

## بررسی تطبیقی اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار و زوج‌درمانی روایتی بر تعارضات زناشویی

علیرضا ترکان<sup>۱</sup>، هادی فرهادی<sup>۲</sup>، محسن گل‌پرور<sup>۳</sup>

### مقاله پژوهشی

#### چکیده

**زمینه و هدف:** آشفتگی روابط زوجی از جمله شایع‌ترین عوامل استرس‌زای دهه‌های اخیر است که تأثیر منفی قابل‌توجهی بر رضایت زوجین و فرزندان آن‌ها دارد. این پژوهش باهدف مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار (Emotional-Focused Couple Therapy یا EFCT) و روایتی (Narrative Couple Therapy یا NCT) بر تعارضات زناشویی (Marital conflicts) انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** طرح پژوهش حاضر از نوع کار آزمایشی بالینی بود. نمونه آماری شامل ۴۵ نفر از زوجین ناسازگار مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهرستان اصفهان بود. شرکت‌کنندگان به‌طور تصادفی در سه گروه ۱۵ نفری به نام گروه EFCT، NCT و کنترل گمارده شدند. شرکت‌کنندگان با استفاده از پرسشنامه تعارضات زناشویی (Marital Conflict Questionnaire یا MCQ)، در پیش‌آزمون و پس‌آزمون مورد ارزیابی قرار گرفتند. داده‌ها به روش تحلیل کوواریانس چند متغیری تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** هر دو رویکرد NCT و EFCT در مرحله پس‌آزمون موجب بهبودی معنادار تعارضات زناشویی نسبت به گروه کنترل در همه سطوح تعارضات زناشویی شدند.

**نتیجه‌گیری:** به‌طور کلی بیشترین کاهش تعارضات زناشویی به ترتیب در گروه‌های EFCT، NCT و کنترل مشاهده شد. در واقع شاید بتوان گفت EFCT در کاهش تعارضات زناشویی نسبت به NCT اثربخشی بیشتری داشته است.

**واژه‌های کلیدی:** تعارضات زناشویی، زوج‌درمانی روایتی، زوج‌درمانی هیجان‌مدار.

**ارجاع:** ترکان علیرضا، فرهادی هادی، گل‌پرور محسن. بررسی تطبیقی اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار و زوج‌درمانی روایتی بر تعارضات زناشویی. مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۳۹۷؛ ۱۷(۱): ۱۷۰-۱۵۹.

پذیرش مقاله: ۱۳۹۸/۰۲/۲۴

دریافت مقاله: ۱۳۹۷/۰۳/۲۸

- ۱- دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.
- ۲- استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران
- ۳- دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

Email: [farhadihadi@yahoo.com](mailto:farhadihadi@yahoo.com)

نویسنده مسئول: هادی فرهادی

## مقدمه

تعارض زناشویی (Marital conflict) نوعی عدم توافق مداوم و معنادار بین زن و شوهر است که حداقل یکی از آن‌ها آن را گزارش می‌دهد (۱). تعارض زناشویی می‌تواند شامل اختلاف نظر، عدم توافق، بی‌زاری‌ها و تنش‌ها باشد (۲). همچنین می‌تواند شامل دامنه گسترده‌ای از آزارهای کلامی و جسمانی تا رفتارها و ویژگی‌های شخصیتی باشد (۳). تعارضات زناشویی در شدت، تکرار، محتوا و نیت باهم متفاوت‌اند و ممکن است آشکار یا پنهان باشند (۴). زوج‌درمانی روایتی (Narrative Couple Therapy یا NCT) یکی از رویکردهایی است که توسط Epston و White و مبتنی بر زوج‌درمانی روایتی (NCT) پارادایم پست‌مدرن ارائه شده است. رویکرد NCT آشفتگی زوجی را ناشی از روایت‌های اشباع شده از مشکل تبیین می‌کند. این روایت‌ها هویت زوجین را شکل داده و فرآیندهای شناختی و درنهایت رفتارهای فعلی آن‌ها و شیوه مقابله با چالش‌های آینده را تحت تأثیر قرار می‌دهد. رویکرد NCT به زوجین آشفته کمک می‌کند تا با بازسازی و بازگویی روایت‌های جدید به گزینه‌های پیش روی خود وسعت بخشیده و تجربه نوینی را از زندگی مشترک داشته باشند (۵). سودانی و همکاران در پژوهش خود نشان دادند که NCT باعث بهبود صمیمیت، الگوهای ارتباطی و افزایش رضایت زناشویی زوجین می‌شود (۶). زوج‌درمانی هیجان مدار (EFCT) یکی دیگر از مدل‌های زوج‌درمانی است که توسط Johnson و Greenberg ابداع شده است. در این رویکرد تعارضات زناشویی ناشی از دلبستگی ناایمن یا آسیب‌های دلبستگی است که باعث تحریک هیجان‌های اولیه و زیربنایی نظیر اضطراب یا ترس از ترک شدن در فرد می‌شود، ولی اغلب افراد از اظهار این هیجان‌ها به همسر خود اجتناب می‌کنند زیرا باعث می‌شود آن‌ها افرادی ضعیف و آسیب‌پذیر به نظر برسند. لذا به جای هیجان‌های اولیه، هیجان‌های ثانویه دیگری نظیر خشم را ابراز می‌کنند و در اثر ابراز مکرر این هیجان‌های ثانویه زوجین در دام الگوهای تعاملی منفی گیر می‌کنند که حالت خود-تقویت کننده دارد و به نوبه خود آشفتگی رابطه زوج را شدیدتر می‌کند (۷). نتایج پژوهش Johnson و Greenberg نشان داد که سازگاری زناشویی در گروه EFCT به صورت معناداری از گروه شناختی بالاتر بود.

