد تأکید افراطی بر سرکوبی احساس‌های خودانگیخته، تکانه‌ها و انتخاب‌ها و پیروی از قوانین غیرقابل انعطاف و تدوین شده دارند، حتی اگر به قیمت از دست دادن شادی، بیان خود، آرامش، روابط بین فردی نزدیک و سلامتی باشد.

مطابق یافته‌های پژوهش بین زنان و مردان از لحاظ اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه زوجین در دوران عقد تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که طرح‌واره‌ها در طول دوران کودکی شکل گرفته‌اند و در واقع، حاصل تلاش فرد به منظور انطباق با رویدادهای زندگی و موقعیت‌های محیطی هستند [۲۵]. فریمن و فاسکو^(۲۰۰۴) معتقدند که طرح‌واره‌ها، مفروضه‌ها یا قوانین زیربنایی هستند که افکار و رفتارهای فرد را تحت کنترل خود دارند و در طول سال‌های زندگی فرد تحول یافته‌اند. می‌توان گفت که جنسیت افراد در شکل‌گیری و رشد طرح‌واره‌های ناسازگار نقشی ندارد و منشأ شکل‌گیری آن‌ها

با یکدیگر در تعامل هستند ولی در این میان هیجان‌ات جرقه آغازین هستند، جرقه‌ای که با بارقه خود ادراکات و رفتارهای پس‌آیند را به شدت تحت تأثیر قرار می‌دهند. در آموزش هیجان‌مدار، هیجان تعیین‌کننده‌ترین عامل در شکل‌دهی به درام‌های آشفتنه‌ساز ارتباطی قلمداد می‌شود، اما آنچه مایه خرسندی است آن است که همین عامل از مزیت پادزهر شدن نیز برخوردار است و پتانسیل بهبود این آشفتگی‌ها را نیز در خود نهفته دارد. این هیجان است که رفتارهای دل‌بسته‌گونه را سامان می‌دهد. در حقیقت آموزش هیجان‌مدار، هیجان‌ات و نقش آن‌ها را بازشناسی و سپس توسعه می‌دهند. در این رویکرد تجربه و سپس ابراز هیجان‌ات مثبت و منفی، آماج درمان و مهم‌ترین تسهیل‌کننده تغییر شناخته می‌شوند، امری که در سایر مدل‌های غیرتجربی به دیده اغماض نگریسته شده است [۳۱]. این رویکرد در خصوص مسائل زناشویی با توجه به توجه و تمرکز بر روابط بین فردی و هیجان‌ات مؤثر در این روابط فارغ از بحث جنسیت عمل کرده و یک رویکرد اثربخش در خصوص زنان و مردان می‌باشند.

Reference

1. Lu, F., Huang, X., Xu, E., Chung, C. N., & He, X. Instrumental love: Political marriage and family firm growth. *Management and Organization Review*, 2022. 18(2): p. 279-318.
2. Kelley, A. N. Being With/In Trauma: Entangling Agential Realism and Marriage and Family Therapy to Treat Traumatic Stress. *Journal of Feminist Family Therapy*, 2022. 34(1-2): p. 86-105.
3. Dong, S., Dong, Q., & Chen, H. Mothers' parenting stress, depression, marital conflict, and marital satisfaction: The moderating effect of fathers' empathy tendency. *Journal of affective disorders*, 2022. 299: p. 682-690.
4. Janovsky, T., Rock, A. J., Thorsteinsson, E. B., Clark, G. I., & Murray, C. V. The relationship between early maladaptive schemas and interpersonal problems: A meta-analytic review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 2020. 27(3): p. 408-447.
5. Paim, K. C., & Falcke, D. The experiences in the family of origin and the early maladaptive schemas as predictors of

اهتمامی نمی‌ورزد، چرا که معتقد است تا وقتی زوجها به واسطه درگیری با هیجان‌ات زیر ساختار رفتاری‌شان به آشفتگی دچارند، در بکارگیری این مهارت‌ها ناتوان خواهند بود. آموزش هیجان‌مدار عمدتاً روابط زوجی را یک رشته دل‌بسته‌مدار و نه یک معامله منطقی دوسویه در نظر می‌گیرد؛ لذا با فنونی همچون توافق بر رفتارهای تازه یا طرح قراردادهای جدید رابطه‌ای ندارد. فرض بر این است که یک زوج تنها در صورتی قادرند مهارت‌های اکتسابی در مواردی همچون مذاکرات را در عمل پیاده کنند که قبلاً به خلق رشته‌های ایمنی دل‌بستگی و آویختن آن به پیکره‌های ارتباطشان توفیق یافته باشند.

