SJPP
Shenakht Journal of Psychology & Psychiatry
No.2/ 2026;13(3):285-294
DOI: 10.22034/13.3.285
https://shenakht.muk.ac.ir

Original Article

Comparing the Effectiveness of Imagery-Based Communication Couples Therapy and Gottman Couples Therapy in Improving Emotional Experience Toward One's Spouse Among Couples Experiencing Marital Conflict

Monir Pourimohammad[1], Ali Reza Maredpour[2*], Feizollah Afrazizadeh[3]

1. PhD Candidate, Department of Psychology, Yas.C., Islamic Azad University, Yasuj, Iran
2. Assistant Professor, Department of Psychology, Yas.C., Islamic Azad University, Yasuj, Iran
3. Assistant Professor, Department of Psychology, Yas.C., Islamic Azad University, Yasuj, Iran

Article History:

Received: April 27, 2026
Revised: June 22, 2026
Accepted: July 8, 2026

***Corresponding Author:** Ali Reza Maredpour, Assistant Professor, Department of Psychology, Yas.C., Islamic Azad University, Yasuj, Iran

E-mail: Maredpour@iau.ac.ir

Abstract

Background and Aims: Conflicted couples are more likely to express negative emotions, which are then met with negative affect from the other partner. This study aimed to compare the effectiveness of imagery-based couples therapy with that of Gottman couples therapy in improving emotional experience toward one's spouse among couples experiencing marital conflict.

Materials and Methods: The present study was conducted using a quasi-experimental method with a pre-test-post-test design and a three-month follow-up with a control group. The statistical population of the study included couples referring to the Erfan Counseling Center in Tehran, Iran, during 2024. The sample size included 30 couples (10 couples in each group) who were selected using the available sampling method and randomly assigned to three groups. The Emotional Experience towards Spouse Questionnaire and the Revised Marital Conflict Questionnaire were the research instruments. The Imago group received eight 90-minute sessions, and the Gottman group received nine 90-minute sessions of intervention. Repeated measures analysis of variance was used to analyze the data.

Results: The results showed that both interventions had a significant effect on positive and negative emotions toward the spouse, compared to the control group ($P<0.05$), and there was no significant difference between the two experimental groups in this regard ($P<0.05$). Moreover, the pre-test mean values of both components were significantly different from the post-test and follow-up scores ($P<0.05$); however, there was no significant difference between the post-test and follow-up values ($P<0.05$).

Conclusion: The results showed that couples can benefit from both research interventions to improve the emotional experience of couples experiencing marital conflict.

Keywords: Conflict, Couple therapy, Emotion, Spouse

Please cite this article as follows: Pourimohammad M, Maredpour AR, Afrazizadeh F. Comparing the Effectiveness of Imagery-Based Communication Couples Therapy and Gottman Couples Therapy in Improving Emotional Experience Toward One's Spouse Among Couples Experiencing Marital Conflict. SJPP. 2026;13(3):285-294.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-31]

Copyright © 2026 The Author(s). Published by Kurdistan University of Medical Sciences. All rights reserved by the authors. This is an open-access article that may be read, downloaded, copied, distributed, printed, searched, and linked to the full text for lawful purposes, provided that the original authors and source are properly acknowledged.

SJPP
دوماهنامه علمی پژوهشی روانشناسی و روانپزشکی شناخت
دوره ۱۳، شماره ۳، مرداد و شهریور ۱۴۰۵، صفحات: ۲۸۵-۲۹۴
DOI: 10.22034/13.3.285
https://sjku.muk.ac.ir

مقاله پژوهشی اصیل

مقایسهٔ اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی با زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر در زوجین دارای تعارض زناشویی

منیر پوری‌محمد[۱]، علیرضا ماردپور[۲*]، فیض‌اله افرازی‌زاده[۳]

۱. دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی، واحد یاسوج، دانشگاه آزاد اسلامی، یاسوج، ایران
۲. استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد یاسوج، دانشگاه آزاد اسلامی، یاسوج، ایران
۳. استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد یاسوج، دانشگاه آزاد اسلامی، یاسوج، ایران