پژوهش‌های آزمایشی مکرر نشان داده‌اند که رویکرد EFCT در درمان تعارضات زناشویی مؤثر بوده است (۸). با توجه به اثرات منفی آشفتگی رابطه زوجی بر سلامت زیستی، روان‌شناختی و اجتماعی زوجین و فرزندان آن‌ها، عدم وجود پژوهشی درباره مقایسه اثربخشی NCT با EFCT و همچنین تقریباً تمام پژوهش‌های پیشین به صورت تک‌بعدی به بررسی ابعاد رفتاری، شناختی و هیجانی پرداخته‌اند و این سه بعد اساسی با توجه به وجود علیت حلقوی بین آن‌ها به صورت هم‌زمان و در یک نگاه سیستمی مورد بررسی قرار نگرفته‌اند، هدف پژوهش حاضر بررسی تفاوت‌های موجود در اثربخشی بین دو رویکرد NCT و EFCT بر تعارضات زناشویی زوجین متعارض بود. سؤال اصلی این پژوهش این است که آیا NCT و EFCT بر تعارضات زناشویی زوج‌های دارای تعارض در روابط خود اثربخش است؟

## مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون است. این پژوهش با استفاده از دو گروه آزمایشی و یک گروه کنترل با جایگزینی تصادفی انجام شد. جامعه آماری این پژوهش عبارت بود از کلیه زوجینی که به دلیل عدم رضایت زناشویی و تعارضات زناشویی برای بهبود رابطه خود به مراکز سلامت و مشاوره شهر اصفهان در سال ۱۳۹۷ مراجعه کردند. ملاک‌های ورود شامل عدم ابتلا به اختلال مصرف مواد، عدم دریافت خدمات روان‌پزشکی و استفاده از دارو، نداشتن اختلال حاد روانی شخصیتی، نداشتن تعارض‌های حاد و بحرانی یا در آستانه طلاق بودن به عنوان شرایط خروج و داشتن حداقل یک سال و حداکثر ۶ سال سابقه زندگی مشترک و حضور زن و شوهر تا پایان جلسات درمانی به عنوان شرایط ورود به پژوهش در نظر گرفته شد. بر اساس ملاک‌های ورود و خروج ۴۵ نفر انتخاب شدند که در سه گروه ۱۵ نفری NCT، EFCT و کنترل قرار گرفتند. طول دوره اجرای مداخلات درمانی ۴ تا ۵ جلسه در هفته‌های متناوب برای هر زوج و به مدت یک ساعت بود. میانگین سنی این افراد در گروه NCT  $38/13 \pm 6/02$  سال، در گروه EFCT  $34/40 \pm 9/45$  سال و در گروه کنترل

به دست آمده است (۱۱). در مطالعه حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه به صورت کلی برابر با ۰/۸۴۶ بود. برای هفت بعد کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی به ترتیب برابر با ۰/۷۱۸، ۰/۸۲۳، ۰/۹۰۱، ۰/۸۴۲، ۰/۸۹۵، ۰/۹۱۰ و ۰/۸۳۹ به دست آمد. محتوای مداخلات انجام شده در گروه های آزمایشی EFCT (۱۲)، NCT (۱۳) در جدول ۱ و ۲ ارائه شده است. مداخلات درمانی EFCT و NCT در جدول شماره ۱ و ۲ به طور خلاصه گزارش شده است. زوج درمانی هیجان مدار (EFCT) برگرفته از یکی دیگر از مدل های زوج درمانی است که توسط Johnson و Greenberg ابداع شده است و دیدگاه زوج درمانی روایتی یکی از رویکردهایی است که توسط White و Epston و مبتنی بر زوج درمانی روایتی (NCT) پارادایم پست مدرن ارائه شده است.

۸۱/۸±۳۳/۶۰ سال بود. از نرم افزار SPSS نسخه ۱۸ برای تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شد.

**پرسشنامه تعارضات زناشویی ( Marital Conflict Questionnaire یا MCQ):** از این آزمون برای پیش آزمون و پس آزمون استفاده شد. این پرسشنامه ۴۲ سؤال دارد و شامل هفت بعد یا زمینه تعارضات زناشویی (کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان و جدا کردن امور مالی از یکدیگر) است. این پرسشنامه از روایتی محتوایی خوبی برخوردار است. در مرحله تحلیل مواد آزمون، پس از اجرای مقدماتی و محاسبه همبستگی هر سؤال با کل پرسشنامه و مقیاس های آن، ۱۳ سؤال از ۵۵ سؤال اولیه حذف شده است (۹). در پژوهشی همبستگی مؤلفه های MCQ با نمره کل تعارضات زناشویی ۰/۳۱ تا ۰/۸۲ گزارش شده است (۱۰). در پژوهشی دیگر ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۷۱ و برای هفت مؤلفه آن ۰/۶۰ تا ۰/۸۱

#### جدول ۱. خلاصه محتوای جلسات EFCT

جلسات	کامها	محتوای جلسات
جلسه اول	گام اول	برقراری رابطه درمانی مشارکتی، توصیف و استخراج مسائل مشکل آفرین رابطه زوجین در بستر آسیب ها و نیازهای دلبستگی.
	گام دوم	جهت دهی به زوجین در راستای تشخیص و توصیف چرخه های تعاملی منفی تکرارشونده در رابطه آشفته زوجی.
جلسه دوم	گام سوم	جهت دهی به زوجین در راستای شناسایی و دستیابی به هیجان های اولیه و ثانویه که زیربنای چرخه های تعاملی منفی است.
	گام چهارم	کمک به زوجین در جهت قاب دهی مجدد مشکلات ارتباطی در چهارچوب آسیب ها و نیازهای دلبستگی و شناسایی هیجان های اولیه و ثانویه و چرخه های تعاملی منفی و سپس برونی سازی چرخه های تعاملی منفی به عنوان عامل اصلی رابطه آشفته زوجین که هر دو همسر باید در تلاشی مشارکتی بر آن فائق آیند.
جلسه سوم	گام پنجم	کمک به زوجین در راستای گسترش ادراک و پذیرش دوجانبه در خصوص نیازها و آسیب های دلبستگی، احساسات و بخش هایی از خود که توسط فرد رها شده یا انکار شده اند.
	گام ششم	کمک به زوجین در خصوص پذیرش و اعتباربخشی به احساسات و تجارب هیجانی همسر در برابر سرکوب یا بی اعتبار سازی آن ها.
جلسه چهارم	گام هفتم	کمک به زوجین در خصوص ابراز نیازها و احساساتشان به منظور ساختاردهی مجدد پیوند عاطفی در امتداد رابطه دلبسته مدارانه ایمن.
جلسه پنجم	گام هشتم	کمک به زوجین در زمینه بهبود مهارت های ارتباطی و حل مسئله و یافتن شیوه های نوین حل تعارض برد- برد برای مشکلات کهنه ارتباطی که تاکنون لاینحل باقی مانده اند.
	گام نهم	استحکام بخشی به مواضع تعاملی نوین و پیوندهای هیجانی و دلبسته مدارانه نوپای زوجین

