



مرور نظامند کیفی مداخلات زوج‌درمانی شناختی-رفتاری بر ابعاد زندگی زناشویی در

ایران (از سال‌های ۱۳۸۴ تا ۱۳۹۹)

اقبال زارعی^۱، رامانا شهبازفر^۲، کبری حاجی‌علیزاد^۳، فریبرز درتاج^۴

۱-دانشیار گروه روان‌شناسی و مشاوره دانشگاه هرمزگان

۲-دانشجوی دکتری تخصصی روان‌شناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس، (نویسنده مسئول)

۳-استایار گروه روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس

۴-استاد گروه روان‌شناسی تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی

چکیده

زندگی زناشویی دارای ابعاد متعددی است که با یک‌دیگر کنش متقابل دارند و آسیب به هر بعد آن زمینه را برای بدکارکردی سایر ابعاد زندگی زناشویی فراهم می‌کند. از این رو هدف پژوهش حاضر مرور نظامند کیفی مداخلات زوج‌درمانی شناختی-رفتاری بر ابعاد زندگی زناشویی در ایران از سال ۱۳۸۴ تا ۱۳۹۹ بود. به همین منظور از پایگاه‌های اطلاعاتی فارسی زبان نظیر پرتال جامع علوم انسانی، اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، ایرانداک، مگیران و نورمگز مقالات و پایان‌نامه‌های داخلی شناسایی شدند. از بین ۸۱ پایان‌نامه دکتری و کارشناسی ارشد و مقاله شناسایی شده، ۳۸ مقاله و پایان‌نامه به عنوان نمونه پژوهش در نظر گرفته شد. یافته‌های پژوهش نشان دادند که از این میان ۱۳ پژوهش در حوزه زنان، ۱ پژوهش در حوزه مردان و ۲۴ پژوهش در حوزه زوجین انجام شده بود. ۲ مورد از پژوهش‌های انجام شده به صورت مورد منفرد بودند و ۳۶ مورد دیگر به صورت نیمه آزمایشی بودند. عمده‌ترین متغیرهای وابسته‌ای که به وسیله‌ی رویکرد شناختی-رفتاری مورد مداخله قرار گرفته بودند عبارت بودند از: رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی، مشکلات جنسی، تعارضات زناشویی، تعهد زناشویی، کیفیت ارتباط زناشویی و تنظیم هیجانی. نمونه تحلیلی پژوهش حاضر نشان داد که در طول ۱۵ سال اخیر رویکرد شناختی-رفتاری پیوسته به عنوان یک رویکرد پایه و استاندارد برای مقایسه اثربخشی سایر رویکردها مورد توجه بوده است. امکان به کارگیری آن به صورت آموزشی و خودیاری برای مراجعان، قابلیت انطباق با شرایط فرهنگی و مذهبی جامعه و قابلیت به کارگیری آن در طیف وسیعی از مشکلات زناشویی و خانوادگی از اهم دلایلی بودند که موجب اقبال این رویکرد در میان متخصصان حوزه مشاوره و روان‌شناسی در زمینه زوج‌درمانی و خانواده درمانی بوده است. **واژگان کلیدی:** ابعاد زندگی زناشویی، رویکرد شناختی-رفتاری و جامعه ایرانی.



مقدمه

ازدواج و تشکیل خانواده یک سنت اجتماعی ای است که از دیرباز و زمان‌های بسیار قدیم، در میان نوع بشر در جریان بوده است. پیمان ازدواج بین تمامی اقوام و ملل مذهبی و غیرمذهبی، در تمامی دوران‌ها وجود داشته است (حقیقی، ۱۳۸۹). همسرگزینی و تشکیل خانواده مهم‌ترین رویداد زندگی دوره جوانی است و تا پایان عمر بر جریان حیات و سعادت فرد اثر می‌گذارد (حقیقی و همکاران، ۱۳۹۱).

موفقیت در ازدواج حاصل عوامل گوناگونی است: ازدواج به موقع (سنین ۲۰-۲۵ سالگی دختران و سنین ۲۵-۳۰ سالگی پسران)، همانندی‌های شخصیتی، ارضای نیازهای زناشویی، شیوه‌های مناسب ارتباط با یک‌دیگر و تصمیم‌گیری و حل اختلاف، وحدت نظر فکری و عملی، اصرار بر تعهدات زندگی خانوادگی و برخورداری از امکانات مناسب شغلی و رفاهی را می‌توان از جمله مهم‌ترین این عوامل برشمرد. به عبارت دیگر ازدواج یکی از مهم‌ترین تصمیم‌گیری‌ها در زندگی هر فرد است. از سوی دیگر رضایت‌مندی از ازدواج یکی از اصلی‌ترین عوامل تعیین‌کننده کیفیت زناشویی و سلامت روانی است. از این‌رو متخصصان مشاوره خانواده و ازدواج غالباً معیار خود را در بررسی موفقیت و عدم موفقیت زناشویی در میزان رضایت از کیفیت زناشویی و برآورده شدن نیازهای آنان می‌دانند (عباسی و رسول زاده طباطبایی، ۱۳۸۹).

امروزه زندگی انسان‌ها در تمامی ابعاد دستخوش تغییرات سریع و شگرفی بوده است. بازتاب ماهیت پیچیده این تغییرات و تحولات در زندگی فردی و اجتماعی افراد کاملاً محسوس و ملموس است. زندگی زناشویی نیز از این قاعده مستثنی نیست (حقیقی و همکاران، ۱۳۹۱). در واقع، تغییر و تحولات اجتماعی و اقتصادی باعث شده تا جاذبه رمانتیک و ارضای نیازهای برآورده نشده شخص، مبنای ازدواج و انتخاب همسر قرار گیرد. این جاذبه، باعث شکل‌گیری بسیاری از تصورات، باورها و انتظارات غیرمنطقی در مورد ازدواج، همسر و رابطه زناشویی گردیده است. زوجین به دلایل متعدد از جمله شناخت ناکافی از یک‌دیگر، انتظارات و توقعات غیرواقعی از ازدواج و همسر، مشکلات اقتصادی و اجتماعی و اخلاقی؛ لاجرم می‌بایست مسائل و مشکلات بسیاری را در ایجاد و حفظ و بقای زندگی زناشویی و روابط نزدیک و صمیمانه با یک‌دیگر تجربه کنند (سالاری و همکاران، ۱۳۹۲).

زندگی زناشویی دارای ابعاد متعددی است که با یک‌دیگر کنش متقابل دارند و آسیب به هر بعد آن زمینه را برای بدکارکردی سایر ابعاد زندگی زناشویی فراهم می‌کند. ابعاد زندگی زناشویی شامل کیفیت زندگی زناشویی، رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی، شادکامی، روش‌های حل تعارض، حل مسأله و مسائل جنسی بین زوجین می‌شود. لازم به ذکر است که بسیاری از مفاهیمی که به آن اشاره شد سازه‌هایی هستند که با یک‌دیگر هم‌پوشانی دارند. به‌طور مثال کیفیت زناشویی به‌وسیله‌ی مفاهیمی از قبیل شادکامی زناشویی^۱، رضایت زناشویی^۲، ثبات زناشویی^۳، موفقیت زناشویی^۴، سازگاری

^۱ . marital happiness

^۲ . marital satisfaction

^۳ . marital stability

^۴ . marital success



زناشویی^۱، دوستی^۲ و از چندین مفهوم دیگر برای آن توصیف می‌شود. هنگامی که به این مفاهیم نگاه می‌شود، به نظر می‌رسد که کیفیت زناشویی مانند چتری است که همه این مفاهیم را در بر می‌گیرد مطالعات انجام شده در حوزه کیفیت زندگی زناشویی نشان که عوامل متعددی بر کیفیت زناشویی اثر گذار هستند. عواملی چون گذارهای زندگی زناشویی و حضور فرزندان^۳، شخصیت زوجین، مذهب و معنویت^۴، نگرش نسبت به نقش‌های جنسیتی^۵، شیوه‌های مقابله‌ای^۶، اعمال حفظ کننده رابطه^۷، تعامل^۸ و مسائل اقتصادی و مالی^۹ را می‌توان به عنوان عوامل تأثیر گذار بر کیفیت زناشویی در نظر گرفت (Nurhayati et al, ۲۰۱۹).