چکیده

زمینه و هدف: زوج‌های متعارض بیشتر تمایل به ابراز هیجانات منفی دارند که با عاطفهٔ منفی همسر پاسخ داده می‌شود. هدف پژوهش مقایسهٔ اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی با زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر در زوجین دارای تعارض زناشویی بود.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر به‌روش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری سه‌ماهه همراه با گروه کنترل انجام شد. جامعهٔ آماری شامل زوجین مراجعه‌کننده به مرکز مشاورهٔ عرفان شهر تهران در سال ۱۴۰۳ بود. حجم نمونه شامل ۳۰ زوج (هر گروه ۱۰ زوج) بود که به‌روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در سه گروه گمارده شدند. پرسش‌نامهٔ تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر و پرسش‌نامه تجدیدنظرشدهٔ تعارضات زناشویی ابزار پژوهش بودند. گروه تصویرسازی ارتباطی ۸ جلسهٔ ۹۰ دقیقه‌ای و گروه گاتمن ۹ جلسهٔ ۹۰ دقیقه‌ای مداخله دریافت کردند. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که هر دو گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل بر عواطف مثبت و منفی نسبت به همسر اثربخشی معناداری داشته است ($P<۰/۰۵$) و تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش وجود ندارد ($P>۰/۰۵$). همچنین میانگین پیش‌آزمون هر دو مؤلفه به‌صورت معناداری متفاوت از پس‌آزمون و پیگیری بود ($P<۰/۰۵$)، ولی بین پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود نداشت ($P>۰/۰۵$).

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد که زوج‌درمانگران جهت بهبود تجربهٔ عاطفی زوجین دچار تعارض زناشویی می‌توانند از هر دو مداخلهٔ پژوهش بهره‌مند گردند.

واژگان کلیدی: زوج‌درمانی ، عاطفه، همسر، تعارض

تاریخچه مقاله:
دریافت: ۱۴۰۵/۰۲/۰۷
ویرایش: ۱۴۰۵/۰۴/۰۱
پذیرش: ۱۴۰۵/۰۴/۱۷

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی کردستان محفوظ است.

***نویسنده مسئول:** علیرضا ماردپور، گروه روان‌شناسی، واحد یاسوج، دانشگاه آزاد اسلامی، یاسوج، ایران.

ایمیل: Maredpour@iau.ac.ir

استناد: پوری‌محمد، منیر؛ ماردپور، علیرضا؛ افرازی‌زاده، فیض‌اله. مقایسهٔ اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی با زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر در زوجین دارای تعارض زناشویی. دوماهنامه علمی پژوهشی روانشناسی و روانپزشکی شناخت، مرداد و شهریور ۱۴۰۵؛۱۳(۳):۲۸۵-۲۹۴.

مقدمه

تعارض‌های زناشویی در خانواده‌های امروزیِ ایران به یک معضل اساسی تبدیل شده است چرا که تغییر شکل و ساختار خانواده از سنتی به‌شکل مدرن باعث شده منابع تعارض زناشویی، به‌ویژه در ارتباط با جامعه و خانواده‌های زوج‌ها، افزایش پیدا کند (میرزایی کندری، عبدی زرین و آقا یوسفی، ۱۴۰۲). یک عامل مهم در تعارض زناشویی به تجربهٔ عواطف برمی‌گردد (فری، گانونگ، جنسن و کولمن[1]، ۲۰۲۰). تجربهٔ عواطف به فرایندهای درون روانی و بیان عواطف به فرایندهای بین‌فردی اشاره دارد (رویز و روباز[2]، ۲۰۲۰).

[1] Frye, Ganong, Jensen & Coleman

[2] Ruiz & Robazza

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-31]

وقتی تعارض زوجین عاطفهٔ منفی را آشکار می‌کند، احتمال بیشتری دارد که آنها مضطرب شوند (پینکوس[1]، ۲۰۲۳). زمانی که عواطف نسبت به همسر قطع می‌شود، بی‌اعتمادی جایگزین اعتماد می‌شود و دلبستگی تهدید می‌شود (پراگر، پوچر، شیروانی، پارسونس و آلن[2]، ۲۰۱۹). زوج‌های متعارض بیشتر تمایل به ابراز هیجانات منفی دارند که با عاطفهٔ منفی همسر دیگر پاسخ داده می‌شود (یوسفی، غفارالهی، گل‌پرور و پیکانی، ۲۰۲۳).

