

- ui. ac. id/wpcontent/uploads/11/2017/05/Abstract-RUDN-University-Sustainability-of-the-University-Environmental-Responsibility-of-the-Students-Experience-of-the-RUDN-University. pdf.
- Rizzo, A., John, B., Newman, B., Williams, J., Hartholt, A., Lethin, C., & Buckwalter, J. G. (2013). Virtual reality as a tool for delivering PTSD exposure therapy and stress resilience training. *Military Behavioral Health*, 1(1), 52-58.
- Suyidno, N., Yuanita, L., Prahani, B. K., & Jatmiko, B. (2018). Effectiveness of creative responsibility based teaching (CRBT) model on basic physics learning to increase student's scientific creativity and responsibility. *Journal of Baltic Science Education*, 17(1), 136.
- Vaidya, S. A. (2017). Social Responsibility of Students. *International Journal in Management & Social Science*, 5(3), 133-141.
- Wubbolding, R., E. (2006). The Evolution of Psychotherapy: A Conference of Inner Control. *International Journal of Reality Therapy*, Vol. XXIV, Number 2.
- Yule, K., & Grych, J. (2020). College students' perceptions of barriers to bystander intervention. *Journal of interpersonal violence*, 35(15-16), 2971-2992.

اثربخشی آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور بر سلامت اجتماعی و کاهش تعارضات زناشویی زوجین متقاضی طلاق مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر بوشهر

ستاره محنایی^۱

صدیقه گلکام^۲

سودابه سرخوش^۳

رضا فراشبندی^۴

نازنین خوشبخت^۵

چکیده

هدف این پژوهش تعیین اثربخشی آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور بر سلامت اجتماعی و کاهش تعارضات زناشویی زوجین متقاضی طلاق بود. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه و جامعه آماری پژوهش حاضر ۱۴۶۴ نفر (۷۳۲ زوج) متقاضی طلاق مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر بوشهر در سال ۱۳۹۹ بودند. حجم نمونه پژوهش ۳۰ زوج بود که به روش داوطلبانه انتخاب و با جایگزینی تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه گمارده شدند. پس از اجرای پیش آزمون گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هر هفته یک جلسه) در معرض آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور قرار گرفتند و گروه کنترل آموزشی ندید. ابزار پژوهش حاضر پرسشنامه‌های سلامت اجتماعی کیز و شاپیرو (۲۰۰۴) و تعارضات زناشویی براتی و ثنایی (۱۳۸۷) بود. داده‌ها با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس و با استفاده از نرم‌افزار SPSS ۲۳ مورد تحلیل قرار گرفتند. یافته‌ها نشان داد که آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور باعث بهبود مولفه‌های سلامت اجتماعی یعنی انسجام اجتماعی، انطباق اجتماعی، مشارکت اجتماعی، شکوفایی اجتماعی و پذیرش اجتماعی در آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه گردید. همچنین آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور باعث افزایش جلب حمایت فرزند و کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، واکنش‌های هیجانی، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و جدا کردن امور مالی از یکدیگر در آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه شد. با توجه به نتایج در مانگران و متخصصان سلامت می‌توانند از روش آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور برای بهبود سلامت اجتماعی و کاهش تعارضات زناشویی زوجین متقاضی طلاق استفاده کنند.

واژه‌های کلیدی: غنی سازی زندگی زناشویی، رویکرد هیجان محور، سلامت اجتماعی، تعارضات ناشویی

۱. استادیار گروه روانشناسی، واحد خورموج، دانشگاه آزاد اسلامی، خورموج، ایران (نویسنده مسئول)

setareh.mohannaee@gmail.com

۲. کارشناسی ارشد گروه روانشناسی، واحد بوشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر، ایران Sa58kol@gmail.com

۳. کارشناسی ارشد گروه روانشناسی، واحد بوشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر، ایران Soodabeh.sarkhosh1374@gmail.com

۴. دکتری فلسفه تعلیم و تربیت، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران dr.rezafarashbandi@gmail.com

۵. دانشجوی دکتری مشاوره، پردیس بین المللی ارس، دانشگاه تهران، ارس، ایران Nazaninkhoshbakht62@gmail.com

مقدمه

خانواده یکی از مهم‌ترین نهادها در هر نظام اجتماعی است که نه تنها دوام و قوام آن می‌تواند مانع از بروز بسیاری از آسیب‌ها در جامعه به ویژه برای زنان شود. تبعات طلاق منحصر به خانواده نیست، بلکه باعث متزلزل شدن جامعه نیز می‌شود، گسستن رابطه زناشویی و رها ساختن زندگی مشترک، زن و مردی را که به هم پیوسته بوده‌اند را به راه‌های گوناگون می‌کشاند. نقش و اهمیت خانواده در بسیاری از مسائل زندگی افراد به وضوح قابل مشاهده است (طاهری، ۱۳۹۷). از سویی طبق آمارهای رسمی در دهه‌های اخیر میزان طلاق در جهان افزایش یافته است و ایران چهارمین کشور جهان از نظر نسبت طلاق به ازدواج معرفی شده است (حیدری، ۱۳۹۸). با وجود نقش و اهمیت خانواده در طول تاریخ، طلاق رویه و جنبه دیگر از این واقعیت است که هیچ فرد، گروه و جامعه‌ای اعم از توسعه یافته یا در حال توسعه از اثرات و پیامدهای آن مصون نیست (لیس^۱، ۲۰۱۹). از طرفی طلاق یکی از مشکلات و آسیب‌های بزرگ در اجتماع است که اثرات مخرب آن در جامعه به صورت‌های گوناگون نمود پیدا می‌کند. تحولات اجتماعی دهه‌های گذشته در سطح جهانی، نظام‌های خانواده را با تغییرات، چالش‌ها، مسائل و نیازهای جدید و متنوعی مواجه کرده و طی همین مدت خانواده به شکلی فزاینده به علل و عوامل متعدد و پیچیده‌ای در معرض تهدید قرار گرفته است (ویلوئا^۲، ۲۰۱۹). وقتی کارکردهای خانواده، از قبیل کارکردهای زیستی، اجتماعی، شناختی و عاطفی یکی پس از دیگری آسیب می‌بیند، اعضای آن بتدریج احساس رضایتمندی خود را از دست می‌دهند. کاهش تدریجی رضایتمندی اعضای خانواده، ابتدا موجب گسستگی اجتماعی و در نهایت واقعه حقوقی می‌شود که این گسستگی طلاق نامیده می‌شود (ریسی، ۱۳۹۶).