رضایت زناشویی از دیگر ابعاد زندگی زناشویی محسوب می‌شود. رضایت زناشویی نگرش مثبت و لذت بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی مثل ارتباط، مسایل شخصیتی، حل تعارض، روابط جنسی و فرزندان دارند (بختیاری و همکاران، ۱۳۹۵). به عبارت ساده‌تر رضایت زناشویی هنگامی وجود خواهد داشت که جایگاه فرد در روابط خانواده با انتظارات همسو باشد و در مقابل نارضایتی از زندگی هنگامی اتفاق می‌افتد که وضعیت موجود فرد در روابط خانوادگی با وضعیت مورد انتظار و دلخواه فرد برابر نباشد (Winch, ۲۰۱۵). به همین جهت می‌توان گفت که رضایت زناشویی یک وضعیت ذهنی است.

از دیگر ابعاد زندگی زناشویی می‌توان به سازگاری زناشویی اشاره کرد. سازگاری زناشویی^{۱۰} وضعیتی است که در آن زوجین در بیشتر مواقع احساس خوشبختی و رضایت از هم‌دیگر می‌کنند. روابط رضایتبخش بین زوجین از طریق علاقه متقابل، مراقبت از یک‌دیگر، پذیرش و درک یک‌دیگر و ارضای نیازهای ایجاد می‌شود. در واقع سازگاری زناشویی یک ارزیابی کلی از وضع فعلی ارتباط ارائه می‌کند (علی اکبری و همکاران، ۱۳۹۱). اسپانیر^{۱۱} (۱۹۷۶) معتقد است که سازگاری زناشویی دارای چهار مؤلفه رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت است.

شادکامی، روش‌های حل تعارض، حل مسأله و مسائل جنسی از دیگر ابعاد زندگی زناشویی هستند که می‌توانند هم به عنوان پیامد کیفیت زناشویی، رضایت زناشویی و سازگاری زناشویی باشند و هم از طرفی می‌توانند به عنوان عوامل تأثیرگذار موجب کاهش یا افزایش کیفیت زناشویی، رضایت زناشویی و سازگاری شوند. باتوجه به آن‌چه از نظر گذشت زندگی زناشویی وضعیتی پویاست که ابعاد آن در مراحل متعدد از قبیل شروع زندگی، فرزندآوری، استقلال فرزندان و یا حوادث مختلفی از قبیل از دست دادن یکی از افراد خانواده، فشارهای شغلی، فشارهای اقتصادی و بازنشستگی دچار تغییر

^۱ . marital adjustment

^۲ . friendship

^۳ . transitions in marriage and presence of children

^۴ . religiosity and spirituality

^۵ . gender role attitude

^۶ . coping strategy

^۷ . relationship maintenance behavior

^۸ . communication

^۹ . economy and finance

^{۱۰} . marital adjustment

^{۱۱} . Spanier



و تحول شوند. از سوی دیگر ابعاد زندگی زناشویی را بایستی در بافت فرهنگ و اجتماعی بایستید مورد مطالعه و مداخله قرار داد (Işık, ۲۰۲۰; Lewinsohn & Werner, ۱۹۹۷).

مداخله‌های متعددی برای ابعاد زندگی زناشویی در هنگامی دچار بدکارکردی هستند یا برای غنی سازی ابعاد زندگی زناشویی ارائه شده است. به طور مثال رویکردهای روان‌پویشی^۱، سیستمی^۲، رویکردهای هیجان مدار^۳، رویکردهای شناختی-رفتاری، رویکردهای تلفیقی رفتاری^۴ (Nichols & Davis, ۲۰۱۶; Gurman, ۲۰۱۰). مداخله‌های مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری با اقبال زیادی در میان متخصصان مشاوره خانواده مواجه شده‌اند. زوج‌درمانی شناختی-رفتاری بر فرایندهای شناختی و تعاملات زوجین تأکید فراوانی دارد، تحریف‌ها و نقص‌های شناختی را عامل عمده آشفته‌گی‌های زناشویی معرفی می‌کند. رویکردهای مبتنی بر مداخلات شناختی-رفتاری معتقدند در روابطی زوجین از یک‌دیگر خواسته‌ها و انتظارات منطقی دارند و به این خواسته‌ها پاسخ مثبت می‌دهند به تدریج، رابطه استوار می‌گردد، و احساسات خوب و خوشایند غنا پیدا می‌کنند (Guttman & Guttman, ۲۰۰۸). افزایش نگرش‌های مثبت زناشویی و دانش زناشویی باعث افزایش رضایت‌مندی در ازدواج می‌گردد و نتیجه آن افزایش کیفیت زناشویی است (Sprecher et al, ۲۰۰۸). در روندهای جدید زوج‌درمانی شناختی-رفتاری علاوه بر تحریف‌های شناختی، ویژگی‌های شخصیتی و تفاوت‌های فردی بین زوجین، ترجیحات، نیازها و انگیزه‌های منحصر به فرد هر کدام از زوجین را مدنظر قرار می‌دهد. دیدگاه شناختی-رفتاری در زمینه مسائل متعدد زناشویی از قبیل مشکلات رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی، مشکلات جنسی، روابط بین زوجین، و تبادل رفتارها و هیجان‌های مداخله می‌کند. در این رویکرد فرض بنیادین این است که رابطه‌ی زناشویی سالم رابطه‌ای است که به رشد، پیشرفت، سلامتی و ارضای نیازهای هریک از زوجین کمک می‌کند. در این رویکرد اعتقاد بر این است که رابطه زناشویی باید در اوقات سختی و نگرانی با ارائه‌ی حمایت ابزاری (همکاری و همراهی) یا عاطفی (چون گوش دادن همدلانه به نگرانی‌های همسر) هم‌چون منبعی حمایتی برای هریک از زوجین عمل کند (Fischer et al, ۲۰۱۳ & Epstine & Zhang, ۲۰۱۷).

به‌طور کلی پژوهش حاضر به بررسی مطالعات پژوهشی انجام شده در زمینه ابعاد زندگی زناشویی با استفاده از رویکردهای مبتنی بر شناختی-رفتاری کشور ایران پرداخته است. این مطالعه سعی دارد مداخله‌های شناختی-رفتاری را که در زمینه‌های کیفیت زناشویی، رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی، صمیمیت زناشویی، شادکامی، روش‌های حل تعارض، حل مسأله و مسائل جنسی در میان زوجین ایرانی انجام شده است را شناسایی کند و سپس به بررسی اثربخشی‌ها این مطالعات در حوزه‌های مذکور پردازد.