جدول ۲. خلاصه محتوای جلسات NCT

جلسات	گام‌ها	محتوای جلسات
جلسه اول	گام اول	ایجاد اتحاد درمانی و جهت‌دهی زوجین برای بیان مشکلات و روایت‌های شخصی با تسهیل ابزار توصیف‌های پرمایه و عمیق از زندگی توسط مراجع.
	گام دوم	بازنگری و بازگویی روایت‌ها، کشف درون‌مایه و طرح قالب در روایت‌ها، بازنگری روایت‌های اشباع‌شده از مشکل از دیدگاه‌هایی متفاوت.
جلسه دوم	گام سوم	جستجوی نتایج منحصربه‌فرد و استثناءها در روایت‌های زوجین به‌منظور ایجاد احساس شایستگی در زوجین برای مقابله با روایت‌های حاکم مشکل‌آفرین.
	گام چهارم	ساختار زدایی روایت‌های اشباع‌شده از مشکل با تبیین خطابه‌های حاکم و با تکیه بر استثناءهای موجود در روایت‌های مطرح‌شده با استفاده از تکنیک‌های درمانی پرسش‌های ساختارشکن و جدا کردن مشکلات از زوجین.
جلسه سوم	گام پنجم	قالب دهی مجدد مشکل برای زوجین به‌عنوان دشمن خارجی مشترک با استفاده از تکنیک‌های درمانی برون‌سازی و نام‌گذاری مشکل و بازتعریف هویت شخصی.
	گام ششم	هدف‌گذاری و توصیف چشم‌انداز آینده ارتباط بدون مشکل با تکیه بر تکنیک درمانی سؤال‌های معجزه‌آسا و ایجاد تعهد در زوجین نسبت به اهداف و ارزش‌های تعیین‌شده از طریق تکنیک درمانی بررسی اولویت‌ها و اثرات.
جلسه چهارم	گام هفتم	کشف و بسیج کلیه منابع درون فردی و برون فردی در هر یک از همسران برای مقابله با مشکل برون‌سازی شده با کاربرد تکنیک درمانی «گرستگی دادن به مشکل به‌جای تغذیه کردن آن».
	گام هشتم	بازنگری روایت زندگی از گذشته تا حال و بازنویسی روایتی نوین برای زندگی از حال تا آینده بر مبنای خط سیر جدید زوجین و استحکام‌بخشی به رهیافت‌ها و موفقیت‌های زوجین

زن (۴۶/۷٪) بودند. میانگین سنی آن‌ها ۳۴/۴۰±۹/۴۵ سال بود. بعلاوه ۱۵ زوج به‌عنوان گروه کنترل انتخاب شدند و تحت هیچ مداخله‌ای قرار نگرفتند. هفت نفر از آن‌ها مرد (۴۶/۷٪) و ۸ نفر زن (۵۳/۳٪) بودند. میانگین سنی آن‌ها ۳۳/۶۰±۸/۸۱ سال بود. این سه گروه از نظر سن، جنسیت و سطح تحصیلات هم‌تا ( $p < ۰/۰۵$ ) بودند (جدول ۳).

یافته‌ها

در مطالعه حاضر ۴۵ نفر از زوجین متعارض حضور داشتند که آن‌ها به‌طور تصادفی در سه گروه ۱۵ نفری به نام گروه NCT، EFCT و کنترل گمارده شدند. از ۱۵ نفری که تحت NCT قرار گرفتند ۷ نفر مرد (۴۶/۷٪) و ۸ نفر زن (۵۳/۳٪) بودند. میانگین سنی آن‌ها ۳۸/۱۳±۶/۰۲ سال بود. از ۱۵ نفری که در گروه EFCT قرار گرفتند، ۸ نفر مرد (۵۳/۳٪) و ۷ نفر

جدول ۳. تعیین و مقایسه خصوصیات جمعیت شناختی افراد در بین سه گروه مورد مطالعه

P	کنترل		EFCT		NCT		خصوصیات
	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	
۰/۹۱۵	۴۶/۷٪	۷	۵۳/۳٪	۸	۴۶/۷٪	۷	مرد
	۵۳/۳٪	۸	۴۶/۷٪	۷	۵۳/۳٪	۸	زن
	۰٪	۰	۶/۷٪	۱	۰٪	۰	زیر دیپلم
۰/۶۶۰	۲۶/۷٪	۴	۳۳/۳٪	۵	۲۶/۷٪	۴	سطح دیپلم
	۷۳/۳٪	۱۱	۶۰٪	۹	۷۳/۳٪	۱۱	تحصیلات دانشگاهی
۰/۲۸۴	انحراف معیار		انحراف معیار		انحراف معیار		خصوصیات
	۸/۸۱	۳۳/۶۰	۹/۴۵	۳۴/۴۰	۶/۰۲	۳۸/۱۳	سن

گروه EFCT به‌طور قابل‌ملاحظه‌ای کمتر از گروه کنترل بوده است (جدول ۴).

بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر قبل از شروع مداخله، میانگین تعارضات زناشویی و هفت بعد آن بعد از مداخله در گروه NCT و

