



Research Article

The Effect of Emotional Couple Therapy on Depression and Improving the Communication Pattern of Couples Working in Ramhormoz City Administrations

A.R. Momeni¹, K. Ramazani^{2*}, A. R. Mardpour³

1*. PhD student of Psychology, Islamic Azad University, Yasuj Branch

2. Assistant Professor of Psychology, Islamic Azad University, Yasuj Branch, Iran.

Corresponding Author: k.ramezani123@gmail.com

3. Assistant Professor of Psychology, Islamic Azad University, Yasuj Branch, Iran

Abstract

The purpose of this research is to investigate the effectiveness of emotion-oriented couple therapy on reducing depression, marital conflicts and improving the communication pattern and optimism. The present research method was experimental with a pre-test and post-test design with a control group. The statistical population included working couples in Ramhormoz offices in 2018. For sample selection, 50 couples were purposefully selected and randomly replaced in the experimental group and a control group. The experimental group underwent treatment based on emotion-oriented couple therapy with Johnson's executive instructions. During this period, no intervention was performed on the control group. Treatment sessions were performed once a week for 90 minutes and a total of 10 sessions. Research data was collected by communication pattern questionnaire (CPQ) and optimism (LOT) and in order to analyze the data, multivariate analysis of covariance was used. The results showed that emotion-oriented couple therapy is effective in reducing depression and improving the communication pattern of couples.

Keywords: Communication Pattern, Optimism, Emotion-Oriented Couple Therapy

Citation: A.R. Momeni, A.R., Ramazani, K., Mardpour, A, R. (2022). The Effect of Emotional Couple Therapy on Depression and Improving the Communication Pattern of Couples Working in Ramhormoz City Administrations. *Journal of Social Psychology*, 10(64), 85-93.

بررسی تاثیر زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش افسردگی و بهبود الگوی ارتباطی زوجین شاغل در ادارات شهرستان رامهرمز

علیرضا مومنی^۱، خسرو رضایی^{۲*}، علیرضا ماردپور^۳

۱. دانشجوی دکتری، گروه روانشناسی، واحد یاسوج، دانشگاه آزاد اسلامی، یاسوج، ایران.
۲. استادیار، گروه روانشناسی، واحد یاسوج، دانشگاه آزاد اسلامی، یاسوج، ایران. نویسنده مسئول: k.ramezani123@gmail.com
۳. استادیار، گروه روانشناسی، واحد یاسوج، دانشگاه آزاد اسلامی، یاسوج، ایران.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش افسردگی، تعارضات زناشویی و بهبود الگوی ارتباطی و خوش بینی است. روش پژوهش حاضر تجربی با طرح پیش آزمون و پس-آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل زوجین شاغل در ادارات رامهرمز در سال ۱۳۹۸ بود. برای انتخاب نمونه تعداد ۵۰ زوج به صورت هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در گروه آزمایش و یک گروه کنترل جایگزین شدند. گروه آزمایش تحت درمان مبتنی بر زوج درمانی هیجان مدار با دستورالعمل اجرایی جانسون قرار گرفتند. در این مدت هیچ گونه مداخله ای روی گروه کنترل انجام نشد. جلسات درمانی یک بار در هفته و به مدت ۹۰ دقیقه و در مجموع ۱۰ جلسه اجرا شد. داده های تحقیق به وسیله پرسشنامه الگوی ارتباطی (CPQ) و خوش بینی (LOT) جمع آوری و به منظور تجزیه و تحلیل دادهها از تحلیل کوواریانس چندمتغیره مانکوا، آنکوا، استفاده شد. نتایج نشان داد که زوج درمانی هیجان مدار در کاهش افسردگی و بهبود الگوی ارتباطی زوجین موثر است.