طلاق معمولاً باعث کاهش سلامت اجتماعی^۳ می‌شود. کیز و شاپیرو^۴ (۲۰۰۴) معتقدند که سلامت اجتماعی، ارزیابی و شناخت فرد از چگونگی عملکردش در اجتماع و کیفیت روابطش با افراد دیگر، نزدیکان و گروه‌های اجتماعی است که وی خود را عضوی از آن‌ها می‌داند. به عبارت دیگر، توانایی فرد در تعامل موثر با دیگران و اجتماع به منظور ایجاد روابط ارضاء کننده شخصی و به انجام رساندن نقش‌های اجتماعی است (کیز و شاپیرو، ۲۰۰۴؛ به نقل از آو^۵، ۲۰۱۷). کیز (۲۰۰۴) سلامت اجتماعی را مهارت‌های اجتماعی، عملکرد اجتماعی، عملکرد اجتماعی و توانایی شناخت هر شخص از خود به عنوان عضوی از جامعه بزرگ‌تر (تمامیت شخص در شبکه اجتماعی او) دانسته‌اند (کیز، ۲۰۰۴؛ به نقل از اسکینتا^۶، ۲۰۱۵). سلامت ابعاد مختلفی دارد که بیشتر بر ابعاد فردی آن تأکید می‌شود اما آنچه سلامت یک جامعه را تعیین می‌کند شاخص‌هایی است که به عنوان سلامت اجتماعی شناخته می‌شوند. سلامت اجتماعی دارای ابعاد مختلف روانی، جسمی، اقتصادی و سیاسی است و عوامل متعددی بر آن تأثیر می‌گذارند. سلامت اجتماعی شاخص‌های سلامتی در یک جامعه را شامل می‌شود که در یک منطقه جغرافیایی سکونت دارند. در سلامت اجتماعی عوامل اجتماعی مؤثرند و ابعاد اجتماعی نیز بیشتر از ابعاد فردی مورد توجه قرار می‌گیرد. آمارهایی که به طور روزمره از نرخ طلاق، بیکاری، فساد، بیمه، و سایر آسیب‌ها یا رشدهای

1. Leys
2. Violetta
3. Social health
4. Keyes and Shapiro
5. Au
6. Skinta

اجتماع می‌خوانیم همگی به نوعی اطلاعاتی از سلامت جامعه به ما می‌دهند (والکر^۱، ۲۰۲۰). از طرفی یکی از مفاهیم پراهمیت که می‌تواند سلامت زوجین را تحت تاثیر قرار دهد، تعارض زناشویی^۲ است. تعارض زناشویی عبارت است از عدم توافق و مخالفت دو فرد با یکدیگر، ناسازگاری و نظرات و اهداف و رفتاری که در جهت مخالفت با دیگری صورت می‌گیرد و همچنین ستیزه‌ای بین افراد در اثر منافع ناهمسو و اختلاف اهداف و ادراکات مختلف (المو^۳، ۲۰۱۹). در زمینه تأثیرات مخرب تعارض زناشویی می‌توان به پیامدهای جسمی، روانی و رابطه‌ای آن اشاره نمود. از لحاظ روانی، اکثر افراد تعارض در روابط را بی‌نهایت تنش‌زا تجربه می‌کنند (لوپرتو^۴، ۲۰۱۷). تعارض با خطر فزاینده انواع اختلالات روانی از جمله افسردگی خصوصاً در زنان، سوء مصرف مواد خصوصاً در مردان، ناکارآمدی جنسی در هر دو جنس و مشکلات رفتاری فزاینده در فرزندان خصوصاً اختلالات رفتاری پسران ارتباط دارد. البته ارتباط بین تعارض و اختلالات روانی یک‌سویه نیست. بلکه اختلالات روانی شدید و طولانی نیز احتمال رشد رابطه‌ای لذت‌بخش برای فرد را کاهش می‌دهند (گائو^۵، ۲۰۱۸). از سویی بروز اختلاف و عدم تفاهم در خانواده امری شایع است و هیچ خانواده‌ای از این امر مستثنی نیست، اما گاهی این اتفاقات به تعارض‌های شدید منجر می‌شود. امروزه خانواده‌ها درگیر انواع مختلفی از تعارضات و اختلافات شدید هستند که این اختلافات باعث عدم کارکرد خوب و سالم خانواده به عنوان اولین و قدیمی‌ترین نهاد اجتماعی می‌شود. نهادی که وظیفه اصلی آن ایجاد روحیه و شخصیت سالم است خود به عاملی برای اختلالات عاطفی، رفتاری و شخصیتی تبدیل شده است (مانکوا^۶، ۲۰۱۸).

از طرفی آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور^۷ یکی از روش‌های مناسب برای افزایش سلامت اجتماعی و کاهش تعارضات زناشویی می‌باشد. در رویکرد غنی سازی روابط زوجین مهارت‌هایی آموزش داده می‌شوند که به ارضای نیازهای اساسی خانواده، مانند عشق، مهربانی، تعلق، اعتماد، وفاداری، امنیت و لذت کمک می‌کند (کانتر^۸، ۲۰۱۷). حساسیت دلسوزانه می‌تواند مهم‌ترین عامل در ارتقای امنیت و اعتبار بخشیدن به رابطه زوجها و ایجاد صمیمیت سازنده و جو سالم برای رشد فردی باشد. از طرفی رویکرد درمانی متمرکز بر هیجان، یکی از شیوه‌های درمانی زوجین است که بر چرخه‌های منفی تعاملی پایدار، دلبستگی و هیجان‌ات مراجعین توجه ویژه دارد (بوکوسکی^۹، ۲۰۲۰). همچنین غنی سازی روابط زوجین رویکردی است که آموزشی برای بهتر شدن روابط زوجها و هدف آن کمک به آنان برای آگاهی از خود و همسر، کاوش احساسات و افکار همسر، گسترش همدلی و صمیمیت، رشد ارتباط مؤثر و مهارت‌های حل مسئله است. لازمه‌ی تقویت زندگی خانوادگی، ثبات و دوام آن و نوع نگرش و تعامل زوجین با یکدیگر است (شکارچی اسداللهی، ۱۳۹۸). اگر زن و شوهر همدیگر را باور داشته باشند و محبت بینشان وجود داشته باشد، کیفیت روابط زندگی