جدول ۵. نتایج آزمون مقایسه دوجه دو گروه‌های پژوهش در مؤلفه‌های تعارض زناشویی

توان آزمون	حجم اثر	P	F	MS	df	SS	منبع تغییرات
<u>کاهش همکاری</u>							
۰/۱۵۲	۰/۰۲۶	۰/۳۴۸	۰/۹۰۷	۹/۸۰۳	۱	۹/۸۰۳	پیش‌آزمون
۰/۸۴۰	۰/۲۵۵	۰/۰۰۱	۵/۸۲۵	۶۲/۹۳۰	۲	۱۲۵/۸۵۹	عضویت گروهی
-	-	-	-	۱۰/۸۰۴	۳۴	۳۶۷/۳۳۲	خطا
-	-	-	-	-	۴۵	۴۹۵۱	کل
<u>کاهش رابطه جنسی</u>							
۰/۱۰۳	۰/۰۱۴	۰/۴۹۴	۰/۴۷۷	۳/۴۵۹	۱	۳۳/۴۵۹	پیش‌آزمون
۰/۹۱۹	۰/۳۰۳	۰/۰۰۲	۷/۳۹۸	۵۲/۶۲۰	۲	۱۰۷/۳۴۰	عضویت گروهی
-	-	-	-	۷/۲۴۸	۳۴	۲۴۶/۴۳۲	خطا
-	-	-	-	-	۴۵	۵۰۵۶	کل
<u>افزایش واکنش‌های هیجانی</u>							
۰/۰۷۸	۰/۰۰۸	۰/۶۱۵	۰/۲۵۸	۵/۶۲۲	۱	۵/۶۲۲	پیش‌آزمون
۰/۸۵۲	۰/۲۶۱	۰/۰۰۶	۵/۹۹۹	۱۳۰/۹۳۰	۲	۲۶۱/۸۶۰	عضویت گروهی
-	-	-	-	۲۱/۸۲۵	۳۴	۷۴۲/۰۶۱	خطا
-	-	-	-	-	۴۵	۱۴۴۶۲	کل
<u>افزایش جلب حمایت فرزند</u>							
۰/۰۵۵	۰/۰۰۱	۰/۸۳۳	۰/۰۴۵	۰/۴۲۸	۱	۰/۴۲۸	پیش‌آزمون
۰/۸۰۳	۰/۲۳۸	۰/۰۱۰	۵/۳۰۱	۵۰/۵۱۹	۲	۱۰۱/۰۳۷	عضویت گروهی
-	-	-	-	۹/۵۲۹	۳۴	۳۲۳/۹۹۸	خطا
-	-	-	-	-	۴۵	۵۱۵۵	کل
<u>افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود</u>							
۰/۱۶۴	۰/۰۲۹	۰/۳۲۳	۱/۰۰۷	۱۵/۷۷۱	۱	۱۵/۷۷۱	پیش‌آزمون
۰/۸۴۰	۰/۲۵۵	۰/۰۰۷	۵/۸۱۲	۹۰/۹۹۲	۲	۱۸۱/۹۸۵	عضویت گروهی
-	-	-	-	۱۵/۶۵۵	۳۴	۵۳۲/۲۸۰	خطا
-	-	-	-	-	۴۵	۶۹۴۹/۶۹	کل
<u>کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان</u>							
۰/۰۸۶	۰/۰۱۰	۰/۵۷۰	۰/۳۲۹	۴/۲۷۳	۱	۴/۲۷۳	پیش‌آزمون
۰/۹۴۸	۰/۳۳۰	۰/۰۰۱	۸/۳۸۳	۱۰۸/۸۲۱	۲	۲۱۷/۶۴۲	عضویت گروهی
-	-	-	-	۱۲/۹۸۲	۳۴	۴۴۱/۳۷۴	خطا
-	-	-	-	-	۴۵	۷۳۹۵	کل
<u>جدا کردن امور مالی از یکدیگر</u>							
۰/۳۳۲	۰/۰۶۸	۰/۰۶۸	۰/۱۲۶	۲۶/۷۴۴	۱	۲۶/۷۴۴	پیش‌آزمون
۰/۹۵۷	۰/۳۴۰	۰/۰۰۱	۸/۷۷۰	۹۵/۱۹۰	۲	۱۹۰/۳۸۰	عضویت گروهی
-	-	-	-	۱۰/۸۵۴	۳۴	۳۶۹/۰۵۱	خطا
-	-	-	-	-	۴۵	۱۱۳۱۳	کل
<u>تعارض زناشویی کلی</u>							
۰/۰۷۸	۰/۰۰۷	۰/۶۱۹	۰/۲۵۱	۱۱۰/۹۱۶	۱	۱۱۰/۹۱۶	پیش‌آزمون
۰/۹۶۷	۰/۳۵۴	۰/۰۰۱	۹/۲۹۶	۴۱۰/۴۴۵	۲	۸۲۰/۸۸۹	عضویت گروهی
-	-	-	-	۴۴۱/۲۲۰	۳۴	۱۵۰۰/۱/۴۹۶	خطا
-	-	-	-	-	۴۵	۳۵۸۳۴۸/۴۹	کل

جدول ۵. نتایج آزمون مقایسه دوبه‌دو گروه‌های پژوهش در مؤلفه‌های تعارض زناشویی

منبع تغییرات	SS	df	MS	F	P	حجم اثر	توان آزمون
<u>کاهش همکاری</u>							
پیش‌آزمون	۹/۸۰۳	۱	۹/۸۰۳	۰/۹۰۷	۰/۳۴۸	۰/۰۲۶	۰/۱۵۲
عضویت گروهی	۱۲۵/۸۵۹	۲	۶۲/۹۳۰	۵/۸۲۵	۰/۰۰۱	۰/۲۵۵	۰/۸۴۰
خطا	۳۶۷/۳۳۲	۳۴	۱۰/۸۰۴	-	-	-	-
کل	۴۹۵۱	۴۵	-	-	-	-	-
<u>کاهش رابطه جنسی</u>							
پیش‌آزمون	۳۳/۴۵۹	۱	۳/۴۵۹	۰/۴۷۷	۰/۴۹۴	۰/۰۱۴	۰/۱۰۳
عضویت گروهی	۱۰۷/۲۴۰	۲	۵۳/۶۲۰	۷/۳۹۸	۰/۰۰۲	۰/۳۰۳	۰/۹۱۹
خطا	۲۴۶/۴۳۲	۳۴	۷/۲۴۸	-	-	-	-
کل	۵۰۵۶	۴۵	-	-	-	-	-
<u>افزایش واکنش‌های هیجانی</u>							
پیش‌آزمون	۵/۶۲۲	۱	۵/۶۲۲	۰/۲۵۸	۰/۶۱۵	۰/۰۰۸	۰/۰۷۸
عضویت گروهی	۲۶۱/۸۶۰	۲	۱۳۰/۹۳۰	۵/۹۹۹	۰/۰۰۶	۰/۲۶۱	۰/۸۵۲
خطا	۷۴۲/۰۶۱	۳۴	۲۱/۸۲۵	-	-	-	-
کل	۱۴۴۶۲	۴۵	-	-	-	-	-
<u>افزایش جلب حمایت فرزند</u>							
پیش‌آزمون	۰/۴۲۸	۱	۰/۴۲۸	۰/۰۴۵	۰/۸۳۳	۰/۰۰۱	۰/۰۵۵
عضویت گروهی	۱۰۱/۰۳۷	۲	۵۰/۵۱۹	۵/۳۰۱	۰/۰۱۰	۰/۲۳۸	۰/۸۰۳
خطا	۳۲۳/۹۹۸	۳۴	۹/۵۲۹	-	-	-	-
کل	۵۱۵۵	۴۵	-	-	-	-	-
<u>افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود</u>							
پیش‌آزمون	۱۵/۷۷۱	۱	۱۵/۷۷۱	۱/۰۰۷	۰/۳۲۳	۰/۰۲۹	۰/۱۶۴
عضویت گروهی	۱۸۱/۹۸۵	۲	۹۰/۹۹۲	۵/۸۱۲	۰/۰۰۷	۰/۲۵۵	۰/۸۴۰
خطا	۵۳۲/۲۸۰	۳۴	۱۵/۶۵۵	-	-	-	-
کل	۶۹۴۹/۶۹	۴۵	-	-	-	-	-
<u>کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان</u>							
پیش‌آزمون	۴/۲۷۳	۱	۴/۲۷۳	۰/۳۲۹	۰/۵۷۰	۰/۰۱۰	۰/۰۸۶
عضویت گروهی	۲۱۷/۶۴۲	۲	۱۰۸/۸۲۱	۸/۳۸۳	۰/۰۰۱	۰/۳۳۰	۰/۹۴۸
خطا	۴۴۱/۳۷۴	۳۴	۱۲/۹۸۲	-	-	-	-
کل	۷۲۹۵	۴۵	-	-	-	-	-
<u>جدا کردن امور مالی از یکدیگر</u>							
پیش‌آزمون	۲۶/۷۴۴	۱	۲۶/۷۴۴	۰/۱۲۶	۰/۰۶۸	۰/۰۶۸	۰/۳۳۲
عضویت گروهی	۱۹۰/۳۸۰	۲	۹۵/۱۹۰	۸/۷۷۰	۰/۰۰۱	۰/۳۴۰	۰/۹۵۷
خطا	۳۶۹/۰۵۱	۳۴	۱۰/۸۵۴	-	-	-	-
کل	۱۱۳۱۳	۴۵	-	-	-	-	-
<u>تعارض زناشویی کلی</u>							
پیش‌آزمون	۱۱۰/۹۱۶	۱	۱۱۰/۹۱۶	۰/۲۵۱	۰/۶۱۹	۰/۰۰۷	۰/۰۷۸
عضویت گروهی	۸۲۰/۲۸۱۹	۲	۴۱۰/۱۴۴۵	۹/۲۹۶	۰/۰۰۱	۰/۳۵۴	۰/۹۶۷
خطا	۱۵۰۰/۱۴۹۶	۳۴	۴۴۱/۲۲۰	-	-	-	-
کل	۳۵۸۳۴۸/۴۹	۴۵	-	-	-	-	-