کلمات کلیدی: افسردگی، الگوی ارتباطی، زوج درمانی هیجان مدار

مقدمه

خانواده سالم و موفق مجموعه ای است که در آن همه اعضا موفق هستند و همه مناسبات میان افراد آن روال طبیعی و موفق دارد. اعضای این خانواده می توانند از قدرت های انسانی خود استفاده کنند. آنها از این قدرت ها برای مشارکت و تعاون، برای تفرد و ارضاء نیازهای فردی و جمعی خود استفاده می-کنند (شریعت و محمدی، ۱۳۹۴). توانایی ارتباط هیجانی به طور معناداری با سازگاری زناشویی و صمیمیت ایمن ارتباط دارد (ضیاء الحق، حسن آبادی، قنبری هاشمی، مدرس غروری، ۱۳۹۰). مدیریت هیجان را می توان به منزله فرایندهای درونی و بیرونی تعریف کرد که مسؤولیت کنترل، ارزیابی و تغییر واکنش های عاطفی فرد را در مسیر تحقق یافتند. اهداف او برعهده دارد و هرگونه اشکال و نقص در تنظیم هیجانات می تواند فرد را در برابر اختلالات روانی چون افسردگی و اضطراب آسیب پذیر سازد و می تواند به طور خودکار یا کنترل شده، هشیار یا ناهشیار انجام گیرد (جاویدی، سلیمانی، احمدی، ۱۳۹۶). آسیب های زندگی زناشویی، مجموعه عواملی است که باعث ایجاد تعارض و اختلافات زناشویی می شود، میزان خشنودی و سازگاری زوجین را کاهش می دهد، مانع عملکرد بهنجار زندگی زناشویی می شود و گاهی به طلاق و جدایی منجر می شود (نجفی، سلیمانی، احمدی، جاویدی، حسینی، پیرجاوید، ۱۳۹۳).

در رابطه با اثربخشی زوج درمانی بطور کلی و زوج درمانی هیجان مدار به طور خاص بر کیفیت زندگی زناشویی در داخل و خارج از کشور مطالعات متنوعی به طبع رسیده است که هر یک به جنبه هایی از این حیطه پژوهشی پرداخته اند. پژوهش های زیادی نشان داده اند که این گونه مداخلات روانشناختی موجب کاهش تعارض و افزایش رضایت زناشویی شده است. همچنین یافته های فراتحلیل نمایان کردند که درمان هیجان مدار، اندازه اثری نوید بخش وقانع کننده را در پی دارد. میزان بهبودی زوج های مورد مطالعه که به آسفتگی های زناشویی دچار بودند، ۷۰ تا ۹۰ درصد گزارش شد و این بهبودی بین ۴۷ تا ۴۵ جلسه درمانی پدید آمد. شواهد آشکار کرده اند که درمان هیجان محور در رقابت با تمام رویکردهایی که تاکنون بررسی شده اند صلاحیت خود را ثبوت رسانده است (بدیهی زراعتی و موسوی، ۱۳۹۵).

در سال های اخیر همراه با دگرگونی های صنعتی جوامع، تغییرات ورزشی، سنتی و دگرگونی های بنیادی در ساختار شغلی جامعه رخ داده است و نتیجه تغییر نگرش ها، زنان وارد عرصه اشتغال شده اند. هرچند هنوز انتظار می رود که زنان و مردان در خانواده تقسیم کارشان را بر حسب جنسیت و بر اساس تصورات قالب سنتی مورد توجه قرار دهند، با این حال امروزه زنان نقشی جدید به عهده گرفته اند که تنوع و تعدد نقش ها و مسؤولیت های چندگانه ای را برای آنها به وجود آورده است. به هر حال تغییر راه و رسم زندگی جدید، شیوه سنتی را تحت تاثیر قرار می دهد، ولی وادار بودن کانون گرم خانوادگی و رضایت از زندگی از مهم ترین مسائلی است که همچنان باید مورد توجه واقع گردد. اشتغال زن در فعالیت های خارج از چارچوب خانواده طی چند دهه گذشته به ویژه در جوامع شهری تدریجا افزایش یافته است (جهانگیر، ۱۳۹۱). امروزه شاهد افزایش روز افزون شاغل بودن زنان نسبت به گذشته می باشیم که این تغییر نقش ها می تواند رضایت زناشویی زوجین و همچنین جنبه های مختلف زندگی و فرزندان را تحت تاثیر قرار دهد و از آن می توان به عنوان عنصری موثر در تعارضات زناشویی یاد کرد. این زوج ها با وجود اینکه همسر