-
1. Walker
 2. Marital Conflict
 3. Elemo
 4. Luberto
 5. Gao
 6. Makhanova
 7. Emotional-Based Marriage Life Enrichment Training
 8. Kanter
 9. Bukowski

زناشویی شان رو به فزونی خواهد رفت (روز^۱، ۲۰۱۹). با توجه به آنچه گفته شد و از آنجایی که کیفیت روابط زناشویی از مهم‌ترین مؤلفه‌های تأثیرگذار بر بهبود روابط زناشویی زوجین هستند، لذا انجام مداخلات روانشناختی می‌تواند در ارتقاء و بهبود این متغیرها مؤثر باشد. یکی از مداخلات غیردارویی و روانشناختی که اثربخشی آن کمتر مورد بررسی قرار گرفته است آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور است (لوی^۲، ۲۰۱۷). برنامه‌های غنی‌سازی یک رویکرد آموزشی به منظور بهبود روابط زوج‌ها می‌باشند که در کشورهای توسعه یافته به صورت گسترده‌ای مورد استفاده قرار می‌گیرند. بطور سنتی اهداف برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج شامل اهدافی مانند کمک به افزایش آگاهی، تشویق افزایش همدلی، مهارت‌های حل تعارضات و نگرش مثبت می‌باشد. زوج‌ها در طی این آموزش‌ها روش‌های حل و فصل مناقشات در روابط، بیان پوزش، روش‌های تقویت رابطه زن و شوهر و بهبود رضایت از رابطه را می‌آموزند. بی‌شک روابط خوب بین زوجین می‌تواند باعث بهبود سلامت اجتماعی و کاهش تعارضات زناشویی بین زن و شوهر شود (بهرامی، ۱۳۹۸).

هم‌چنین با بررسی پژوهش‌ها در داخل و خارج در راستای موضوع مشخص شد که در داخل کشور تحقیقی به صورت مستقیم به اثربخشی آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور بر سلامت اجتماعی و کاهش تعارضات زناشویی انجام نشده است و در برخی از تحقیقات به صورت ضمنی در مقدمه به آن اشاره‌هایی شده است و در برخی دیگر اثربخشی آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور با دیگر متغیرها را بررسی نموده‌اند و نتایج ناهمخوانی به دست آمده است از جمله اینکه: جلالی شاهکوه، مظاهری، کیامنش و احدی (۱۳۹۸) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که آموزش مبتنی بر رویکرد هیجان مدار در شرکت‌کنندگان گروه آزمایشی به نسبت گروه گواه بر بهبود الگوهای ارتباطی زوج‌ها تأثیر داشته است. هم‌چنین آزمون پیگیری نشان داد اثر آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی بر اساس رویکرد هیجان مدار ماندگار بوده است. نامنی و خدادادی (۱۳۹۸) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که آموزش غنی‌سازی روابط خانوادگی میلر بر بهزیستی روان‌شناختی و خشونت زناشویی از نگاه زنان آزار دیده تأثیر دارد؛ لازم به ذکر است، ماندگاری اثر درمان بعد از دو ماه حفظ شده است. امینی و حیدری (۱۳۹۵) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که بین میانگین نمرات مقیاس کیفیت زندگی و رضایت زناشویی شرکت‌کنندگان بر حسب عضویت گروهی (دو گروه آزمون و گواه) پس از تعدیل تأثیر متغیر پیش‌آزمون تفاوت معنی‌داری وجود دارد. روز (۲۰۱۹) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که آموزش درک شده ارتباطی زوجین بر دینداری و صمیمیت زناشویی زوجین موثر است. کانتر (۲۰۱۸) در پژوهشی به این نتیجه رسید که مداخله آموزش برنامه ارتباط زوجی بر بهبود روابط رفتاری و هیجانی زناشویی موثر است. لوی (۲۰۱۷) در پژوهشی به این نتیجه رسید که رابطه بین فردی زوجین بر تنظیم هیجانات درون فردی موثر است. رابطه بین فردی زوجین بر کاهش پریشانی موثر است.

در زمینه اهمیت و ضرورت پژوهش می‌بایست بیان نمود که آموزش غنی‌سازی، حرکتی برای رشد رابطه زناشویی است که از طریق ایجاد اهداف و سمت و سوهایی برای ازدواج به تقویت رابطه می‌انجامد. غنی‌سازی ازدواج یک فرایند همیشگی است و مستلزم تلاش هر دو زوج است. رشد زناشویی به هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی برای تغییرات رفتاری خاص نیاز دارد و افراد در روش غنی‌سازی، مهارت‌هایی

1. Rose

2. Levy

را می‌آموزند که به تغییر رفتار در خود و همسرشان می‌انجامد. آنها یاد می‌گیرند چگونه به تدریج رفتارها و سبک‌های ارتباط زناشویی نامطلوب‌شان را با کمک هم تغییر دهند. بنابر آنچه بالا گفته شد سؤال اصلی در این پژوهش به این صورت مطرح است که آیا آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور بر سلامت اجتماعی و کاهش تعارضات زناشویی زوجین متقاضی طلاق مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر بوشهر موثر است؟