روش

هدف از پژوهش حاضر مرور کیفی و سیستماتیک پژوهش‌های انجام شده در خصوص مداخلات شناختی-رفتاری در زمینه ابعاد زندگی زناشویی زوجین ایرانی بود. لذا مقالات و پایان‌نامه منتشر شده با استفاده از کلید واژه‌های زوج‌درمانی

^۱. psychoanalysis

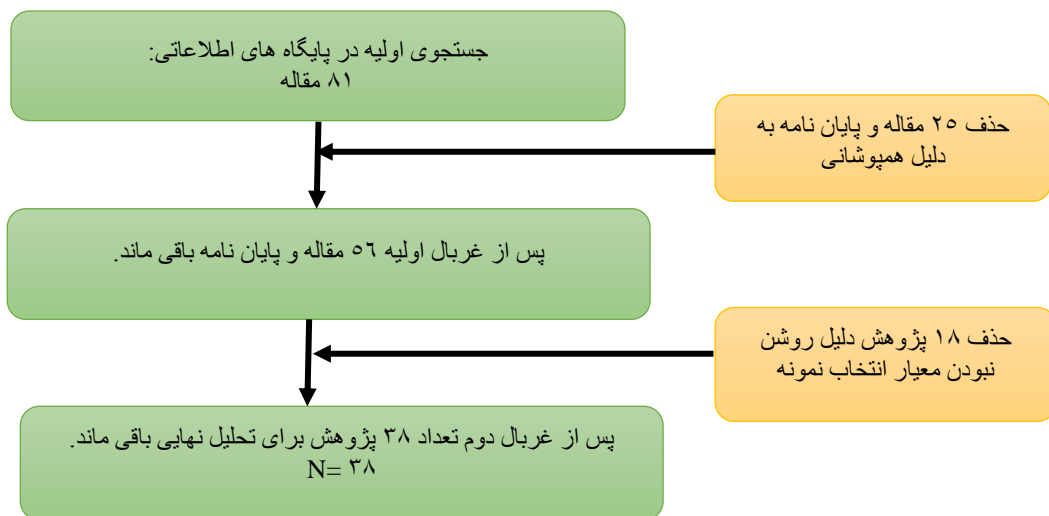
^۲. Systemic Approaches

^۳. Emotional-Focused therapy Approaches

^۴. Integrative Behavioural Couple therapy



شناختی-رفتاری، درمان شناختی-رفتاری، کیفیت زناشویی، رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی، صمیمیت زناشویی، شادکامی، روش‌های حل تعارض، حل مسأله و مسائل جنسی شناسایی شدند. این منابع از پایگاه‌های اطلاعاتی پرتال جامع علوم انسانی، اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، ایرانداک، مگیران و نورمگز شناسایی شدند. معیارهای ورود به مطالعه شامل آزمایشی یا شبه آزمایشی بودن پژوهش، ابزارهای مورد استفاده می‌بایست از خصوصیات روان‌سنجی مطلوبی برخوردار بودند، روش‌های تجزیه و تحلیل اطلاعات به درستی انتخاب شده بودند، پژوهش می‌بایست توسط تحصیل‌کردگان کارشناسی ارشد و دکتری مشاوره و روان‌شناسی انجام شده باشد، پژوهش حتماً می‌بایست در ایران اجرا شده بود، در برگیرنده‌ی کلیدواژه‌های زوج‌درمانی شناختی-رفتاری، درمان شناختی-رفتاری، کیفیت زناشویی، رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی، صمیمیت زناشویی، شادکامی زناشویی، روش‌های حل تعارض زناشویی، حل مسأله و مسائل جنسی بود. از بین ۸۱ پایان‌نامه دکتری و کارشناسی ارشد و مقاله شناسایی شده ۳۸ مقاله و پایان‌نامه به عنوان نمونه پژوهش شناسایی شدند. در ادامه از طریق یک چک لیست به استخراج مؤلفه‌های مقاله‌های نمونه پژوهش حاضر پرداخته شد.



شکل ۱. دیاگرام نحوه انتخاب مقالات و پایان‌نامه‌ها برای نمونه پژوهش



یافته‌های پژوهش

جدول ۱. مشخصات پژوهش‌های انجام شده در زمینه مداخله‌های شناختی-رفتاری در ابعاد زندگی زناشویی

ردیف	نویسندگان و سال انتشار	مقاله/پایان نامه	نوع مطالعه	رویکردهای مقایسه	مورد	حجم نمونه	گروه هدف	متغیرهای وابسته	نتایج
۱	بیگدلی و همکاران (۱۳۹۹)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	آموزش سکس تراپی مبتنی بر شناختی-رفتاری	۳۲ نفر	زنان	دلزدگی زناشویی و کیفیت زناشویی	نتایج این مطالعه نشان داد که آموزش سکس تراپی مبتنی بر شناختی-رفتاری در زمینه کاهش دلزدگی و افزایش کیفیت زناشویی اثربخش است.	
۲	رجب پور و نجات (۱۳۹۸)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	شناختی-رفتاری	۳۹	زوجین دارای مشکل جنسی	اضطراب رابطه جنسی و تعارضات زناشویی	یافته‌های این پژوهش نشان داد که درمان شناختی رفتاری در مقایسه با دارو درمانی به طور معناداری موجب کاهش اضطراب رابطه جنسی می‌شود همچنین این رویکرد موجب کاهش تعارضات زناشویی نیز می‌شود.	



۳	شفیعی و طاوولی (۱۳۹۸)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	آموزش رویکرد رفتاری	مبتنی بر شناختی-	۳۰ نفر	زنان مشکل دار	سازگاری زناشویی	نتایج پژوهش نشان دادند که ۸ جلسه آموزش مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری بر سازگاری زناشویی زنان مؤثر است.
۴	گودرزی و همکاران (۱۳۹۸)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	آموزش خانواده شناختی-رفتاری	مؤلفه‌های درمانی	۶۰	زوجین مشکل دار	تعارض والد-فرزندی و تعارض زناشویی	نتایج نشان دادند که آموزش مؤلفه‌های خانواده درمانی شناختی-رفتاری بر کاهش تعارض والد-فرزندی و تعارض زناشویی است.
۵	پورفراهانی و همکاران (۱۳۹۷)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	رفتاری	گروه درمانی شناختی-	۱۶ نفر	زنان مشکل دار	خودپنداره و تعهد زناشویی	یافته‌ها نشان دادند که گروه درمانی شناختی-رفتاری می‌تواند بر خودپنداره تعهد زناشویی زوجین مؤثر باشد.
۶	ناصری فدافن و همکاران (۱۳۹۷)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	آموزش مدیریت خشم مبتنی بر شناختی-رفتاری	مدیریت خشم رویکرد شناختی-رفتاری	۳۰ نفر	مردان دارای اعتیاد	کیفیت رابطه زناشویی و اضطراب اخلاق	یافته‌های پژوهش نشان دادند که آموزش مدیریت خشم مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری بر افزایش کیفیت رابطه زناشویی و اضطراب اخلاقی شرکت کنندگان در پژوهش مؤثر بوده است.



۷	اسماعیلی (۱۳۹۶)	پایان نامه کارشناسی ارشد	نیمه آزمایشی	رویکرد زوج درمانی شناختی-رفتاری	۳۰ نفر	زوجین دارای تعارض	تنظیم هیجان و تعارضات زناشویی	نتایج نشان داد که رویکرد شناختی-رفتاری در کاهش تعارضات زناشویی زوجین و افزایش تنظیم هیجان آنان مؤثر بوده است.
۸	کریمی و همکاران (۱۳۹۷)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	مقایسه رویکردهای شناختی-رفتاری و معنادرمانی	۴۸ نفر	زوجین مشکل دار	بی رمقی زناشویی، رضایت زناشویی و بی آلاشی زوجین	نتایج نشان دادند که هر دو رویکرد شناختی-رفتاری و معنادرمانی بر بی رمقی زناشویی، رضایت زناشویی و بی آلاشی زوجین اثربخش هستند.
۹	عظیمی فر و همکاران (۱۳۹۵)	مقاله پژوهشی	مورد منفرد	زوج درمانی شناختی- رفتاری و زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد	۳ زوج (۶ نفر)	زوجین دارای تعارض	شادی زناشویی	نتایج نشان داد که هر دو رویکرد به صورت معناداری باعث افزایش شادی زناشویی می شوند.
۱۰	غلامرضایی و همکاران (۱۳۹۵)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	برنامه آموزش شناختی-رفتاری	۳۰ نفر	زنان دچار کم کاری میل جنسی	رضایت زناشویی و کم کاری میل جنسی	یافته‌ها نشان دادند که آموزش شناختی-رفتاری می تواند رضایت زناشویی زنان دچار کم کاری میل جنسی را افزایش دهد.