به طور کلی، با استفاده از مداخلات به کار گرفته شده در آموزش هیجان‌مدار زوج‌ها قادر می‌گردند که از هیجان‌ات خود آگاه شوند، آن‌ها را لمس کرده و نقش آن‌ها را در ایجاد چرخه‌های معیوب و مثبت ارتباطی کشف کرده و هیجان‌ات خود را از نو قاب‌گیری نمایند. اکتشاف هیجانی، بازسازی هیجانی-شناختی، در دسترس بودن، پاسخگو بودن هیجانی همسر، ایجاد همدلی، و پذیرش مثبت و بدون قید و شرط یکی از همسران منجر به پاسخگویی هیجانی و ابراز ناامنی‌های هیجانی در همسر او می‌گردد و در نهایت رشته‌های دل‌بستگی ناایمن شکل گرفته از قبل تضعیف شده و هر یک از زوج‌ها فضای امن عاطفی را تجربه می‌کنند. به نظر می‌رسد که مؤلفه هیجانی مهم‌ترین و در عین حال زیربنای رضایت زناشویی زوج‌ها محسوب می‌گردد و مداخلات به کار گرفته شده در این رویکرد می‌تواند با توجه به ساختار شناختی و هیجانی زوج‌های ایرانی نقش مهمی در افزایش رضایت زناشویی داشته باشد. در پژوهش دیویس (۲۰۱۱) بین سبک‌های دل‌بستگی و تمایلات، احساسات و رفتارهای جنسی، ارتباط قوی و معناداری مشاهده شده است. به نظر می‌رسد که راهبردهای عاطفی تنظیم نمودن نیازها، با سبک‌های دل‌بستگی، ارتباط داشته و در تلاش به منظور مذاکرات جنسی و رضایت از روابط جنسی مؤثر می‌افتد؛ به عبارت دیگر در فرایند آموزش هیجان‌مدار با تمرکز بر روی احساسات مثبت ساختاری و آموزش بیان نیازهای ارضا نشده و احساسات منفی، بدون حمله از طرف همسر تغییر می‌کنند.

همان‌طور که نتایج نشان داد بین زنان و مردان از لحاظ اثربخشی آموزش هیجان‌مدار بر رضایت زناشویی زوجین در زندگی مشترک تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. در تبیین این یافته می‌توان عنوان کرد که در آموزش هیجان‌مدار، فرایندهای هیجانی، سازمان دهنده‌ترین عنصر برای تمییز روابط کارآمد از ناکارآمدند. به نظر می‌رسد که شیوه‌های ره‌گزینی زوج‌ها در واکنش به تفاوت‌ها، ناهمگونی‌های دموگرافیک، نابرابری‌ها در روابط، شیوه‌های اثرگذاری تخریبی ادراکات و شناخت‌ها بر قضاوت‌های زوج‌ها، چرخه‌های ناکارآمد ارتباطی و تعارضات، همه و همه در ایجاد و حفظ هیجان منفی مشترک باشند. به عبارت دیگر، کلیه مقولات مذکور در نقطه‌ای به اشتراک می‌رسند و این نقطه همان تولید و ابقاء هیجان‌های منفی است. بی‌تردید شناخت، رفتار و هیجان همواره به شیوه‌های پیچیده

comparison of therapeutic and couple treatment plans for incompatible couples.

13. Latafti Brice, Ramin Qamari Kiwi, Hossein Kiani, Ahmad Reza Sheikh Al-Islami, Ali. Comparison of the effectiveness of primary therapy for strategic mindsets and anxiety therapy for conflict resolution styles in newly married couples with conflicts of interest. *Psychology*, 2021. 10(9): p. 186-1.

14. Nick Amal, Salehi, & Burmas. Effectiveness of proposed orphan medicine for marriage satisfaction. *Psychological Studies*, 2018. 13(4): p. 157-1

15. Keshavarz Afshar, Etamadi. Comparing the effectiveness of the model based on the analysis of personal structures with emotion-oriented therapy on marital satisfaction. *Family Counseling and Psychotherapy*, 2014. 3(4): p. 613-641.

16. Vazhappilly, J. J., & Reyes, M. E. S. Reyes, Efficacy of emotion-focused couples communication program for enhancing couples' communication and marital satisfaction among distressed partners. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 2018. 48(2): p. 79-88.

17. Lock, M., & Levi, A. Levi, The Effects of Emotion Focused Therapy and Narrative Therapy on Increasing Marital Satisfaction in Couples who have Experienced Recurrent Marital Infidelity. 2017.

18. Geller, S. M., & Greenberg, L. S. Greenberg, Therapeutic presence: A mindful approach to effective therapy. 2012: American Psychological Association.