روش پژوهش

در این پژوهش از روش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین متقاضی طلاق مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر بوشهر در شش ماهه اول سال ۱۳۹۹ بودند که تعداد آنها ۱۴۶۴ نفر (۷۳۲ زوج) بود. حجم نمونه متشکل از ۳۰ زوج از زوجین متقاضی طلاق مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر بوشهر است که روش نمونه‌گیری داوطلبانه انتخاب و ۱۵ زوج آنها در گروه گواه و ۱۵ زوج در گروه آزمایش قرار دارد. ملاک‌های ورود به تحقیق شامل: ۱- نداشتن اختلالات حاد روانی و شخصیتی (بر اساس تست شخصیت) ۲- عدم وجود بیماری جسمانی یا روانشناختی ۳- نداشتن اعتیاد به مواد مخدر و الکل بود. همچنین ملاک‌های خروج از تحقیق شامل: ۱- عدم حضور در بیش از دو جلسه متوالی ۲- درخواست عدم همکاری به وسیله فرد ۳- عدم انگیزه برای انجام فعالیت‌ها بود. ابزارهای مورد استفاده در پژوهش حاضر شامل:

الف) پرسشنامه سلامت اجتماعی: پرسشنامه سلامت اجتماعی ۳۳ گویه‌ای توسط کیز (۲۰۰۴) بر اساس مدل نظری او از سازه بهزیستی اجتماعی طراحی شده است که معمولاً به عنوان مقیاس عمومی در روان‌شناسی سلامت اجتماعی جهت تعیین میزان سلامت و بهزیستی اجتماعی به کار می‌رود. این پرسشنامه که از نوع مداد-کاغذی و خود گزارش دهی است، مشتمل بر ۳۳ گویه و ۵ خرده مقیاس "انطباق اجتماعی ۳۳، ۲۹، ۲۲، ۲۰، ۱۳، ۱۱، ۱"، "انسجام اجتماعی ۲۱، ۱۶، ۱۲، ۱۱، ۹، ۲"، "مشارکت اجتماعی ۲۸، ۲۶، ۲۴، ۳، ۳۲"، "شکوفایی اجتماعی ۳۰، ۲۵، ۱۸، ۱۷، ۱۵، ۷، ۵" و "پذیرش اجتماعی ۳۱، ۲۷، ۲۳، ۱۴، ۸، ۶" می‌باشد. پایایی پرسشنامه در پژوهش حاضر به کمک ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ بدست آمد. روایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضرایب همبستگی هر سوال با نمره کل محاسبه گردید و نشان داد که همه سوالات با نمره کل همبستگی معنی داری دارند.

ب) پرسشنامه تعارض زناشویی: پرسشنامه سنجش نگرش به تعارض زناشویی توسط براتی و ثنایی (۱۳۸۷) با هدف بررسی و ارزیابی نگرش زنان شاغل پیرامون تعارض نقش زناشویی در قالب ۴۲ سوال در طیف‌های مختلف تهیه و تنظیم شده است. تعارض نقش زناشویی شامل ۶ مولفه (کاهش همکاری پرسش‌های ۲۷، ۳، ۹، ۱۴، ۲۱، کاهش رابطه جنسی پرسش‌های ۴، ۱، ۱۵، ۲۸، ۳۳، واکنش‌های هیجانی پرسش‌های ۵، ۱۱، ۱۶، ۲۲، ۲۹، ۳۴، ۳۷، ۴۱، افزایش جلب حمایت فرزند پرسش‌های ۶، ۱۲، ۱۷، ۲۳، ۳۰، ۳۵، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان پرسش‌های ۳۷، ۴۰، ۴۲، ۱، ۱۹، ۲۵ و جدا کردن امور مالی از یکدیگر پرسش‌های ۲، ۸، ۱۳، ۲۰، ۲۶، ۳۲ و ۳۸) می‌باشد. حداقل نمره ۴۲ و حداکثر نمره ۲۱۰ می‌باشد. پایایی پرسشنامه در پژوهش حاضر به کمک ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ بدست آمد. روایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضرایب همبستگی هر سوال با نمره کل محاسبه گردید و نشان داد که همه سوالات با نمره کل همبستگی معنی داری دارند. پروتکل آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور: در این پژوهش پروتکل

آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به زوجین متقاضی طلاق ارائه شد که به صورت خلاصه در جدول ۱ ارائه گردیده است.

جدول ۱. خلاصه محتوی پروتکل آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور شکارچی اسداللهی و همکاران (۱۳۹۸)