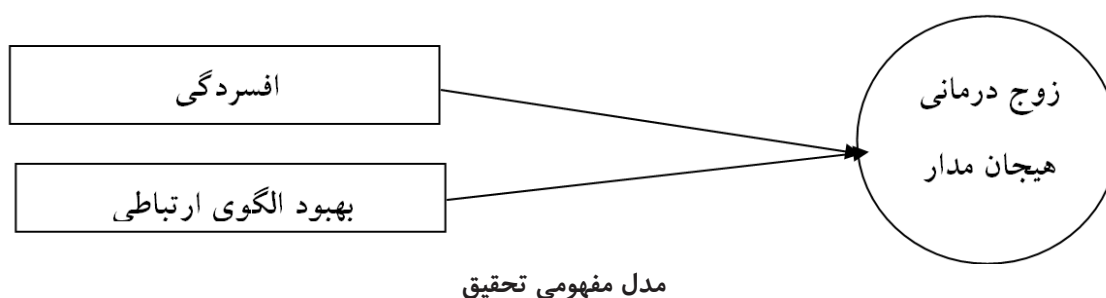
شاغل نسبت به همسر غیر شاغل شوهرش را بهتر حمایت می‌کند و از نظر اقتصادی وضعیت بهتری دارند و اضطراب کمتری را در مسائل مالی تجربه می‌کنند، اما در زندگی آنها انواعی از تعارضات خانوادگی و کاری وجود دارد که تنیدگی‌های شغلی، فشار کاری زیاد، تعارض نقش، مشکلات مربوط به مراقبت از کودک و مسائل مربوط به تعادل شغل، نیازهای شخصی و خانواده از جمله آنها است (مظهری، زهراکار، شاکرمی، داورنیا، عبدالله زاده، ۱۳۹۵). زوج درمانی هیجان مدار یکی از شیوه‌های درمانی زوجین است که بر چرخه‌های منفی تعاملی پایدار در اثر آسیب‌پذیری هیجانی عمیق توجه دارد و بر کاهش آشفتگی از طریق مداخله در سطح هیجانی تلاش می‌نماید. هدف زوج درمانی کمک به زوج‌ها برای سازگاری مناسب‌تر با مشکلات جاری و یادگیری روش‌های موثرتر ارتباط است (رستمی، طاهری، عبدی، کرمانی، ۲۰۱۴).