خویشاوندان خود ( $F=181/985$ ,  $df=2$ ,  $p<0/01$ )، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان ( $F=217/642$ ,  $df=2$ ,  $p<0/01$ )، جدا کردن امور مالی از یکدیگر ( $F=190/380$ ,  $df=2$ ,  $p<0/01$ ) و تعارض زناشویی کلی ( $F=8202/889$ ,  $df=2$ ,  $p<0/01$ ) بین گروه‌های پژوهش تفاوت معناداری وجود دارد (جدول ۵).

برای تعیین تفاوت جفتی گروه‌های سه گانه پژوهش آزمون تعقیبی بن‌فرونی (Bonferroni test) انجام شد. نتایج این آزمون نشان داد که پس از حذف اثرات پیش‌آزمون و تعدیل میانگین‌های سه گروه، در مرحله پس‌آزمون هر دو گروه EFCT و NCT با گروه کنترل تفاوت معناداری ( $p<0/01$ ) وجود دارد (جدول ۶).

برای مقایسه سه گروه پژوهش برای هفت مؤلفه تعارض زناشویی در پس‌آزمون و کنترل اثر پیش‌آزمون، تحلیل کوواریانس چند متغیری انجام شد. نتایج آزمون‌های چند متغیری شامل اثر پیلائی ( $F=1/450$  و  $p<0/001$ )، لامبدای ویلکز ( $F=1/633$  و  $p<0/001$ )، اثر هتلینگ ( $F=1/810$  و  $p<0/001$ ) و بزرگ‌ترین ریشه روی ( $F=3/601$  و  $p<0/001$ ) نشان داد که بین گروه‌های پژوهش حداقل در یکی از هفت مؤلفه تعارض زناشویی تفاوت معنادار وجود دارد. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری نیز نشان داد که در کاهش همکاری ( $F=125/859$ ,  $df=2$ ,  $p<0/01$ )، کاهش رابطه جنسی ( $F=107/240$ ,  $df=2$ ,  $p<0/01$ )، افزایش واکنش‌های هیجانی ( $F=261/860$ ,  $df=2$ ,  $p<0/01$ )، افزایش جلب حمایت فرزند ( $F=101/037$ ,  $df=2$ ,  $p<0/01$ )، افزایش رابطه فردی با

جدول ۴. میانگین ابعاد تعارضات زناشویی افراد در بین سه گروه مورد مطالعه

متغیرها	زمان	NCT	EFCT	کنترل
کاهش همکاری	پیش‌آزمون	۱۲/۶۰±۴۳/۵۸	۱۳/۸۷±۴/۵۳	۱۳/۵۳±۴/۱۰
	پس‌آزمون	۸/۳۳±۲/۶۶	۸/۶۰±۳/۰۴	۱۲/۲۰±۱۴/۹۲
کاهش رابطه جنسی	پیش‌آزمون	۱۳/۲۰±۴/۲۳	۱۳/۷۳±۵/۲۶	۱۲/۸۷±۴/۸۹
	پس‌آزمون	۸/۶۰±۲/۳۵	۹/۱۳±۳/۰۴	۱۱/۸۷±۵/۱۸
افزایش واکنش‌های هیجانی	پیش‌آزمون	۲۲/۰۷±۴/۹۹	۲۲/۴۷±۷/۷۵	۲۲/۴۷±۶/۸۰
	پس‌آزمون	۱۵±۳/۷۰	۱۵/۵۳±۴/۵۲	۲۰/۴۰±۷/۳۱
افزایش جلب حمایت فرزند	پیش‌آزمون	۱۲/۶۷±۲/۶۱	۱۳/۹۳±۴/۱۳	۱۳/۷۳±۳/۵۱
	پس‌آزمون	۸/۷۳±۲/۹۹	۹/۲۷±۲/۸۱	۱۲/۳۳±۳/۸۳
افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود	پیش‌آزمون	۱۵/۵۳±۳/۸۷	۱۵/۴۹±۷/۱۲	۱۶/۱۵±۵/۵۵
	پس‌آزمون	۹/۴۰±۲/۶۷	۱۰/۲۷±۳/۶۹	۱۴/۶۲±۶/۲۵
کاهش رابطه با خویشاوندان همسر و دوستان	پیش‌آزمون	۱۵/۴۰±۴/۶۶	۱۶/۰۰±۶/۰۲	۱۶/۴۰±۴/۹۵
	پس‌آزمون	۱۰/۲۷±۳/۴۱	۱۰/۲۰±۳/۶۳	۱۵/۰۷±۵/۳۵
جدا کردن امور مالی از یکدیگر	پیش‌آزمون	۱۸/۳۳±۳/۴۶	۲۰/۰۰±۵/۵۳	۱۹/۴۷±۵/۳۰
	پس‌آزمون	۱۳/۶۰±۳/۸۳	۱۳/۶۰±۳/۸۹	۱۷/۹۳±۶/۱۱
تعارض زناشویی کلی	پیش‌آزمون	۱۰۹/۵۳±۶۷/۲۲	۱۱۵/۴۹±۳۸/۰۴	۱۱۴/۶۹±۳۳/۰۶
	پس‌آزمون	۷۳/۴۷±۱۶/۳۹	۷۶/۰۷±۱۸/۳۰	۱۰۴/۳۵±۳۶/۶۴