جلسه	محتوی
اول	آشنایی با اعضا و ساختار جلسات و مهارت های ارتباطی زنان، معارفه گروه و اعضا با یکدیگر، آشنایی با روش کار و ساختار جلسات، درک مهارت‌های مؤثر ارتباط زنان، شناسایی ارتباط خوب و بد و یادگیری مهارت ارائه و دریافت بازخورد روش: جزوه، ایفای نقش و سخنرانی تکلیف: تمرین مهارت‌های کلیدی و ارتباط، ارزیابی خود، ارائه و دریافت بازخورد موضوع: آشنایی با چرخه‌های نگرانی رابطه
دوم	نگاه به رابطه از زاویه جدید، آشنا شدن با چرخه‌های تعاملی خود و نامگذاری آن، درک چگونگی تأثیر بر یکدیگر و درک چگونگی یکی شدن رفتار زنان برای ایجاد چرخه روش: تکلیف تعاملی، بحث آزاد، جزوه، سخنرانی و ایفای نقش تکلیف: مطالعه جزوه و شناسایی چرخه‌های تعاملی خود در موقعیت‌های مختلف
سوم	بررسی پیوندهای دلبستگی، توسعه پیوند عاطفی، شناسایی ترس‌های خود و مواجه شدن با عواطف منفی روش: پرسش و پاسخ، تکلیف تعاملی، جزوه و سخنرانی تکلیف: مطالعه جزوه، انجام تمرین در زمینه تکیه گاه ایمن و توسعه پیوند ایمن، شناسایی ترس‌های خود
چهارم	بررسی سابقه دلبستگی زوجین، شناسایی انتظارات و باورهای دلبستگی زنان و شناسایی و تشخیص سابقه دلبستگی هر یک از زنان و تأثیر آن بر روی رفتار آن‌ها روش: سخنرانی، جزوه و تکلیف تعاملی
پنجم	آموزش هیجان‌ات، شناسایی هیجان‌ات، تمیز دادن هیجان‌ات اصلی و واکنش پذیر و شناسایی رابطه هیجان روش: جزوه، سخنرانی، پرسش و پاسخ و تکلیف تعاملی تکلیف: مطالعه جزوه، اختصاص دادن زمان برای به اشتراک گذاشتن هیجان و رفتار و افکار با شریک زندگی
ششم	گوش دادن به احساسات اصلی خود و همسر، رفتار و افکار زوجین در چرخه‌های منفی، شناسایی هیجان‌ات اصلی خود و همسر، شناسایی واکنش‌های عمیق نسبت به تجارت هیجانی اصلی و درک چگونگی احساسات عمیق خود نسبت به همسر روش: ایفای نقش، سخنرانی، پرسش و پاسخ و تکلیف تعاملی تکلیف: مطالعه جزوه، کشف عواطف اصلی خود، کامل کردن جدول چگونگی تأثیر هیجان‌ات و رفتارهای زوجین بر یکدیگر
هفتم	نیازهای دلبستگی و بهبود پیوند دلبستگی، شناسایی نیازهای دلبستگی هر یک از زنان، کاهش حساسیت و واکنش پذیری در رابطه و تقویت کردن پیوند دلبستگی روش: ایفای نقش، سخنرانی، پرسش و پاسخ و تکلیف تعاملی تکلیف: مطالعه جزوه و تمرین در زمینه مکالماتی جهت پیوند و دادن رابطه و دستورالعمل‌هایی برای همسر شنونده.
هشتم	حفظ صمیمیت و احیای زندگی جنسی خود، درک اهمیت رابطه جنسی در زندگی زناشویی، آشنا شدن با اختلالات عملکرد جنسی و باورهای غلط درباره آن، صحبت درباره مسائل جنسی و صحبت درباره مشکلات جنسی روش: ایفای نقش، سخنرانی، پرسش و پاسخ و تکلیف تعاملی تکلیف: مطالعه جزوه و کامل کردن جدول مربوط به رابطه جنسی

داده‌ها با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس و با استفاده از نرم‌افزار SPSS ۲۳ مورد تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان ۳۰ زوج متقاضی طلاق مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر بوشهر بودند؛ به طوری که ۱۵ زوج در گروه آزمایش و ۱۵ زوج در گروه گواه قرار گرفتند. میانگین و انحراف استاندارد مولفه‌های سلامت اجتماعی گروه‌ها در مرحله پس‌آزمون در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. شاخص‌های برآورد شده مولفه‌های سلامت اجتماعی در گروه‌ها در مرحله پس‌آزمون

متغیرها/ گروه‌ها	گروه آزمایش		گروه گواه	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
انطباق اجتماعی	۴۰/۲۲	۰/۳۲۶	۳۶/۸۴	۰/۳۲۶
انسجام اجتماعی	۳۲/۹۹	۰/۳۸۳	۲۸/۶۷	۰/۳۸۳
مشارکت اجتماعی	۳۰/۳۴	۱/۲۴	۲۶/۵۵	۱/۲۴
شکوفایی اجتماعی	۲۳/۱۵	۰/۴۸۸	۱۹/۹۷	۰/۴۸۸
پذیرش اجتماعی	۲۱/۱۵	۰/۴۸۸	۱۸/۳۴	۰/۴۸۸

برای بررسی اختلاف مشاهده شده، تحلیل کوواریانس چندمتغیری روی نمره‌های پس‌آزمون مولفه‌های سلامت اجتماعی یعنی انطباق اجتماعی، انسجام اجتماعی، مشارکت اجتماعی، شکوفایی اجتماعی و پذیرش اجتماعی با گواه نمره پیش‌آزمون صورت گرفت. نتایج این آزمون در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳. خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری روی پس‌آزمون مولفه‌های سلامت اجتماعی

اثر	آزمون	ارزش	مقدار F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معنی داری	اندازه اثر
گروه	پیلایی	۰/۸۰۲	۲۱/۲۶	۵	۵۴	۰/۰۰۰۱	۰/۸۰۲
	لامبدای ویلکز	۰/۱۹۸	۲۱/۲۶	۵	۵۴	۰/۰۰۰۱	۰/۸۰۲
	اثر هتلینگ	۴/۰۵	۲۱/۲۶	۵	۵۴	۰/۰۰۰۱	۰/۸۰۲
	بزرگترین ریشه روی	۴/۰۵	۲۱/۲۶	۵	۵۴	۰/۰۰۰۱	۰/۸۰۲

جدول ۳ بیانگر آن است که بین گروه‌های آزمایش و گواه حداقل از لحاظ یکی از مولفه‌های سلامت اجتماعی یعنی انطباق اجتماعی، انسجام اجتماعی، مشارکت اجتماعی، شکوفایی اجتماعی و پذیرش اجتماعی جمعی تفاوت معنی داری وجود دارد ($P < 0.001$). برای بررسی تفاوت، تحلیل کوواریانس‌های یکراره در متن مانکوا روی مولفه‌های سلامت اجتماعی انجام شد که نتایج این تحلیل در جدول ۴ آورده شده است.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس یکراهه در متن مانکوا روی پس آزمون مولفه‌های سلامت اجتماعی

منبع	متغیرها	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	مقدار F	سطح معنی داری	مجذور اتا
گروه	انطباق اجتماعی	۷۲/۶۴	۱	۷۲/۶۴	۴۹/۵۳	۰/۰۰۰۱	۰/۶۷۴
	انسجام اجتماعی	۱۱۸/۹۵	۱	۱۱۸/۹۵	۵۸/۷	۰/۰۰۰۱	۰/۷۱
	مشارکت اجتماعی	۸۶/۳۳	۱	۸۶/۳۳	۴/۰۶	۰/۰۰۰۱	۰/۱۴۵
	شکوفایی اجتماعی	۶۴/۳۷	۱	۶۴/۳۷	۱۹/۵۹	۰/۰۰۰۱	۰/۴۵
	پذیرش اجتماعی	۶۰/۳۷	۱	۶۰/۳۷	۱۸/۲۵	۰/۰۰۰۱	۰/۴۵