اثر بخشی آموزش زوج درمانی هیجان مدار بر افزایش شادکامی و بهبود الگوهای ارتباطی زوجی، توسط صادقی و همکارانش بررسی گردید. پژوهش آنها از نوع نیمه آزمایشی با روش پس‌آزمون پیش‌آزمون با ۳۰ زوج در مراکز مشاوره شهر ایزده انجام گرفت. نتایج نشان داد که آموزش راهبردهای هیجان مبتنی بر رویکرد زوج درمانی تاثیر معناداری بر افزایش شادکامی و بهبود الگوهای ارتباطی زوجین دارد (صادقی، عطاری، پناباد، ۱۳۹۵). اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن نشان می‌دهد که تفاوت میان میانگین‌های پیش‌آزمون، پس‌آزمون در عامل درمان میان دو گروه از نظر آماری معنی‌دار است. به عبارت دیگر عامل زوج درمانی سبب بهبود نمرات الگوهای ارتباطی آزمودنی‌ها در مقایسه با گروه کنترل شده است. و نتیجه‌گیری کلی این است که عامل درمان باعث ایجاد این تفاوت شده و به عبارتی آموزش راهبردهای مدیریت هیجان باعث بهبود الگوهای ارتباطی زوجین شده است (جاویدی و همکاران، ۱۳۹۲). پژوهشی با هدف بررسی تاثیر زوج درمانی هیجان مدار بر افزایش سازگاری زناشویی زوجین ناسازگار انجام گرفت. نمونه‌های مورد مطالعه ۱۰ زوج بودند که به طور تصادفی در دو گروه درمان و لیست انتظار جای گرفتند. یافته‌های این پژوهش نشان داد که تفاوت معناداری بین گروه درمان و لیست انتظار در مرحله پس‌آزمون تا پیگیری مشاهده نشد. این یافته‌ها بدین معنا بود که زوج درمانی هیجان مدار سازگاری زناشویی زوجین را در پایان درمان افزایش داده، اما تداوم اثر آن در طول زمان تایید نشده است (ضیاءالحق و همکاران، ۱۳۹۱). جهت بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان - محور بر بهبود سازگاری زناشویی و صمیمیت زوج‌ها پژوهشی انجام گرفت. طرح این پژوهش شبه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون - پیگیری با گروه کنترل است. نتایج نشان داد که زوج درمانی هیجان - محور نسبت به گروه کنترل منجر به تغییرات مؤثر و ماندگاری در مؤلفه‌های سازگاری و صمیمیت زوج شد. از این‌رو براساس یافته‌های این پژوهش می‌توان رویکرد زوج درمانی هیجان - محور را به عنوان یک رویکرد اثربخش در بهبود روابط زناشویی، سازگاری و صمیمیت به کار برده که در نهایت می‌تواند منجر به تداوم زندگی زناشویی شود (داودوندی، نوابی‌نژاد، فرزاد، ۱۳۹۶). فتوحی، میکائیلی، عطادخت و حاجلو (۱۳۹۷) پژوهشی با هدف مقایسه اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر فراهیجان با زوج درمانی روایتی بر سازگاری و دلزدگی زناشویی زوجین متعارض انجام دادند که نتایج نشان دهنده این است که زوج درمانی مبتنی بر فراهیجان با توجه به ماهیت تلفیقی خود و استفاده از مبانی

و اصول اعتقادی نظریه‌های مختلف درمانی نسبت به زوج درمانی روایتی اثربخشی بیشتری بر افزایش سازگاری زناشویی و کاهش دلزدگی زناشویی زوجین متعارض دارد. اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و زوج درمانی هیجان مدار بر کاهش نارسای هیجانی و بهبود صمیمیت زوجین شهر اراک بررسی گردید. برای این منظور طی یک پژوهش نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه گواه ۹۰ نفر از زوجین مراجعه کننده به مرکز مشاوره دانشگاه آزاد به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در سه گروه آزمایش و گروه گواه طبقه‌بندی شدند. نتایج نشان داد که زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و زوج درمانی هیجان مدار به طور معنی‌داری بر نارسای هیجانی و صمیمیت اثر بخش بوده‌اند (زنگنه مطلق، بنی جمالی، احدی، رضاحاتمی، ۱۳۹۶).