۱۱	مکاری و همکاران (۱۳۹۵)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	آموزش مهارت‌های جنسی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری	۲۰ نفر	زنان ناباور	سازگاری زناشویی	یافته‌ها نشان دادند که ۱۰ جلسه آموزش آموزش مهارت‌های جنسی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری موجب افزایش میزان سازگاری زنان ناباور شد.
۱۲	اسکندری (۱۳۹۵)	پایان نامه کارشناسی ارشد	نیمه آزمایشی	رویکرد زوج درمانی شناختی-رفتاری	۳۲ نفر	زنان دارای تعارض زناشویی	خودافشاگری زناشویی، وضعیت زناشویی، افکار خودکشی، افسردگی	نتایج نشان داد پس از ۹ جلسه مشاوره شناختی-رفتاری بر افزایش رضایت زناشویی، بهبود وضعیت زناشویی، افزایش خودافشاگری زناشویی و کاهش افسردگی و افکار خودکشی مؤثر بود.
۱۳	خانجانی و همکاران (۱۳۹۵)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	مقایسه رویکرد شناختی-رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد	۹۰ نفر	زوجین مشکل دار	کیفیت زناشویی	نتایج نشان دادند که هر دو رویکرد شناختی-رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر ارتقای کیفیت زناشویی مؤثرند و تفاوت معنی-داری بین آنان مشاهده نشد.



۱۴	فریدونی مهر (۱۳۹۴)	پایان نامه کارشناسی ارشد	نیمه آزمایشی	آموزش مهارت‌های ارتباطی با تأکید بر رویکرد شناختی- رفتاری	۴۰ نفر	زوجین عادی (دانشجو)	تعهد و صمیمیت زناشویی	نتایج نشان دادند که آموزش مهارت‌های ارتباطی با تأکید بر رویکرد شناختی-رفتاری بر افزایش تعهد و صمیمیت زناشویی مؤثر بود.
۱۵	بختیاری و همکاران (۱۳۹۴)		نیمه آزمایشی	رویکرد شناختی- رفتاری	۲۰ نفر	زنان دارای اختلال جنسی	میل جنسی و رضایت زناشویی	درمان شناختی-رفتاری می‌تواند موجب افزایش رضایت زناشویی و میل جنسی شود.
۱۶	محدثی و همکاران (۱۳۹۴)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	رویکرد شناختی- رفتاری	۱۲۰ نفر	زوجین عادی	رضایت زناشویی	نتایج پژوهش نشان داد که رویکرد شناختی- رفتاری به طور معنی‌داری می‌تواند موجب افزایش رضایت زناشویی شود.
۱۷	سالاری‌فر (۱۳۹۳)	پایان نامه دکتری	نیمه آزمایشی	مقایسه رویکرد زوج- درمانی شناختی- رفتاری مبتنی بر متون اسلامی و زوج‌درمانی	۸۰ نفر	زوجین مشکل‌دار	رضایت زناشویی	نتایج نشان داد که رویکردهای زوج‌درمانی شناختی-رفتاری مبتنی بر متون اسلامی و زوج- درمانی شناختی-رفتاری پیشرفته در افزایش رضایت زناشویی زوجین مشکل‌دار مؤثر هستند.



				شناختی-رفتاری پیشرفته				
نتایج نشان دادند که زوج درمانی گروهی شناختی-رفتاری بر ابعاد دلزدگی زناشویی مؤثر است.	دلزدگی زناشویی	زوجین مشکل دار	۶۰ نفر	زوج درمانی گروهی شناختی-رفتاری	نیمه آزمایشی	مقاله پژوهشی	پیرفلک زاده و همکاران (۱۳۹۳)	۱۸
نتایج نشان دادند که رویکردهای لتقاطی دلبستگی-پردازش شناختی با زوج درمانی شناختی رفتاری بر فرایندهای روان شناختی جنسی، عملکرد جنسی و رضایت جنسی اثربخش هستند.	فرایندهای روان شناختی جنسی، عملکرد جنسی و رضایت جنسی	زنان غیربالینی	۳۰ نفر	مقایسه التقاطی دلبستگی-پردازش شناختی با زوج درمانی شناختی رفتاری	نیمه آزمایشی	پایان نامه دکتری	بای (۱۳۹۲)	۱۹
نتایج نشان داد که آموزش مهارتهای ارتباطی بر اساس رویکرد شناختی-رفتاری بر افزایش صمیمیت و رضایت زناشویی مؤثر است.	صمیمیت و رضایت- مندی زناشویی	زوجین مشکل دار	۸۰ نفر	مقایسه آموزش مهارتهای	نیمه آزمایشی	پایان نامه دکتری	امیری (۱۳۹۲)	۲۰



				ارتباطی بر اساس رویکرد شناختی- رفتاری و ذهن آگاهی				
۲۱	خواجه و همکاران (۱۳۹۲)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	آموزش شادمانی به شیوه شناختی-رفتاری	۳۲ نفر	زوجین مشکل دار	کیفیت زندگی زناشویی	نتایج نشان دادند که آموزش شادمانی به شیوه شناختی-رفتاری بر کیفیت زندگی زناشویی زوجین مؤثر است.
۲۲	شیرالی نیا (۱۳۹۱)	پایان نامه دکتری	نیمه آزمایشی	مقایسه اثربخشی زوج درمانی شناختی- رفتاری پیشرفته و زوج درمانی متمرکز بر هیجان	۹۰ نفر	زوجین مشکل دار	افسردگی، تنظیم هیجانی و صمیمیت ارتباطی	نتایج نشان داد که زوج درمانی شناختی-رفتاری پیشرفته بر کاهش علائم افسردگی، افزایش توانایی تنظیم هیجانها و صمیمیت ارتباطی مؤثر است.



۲۳	احمدی (۱۳۹۲)	پایان نامه کارشناسی ارشد	نیمه آزمایشی	زوج درمانی شناختی- رفتاری	۴۰ نفر	زوجین مشکل دار	نظم جویی شناختی هیجان، بازسازی طرح واره‌های شناختی ناسازگار و کاهش تعارضات زوج مؤثر است.	نتایج نشان داد که زوج درمانی شناختی- رفتاری بر نظم جویی شناختی هیجان، بازسازی طرح واره‌های شناختی ناسازگار و کاهش تعارضات زوج مؤثر است.
۲۴	جاویدی و همکاران (۱۳۹۲)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	آموزش شادکامی مبتنی بر رویکرد شناختی- رفتاری	۶۰ نفر	زوجین غیربالینی	رضایت جنسی	یافته‌های این پژوهش نشان داد که آموزش شادکامی مبتنی بر رویکرد شناختی- رفتاری می- تواند موجب رضایت جنسی زوجین باشد.
۲۵	قناد بغدادی (۱۳۹۱)	پایان نامه کارشناسی ارشد	مورد منفرد	آموزش برنامه شناختی- رفتاری شادکامی (فوردایس)	۶ نفر	زوجین عادی	شادکامی و تعارضات زناشویی	نتایج نشان داد که ۸ جلسه آموزش رویکرد شناختی- رفتاری بر افزایش شادکامی و کاهش تعارضات زناشویی مؤثر است.