نتایج تحلیل کوواریانس‌های یکراهه در متن مانکوا مندرج در جدول ۵ نشان می‌دهد که از نظر مولفه‌ی باورهای انطباق اجتماعی ($F=۴۹/۵۳$ و $P=۰/۰۰۰۱$)، انسجام اجتماعی ($F=۵۸/۷$ و $P=۰/۰۰۰۱$)، مشارکت اجتماعی ($F=۴۱/۰۶$ و $P=۰/۰۰۰۱$)، شکوفایی اجتماعی ($F=۱۹/۵۹$ و $P=۰/۰۰۰۱$) و پذیرش اجتماعی ($F=۱۸/۲۵$ و $P=۰/۰۰۰۱$) بین گروه آزمایش و گواه تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور باعث افزایش مولفه‌های سلامت اجتماعی یعنی انطباق اجتماعی، انسجام اجتماعی، مشارکت اجتماعی، شکوفایی اجتماعی و پذیرش اجتماعی در آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه شده است. میانگین و انحراف استاندارد مولفه‌های تعارضات زناشویی گروه‌ها در مرحله پس‌آزمون در جدول ۵ آمده است.

جدول ۵. شاخص‌های برآورد شده مولفه‌های تعارضات زناشویی در گروه‌ها در مرحله پس‌آزمون

متغیرها	گروه آزمایش		گروه گواه
	میانگین	انحراف معیار	
کاهش همکاری	۲۰/۹	۳/۷۵	۴/۳۸
کاهش رابطه جنسی	۱۵/۰۵	۲/۰۸	۱/۷۳
واکنش‌های هیجانی	۳۴/۴	۶/۰۶	۵/۴
افزایش جلب حمایت فرزند	۱۰/۰۵	۲/۴۱	۱/۴۶
کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر	۲۸/۰۵	۴/۸۱	۵/۱
جدا کردن امور مالی از یکدیگر	۶/۴	۲/۴۶	۱/۴۹

برای بررسی اختلاف مشاهده شده، تحلیل کوواریانس چندمتغیری روی نمره‌های پس‌آزمون مولفه‌های تعارضات زناشویی یعنی کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، واکنش‌های هیجانی، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و جدا کردن امور مالی از یکدیگر با گواه نمره پیش‌آزمون صورت گرفت. نتایج این آزمون در جدول ۶ آمده است.

جدول ۶. خلاصه نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری روی پس آزمون مولفه‌های تعارضات زناشویی

اثر	آزمون	ارزش	مقدار F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معنی داری	اندازه اثر
	پیلایی	۰/۸۸۵	۴۴/۷۱	۶	۵۳	۰/۰۰۰۱	۰/۸۸۵
گروه	لامبدای ویلکز	۰/۱۱۵	۴۴/۷۱	۶	۵۳	۰/۰۰۰۱	۰/۸۸۵
	اثر هتلینگ	۷/۷	۴۴/۷۱	۶	۵۳	۰/۰۰۰۱	۰/۸۸۵
	بزرگترین ریشه روی	۷/۷	۴۴/۷۱	۶	۵۳	۰/۰۰۰۱	۰/۸۸۵

جدول ۶ بیانگر آن است که بین گروه‌های آزمایش و گواه حداقل از لحاظ یکی از مولفه‌های تعارضات زناشویی یعنی انطباق کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، واکنش‌های هیجانی، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و جدا کردن امور مالی از یکدیگر تفاوت معنی داری وجود دارد ($P < 0.001$). برای بررسی تفاوت، تحلیل کوواریانس‌های یکراره در متن مانکوا روی مولفه‌های تعارضات زناشویی انجام شد که نتایج این تحلیل در جدول ۷ آورده شده است.

جدول ۷. نتایج تحلیل کوواریانس یکراره در متن مانکوا روی پس آزمون مولفه‌های تعارضات زناشویی

منبع	متغیرها	مجموع مجذورات آزادی	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معنی داری	مجذورات انا
گروه	کاهش همکاری	۳۲۳/۸۵	۱	۳۲۳/۸۵	۲۵/۰۳	۰/۰۰۰۱	۰/۴۳۱
	کاهش رابطه جنسی	۳۳۱/۹۵	۱	۳۳۱/۹۵	۸۲/۲۷	۰/۰۰۰۱	۰/۷۱۴
	واکنش‌های هیجانی	۱۲۶۸/۵۲	۱	۱۲۶۸/۵۲	۵۱/۰۲	۰/۰۰۰۱	۰/۶۰۷
	افزایش جلب حمایت فرزند	۱۲۴/۴۱	۱	۱۲۴/۴۱	۳۳/۶۹	۰/۰۰۰۱	۰/۵۰۵
	کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر	۳۸۶/۵۳	۱	۳۸۶/۵۳	۵۶/۳۱	۰/۰۰۰۱	۰/۶۳۱
	جدا کردن امور مالی از یکدیگر	۶۹۶/۷۴	۱	۶۹۶/۷۴	۸۴/۵۸	۰/۰۰۰۱	۰/۷۱۹