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس-آزمون با گروه کنترل است. با توجه به جامعه ۱۶۰ نفره (۸۰ زوج) زوجین شاغل در ادارات شهرستان رامهرمز و با در نظر گرفتن $\alpha = 0,05$ و β حجم نمونه برای هر گروه طبق فرمول پوکاک ۱۰۰ نفر تعیین شد. تعداد نمونه مورد نیاز برای گروه تحت درمان زوج درمانی هیجان مدار و گروه کنترل در ۲۵ زوج آزمودنی با خوش بینی و بهبود الگوی ارتباطی برای هر گروه است بنابراین، حدود ۵۰ زوج آزمودنی برای حجم نمونه در نظر گرفته شد. لازم به ذکر است که برای شناسایی آزمودنی‌ها تعداد ۲۰۰ پرسشنامه (الگوی ارتباطی (CPQ) میان زوج‌های شاغل در ادارات شهرستان رامهرمز توزیع شد سپس از بین آنها زوجینی که نمره پرسشنامه‌های الگوی ارتباطی (CPQ) و یک انحراف استاندارد بالاتر از میانگین باشد برای این پژوهش انتخاب شدند. این آزمودنی‌ها به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای از بین ادارات شهرستان رامهرمز انتخاب شدند. پس از انتخاب آزموده‌ها به صورت تصادفی در یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل گمارده شدند. گروه اول آزمایش تحت درمان مبتنی بر زوج درمانی هیجان مدار با دستورالعمل اجرایی جانسون (۲۰۰۴) قرار گرفتند. در این مدت هیچ گونه مداخله‌ای روی گروه کنترل انجام نشد. جلسات درمانی یک بار در هفته و به مدت ۹۰ دقیقه و در مجموع ۱۰ جلسه اجرا شد. پس از اتمام جلسات آموزشی، پس‌آزمون بر روی هر دو گروه اجرا شد. پس از پایان مرحله پس‌آزمون، پژوهشگر جهت رعایت اصول اخلاقی و حرفه‌ای در پژوهش و همچنین تشکر و قدردانی از همکاری گروه کنترل، جلسات درمانی را برای آنها اجرا کرد.



یافته ها

نتایج حاصل از همبستگی بین متغیرهای مورد بررسی پژوهش زوج درمانی هیجان مدار در کاهش افسردگی زوجین شاغل موثر است. با توجه به نتایج بدست آمده از جدول (۱) مشخص گردید که زوج درمانی هیجان مدار در کاهش افسردگی زوجین شاغل موثر است.

جدول ۱. همبستگی بین متغیر زوج درمانی هیجان مدار در کاهش افسردگی زوجین شاغل

متغیر	همبستگی		نوع ارتباط
	ضریب همبستگی	p-value	
زوج درمانی هیجان مدار	۰/۴۱۱	۰/۰۰۰	ارتباط معنی داری وجود دارد-نوع ارتباط مثبت
پیرسون			
	تعداد		
	۱۰۰		

کاهش افسردگی در بهبود الگوی ارتباطی در زوجین شاغل موثر است. با توجه به نتایج بدست آمده از جدول (۲) مشخص گردید که کاهش افسردگی در بهبود الگوی ارتباطی در زوجین شاغل موثر است.

جدول ۲. همبستگی بین متغیر کاهش افسردگی در بهبود الگوی ارتباطی در زوجین شاغل

متغیر	همبستگی		نوع ارتباط
	ضریب همبستگی	p-value	
کاهش افسردگی	۰/۶۹۶	۰/۰۰۰	ارتباط معنی داری وجود دارد-نوع ارتباط مثبت
پیرسون			
	تعداد		
	۱۰۰		

زوج درمانی هیجان مدار در بهبود الگوی ارتباطی در زوجین شاغل موثر است. با توجه به نتایج بدست آمده از جدول (۳) مشخص گردید که زوج درمانی هیجان مدار در بهبود الگوی ارتباطی در زوجین شاغل موثر است.