تعارضات زناشویی و هفت بعد آن در گروه NCT و در گروه EFCT به‌طور معناداری کمتر از گروه کنترل است. هر دو روش NCT و EFCT در کاهش همه زمینه‌های تعارضات زناشویی (هفت بعد کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه

### بحث و نتیجه‌گیری

در پژوهش حاضر اثربخشی EFCT و NCT بر تعارضات زناشویی در زوجین دارای تعارض مورد بررسی قرار گرفت. فرضیه پژوهش متضمن این نکته بود که دو رویکرد درمانی مذکور بر متغیر وابسته اثر متفاوتی دارند. نتایج نشان داد که

مشکلات ریشه در احساس رضایت در رابطه است که در هر دو مطالعه اثربخشی معنادار درمان هیجان مدار بر آن حاصل شده است. NCT تأثیر معناداری بر تعارضات زناشویی داشته است. این یافته‌ها با یافته‌های پژوهش سودانی (۱۹) ماهار و همکاران (۲۰) و نصرآبادی و همکاران (۲۱) همسو است. می‌توان بیان کرد که با توجه به اینکه زوج‌درمانی روایتی، متمرکز بر ادراک افراد از وقایع و داستان‌های زندگی است با استفاده از فنونی همچون گفت‌وگوهای باز تألیفی، ایجاد پرسش‌های هدف‌دار و فنون نام‌گذاری می‌تواند بر تحلیل و ادراک زوجین از موقعیت‌ها، مشکلات و ابهامات را از بین ببرد که همین موضوع باعث کاهش تعارضات در همه سطوح شده است.

نتایج پژوهش Allen Hughes (۲۲) نشان داد که برنامه‌ریزی رابطه جنسی و رضایت جنسی زوجین در کاهش تعارضات زناشویی مؤثر است که با پژوهش حاضر همسو است و می‌توان گفت که با ارائه نظام درمانی مناسب در هر دو پژوهش شاهد کاهش یکی از سطوح تعارض یعنی تعارض جنسی هستیم که منجر به رضایت جنسی خواهد شد. همچنین طبق مطالعه Ridley و Crowe (۲۳) رضایت جنسی باعث کاهش تعارضات زناشویی می‌شود زیرا که زمانی که زوجین احساس کنند که نیازهای خودشان برای همسرشان اهمیت دارد احساس رضایت بیشتری دارند که همین موضوع به کاهش تعارضات کمک‌های فراوانی می‌کند.

در زوج‌درمانی هیجان مدار معمولاً چرخه‌ای از هیجان‌ات منفی توسط زوجین ادراک می‌شود که رابطه جنسی نیز یکی از مواردی است که تحت تأثیر مستقیم این چرخه قرار می‌گیرد لذا زوج‌درمانی هیجان مدار با شناسایی این چرخه و کمک به زوجین در شکستن آن باعث کاهش تعارضات و حل مشکلات عاطفی و جنسی می‌شود و در زوج‌درمانی روایتی با ایجاد گفت‌وگوهای باز تألیفی و نام‌گذاری بر روی مشکلات و برونی‌سازی آن‌ها به‌عنوان مشکلات مشترک زوجین باعث کاهش تعارضات و افزایش کیفیت روابط می‌شود. نتایج پژوهش احمدی (۲۴) نشان داد که آموزش زناشویی در کاهش تعارضات مؤثر بود که در این مطالعه نیز در مراحل آموزشی هر دو رویکرد اثربخشی مشاهده شد. به‌علاوه نتایج مطالعه Papp (۲۵) کاهش تعارضات زناشویی را از روش آموزش و درمان روی

فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر مؤثر بودند. این نتایج با پژوهش برآبادی و اعتمادی (۱۴) همسو و هم‌جهت بوده چراکه درمان هیجان مدار و روایت درمانی با تأثیرگذاری بر هیجان‌ات و ادراک افراد از داستان‌ها، توانایی کاهش تعارضات را نشان داده‌اند.

درمان هیجان مدار مبتنی بر سبک‌های دلبستگی است و معتقد است که سبک‌های دلبستگی عامل زیر بنایی آسیب‌های خانواده است و لذا تلاش دارد با استفاده از مصاحبه سبک‌های دلبستگی و درمان مبتنی بر هیجان بر تعارضات زوجین مؤثر باشد. سبک‌های دلبستگی و صمیمیت در پژوهش‌های میرزاده (۱۵) و جانسون (۱۶) با استفاده از EFCT بهبودیافته که منجر به کاهش سطح تعارضات شده که همسو با آن مطالعه، پژوهش حاضر نیز با استفاده از درمان هیجان مدار توانست بر تعهد زناشویی زوجین تأثیر معنادار داشته باشد. به‌علاوه اینکه کاهش تعارضات زناشویی باعث افزایش سطح رضایت در زوجین و کاهش سطح دل‌زدگی آن‌ها در همه جهات می‌شود؛ زیرا که زوجین با رضایت مضاعفی که از سمت همسرشان دریافت می‌کنند از رابطه لذت بیشتری می‌برند و همین امر باعث کاهش سطح دل‌زدگی در آن‌ها خواهد شد که با پژوهش اعتمادی و آربین (۱۷) در کاهش تعارضات و سطوح جسمی و روانی دل‌زدگی همسو هستند؛ اما در سطح کاهش دل‌زدگی عاطفی همسو و هم‌جهت نیستند؛ زیرا در آن پژوهش زوج‌درمانی هیجان مدار باعث تأثیر معنادار بر دل‌زدگی عاطفی نشده؛ اما در پژوهش حاضر درمان هیجان مدار بر دل‌زدگی عاطفی نیز مؤثر بوده است.