۲۶	امانی (۱۳۹۱)	پایان نامه کتری	نیمه آزمایشی	رویکردهای زوج درمانی شناختی- رفتاری، شناختی-رفتاری- هیجانی و هیجان مدار	۱۳۵ نفر	زوجین ناسازگار	رضایت مندی و افسردگی	و نتایج نشان داد که رویکردهای زوج درمانی شناختی-رفتاری و رویکرد تلفیقی شناختی- رفتاری-هیجانی در افزایش رضایت مندی و کاهش افسردگی زوجین مؤثر بود.
۲۷	علی اکبری و همکاران (۱۳۹۱)	مقاله‌ی پژوهشی	نیمه آزمایشی	درمان شناختی-رفتاری	۳۰ نفر	زنان دارای اختلال واژینسموس	سازگاری زناشویی	پس از ۱۲ جلسه درمان شناختی-رفتاری در همه ابعاد سازگاری زناشویی: رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری، و ابراز محبت عملکرد مطلوبی در مقایسه با گروه کنترل داشتند.
۲۸	قدم خیر (۱۳۹۱)	پایان نامه کارشناسی ارشد	نیمه آزمایشی	رویکرد عقلانی عاطفی الیس	۳۰ نفر	زوجین ناسازگار	صمیمیت زناشویی	نتایج نشان داد که آموزش رویکرد عقلانی- عاطفی-رفتاری الیس در افزایش صمیمیت زناشویی مؤثر است.



۲۹	زادهوش و همکاران (۱۳۹۰)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	مقایسه گروه درمانی شناختی-رفتاری متمرکز بر مذهب و زوج درمانی شناختی رفتاری کلاسیک	۳۳ نفر	زنان مشکل دار	کیفیت زناشویی	ارتباط	نتایج نشان دادند که هر دو رویکرد مقایسه گروه درمانی شناختی-رفتاری متمرکز بر مذهب و زوج درمانی شناختی رفتاری کلاسیک می توانند در افزایش کیفیت ارتباط زناشویی مؤثر باشند.
۳۰	عباسی برونرورق (۱۳۹۰)	پایان نامه کارشناسی ارشد	نیمه آزمایشی	زوج درمانی تلفیقی و زوج	۶۰ نفر	زوجین ناسازگار	الگوهای ارتباطی و باورهای ارتباطی	و	نتایج نشان داد که پس از ۸ جلسه مشاوره شناختی رفتاری در الگوهای ارتباطی و باورهای زوجین ناسازگار تغییر حاصل شد.
۳۱	نظری و همکاران (۱۳۹۰)	مقاله پژوهشی	مورد منفرد	زوج درمانی شناختی-رفتاری و زوج درمانی تلفیقی رفتاری	۴ زوج (۸ نفر)	زوجین آشفته	رضایت زناشویی		یافته‌های پژوهش نشان دادند که هم زوج درمانی شناختی-رفتاری و زوج درمانی تلفیقی رفتاری می توانند موجب تغییرات پایدار در رضایت زناشویی شوند.
۳۲	صالح زاده و همکاران (۱۳۹۰)	مقاله پژوهشی	نیمه آزمایشی	درمان شناختی-رفتاری	۲۰ نفر	زنان	اختلالات جنسی		نتایج این پژوهش نشان داد که درمان شناختی-رفتاری به طور معناداری موجب کاهش میزان اختلال کنش جنسی در زنان بوده است.



نتایج پژوهش نشان دادند که آموزش‌های شناختی-رفتاری در تعدیل انتظارات غیرمنطقی، افزایش بلوغ عاطفی، و نارضایتی زناشویی مؤثر است	انتظارات غیرمنطقی، بلوغ عاطفی، و نارضایتی زناشویی	زنان مشکل دار	۳۰ نفر	آموزش‌های شناختی-رفتاری	نیمه آزمایشی	مقاله پژوهشی	مهین ترابی و همکاران (۱۳۹۰)	۳۳
نتایج این پژوهش نشان دادند که آموزش مدیریت تنش به شیوه شناختی-رفتاری بر رضایت زناشویی زنان ناباور مؤثر است.	رضایت زناشویی	زنان ناباور	۲۴ نفر	آموزش مدیریت تنش به شیوه شناختی-رفتاری	نیمه آزمایشی	مقاله پژوهشی	چوبفروش زاده و همکاران (۱۳۹۰)	۳۴
یافته‌های این پژوهش نشان دادند که ۸ جلسه آموزش شناختی-رفتاری به طور معناداری موجب بهبود عملکرد خانوادگی و بهبود روابط زناشویی شده‌اند.	عملکرد خانوادگی و بهبود روابط زناشویی	زوجین مشکل دار	۶۰ نفر	آموزش‌های شناختی-رفتاری	نیمه آزمایشی	مقاله پژوهشی	سودانی و همکاران (۱۳۸۸)	۳۵
نتایج نشان دادند که هر دو رویکرد ایماگوتراپی و زوج درمانی شناختی-رفتاری می‌توانند بر ابعاد صمیمیت زناشویی مؤثر باشند.	صمیمیت زناشویی	زوجین مشکل دار	۳۲ نفر	مقایسه رویکردهای ایماگوتراپی و زوج	نیمه آزمایشی	پایان نامه دکتری	اعتمادی (۱۳۸۵)	۳۶



				درمانی شناختی- رفتاری				
یافته نشان دادند که رویکردهای زوج درمانی عقلانی عاطفی الیس با زوج درمانی واقعیت درمانی گلاسر می توانند در کاهش تعارضات زناشویی مؤثر باشند.	تعارضات زناشویی	زوجین مشکل دار	۹۰ زوج (۱۸۰ نفر)	مقایسه زوج درمانی عقلانی عاطفی الیس با زوج درمانی واقعیت درمانی گلاسر	نیمه آزمایشی	مقاله پژوهشی	فرحبخش و همکاران (۱۳۸۵)	۳۷
یافته‌های پژوهش نشان دادند که ۸ جلسه آموزش موجب افزایش رضایت زناشویی زنان شرکت کننده در پژوهش شده بود.	رضایت زناشویی	زنان بدون مشکل بالینی	۵۶ نفر	آموزش گروهی به شیوه‌ای مکاتبه‌ای	نیمه آزمایشی	مقاله پژوهشی	طغیانی و همکاران (۱۳۸۴)	۳۸