درمان مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی یکی از زوج‌درمانی‌هایی است که اخیراً برای زوجینِ دچار تعارض زناشویی، به‌ویژه در ایران، مورد استفاده قرار گرفته و اثربخشی معناداری را نشان داده است (نظرپور، زهراکار، پوریحیی و داورنیا، ۱۳۹۸؛ داورنیا، کار آموز و پوریحیی، ۱۳۹۷). درمان مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی فرض می‌کند که همهٔ افراد از لحاظ عاطفی مانند کودکی هستند که به‌دنبال ارضاء نیازهای بی‌پاسخ کودکی خود هستند (هندریکس، هانت، لوکوت و کارلسون[3]، ۲۰۱۵). هدف از زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی این است که زوجین را قادر سازد تا یک ازدواج آگاهانه با داشته باشند و تصویری دوباره از یکدیگر بسازند (گوون و اسکندر[4]، ۲۰۲۳). درمانگر زوج‌ها را قادر می‌سازد تا با یکدیگر پیوند برقرار کنند و در نهایت به یک رابطهٔ همدلانه به نام گفت‌وگو برسند (هندریکس و هانا[5]، ۲۰۱۷). اگرچه اثربخشی این زوج‌درمانی در زوجین دچار تعارض‌های زناشویی مورد بررسی قرار گرفته است (نظرپور و همکاران، ۱۳۹۸؛ داورنیا و همکاران، ۱۳۹۷)، اما به بررسی اثربخشی آن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر اقدام نشده است؛ این درحالی است که انعکاس و همدلی را به‌عنوان راهی برای گسترش دسترسی عاطفی و احساسی زوجین به یکدیگر رشد می‌دهد (گوون و اسکندر، ۲۰۲۳). نتایج نشان داده است که زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی بر بهبود ارتباط و نگرش زوجین دچار تعارض زناشویی اثربخشی معناداری دارد (نجاراصل، عسگری، نادری و اسمعیل خانی، ۱۳۹۹؛ نظرپور و همکاران، ۱۳۹۸). نتایج مشابهی از اثربخشی این درمان در بهبود سازگاری، رضایتمندی و الگوهای ارتباطی زوجین گزارش شده است (عسکری، مهرابی زاده هنرمند، دشت بزرگی، عسگری و حیدری، ۱۳۹۹؛ نظرپور، حیدرنیا، پوریحیی و داورنیا، ۱۳۹۹؛ گوون و اسکندر، ۲۰۲۳).

درمان مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی به‌عنوان یک درمان یکپارچه‌نگر مبتنی‌بر رویکردهای دیگر مانند روان‌پویشی و شناختی - رفتاری بنا نهاده شده است. در مقابلِ یکپارچه‌نگری نظری، کاربست مبتنی‌بر شواهد وجود دارد که اساس درمان را شواهد پژوهشی قرار می‌دهد. زوج‌درمانی به‌روش گاتمن[6] قویاً براساس شواهد پژوهشی بنا شده است (گاتمن و سیلور[7]، ۲۰۱۵). گاتمن براساس پژوهش‌های خود به این نتیجه رسیده است که ارتباط مؤثر مهم‌ترین مهارت زوج‌ها است و کسانی که رابطهٔ مؤثر دارند، می‌توانند به تأیید متقابل برسند، به نیازهای همسرشان گوش دهند و در صورت بروز سوءتفاهم، روی مشکل تمرکز کنند و رابطهٔ مسالمت‌آمیزی برقرار کنند (گاتمن و گاتمن، ۲۰۱۸). تقویت عواطف مثبت و کاهش عواطف منفی به‌ویژه در زمان‌های تعارض این احتمال را می‌دهد که زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر اثربخش باشد (صائمی، بشارت و اصغرنژادفرید، ۱۳۹۹). زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر بهبود کیفیت روابط زوجین و تجربهٔ عواطف مثبت در آنها اثربخشی معناداری دارد (صائمی، بشارت و اصغرنژادفرید، ۱۳۹۷؛ جلالوند، گودرزی، کریمی و یعقوبی، ۱۴۰۲؛ راجندراکومار و مانجولا[8]، ۲۰۲۳). نشان داده شده این درمان در بازسازی اعتماد، مدیریت تعارض و افزایش کیفیت و رضایت زناشویی اثربخشی معناداری در زوجین داشته است (اروین، پلوسو، بنسون، کول، کول[9] و همکاران، ۲۰۲۴؛ موسوی، احتشام‌زاده، مکوندی، پاشا و بختیاری‌پور، ۲۰۲۳).