نتایج پژوهش خزایی (۱۸) نشان داد که زوج‌هایی که تمایل به حل‌وفصل تعارضات داشتند، در برابر زوج‌هایی که تمایل به حل‌وفصل تعارضات نداشتند، تمایز بیشتری از موقعیت‌های تعارض داشته و در سطوح بالاتری از تجربه هیجان‌ات مثبت قرار گرفتند که نشان می‌دهد درمان هیجان مدار باعث شکل‌گیری احساس مسئولیت در تعارض بین زوجین شده و این عامل باعث تلاش آن‌ها در حل‌وفصل تعارضات هست. در پژوهش حاضر نیز EFCT کاهش در همه سطوح تعارضات زناشویی را در پی داشت و می‌توان به‌طور کلی گفت که تمایل به حل‌وفصل



پژوهش حاضر نیز رویکرد NCT منجر به بهبودی معنادار کیفیت زناشویی و کاهش تعارضات در مرحله پس‌آزمون شد. در تایید این یافته، Barrett و همکاران (۲۹) در پژوهش خود مشخص ساختند که تغییرات صرف در رفتار زوج منجر به بهبودی کیفیت زناشویی نمی‌شود، بلکه این هیجان‌های مثبت و منفی ادراک شده روزمره زوجین است که در نقش سنگ محکی عمل می‌کنند که کیفیت رابطه باید چگونه و در چه سطحی ارزیابی شود.

در مجموع نتایج تحقیق حاضر نشان داد که روش‌های EFCT و NCT بر کاهش همه سطوح تعارضات زناشویی در زوجین متعارض تأثیر دارند. این یافته‌ها از اهمیت زیادی در افزایش کیفیت زناشویی و کاهش تعارضات در زوجین در سطوح کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر برخوردار است. نتایج این مطالعه نشان داد که گروه کنترل در مقایسه با دو گروه EFCT و NCT از تعارضات زناشویی بیشتری در پس‌آزمون رنج می‌بردند. پژوهش حاضر را می‌توان نوعی مطالعه مقدماتی در نظر گرفت که جهت ارزیابی میزان اثربخشی رویکردهای EFCT و NCT انجام گرفت. با توجه به نتایج به دست آمده بهتر است که پژوهش‌های مشابهی با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی بر روی زوجین متعارض دیگر انجام گیرد. با پایان یافتن درمان، پیشنهاد چندین قرار ملاقات پیگیری به دنبال پایان درمان، توصیه می‌گردد.

### تقدیر و تشکر

پژوهش حاضر حاصل تلاش همکاران مراکز مشاوره و همچنین همکاری صمیمانه زوجین متعارض مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان بود که بدین وسیله از کلیه افرادی که در انجام این تحقیق همکاری نمودند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

سالمندان نیز نشان داده است. می‌توان بیان کرد که بخش اعظم درمان‌ها در قسمت‌های آموزشی پروتکل‌ها اتفاق می‌افتد. زمانی که افراد متوجه نحوه ادراک طرف مقابل در زوج‌درمانی روایتی و هیجان‌های زیر بنایی همسر در رویکرد هیجان مدار شدند با این سؤال روبرو شدند که خوب حالا چه کنیم؟ زمانی که مشاوره آموزش‌های نحوه روابط صحیح با همسر را آموزش دهد زوجین یاد می‌گیرند که با این مشکل چگونه برخورد کنند. لذا از هر دو رویکرد درمانی به‌طور قابل توجهی بر سطح تعارضات زوجین مؤثر واقع شدند و زوج‌درمانی روایتی با توجه به اینکه با توجه به سبک زندگی مردم این کشور و تعارضات ابراز شده توسط آن‌ها تدوین شده بود اثربخشی بیشتری را از خود نشان داد. در تبیین این یافته‌ها نگاهی به گستره اثرگذاری هر یک از این رویکردها بر تعارضات زناشویی روشن‌تر خواهد بود. همان‌گونه که در بخش یافته‌ها اشاره شد رویکرد EFCT موجب کاهش تعارضات زناشویی در مرحله پس‌آزمون شد. همچنین در این مرحله رویکرد NCT نیز اثربخشی معناداری بر کاهش تعارضات زناشویی داشت.

یافته‌های پژوهشی Johnson و همکاران (۲۶) نشان داده‌اند که رویکرد EFCT در روند درمانی خود باهدف قرار دادن آسیب‌های دلبستگی باعث بهبودی در مدل‌های فعال درونی می‌شود و بهبودی در این مدل‌ها به‌نوبه خود، منجر به شکل‌گیری فضای امن ارتباطی در روابط زوجین متعارض می‌شود که به‌صورت سیستماتیک به آن‌ها کمک می‌کند که هیجان‌اتشان را تنظیم کنند، اطلاعات شناختی را به نحو صحیح و به‌دوراز منفی‌گرایی پردازش کنند و نهایتاً به حل مسائل ارتباطی به‌صورت مشارکتی و سازنده بپردازند. از طرفی همان‌گونه که White و Epston (۲۷) بیان می‌کنند رویکرد روایتی با تأکید بر حذف نشانه‌ها از طریق ساختار زدایی از خطابه‌های حاکم و ترغیب زوج به انجام دادن استثنائات درصدد بهبود کیفیت زناشویی است، در صورتی که یافته‌های پژوهش Addis و Jacobson (۲۸) نشان داده‌اند درمان نشانه‌ای یا کار بر روی نشانه‌های آشفتگی زوجی بدون در نظر گرفتن مسائل زیربنایی رابطه و جراحت‌های عاطفی همسران، منجر به عود آشفتگی مدتی کوتاه پس از زوج‌درمانی خواهد شد، کما اینکه در