نتایج تحلیل کوواریانس‌های یکراره در متن مانکوا مندرج در جدول ۷ نشان داد که از نظر کاهش همکاری ($F=25.03$ و $P < 0.001$)، کاهش رابطه جنسی ($F=82.27$ و $P < 0.001$)، واکنش‌های هیجانی ($F=51.02$ و $P < 0.001$)، افزایش جلب حمایت فرزند ($F=33.69$ و $P < 0.001$)، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر ($F=56.31$ و $P < 0.001$) و جدا کردن امور مالی از یکدیگر ($F=84.58$) و $P < 0.001$ بین گروه آزمایش و گواه تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر آموزش غنی سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور باعث افزایش جلب حمایت فرزند و کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، واکنش‌های هیجانی، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و جدا کردن امور مالی از یکدیگر در آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد که آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان‌محور باعث بهبود مولفه‌های سلامت اجتماعی یعنی انطباق اجتماعی، انسجام اجتماعی، مشارکت اجتماعی، شکوفایی اجتماعی و پذیرش اجتماعی گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می‌شود. بنابراین، فرضیه تحقیق مورد تایید قرار گرفت. مشابه با این یافته‌ها در تحقیقات جلالی شاهکوه، مظاهری، کیامنش و احدی (۱۳۹۸)، روز (۲۰۱۹)، کانتر (۲۰۱۸) و لوی (۲۰۱۷) به دست آمده است. بررسی و تبیین فرضیه فوق نشان داد که ازدواج و تشکیل خانواده یکی از مهمترین ارزش‌های انسانی در تمام جوامع انسانی می‌باشد. تصمیم‌گیری برای ازدواج یکی از سخت‌ترین و پیچیده‌ترین تصمیمات زندگی است. هر چند در اغلب موارد به عنوان امری با کمترین پیچیدگی و بیشترین شادی بخشی تصور می‌شود. اما این دیدگاه خیالبافانه از انتقال به ازدواج ممکن است به عدم آمادگی مناسب یک زوج و مشکلات بعدی و پریشانی در طول این انتقال بیانجامد. با توجه به هزینه‌های زیاد شخصی، اجتماعی و اقتصادی بوجود آمده به دلیل مشکلات خانوادگی و طلاق برای دولت و جامعه تمایل به ترویج برنامه با هدف غنی‌سازی رابطه زناشویی، پیشگیری از مشکلات خانوادگی و طلاق وجود دارد. اکثر زوج‌ها در ابتدای ازدواج امید به یک ازدواج مادام‌العمر را دارند. متأسفانه ازدواج‌ها به دلایل مختلفی از جمله نارضایتی مزمن، عدم طول عمر و اختلاف بین زوجین، ناپایدار بوده‌اند، به این ترتیب تلاش‌هایی مانند برنامه‌های غنی‌سازی با هدف بهبود این روابط ایجاد شده است. برنامه‌های غنی‌سازی یک رویکرد آموزشی به منظور بهبود روابط زوج‌ها می‌باشند که در کشورهای توسعه‌یافته به صورت گسترده‌ای مورد استفاده قرار می‌گیرند. بطور سنتی اهداف برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج شامل اهدافی مانند کمک به افزایش آگاهی، تشویق افزایش همدلی، صمیمیت در ارتباطات موثر، مهارت‌های حل تعارضات و نگرش مثبت می‌باشد. زوج‌ها در طی این آموزش‌ها روش‌های حل و فصل مناقشات در روابط، بیان پوزش، روش‌های تقویت رابطه زن و شوهر و بهبود رضایت از رابطه را می‌آموزند. بی‌شک روابط خوب بین زوجین می‌تواند باعث بهبود سلامت اجتماعی، ارتباطات و افزایش دوستی، اعتماد و حمایت بین زن و شوهر شود در حالی که روابط ضعیف ممکن است منجر به تضعیف و ایجاد بی‌اعتمادی و نفرت شود (کانتر، ۲۰۱۸). دیگر نتایج نشان داد که بین گروه‌های آزمایشی و گواه از لحاظ حداقل یکی از تعارضات زناشویی تفاوت معنی‌داری در سطح وجود دارد به عبارت دیگر می‌توان گفت که آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان‌محور باعث افزایش جلب حمایت فرزند و کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، واکنش‌های هیجانی، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و جدا کردن امور مالی از یکدیگر در آزمودنی‌های گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه می‌شود. بنابراین، فرضیه تحقیق مورد تایید قرار گرفت. مشابه با این یافته‌ها در تحقیقات جلالی شاهکوه، مظاهری، کیامنش و احدی (۱۳۹۸)، نامنی و خدادادی (۱۳۹۸)، امینی و حیدری (۱۳۹۵)، روز (۲۰۱۹)، کانتر (۲۰۱۸) و لوی (۲۰۱۷) به دست آمده است. بررسی و تبیین فرضیه فوق نشان داد که برنامه غنی‌سازی زندگی زناشویی برنامه‌ای پربار برای بهبود ازدواج است. برنامه آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی به شناخت باورها درباره علت به وجود آمدن مسائل و مشکلات تأکید کرده و کمک می‌کند تا افراد بتوانند از طریق فراگیری مهارت‌های لازم، به حل مشکلات خود بپردازند. همچنین اهداف این برنامه شامل شناخت خود، افزایش شناخت از همدیگر، یادگیری کمک به همدیگر، یادگیری پذیرش یکدیگر، پرورش عشق و صمیمیت و اعتماد بین زوجین، افزایش اعتماد متقابل و یادگیری چگونگی گفتگوی متقابل است.

افرادی که این آموزشها را دریافت می‌کنند در نهایت می‌توانند علاوه بر رفع نیازهای خود، به نیازهای همسر نیز توجه کنند و از این طریق، به رضایت از زندگی زناشویی برسند (اولسون، ۱۹۸۷؛ به نقل از نیری، ۲۰۱۴). همانطور که نتایج تحقیقات مختلف نشان دهنده تأثیر مثبت برنامه غنی‌سازی زندگی زناشویی بر ارتباطات میان فردی، سازگاری زناشویی، رضایتمندی، استقلال و در نهایت صمیمیت میان زوجین است. یکی از انواع برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج، غنی‌سازی ارتباط است. تحقیقات نشان داده وقتی به افراد متأهل روش‌های برقراری ارتباط خوب و سالم آموزش داده می‌شود، فشار خون آنان پایین می‌آید، ضربان نبض و قلب آنها منظم می‌شود و در نهایت رضایت زناشوییشان افزایش می‌یابد. برقراری ارتباط صحیح در خانواده باعث افزایش رضایت از زندگی و کارکرد شخصی، بهبود زندگی اجتماعی زوجین می‌شود (اوه، ۲۰۱۹).