این دو درمان از لحاظ میزان مشارکت درمانگر و نحوهٔ مشارکت در درمان متفاوت هستند. علاوه‌براین، از لحاظ فرایند درمان نیز زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی بر افزایش خودآگاهی از نیازهای ناهشیارِ ارضانشده و ایجاد یک پیوند همراه با تصدیق و همدلی است (هندریکس و همکاران، ۲۰۱۵) ولی زوج‌درمانی به‌روش گاتمن متمرکز بر بهبود رابطه و تعارض‌ها با رهنمودهای اساسی درمانگر است (گاتمن و گاتمن، ۲۰۱۵). بنابراین در فرایند درمانی نیز تفاوت‌هایی به‌چشم می‌خورد که امکان تفاوت در اثربخشی را به‌عنوان یک مسئله مطرح می‌کند. در نهایت، برخلاف زوج‌درمانی به‌روش گاتمن، زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی با این محدودیت و انتقاد روبه‌رو است که شواهد پژوهشی گسترده برای جمعیت‌ها و متغیرهای مختلف برای آن به‌چشم نمی‌خورد (گوون و اسکندر، ۲۰۲۳).

در مجموع، افزایش عواطف منفی نسبت به همسر ازجمله نشانه‌ها و علائم زوجین دچار تعارض زناشویی است که مداخله‌های زوج‌درمانی باید تا حدودی در بهبودی آنها موفق عمل کنند. شناسایی مداخله‌های کارآمد برای بهبود این نشانه‌ها، یک مسئلهٔ پژوهشی است. زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی که مبتنی‌بر رویکرد یکپارچه‌نگر بوده و زوج‌درمانی به‌روش گاتمن که تا حدود زیادی مبتنی‌بر شواهد بالینی بوده و پژوهش‌ها تا حدودی

[1] Pincus
[2] Prager, Poucher, Shirvani, Parsons & Allam
[3] Hendrix, Hunt, Luquet & Carlson
[4] Guven & İskender
[5] Hendrix & Hannah
[6] Gottman method couple therapy
[7] Silver
[8] Rajendrakumar & Manjula
[9] Irvine, Peluso, Benson, Cole, Cole

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-31]

از اثربخشی آنها برای زوجین دچار تعارض زناشویی حمایت کرده است، به‌عنوان گزینه‌های درمانی مناسب قابل بررسی و توجه هستند. علاوه‌بر تفاوت در رویکرد شکل‌گیری آنها، وجود تفاوت‌هایی در روش درمان آنها نیز امکان تفاوت در اثربخشی این دو درمان را افزایش می‌دهد. بر همین اساس، پژوهشی حاضر در پی بررسی این مسئله بود که آیا بین اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی با زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر در زوجین دارای تعارض زناشویی تفاوت وجود دارد یا خیر.

روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل با دورهٔ پیگیری سه‌ماهه بود. جامعهٔ آماری پژوهش شامل زوجین مراجعه‌کننده به مرکز مشاورهٔ عرفان شهر تهران در سال ۱۴۰۳ بود. توجه به اینکه حداقل حجم نمونهٔ مورد نیاز برای هر گروه در طرح‌های آزمایشی ۱۵ نفر است (دلاور، ۱۳۹۸)، تعداد ۳۰ زوج (۶۰ نفر) با استفاده از روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شد و در سه گروه (هر گروه ۱۰ زوج / معادل ۲۰ نفر) به‌روش تصادفی گمارده شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل رضایت از شرکت در پژوهش، کسب حداقل نمرهٔ ۱۱۱ در پرسش‌نامهٔ تجدیدنظرشدهٔ تعارضات زناشویی (MCQ-R) ثنایی (۱۳۸۷)، عدم استفاده از داروهای روان‌پزشکی، دارا بودن حداقل تحصیلات دیپلم، عدم اعتیاد به مواد مخدر و سایر روان‌گردان‌ها، عدم دریافت درمان‌های دارویی و روان‌درمانی تحت نظر روان‌پزشک یا روان‌شناس هم‌زمان با انجام پژوهش (بررسی از طریق مصاحبه اولیه برای شرکت در پژوهش و خوداظهاری شرکت کنندگان در پژوهش) بود. ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل عدم شرکت در حداقل دو جلسه از مداخله‌ها برای گروه آزمایش، اعلام انصراف از شرکت در پژوهش و عدم پاسخ‌گویی به حداقل ۵ درصد از گویه‌های پرسش‌نامهٔ پژوهش بود. علاوه‌بر رضایت آگاهانه، رازداری و محرمانه نگه داشتن اطلاعات، اختیاری بودن خروج از پژوهش در هر مرحله از پژوهش و توضیح مختصر از هدف پژوهش به شرکت‌کنندگان، همچنین امکان دریافت هر یک از مداخله‌ها برای گروه گواه به‌صورت رایگان دیگر ملاحظهٔ اخلاقی پژوهش حاضر بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روش تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر و نرم‌افزار SPSS نسخهٔ ۲۵ استفاده شد.

روش کار

ابزار

پرسش‌نامهٔ تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر[1]

این پرسش‌نامه توسط یوسفی و همکاران در سال ۲۰۲۳ ساخته شده و دارای ۴۰ گویه است که تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر را در ۶ عامل و دو بعد می‌سنجد. مقیاس اندازه‌گیری گویه‌های این پرسش‌نامه براساس مقیاس ۵ گزینه‌ای لیکرت از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم است. عامل عاطفی مثبت شامل گویه‌های ۳۶-۳۵-۱۵-۲۰-۲۷-۲۸-۲۹-۳۰-۳۱-۳۲-۳۳ و عامل عواطف منفی شامل ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۶ - ۴۰-۴۱ ۱۷-۱۸-۱۹-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۵-۲۶-۳۷-۳۸-۳۹ است. هر چه امتیازی که از پرسش‌نامه به‌دست می‌آید بیشتر باشد، نشان از تجربهٔ هیجانی بالاتر نسبت به همسر در مؤلفهٔ مربوطه است. یوسفی، غفرالهی، گل‌پرور و کیانی پیکانی (۲۰۲۳) مقدار آلفای کرونباخ عامل عاطفی مثبت را ۰/۸۹ و برای عامل عاطفی منفی ۰/۹۳ گزارش داده‌اند. همچنین روایی محتوایی نیز با مقدار بالای ۰/۷۸ برای گویه‌ها و عامل‌های پرسش‌نامه تأیید گردیده و روایی پرسش‌نامه براساس گویه‌ها و عامل‌های پرسش‌نامه برای عامل عاطفی مثبت ۰/۸۲ و برای عامل عاطفی منفی ۰/۸۷ به‌دست آمد.