19. Johnson, S. M., & Brubacher, L. L. Brubacher, Emotionally focused couple therapy: Empiricism and art, in *Handbook of family therapy*. 2015, Routledge. p. 326-348.

20. Wiebe, S. A., & Johnson, S. M. A review of the research in emotionally focused therapy for couples. *Family Process*, 2016. 55(3): p. 390-407.

marital violence in men and women. *Análise Psicológica*, 2018. 36(3): p. 279-293.

6. van Dijk, S. D., Bouman, R., Folmer, E. H., van Alphen, S. P., van den Brink, R. H., & Oude Voshaar, R. C. A Feasibility Study of Group Schema Therapy with Psychomotor Therapy for Older Adults with a Cluster B or C Personality Disorder. *Clinical Gerontologist*, 2022: p. 1-7.

7. Karney, B. R., & Bradbury, T. N. Bradbury, Research on marital satisfaction and stability in the 2010s: Challenging conventional wisdom. *Journal of marriage and family*, 2020. 82(1): p. 100-116.

8. Williamson, H.C. and J.A. Lavner, Trajectories of marital satisfaction in diverse newlywed couples. *Social Psychological and Personality Science*, 2020. 11(5): p. 597-604.

9. Wagner, S. A., Mattson, R. E., Davila, J., Johnson, M. D., & Cameron, N. M. Touch me just enough: The intersection of adult attachment, intimate touch, and marital satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2020. 37(6): p. 1945-1967.

10. Lamela, D., Figueiredo, B., Morais, A., Matos, P., & Jongenelen, I. Are measures of marital satisfaction valid for women with depressive symptoms? The examination of factor structure and measurement invariance of the Couple Satisfaction Index-4 across depression levels in Portuguese women. *Clinical psychology & psychotherapy*, 2020. 27(2): p. 214-219.

11. Sudani, Dastan, Naseer, Khajstemehr, & Rajabi. A comparison of the effectiveness of narrative couple therapy and complementary behavioral couple therapy on conflict resolution tactics for female victims of violence. *Women and Society*, 2015. 6(23): p. 1-12.

12. Hamad, A., K. Farhad, Aghaei Ahmad, Karazi Farhad, Farnam Ali (2017), A group

- Seedall, R. B. Randomized controlled trial of emotionally focused couple therapy compared to treatment as usual for depression: Outcomes and mechanisms of change. *Journal of marital and family therapy*, 2019. 45(3): p. 395-409.
30. Halford, W. K., & Snyder, D. K. Snyder, Universal processes and common factors in couple therapy and relationship education: Guest editors: W. Kim Halford and Douglas K. Snyder. 2012, Elsevier. p. 1-12.
31. Johnson, S.M. The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection. 2012: Routledge.
21. Dagleish, T. L., Johnson, S. M., Burgess, M, M, Lafontaine, M. F., Wiebe, S. A., & Tasca, G., A. Predicting change in marital satisfaction throughout emotionally focused couple therapy. *Journal of marital and family therapy*, 2015. 41(3): p. 276-291.
22. Greenberg, L. S., & Watson, J. C. Emotion-focused therapy for depression Washington. DC: American Psychological Association, 2006.
23. Halford, W.K. Best practice in couple relationship education. *Journal of marital and family therapy*, 2003. 29(3): p. 385-406.
24. Hawke, L. D., & Provencher, M. D. Provencher, Schema theory and schema therapy in mood and anxiety disorders: A review. *Journal of cognitive psychotherapy*, 2011. 25(4): p. 257-276.
25. Postler, K.B., H.M. Helms, and A.D. Anastopoulos, Examining the linkages between marital quality and anxiety: A meta-analytic review. *Family Process*, 2022: p. e12798.
26. Nik Amal Mitra, Yarmohammadi Parvaneh, Shadmanfar Nasrin, & Zanganeh Leila. The effectiveness of training to deal with anxiety, depression and interpersonal sensitivity on the mental health of middle-aged women
27. Keshavarz Afshar, Abedini, Kafi Chi Al-Hosseini, Asadi, & Jahan Bakshi. The role of emotional expressiveness and demographic factors in predicting women's marital satisfaction. *Pathology, counseling and family enrichment*, 2015, 1(1), 59-66.
28. Imani Rad, Golmohamedian, Moradi, Omid, Gudarzi, & Mahmoud.. The effectiveness of emotion-oriented couple therapy on forgiveness and communication beliefs of couples involved in breaking the marital contract. *Journal of Psychological Sciences*, 2021, 20(100), 653-665.
29. Wittenborn, A. K., Liu, T., Ridenour, T. A., Lachmar, E. M., Mitchell, E. A., &