نتایج جدول فوق نشان داد در مجموع ۱۴ پایان نامه دکتری و کارشناسی ارشد و ۲۴ مقاله پژوهشی انجام شده است. از این میان ۱۳ پژوهش در حوزه زنان، ۱ پژوهش در حوزه مردان و ۲۴ پژوهش در حوزه زوجین انجام شده بود. از میان پژوهش‌های انجام شده ۹ مورد سایر رویکردهای مشاوره‌ای و زوج‌درمانی را با رویکرد شناختی رفتاری مورد مقایسه قرار داده بودند و ۲۹ پژوهش دیگر مستقیماً رویکرد شناختی رفتاری را در زمینه ابعاد زندگی زناشویی به کار گرفته بودند. ۲ مورد از پژوهش‌های انجام شده به صورت مورد منفرد بودند و ۳۶ مورد دیگر به صورت نیمه آزمایشی بودند. ۲ مورد از پژوهش‌های انجام شده در زمینه زوجین و افراد غیربالینی انجام شده بودند و ۳۶ مورد در خصوص مشکلات زناشویی انجام شده بودند. عمده‌ترین متغیرهای وابسته‌ای که به وسیله‌ی رویکرد شناختی-رفتاری مورد مداخله قرار گرفته بودند عبارت بودند از: رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی، مشکلات جنسی، تعارضات زناشویی، شادکامی زناشویی، تعهد زناشویی، کیفیت ارتباط زناشویی و تنظیم هیجانی. به طور کلی ۱۷۲۸ نفر در این پژوهش‌ها از درمان شناختی-رفتاری به صورت آموزش، مشاوره یا روان‌درمانی برای بهبود ابعاد زندگی زناشویی‌شان بهره‌مند شده بودند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر ۱۵ سال پژوهش‌های انجام شده در زمینه اثربخشی رویکرد شناختی-رفتاری در ابعاد زندگی زناشویی مورد بررسی قرار داد. از تعداد ۸۱ پژوهش که نمونه اولیه این پژوهش را تشکیل می‌دادند و ۳۸ مقاله و پایان نامه که نمونه تحلیلی پژوهش حاضر را تشکیل می‌دادند نشان داد که در طول ۱۵ سال اخیر رویکرد شناختی-رفتاری پیوسته مورد توجه محققان حوزه مشاوره و روانشناسی در زمینه زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی بوده است. به عبارتی می‌توان گفت که در مقایسه با سایر رویکردها، همواره این رویکرد به عنوان یک رویکرد پایه و استاندارد مورد توجه بوده است. به نظر می‌رسد یکی از دلایلی که این رویکرد در میان متخصصان مشاوره و روانشناسی در زمینه زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی همواره از اقبال بالایی برخوردار بوده؛ این است که مفاهیم و مداخله‌های این رویکرد را می‌توان هم به صورت آموزش به صورت فردی و گروهی و هم در محیط‌های مراکز مشاوره و روان‌درمانی به کار برد. از سوی دیگر کتاب و محتواهای آموزشی زیادی وجود دارد که می‌توان به صورت خودیاری از طرف مراجعان مورد استفاده قرار گیرند. علاوه بر این رویکرد شناختی-رفتاری در سال اخیر توسعه‌ی بسیاری یافته است و علاوه بر مداخله در زمینه باورها و عقاید مراجعان و رفتارهای مخرب آنان، عنصر هیجان را در مداخله‌های خود در نظر گرفته است. به عبارتی این رویکرد با در نظر گرفتن شناخت، رفتار و هیجان مراجعان به طراحی مداخله‌های متعدد در زمینه مسائل زوجین پرداخته است. از این جهت می‌توان گفت این رویکرد با در نظر گرفتن شناخت، رفتار و هیجان رویکردی جامع و فراگیر است و با این چارچوب می‌توان گفت که رویکرد شناختی رفتاری فنون و مفاهیم زیادی را از سایر رویکردها برای مداخله مورد استفاده قرار داده است این امر که حکایت از انعطاف پذیری این رویکرد در برخورد با شرایط اجتماعی و فرهنگی مراجعان دارد.

یکی از مزیت‌های برجسته‌ای که رویکرد شناختی-رفتاری در مواجهه با مشکلات مراجعان از آن بهره‌مند است، قابلیت تطابق و به کارگیری آن با شرایط فرهنگی خاص جوامع متعدد است. به طور مثال در پژوهش حاضر مشخص گردید که

پژوهش زادهوش و همکاران (۱۳۹۰)، با استفاده گروه درمانی شناختی-رفتاری متمرکز بر مذهب کاهش مشکلات زناشویی اقدام کردند. به عبارت دیگر از زمان گسترش اولیه رویکرد شناختی-رفتاری توسط الیس (۱۹۵۰) و بک (۱۹۷۰)، در طی سالیان اخیر این رویکرد توسعه پیدا کرده است.

زوج درمانی شناختی-رفتاری در شکل سنتی آن بر فرایندهای شناختی زوج‌ها و تعاملات رفتاری آنان تمرکز داشت و تأثیر شخصیت و دیگر تفاوت‌های بین فردی در کارکرد زوجین را دست کم می‌گرفت. درحالی که زوج درمانی شناختی-رفتاری مدرن و پیشرفته ویژگی‌های شخصیتی هر یک از زوجین را مد نظر قرار می‌دهد و بدین شکل می‌توان به تبیین رفتار ناسازگارانه زوجین پرداخت. براساس زوج درمانی پیشرفته هر کدام از زوجین تاریخچه، ترجیحات، نیازها و انگیزه‌های منحصر به فردی دارند که آن‌ها وارد رابطه زناشویی می‌کنند. این تفاوت‌های فردی می‌توانند نقش مهمی در کارکرد روابط زناشویی، سازگاری و رضایت زناشویی داشته باشند (Dattilio & Epstein, ۲۰۱۵; Gurman et al, ۲۰۱۵).

زوج درمانی سنتی نقش عوامل تنش‌زای بیرونی را در آشفتگی زوجین نادیده می‌گرفت. علاوه بر این هر کدام از زوجین از منابع محیطی برخوردارند که در برآورده شدن نیازهایشان مفید است. مسائلی از قبیل مقتضیات شغلی، خواسته‌های کودکان، رفت و آمد با خانواده گسترده، سلامت جسمانی هر کدام از زوجین، تجربیات منفی نظیر تبیض‌های قومی و فرهنگی درون اجتماع، می‌توانند موجب تنش در روابط زناشویی شوند. زوج درمانی پیشرفته با اتخاذ نگاهی سیستمی و بافتی سعی دارد، همه عوامل مذکور را مداخله‌ی خود مدنظر قرار دهد (شیرالی‌نیا، ۱۳۹۱؛ بای، ۱۳۹۲).

زوج درمانی سنتی شناختی-رفتاری اهمیت چندانی برای نقش هیجان‌ها در روابط زناشویی قائل نبود. بنابراین بیش‌ترین توجه خود را بر دو مؤلفه شناخت و رفتار قرار داده بود. لذا هیجان‌ها در درجه‌ی دوم اهمیت قرار داشتند و به عنوان نتایج شناخت و رفتار در نظر گرفته می‌شدند. در زوج درمانی پیشرفته بر نقش بسیار فعال تعیین‌کننده هیجان‌ها در روابط بین زوجین تأکید می‌شود. به همین سبب گسترش رویکردها و تکنیک‌های متمرکز بر تنظیم هیجان ضروری هستند (Epstein et al, ۲۰۰۲).

به‌طور کلی براساس یافته‌های پژوهش حاضر توصیه می‌شود که در پژوهش آتی به کارگیری این رویکرد با ملاحظات فرهنگی، اجتماعی و مذهبی انجام شود. هم‌چنین به پژوهشگران این حوزه توصیه می‌شود، پژوهشی را استفاده از تکنیک فراتحلیل نیز به انجام برسانند تا میزان اثربخشی آماری مداخله‌های شناختی-رفتاری در حوزه درمان ابعاد زندگی زناشویی مشخص گردد.

منابع

احمدی، نسیم. اثربخشی زوج درمانی شناختی-رفتاری بر بهبود نظم‌جویی شناختی هیجان، بازسازی طحواره‌های شناختی ناسازگار و کاهش تعارضات زوجین. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۹۳.
اعتمادی، عذار. مقایسه رویکردهای ایماگوتراپی و شناختی-رفتاری بر بهبود صمیمیت زوجین. پایان‌نامه دکتری دانشگاه تربیت معلم، ۱۳۸۵.

ششمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی *Archiv SID* و سبک زندگی

- اسکندری، آرزو. اثربخشی زوج‌درمانی شناختی رفتاری بر خودافشایی زناشویی، وضعیت زناشویی، افسردگی و افکار خودکشی زنان دارای رضایت زناشویی پایین. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی دانشگاه ملایر، ۱۳۹۵.
- امانی، رزیتا. مقایسه‌ی اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار، شناختی-رفتاری و تلفیقی شناختی-رفتاری-هیجانی بر سیر تغییر رضایت‌مندی زناشویی زوجین و افسردگی زنان شهر همدان. پایان‌نامه دکتری مشاوره دانشگاه اصفهان، ۱۳۹۱.
- بای، فاطمه. مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی التقاطی دلبستگی-پردازش شناختی با زوج‌درمانی رفتاری-شناختی بر سیر فرایندهای روانشناختی جنسی، عملکرد جنسی زنان و رضایت جنسی همسرانشان در شهر اصفهان. پایان‌نامه دکتری مشاوره دانشگاه اصفهان، ۱۳۹۲.
- بختیاری، مریم؛ شیدایی، حاجیه؛ بحرینیان، سید عبدالمجید؛ نوری، محمد. تاثیر درمان شناختی-رفتاری بر میل جنسی کم کار و رضایت زناشویی. اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی، ۱۳۹۴، ۱۰(۳۶): ۱۶-۷.
- پورفراهانی‌نیا، منیره؛ فاطمه، زمانی مقدم؛ آری، زهره و حمیدرضا، آقا محمدیان شعرباف. اثربخشی گروه‌درمانی شناختی رفتاری هشت مرحله‌ای بر تن‌پنداره و تعهد زناشویی. مجله آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، ۱۳۹۷؛ ۴(۱): ۶۳-۷۶.
- پیرفلک، مهرداد؛ سودانی، منصور و شفیع‌آبادی، عبدالله. اثربخشی زوج‌درمانی گروهی شناختی-رفتاری (GCBCT) بر کاهش دلزدگی زناشویی. مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱۳۹۳، ۴(۲): ۲۶۹-۲۴۷.
- جاویدی، نصیرالدین؛ بلقان‌آبادی، مصطفی؛ دهقانی‌نیشابوری، مصطفی. اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر فصلنامه نسیم تندرستی، ۱۳۹۲؛ ۱(۴): ۱۴-۶.
- حقیقی، حمید؛ زارعی، اقبال و قادری، فواد. بررسی ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم - ROCI-II - در بین زوجین ایرانی. مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱۳۹۱؛ ۴(۱): ۵۶۱-۵۳۴.
- حقیقی، حمید. بررسی مقایسه‌ای سبک‌های حل تعارض زناشویی بین زوجین رضایت‌مند، دارای تعارض و در شرف طلاق شهر بندرعباس. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه هرمزگان، ۱۳۸۹.
- خانجانی‌وشکی، سحر؛ شفیع‌آبادی، عبدالله؛ فرزاد، ولی‌الله و فاتحی‌زاده، مریم‌السادات. مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی شناختی-رفتاری و زوج‌درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زناشویی مردان و زنان متأهل. فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی رفتاری، ۱۳۹۵، ۱۴(۴): ۴۷۱-۴۶۴.
- خواجه، امیرحسام؛ بهرامی، فاطمه؛ فاتحی‌زاده، مریم‌السادات؛ عابدی، محمدرضا؛ سجادی‌نیا، پریناز. اثربخشی آموزش شادمانی به روش شناختی-رفتاری بر کیفیت زندگی زناشویی مردان و زنان متأهل. فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، دوره ۱۴، شماره ۵۳، زمستان، ۱۳۹۲: ۱۱-۲۱.
- چوبفروش‌زاده، آزاده؛ کلانتری، مهرداد و مولوی، حسین. اثربخشی درمان مدیریت تنش به شیوه‌ی شناختی رفتاری بر رضایت زناشویی زنان نابارور. مجله اصول بهداشت روانی، ۱۳۹۰؛ ۱۲(۴۷): ۶۰۳-۵۹۶.

زاده‌ش، سمیه؛ نشاط دوست، حمید طاهر؛ کلاتری، مهرداد و سید کاظم، رسول زاده طباطبایی. مقایسه اثربخشی گروه‌درمانی شناختی-رفتاری همراه با توصیه‌های مذهبی و گروه‌درمانی شناختی-رفتاری کلاسیک بر کیفیت ارتباط زناشویی بانوان. فصلنامه خانواده‌پژوهی ۱۳۹۰؛ ۲۵: ۳۳-۴۵.

سالاری، اسماعیل؛ معین، لادن؛ سهامی، سوسن و حقیقی، حمید.. بررسی رابطه فرهنگ مردسالاری، همسان همسری، با تعارضات زناشویی در بین دبیران و پرستاران زن متأهل. زن و مطالعات خانواده، ۱۳۹۲، ۱۹(۵): ۸۲-۹۷.

سالاری فر، محمدرضا. طراحی زوج درمانی شناختی رفتاری مبتنی بر متون اسلامی و مقایسه کارآمدی آن با زوج‌درمانی شناختی رفتاری توسعه‌یافته در افزایش رضایت زناشویی زوج‌ها. پایان‌نامه دکتری روانشناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۳.

سودانی؛ منصور؛ مهناز، مهربابی زاده هنرمند و سارا، فرحبخش. بررسی اثربخشی آموزش به شیوه شناختی-رفتاری بر بهبود عملکرد خانواده زوجین ناسازگار. مجله دست آوردهای روان شناختی، ۱۳۸۸، ۱۶(۲): ۷۱-۸۶.

شفیعی، زهره و طاوولی، آزاده.، اثربخشی برنامه آموزشی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری بر سازگاری زناشویی زنان مراجعه کننده به مراکز مشاوره دلجان. روانشناسی بالینی و شخصیت ۱۳۹۸، ۷(۱): ۱۷۷-۱۷۱.

شیرالی نیا، خدیجه. اثربخشی زوج درمانی شناختی-رفتاری پیشرفته و زوج درمانی متمرکز بر هیجان بر کاهش افسردگی، تنظیم هیجانی و صمیمیت ارتباطی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره‌ی شهر اهواز. پایان‌نامه دکتری مشاوره دانشگاه چمران اهواز، ۱۳۹۱.

طغیانی، زهرا؛ کلاتری، مهرداد و نشاط دوست، حمیدطاهر. بررسی اثربخشی آموزش گروهی بانوان و آموزش مکاتبه ای همسران آن‌ها به شیوه شناختی-رفتاری بر رضایت زناشویی. خانواده‌پژوهی، ۱۳۸۴، ۱(۴): ۹۳-۱۰۱.

عباسی پوروندرواق، سکینه. بررسی و مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی رفتاری-تلفیقی و شناختی بر الگوها و باورهای ارتباطی زوجین متقاضی طلاق. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۹۰.

عباسی، روح‌الله؛ رسول‌زاده طباطبایی، سید کاظم؛ کبیر، احسان‌الله؛ ابراهیم‌پور، رضا و عباسی، زهرا. پیش‌بینی رضامندی زناشویی بر مبنای ویژگی‌های شخصیتی: مقایسه مدل شبکه عصبی مصنوعی و روش رگرسیون. علوم رفتاری، ۱۳۸۹، ۱۳(۴): ۱۷۶-۱۷۱.

عظیمی فر، شیرین؛ فاتحی زاده، مریم‌السادات؛ بهرامی، فاطمه؛ احمدی، سیداحمد و عابدی، احمد. مقایسه اثربخشی زوج درمانی شناختی-رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر افزایش شادی زناشویی زوجین ناراضی. روانشناسی و روانپزشکی شناخت، ۱۳۹۵، ۳(۲۱): ۲۷-۱۲.

علی اکبری دهکردی، مهناز؛ محمدی، اعظم؛ علی‌پور، احمد و محتشمی، طیبه.. تاثیر درمان شناختی رفتاری بر افزایش مؤلفه‌های سازگاری زناشویی در مبتلایان به واژینیسیموس. مشاوره کاربردی، ۱۳۹۲، ۲(شماره ۱): ۶۲-۴۹.