جدول ۳. همبستگی بین متغیر زوج درمانی هیجان مدار در بهبود الگوی ارتباطی

متغیر	همبستگی		نوع ارتباط
	ضریب همبستگی	p-value	
زوج درمانی هیجان مدار	۰/۷۴۱	۰/۰۰۰	ارتباط معنی داری وجود دارد-نوع ارتباط مثبت
پیرسون			
	تعداد		
	۱۰۰		

جدول ۴. همبستگی بین متغیرها (شاخص های کفایت رگرسیونی)

دوربین واتسون	خطای استاندارد برآورد ضریب تعیین تعدیل شده	ضریب تعیین	ضریب همبستگی
۲/۱۶۱	۵/۱۸۷	۰/۷۲۷	۰/۸۵۶

نتایج حاصل از رگرسیون بین متغیرهای مورد بررسی و متغیر وابسته جدول فوق نشان می دهد که ضریب همبستگی بدست آمده برای متغیر ۰/۸۵۶ می باشد. که حاکی از آن است که در سطح ۱٪ معنی دار گردیده است. در واقع میزان ضریب تعیین ۰/۷۲۷ بیانگر این مساله است که متغیرهای مورد بررسی ۷۲ درصد از بهبود الگوی ارتباطی را در بر می گیرد. همانطور که در جدول بالا مشاهده می گردد آزمون دوربین واتسون ۲/۱۶۱ بدست آمده است که این موضوع حاکی از آن است که شاخص های در نظر گرفته شده از مدل مورد نظر پیروی می کنند.

جدول ۵. آزمون F جهت معنادار بودن رگرسیون

مدل	مجموع مربعات	درجات آزادی	میانگین مجموع مربعات	اماره F	Sig.
رگرسیون	۷۱۶۲/۹۸	۲	۳۵۸۱/۴۹	۱۳۳/۱۳	۰/۰۰۰
باقیمانده	۲۶۰۹/۵۲	۹۷	۲۶/۹۰		
کل	۹۷۵۲/۵۱	۹۹			

جدول ۶. ضرایب تاثیر رگرسیون

مدل	ضریب غیر استاندارد		ضریب استاندارد شده		Sig.
	Beta	Std. Error	B	t	
مقدار ثابت	۲۲/۵۸۸	۲/۶۷۴		۸/۴۴۸	۰/۰۰۰
زوج درمانی	۱/۴۲۹	۰/۱۵۰	۰/۵۴۷	۹/۵۱۳	۰/۰۰۰
افسردگی	۱/۲۵۰	۰/۱۵۳	۰/۴۷۱	۸/۱۸۳	۰/۰۰۰

ضریب رگرسیونی استاندارد شده یا Beta در فرضیه ما برابر شده است با ۰/۵۴۷ که نشانگر میزان تاثیر متغیر مورد بررسی زوج درمانی بر وابسته (بهبود الگوی ارتباطی) است.

بحث و نتیجه گیری

همانطور که مشاهده می گردد براساس نتایج حاصل از بررسی فرضیات پژوهش مشخص گردید که زوج درمانی هیجان مدار در کاهش افسردگی زوجین شاغل موثر است. این نتیجه با نتایج نیکونظری و صفرنیا (۱۳۹۵) و جاویدی (۱۳۹۲) مطابقت دارد.

شواهد تجربی نیز حاکی از آن است که ابراز عواطف و هیجانات نهفته نقش مهمی در فرایند تغییر زوجین در زوج درمانی هیجان مدار دارد. اهمیت اساسی این راهبرد در تغییر ادراک و پاسخگویی آن ها در