## References

1. Halford W K, Wilson K, Lizzio A, Moore E. Does working at a relationship work relationship self regulation and relationship outcomes. Australian Research Council Grant entitleg Chapter Eighteen 2002; 143-160.
2. Ameri F, Norbala A, Ejei J, Rasolzadeh SK, Survey of affect of family therapy strategy in marital conflict solving, Journal of Psychology. 2003; 7(3): 127.
3. Fincham F, Beach SR. Forgiveness in marital quality: precursor of consequence in well-established relationships? The Journal of Positive Psychology 2007; 2, 260-268.
4. Grych J H, Fincham F D. Marital conflict and children's adjustment: a cognitive-contextual framework. Psychological bulletin 1990; 108(2), 267.
5. Freedman J, Combs G. Narrative ideas for consulting with communities and organizations. Family process 2009; 48(3), 62-374.
6. Sudani M, Dastani N, Khojasteh Mehr R, Rajabi Gh. Comparing the Effectiveness of Narrative Coupling Therapy and Integrated Behavioral Coupling Therapy on Conflict Resolution Tactics of Victims of Spouse Violence 1393; 23, 1-12.
7. Johnson M S. The practice of emotionally focused marital therapy (2nd ed.). New York: Brunner/Routledge 2004; 214(2)
8. Burgess Moser M, Johnson S M, Dalglish T L, Lafontaine M F, Wiebe S A, Tasca G A. Changes in relationship-specific attachment in emotionally focused couple therapy. Journal of Marital and Family Therapy 2015; 42, 231-45.
9. Sanaei Zaker B, Barati T, Bostanpour A. Revised Marital Conflict Questionnaire 2008
10. Norton R. Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. Journal of Marriage and the Family 1983; 45, 141-151.
11. Dehghan F. Comparison of Marital Conflicts between Divorce Applicants and Women Referred to Non-Divorce Marriage Counseling, M.Sc. (Unpublished), Moallem University of Medical Sciences, Faculty of Educational Sciences 1380; 22-35.
12. Honar Parvaran N. Emotionally focused Couples Therapy, Dangeh Publishing 2012; 123-146.
13. Madiygan S. Therapeutic Narrative (Theory of Methods and Treatment) Dangeh 2017; 40-97.
14. Berabadi H, Etemadi A. The Effectiveness of Group Therapy Couple Therapy on Marital Satisfaction of Couples Referring to the Education Consultation Center in District 2 of Mashhad, Clinical Psychology and Consultation on the Fourth Years of Spring and Summer 1393.
15. Mirzadeh F, Ahmadi K, Fatehizadeh M. Effect of Emotionally focused Therapy on Consistency after Divorce in Consultation and Psychotherapy 1391; First Year, No. 4, 461-441.
16. Johnson S, Whiffen V E. Adapting Emotionally Focused Couple Therapy to Partners", "attachment styles", Journal of American Psychology 1999; 6, 366-381.
17. Arian F, Etemadi O. Comparison of the Effectiveness of Unified Thriller and Thrill-Couple Therapy on Marital Intimacy of Couples Affected by Spouse's betrayal 1396; 3 4 (3): 26-37.
18. Khazaei M. Study of Relationship Between Communication Patterns and Marital Conflicts of Tehran University Students, Master's Degree in Consultation, Khatam University 1385.
19. Zainab M, Sanei B, Zahrakar K. The Effectiveness of Therapeutic Narrative on Marital Conflict in Women; Third International Conference on Recent Innovations in Psychology, Counseling and Behavioral Sciences 1395; 1-14.
20. Nasrabadi B, Iravani H, Shahbazi M R, Hamedani S A. The Effectiveness of Narrative Therapy Training on Improving Couple Adjustment in Isfahan, The First International Conference on the Development and Promotion of the Humanities in Society 1396; 32-45.

21. Allen Hughes A. Effectiveness of EFT on Adult Attachment Change and Couple Sexual intimacy 2016; 71-90.
22. Crowe M, Ridley J. The Negotiated Timetable: A New Approach to Marital Conflicts involving Male Needs and Female Reluctance for Sex 2007;157-173.
23. Ahmadi S The Effectiveness of Emotionally focused Therapy Couple on Improving Marital Adjustment and Promoting Physical and Psychological Health of Infertile Couples, The 2nd National Conference on New Studies and Researches in the Field of Iranian Educational Sciences and Psychology 1393;8-21.
24. Papp L M. Topics of Marital Conflict in Everyday Lives of Empty Nest Couples and Their Implications for Conflict Resolution 2017; 7-24.
25. White M, Epston D. Narrative means to therapeutic ends 1990; 111-132.
26. Jacobson N S, Addis M E. Research on couples and couple therapy: What do we know? Where are we going? Journal of Consulting and Clinical Psychology 1993; 61, 85-93.
27. Barrett L F, Gross J, Christensen T C, Benvenuto M. Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. Cognition & Emotion 2001; 15(6), 713-724.

## Comparative Study of the Effectiveness of Emotional-Focused Couple Therapy and Narrative Couple Therapy on Marital Conflicts

Alireza Torkan<sup>1</sup>, Hadi Farhadi<sup>2</sup>, Mohsen Golparvar<sup>3</sup>

### Original Article

#### Abstract

**Aim and Background:** Disturbance of marital relationship is one of the most common stressors in recent decade which has a significant negative impact on the satisfaction of couples and their children. The purpose of this study was to compare the effectiveness of Emotional-Focused Couple Therapy (EFCT) and Narrative Couple Therapy (NCT) on marital conflicts.

**Methods and Materials:** This study was a clinical trial. The sample consisted of 45 maladaptive couples who referred to counseling centers in Isfahan. Participants were randomly assigned to three groups of 15, namely the EFCT, NCT and control groups. Participants were assessed using the Marital Conflict Questionnaire (MCQ) in pretest and posttest. Data were analyzed by multivariate analysis of covariance.

**Findings:** Both the NCT and EFCT approaches at posttest significantly improved marital conflict compared to the control group at all levels of marital conflict.

**Conclusions:** In general, the highest reduction of marital conflicts was observed in the EFCT, NCT and control groups, respectively. In fact, EFCT may be more effective in reducing marital conflict than NCT.

**Keywords:** Marital Conflict, Emotionally Focused Couple Therapy, Narrative Couple Therapy.

**Citation:** Farahmand V, Rabbanizadeh A, Dehanpour Farshah, H. **Comparison of the Effectiveness of Neurofeedback, Ritalin, and Their Combination in Academic Achievement and Symptoms of Attention Deficit – Hyperactivity Disorder in Children.** J Res Behav Sci 2019; 17(1): 159-170.

Received: 2018.06.18

Accepted: 2019.05.14

1- PhD Student, Department of Counseling, Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch, Isfahan, Iran.

2- Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch, Isfahan, Iran.

3- Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch, Isfahan, Iran.

**Corresponding Author:** Hadi Farhadi Email: [farhadihadi@yahoo.com](mailto:farhadihadi@yahoo.com)