از این رو پیشنهاد می‌شود با استقرار یا بستن قرارداد با مراکز مشاوره به ارائه خدمات درمانی به زوجین متقاضی طلاق در حوزه سلامت اجتماعی و تعارضات زناشویی پرداخته شود. همچنین این پژوهش ممکن است برای خانواده‌ها انگیزه‌ای باشد تا آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی مبتنی بر رویکرد هیجان محور را در قالب برنامه‌های مکمل در کنار سایر آموزش‌ها برای زوجین متقاضی طلاق در نظر بگیرند و تأثیرات بسیار مثبت این آموزش را در بهبود سلامت اجتماعی و کاهش تعارضات زناشویی مشاهده نمایند.

منابع

- امینی، مهسا و حیدری، حسن. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی آموزش غنی‌سازی روابط بر ارتقاء کیفیت زندگی و رضایت زناشویی دانشجویان متأهل. *مجله آموزش و سلامت جامعه*، ۳ (۲)، ۳۱-۲۳.
- بهرامی، فاطمه؛ اولیاء، نرگس و فاتحی زاده، مریم. (۱۳۹۸). آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی، تهران: نشر دانژه.
- جلالی شاهکوه، سمیرا؛ مظاهری، محمد علی؛ کیامنش، علیرضا و احدی، حسن. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش غنی‌سازی زندگی زناشویی بر اساس رویکرد هیجان مدار بر بهبود الگوهای ارتباطی زوج‌ها. *فصلنامه علمی پژوهش‌های مشاوره*، ۶۹، ۷۸-۵۹.
- حیدری، نهال. (۱۳۹۷). پیش‌بینی طلاق عاطفی براساس تمایز یافتگی خود، طرح‌واره‌های ناسازگار و مهارت مقابله‌ای در زوجین، پنجمین کنفرانس ملی نوآوری‌های اخیر در روانشناسی، کاربردها و توانمندسازی با محوریت روان‌درمانی.
- شکارچی اسداللهی، لیلا؛ آزادیکتا، مهرناز و میرزمانی بافقی، سید محمود. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش غنی‌سازی روابط زوجین مبتنی بر رویکرد هیجان مدار بر کیفیت روابط زناشویی در زنان مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره، *مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری*، ۴ (۳۲)، ۴۰-۲۳.
- ریبسی، فرزین؛ معینی کربکندی، آیدا؛ عباسی، فاطمه و میرصادقی، فرزانه السادات. (۱۳۹۶). صمیمیت زناشویی از دیدگاه‌های مختلف و نقش آن در طلاق عاطفی زوجین، اولین همایش ملی علوم اجتماعی، علوم تربیتی، روانشناسی و امنیت اجتماعی، تهران.
- طاهری، مهیا و علی اکبری دهکردی، مهناز. (۱۳۹۷). پیش‌بینی طلاق عاطفی بر اساس صمیمیت و احقاق جنسی، ششمین کنگره علمی پژوهشی توسعه و ترویج علوم تربیتی و روانشناسی در ایران.
- نامنی، ابراهیم و خدادای، علی اکبر. (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی آموزش غنی‌سازی روابط خانوادگی میلر بر بهزیستی روانشناختی و خشونت زناشویی از نگاه زنان آزار دیده، *مجله فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۰ (۳۸)، ۱۷۶-۱۴۷.

- Au, T. M., Sauer-Zavala, S., King, M. W., Petrocchi, N., Barlow, D. H., & Litz, B. T. (2017). Compassion-based therapy for trauma-related shame and posttraumatic stress: Initial evaluation using a multiple baseline design. *Behavior Therapy, 48*(2), 207-221.
- Bukowski, H., Tik, M., Silani, G., Ruff, C. C., Windischberger, C., & Lamm, C. (2020). When differences matter: rTMS/fMRI reveals how differences in dispositional empathy translate to distinct neural underpinnings of self-other distinction in empathy. *Cortex*.
- Elemo, A. S., & Türküm, A. S. (2019). The effects of psychoeducational intervention on the adjustment, coping self-efficacy and psychological distress levels of international students in Turkey. *International Journal of Intercultural Relations, 70*, 7-18.
- Gao, T., Meng, X., Qin, Z., Zhang, H., Gao, J., Kong, Y., & Mei, S. (2018). Association between parental marital conflict and Internet addiction: A moderated mediation analysis. *Journal of Affective Disorders, 240*, 27-32.
- Kanter, J. W., Kuczynski, A. M., Tsai, M., & Kohlenberg, R. J. (2018). A brief contextual behavioral intervention to improve relationships: A randomized trial. *Journal of Contextual Behavioral Science, 10*, 75-84.
- Leys, C., Arnal, C., Kotsou, I., Van Hecke, E., & Fossion, P. (2019). Pre-eminence of parental conflicts over parental divorce regarding the evolution of depressive and anxiety symptoms among children during adulthood. *European Journal of Trauma & Dissociation, 4*(1), 1-7.
- Luberto, C. M., Magidson, J. F., & Blashill, A. J. (2017). A case study of individually delivered mindfulness-based cognitive behavioral therapy for severe health anxiety. *Cognitive and Behavioral Practice, 24*(4), 484-495.
- Makhanova, A., McNulty, J. K., Eckel, L. A., Nikonova, L., & Maner, J. K. (2018). Sex differences in testosterone reactivity during marital conflict. *Hormones and Behavior, 105*, 22-27.
- Nayeri, A., Lotfi, M., & Noorani, M. (2014). The effectiveness of group training of transactional analysis on intimacy in couples. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 152*, 1167-1170.
- Rose, A., Anderson, S., Miller, R., Marks, L., Hatch, T., & Card, N. (2019). Longitudinal test of forgiveness and perceived forgiveness as mediators between religiosity and marital satisfaction in long-term marital relationships. *The American Journal of Family Therapy, 46*(4), 356-374.
- Skinta, M. D., Lezama, M., Wells, G., & Dilley, J. W. (2015). Acceptance and compassion-based group therapy to reduce HIV stigma. *Cognitive and Behavioral Practice, 22*(4), 481-490.
- Schaan, V. K., Schulz, A., Schachinger, H., & Vogele, C. (2019). Parental divorce is associated with an increased risk to develop mental disorders in women. *Journal of Affective Disorders, 257*, 91-99.
- Walker, D. K. (2020). Parenting and social determinants of health. *Archives of Psychiatric Nursing, 35*(1), 134-136.