قبال یکدیگر نهفته است. ابراز عواطف خصوصاً در سطح کلامی، مجرای اصلی ارتباط در انسان به نظر می‌آید و از دوران نوزادی ابزار قدرتمندی برای فراخوانی مظهر دل‌بستگی است. ابراز هیجانات و عواطف در روابط زناشویی نیز از همین پتانسیل برخوردار است. در واقع در رابطه‌ی زناشویی نیز همسر فرد نقش مظهر دل‌بستگی را برای او ایفا می‌کند. با توجه به مطالب فوق اگر مشکلات زوجین ناشی از ناتوانی آن‌ها در ابراز هیجانات، احساسات و نیازهای آن‌ها در رابطه‌ی زناشویی باشد، ایجاد دیدگاه مثبت در زوجین نسبت به ابراز هیجانات می‌تواند فرایند تغییر مهمی در زوج‌درمانی هیجان مدار باشد، وارینگ و چیلونیز معتقدند که خود ابرازی (ابراز عواطف و نیازها) عامل بسیار مهمی در تعیین میزان صمیمیت زوجین است و ابراز احساسات و نیازها در طول فرایند درمان منجر به افزایش صمیمیت و رضایت‌مندی زناشویی زوجین و به تبع آن بر اساس نظریه‌ی بین فردی افسردگی، کاهش افسردگی در زنان می‌شود. در تبیین این یافته می‌توان گفت در واقع طبق رویکرد EFT هیجان زوجین را به سمت نیازهایشان سوق می‌دهد. زوجین به دنبال پایگاه امن در رفع نیازهای خود هستند این فضای امن متأثر از سبک دل‌بستگی زوجین می‌باشد. در واقع نوع دل‌بستگی افراد، نوع الگوی ارتباطی آن‌ها را مشخص می‌کند و افراد از طریق الگوی ارتباطی هیجانات خود را منتقل می‌کنند. بنابراین زمانی که زوجین دارای هیجان خشم می‌باشند با الگوی طلبکار و یا اجتناب به یکدیگر پاسخ می‌دهند زیرا اجتناب نیز طبق رویکرد EFT یک نوع خشم تلقی می‌شود و فرد یا اجتناب، خشم خود را ابراز می‌کند، پس می‌توان نتیجه گرفت که عامل آموزش باعث تغییر الگوی ارتباطی گروه آزمایش شده است که این نتایج با نتایج رضایی و همکاران (۱۳۸۹) که نشان دادند که زوج‌درمانی هیجان مدار باعث بهبود الگوهای ارتباطی و باعث کاهش تنش در روابط زناشویی و استفاده بیشتر از الگوی ارتباطی سازنده متقابل شده است همسو می‌باشند. پیشنهاد می‌شود به مقایسه اثربخشی رویکرد هیجان مدار با دیگر رویکردهای درمانی در حوزه زوجی و خانوادگی پرداخته شود تا تصویر روشنتری از کارایی این شیوه درمانی با توجه به بافت فرهنگی کشور ما به دست آید و اثر بخشی این رویکرد بر روی سایر متغیرهای زناشویی مانند تعهد زناشویی، کیفیت روابط زناشویی و ... نیز بررسی گردد. این پژوهش به مانند سایر پژوهش‌ها و مطالعات، با محدودیت‌هایی مواجه بوده. از جمله این محدودیت‌ها می‌توان به کمبود پیشینه تحقیقاتی در زمینه اثربخش زوج درمانی هیجان مدار اشاره کرد و مشکل مهم این پژوهش محدود بودن نمونه پژوهش به شهر رامهرمز بود که تعمیم نتایج را به سایر مناطق جغرافیایی کشور با مشکل مواجه می‌کند و همچنین برخی از آزمودنی‌ها اعتقاد چندانی به این قبیل امور پژوهشی نداشتند و از این رو جلب همکاری آنان تا حدی دشوار بود.

منابع

بدیهی زراعتی، فرنوش و موسوی، رقیه (۱۳۹۵). اثر بخشی زوج درمانی هیجان مدار بر تغییر سبک دل‌بستگی بزرگسالان و صمیمیت جنسی زوجین. **فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی**، (۱۲) ۲۵، ۹۰-۷۱.