ششمین کنفرانس بین المللی روانشناسی ، علوم تربیتی *Archiv SID* و سبک زندگی

غلام‌رضایی، سیمین؛ حسین، حسینی؛ حسین کریمی نژاد، کلثوم. تأثیر برنامه آموزش شناختی-رفتاری بر رضایت زناشویی زنان دچار کم کاری میل جنسی. مجله آسیب شناسی، مشاوره و غنی سازی خانواده، ۱۳۹۵، ۲(۲): ۳۰-۱۵.
کریمی اوتاری، بهزاد؛ جواد، خلعتبری و ژاله، رضااستوار. هم سنجی اثربخشی مداخله شناختی-رفتاری با معنا درمانی بر بی رمقی زناشویی، رضایت زناشویی و بی آلاشی زوجین. آسیب شناسی، مشاوره و غنی سازی خانواده، ۱۳۹۶(۲): ۸۱-۱۰۲.

قدم هیر، میترا. بررسی اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر رویکرد عقلانی-هیجانی - رفتاری بر صمیمیت زوجین دارای ناسازگاری زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی دانشگاه محقق اردبیلی، ۱۳۹۲.
قناد بغدادی، صوفیا. بررسی اثر بخشی آموزش برنامه شناختی-رفتاری شادکامی (فوردایس) بر کاهش تعارضات زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۹۲.

فرح بخش، کیومرث؛ شفیع آبادی، عبدالله؛ احمدی، سیداحمد و دلاور، علی. مقایسه میزان اثربخشی مشاوره زناشویی به شیوه شناختی الیس، واقعیت درمانی گلاسرا و اختلاطی از آن دو در کاهش تعارض های زناشویی. پژوهش های مشاوره (تازه ها و پژوهش های مشاوره)، ۱۳۸۵، ۵(۱۸): ۸۹-۷۷.

فریدونی مهر، محمدحسین. بررسی اثربخشی آموزش مهارت های زناشویی با تأکید بر رویکرد شناختی رفتاری بر افزایش تعهد و صمیمیت زناشویی زوج های دانشجوی، پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز، ۱۳۹۴.

گودرزی، محمود؛ شیری، فاطمه و محمودی، بختیار. اثربخشی آموزش مؤلفه های خانواده درمانی شناختی-رفتاری بر تعارض والد-فرزندی و تعارض زناشویی. روان شناسی کاربردی، ۱۳۸۵، ۷(۷): ۱۰۸-۹۰.
مجردیگدلی، فریبا؛ انتصارفومنی، غلامحسین و حجازی مسعود. اثربخشی آموزش سکس تراپی (روابط جنسی) مبتنی بر شناختی-رفتاری بر کاهش دلزدگی زناشویی و افزایش کیفیت زناشویی پرستاران زن متاهل. مجله پژوهش پرستاری ایران، ۱۳۹۹، ۱۵(۳): ۹-۱.

محدثی؛ حمیده؛ همدانی، مریم؛ خلخالی، حیدررضا؛ مرقاتی خویی، عفت السادات. بررسی تأثیر مشاوره با رویکرد شناختی-رفتاری بر رضایتمندی زناشویی زوجین مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی منتخب شهر ارومیه، سال ۱۳۹۴. مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه، ۱۳۹۴، ۱۴(۸): ۷۴۷-۷۳۸.

مکاری؛ زهرا؛ مومنی، خدامراد؛ یزدانبخش، کامران؛ و جلیلیان، نسرین. اثربخشی آموزش مهارت های جنسی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری بر سازگاری زناشویی زنان نابارور. پژوهش های مشاوره، ۱۳۹۶(۶۴): ۷۳-۵۵.
مهین ترابی، سمیه؛ مظاهری، محمدعلی؛ صاحبی؛ علی و موسوی، ولی الله. تأثیر آموزش های شناختی-رفتاری بر تعدیل انتظارات غیرمنطقی، بلوغ عاطفی و نارضایتی زناشویی در زنان. علوم رفتاری، ۱۳۹۰، ۱۶(۵): ۱۳۴-۱۲۷.

ناصری فدافن ، ملکه؛ شهناز، نوحی و حکیمه، آقایی. اثربخشی آموزش مدیریت خشم با رویکرد شناختی رفتاری بر کیفیت رابطه زناشویی و اضطراب اخلاقی مردان سوء مصرف کننده مواد. روانشناسی کاربردی، ۱۳۹۷، ۴۵(۴۵).
نظری، وکیل؛ محمدخانی، پروانه و دولت‌شاهی، بهروز. مقایسه اثربخشی زوج درمانی شناختی رفتاری غنی شده و زوج درمانی تلفیقی رفتاری در افزایش رضایت زناشویی. پژوهش‌های نوین روانشناختی، ۱۳۹۱، ۲۲(۶): ۱۷۰-۱۴۳.

Dattilio, F. M., & Epstein, N. B. (۲۰۱۵). Cognitive-behavioral couple and family therapy Handbook of family therapy (pp. ۱۰۳-۱۳۳): Routledge

Epstein, N., Baucom, D. H., & Baucom, D. H. (۲۰۰۲). Enhanced cognitive-behavioral therapy for couples: A contextual approach (Vol. ۱): American Psychological Association Washington, DC

Epstein, N. B., & Zheng, L. (۲۰۱۷). Cognitive-behavioral couple therapy. Current Opinion in Psychology, ۱۳, ۱۴۲-۱۴۷

Işık, E., Özbiler, Ş., Schweer-Collins, M. L., & Rodríguez-González, M. (۲۰۲۰). Differentiation of Self Predicts Life Satisfaction through Marital Adjustment. The American Journal of Family Therapy, ۴۸(۳), ۲۳۵-۲۴۹.

Fischer, M. S., Baucom, D. H., Hahlweg, K., & Epstein, N. B. (۲۰۱۳). Couple therapy. The Wiley handbook of cognitive behavioral therapy, ۷۰۳-۷۲۶

Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (۲۰۰۸). Gottman method couple therapy. In A. S. Gurman (Ed.), Clinical handbook of couple therapy (p. ۱۳۸-۱۶۴). The Guilford Press
Gurman, A. S. (Ed.). (۲۰۱۰). Clinical casebook of couple therapy. Guilford Press

Gurman, A. S., Lebow, J. L., & Snyder, D. K. (۲۰۱۵). Clinical handbook of couple therapy: Guilford Publications

Lewinsohn, M.A & Werner, P.D. (۱۹۹۷), Factors in Chinese Marital Process: Relationship to Marital Adjustment. Family Process, ۳۶: ۴۳-۶۱.

Nurhayati, S., Faturochman, F., & Helmi, A. (۲۰۱۹). Marital Quality: A Conceptual Review. Buletin Psikologi, ۷, ۱۰۹-۱۲۴. doi:۱۰.۲۲۱۴۶/buletinpsikologi.۳۷۶۹۱

Nichols, M. P., & Davis, S. D. (۲۰۱۶). Family therapy: Concepts and methods. Hoboken

Spanier, G. B., & Lewis, R. A. (۱۹۸۰). Marital quality: A review of the seventies. Journal of Marriage and the Family, ۸۲۵-۸۳۹

Spanier, G. B. (۱۹۷۶). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(۱), ۱۵-۲۸.

ششمین کنفرانس بین المللی روانشناسی ، علوم تربیتی *Archiv SID*
و سبک زندگی

Winch, R. (۲۰۱۵). Selected Studies in Marriage and the Fmiliy. New York: Hito Rinehart and Wiston. INC.