جاویدی، نصرالدین، سلیمانی، علی اکبر، احمدی، خدابخش، صمدزاده، منا. (۱۳۹۲). اثربخشی زوج درمانی

هیجان مدا بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین. **مجله تحقیقات علوم رفتاری**، ۵ (۳): ۴۰۲-۴۱۱. جهانگیر، پانته‌آ (۱۳۹۱). مقایسه عملکرد خانواده و رضایت مندی زناشویی در زنان متاهل شاغل و غیر شاغل (خانه‌دار) شهر تهران. فصلنامه علمی پژوهشی تحقیقات مدیریت آموزشی. ۴ (۲): ۱۷۷-۱۹۲. داودوندی، مریم، نوابی‌نژاد، شکوه، فرزاد، ولی‌اله. (۱۳۹۶). اثربخشی زوج درمانی هیجان- محور بر بهبود سازگاری زناشویی و صمیمیت زوجها، فصلنامه خانواده و پژوهش، ۳۸ (۲): ۳۹-۵۵. زنگنه مطلق، فیروزه، بنی‌جمالی، شکوه‌السادات، احدی، حسن. رضاحاتمی، حمید. (۱۳۹۶). اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و تعهد و زوج درمانی هیجان مدار بر بهبود صمیمیت و کاهش نارسایی هیجانی زوجی. **اندیشه و رفتار**، ۴ (۱): ۵۸-۴۷. شریعت، ارغوان. و محمدی، جواد. (۱۳۹۴). فراتحلیل اثربخشی زوج درمانی بر افزایش رضایت زناشویی ایران. **مطالعات زن و خانواده**، ۳: ۹۳-۱۰۹. صادقی، عباس، عطاری، یوسفعلی، پناباد، سیمین. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر افزایش شادکامی و بهبود الگوهای ارتباطی زوجین شهر ایذه، کنفرانس ملی دانش و فناوری روان‌شناسی، علوم تربیتی و جامع‌شناسی ایران، صفحه ۱-۱۵. ضیاءالحق، مریم‌السادات، حسن‌آبادی، حسین، قنبری هاشمی، بهرام‌علی. مدرس غروری، مرتضی (۱۳۹۱). تأثیر زوج درمانی هیجان مدار بر سازگاری زناشویی. **فصلنامه خانواده پژوهی**. ۲۹ (۳): ۲۵-۵۰. فتوحی، سکینه. میکائیلی، نیلوفر، عطا‌دخت، اکبر، حاجلو، نادر. (۱۳۹۷). مقایسه اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر فراهیجان با زوج درمانی روایتی بر سازگاری و دلزدگی زناشویی زوجین متعارض. **فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی دانشگاه علاوه طباطبایی**، (۳): ۳۴-۷۷-۱۰۱. مظهری، محبوبه. زهراکار، کیانوش. شاکرمی، محمد. داورنیا، رضا. عبدالله‌زاده، عادل. (۱۳۹۵). تأثیر برنامه غنی سازی ارتباط بر کاهش تعارضات زناشویی زوجها هر دو شاغل. **مرکز تحقیقات مراقبت‌های پرستاری دانشگاه علوم پزشکی ایران (نشریه پرستاری ایران)**، (۲۹): ۳۲-۴۴. نجفی، مریم. سلیمانی، علی‌اکبر، احمدی، خدابخش، جاویدی، نصرالدین، حسینی کامکار، الناز، پیرجاوید، فاطمه. (۱۳۹۳). بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر افزایش سازگاری زناشویی و ارتقاء سلامت جسمی و روان‌شناختی زوجین نابارور. **مجله زنان مامایی و نازایی ایران**، ۱۳۳ (۲): ۸-۲۱. نیکونظری، لیلا. صفرنیا، افشین. (۱۳۹۵). تأثیر زوج درمانی هیجان مدار (EFCT) در کاهش تعارضات زناشویی و بهبود الگوهای ارتباطی در مادران با کودک کم توان ذهنی در سال ۹۴-۱۳۹۳، هفتمین کنفرانس بین المللی اقتصاد و مدیریت، سوئد- دالارنا، مرکز ارتباطات دانشگاه ICOAC، دانشگاه دولتی دالارنا.

Rostami, M., Taheri, A., Abdi, M. and Kermani, N. (2014). The effectiveness of instructing emotion-focused approach in improving marital satisfaction in couples. **Social and Behavioral Sciences**, 114: 693-98.