پرسش‌نامهٔ تجدیدنظرشدهٔ تعارضات زناشویی(MCQ-R)[2]

این پرسش‌نامه شامل ۵۴ سؤال است که توسط ثنایی در سال ۱۳۸۷ برای سنجیدن تعارض‌های زناشویی ساخته شد. نمره‌گذاری پرسش‌نامه براساس یک لیکرت پنج درجه‌ای (هرگز=۱، بندرت=۲، گاهی=۳، اکثراً=۴، همیشه=۵) انجام می‌گیرد. حداقل نمره ۵۴ و حداکثر نمره ۲۷۰ است و نمرات بالا به معنی تعارض و اختلاف بیشتر و نمرهٔ پایین به‌معنای تعارض و اختلاف کمتر است. شایان ذکر است که نمرهٔ بالاتر از ۱۱۱ بیانگر تعارض زناشویی بیش از حد طبیعی در نظر گرفته می‌شود. ثنایی پرسش‌نامهٔ تجدیدنظرشدهٔ تعارضات زناشویی را روی ۱۲۰ نفر شامل ۴۸ مرد و ۷۲ زن دارای تعارضات زناشویی مراجعه‌کننده به مراجع قضایی شهر تهران و نیز یک گروه کنترل شمال ۱۵۰ زوج عادی (۶۸ مرد و ۸۲ زن) به‌کار گرفت. روایی محتوا به‌روش کیفی براساس نظر ۱۰ تن از مدرسان گروه مشاورهٔ دانشگاه تهران و خوارزمی بالای ۰/۷۰ ارزیابی شد. همچنین پایایی پرسش‌نامه به‌روش همسانی درونی با محاسبهٔ ضریب آلفای کرونباخ بر روی نمونه فوق برای کل پرسش‌نامه ۰/۹۶ به‌دست آمد (ثنایی، علاقمند، فلاحتی و هومن ، ۱۳۹۶).

جلسات زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی براساس کتاب *زوج‌درمانی کوتاه مدت: مدل ایماگو در عمل* تألیف لوکات[3] (۲۰۰۶) در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تنظیم گردید. خلاصه جلسات زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی در جدول ۱ ارائه شده است. جلسات زوج‌درمانی به‌روش گاتمن براساس پروتکل گاتمن و گاتمن (۲۰۱۷) در ۹ جلسهٔ ۹۰ دقیقه‌ای تنظیم گردید. خلاصه جلسات زوج‌درمانی به‌روش گاتمن در جدول ۲ ارائه شده است.

[1] Emotional experience towards Spouse questionnaire
[2] Marital Conflict questionnaire – revised (MCQ-R)
[3] Luquet

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-31]

جدول ۱. خلاصه جلسات زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی

جلسه	اهداف	تمرین‌ها و تکنیک‌ها
اول	برقراری ارتباط، ایجاد انگیزه، تصمیم به تلاش مسئولانه برای بهبود رابطه	مرور رفتارها و خاطرات خوب گذشته، آشناسازی و توجیه زوجین با تفاوت‌های موجود در ابعاد صمیمیت زن و مرد، تعیین روش‌های فعلی خشنودکردن همسر، مشخص‌کردن نیازها و آرزوهای برآورده‌نشده، ارائهٔ هدیه‌های غیرمنتظره، انجام فعالیت‌های مفرح مشترک
دوم	مرور خاطره‌های کودکی و کشف ساختار تصویر ذهنی از خود، بررسی تاریخچهٔ روابط صمیمانه و الگوهای ارتباطی، کشف ناکامی‌های اصلی دوران کودکی و نحوهٔ واکنش به آنها	بازگشت به خانهٔ کودکی و مرور خاطرات، بررسی سبک دلبستگی زوجین و الگوهای برقراری ارتباط، بررسی الگوی ارتباطی در خانوادهٔ اصلی زوجین، نوشتن ویژگی‌های مثبت و منفی والدین و تأثیر آن بر فرد، بررسی نیازهای برآورده‌نشده و مربوط به پیوند عاطفی و دلبستگی، توضیح مفهوم مغز قدیم و جدید و عملکردش در نحوهٔ واکنش فرد به ناکامی‌ها و تجارب ارتباطی
سوم	شناخت عمیق همسر، بررسی انتظارات و نیاز همسر برای ایجاد و حفظ پیوند عاطفی، بررسی برنامه‌های پنهان ذهن و تأثیر آن بر روابط فعلی زوج	نوشتن ویژگی‌های مثبت و منفی همسر، مقایسهٔ خصوصیات همسر با تصویر ذهنی خود، بررسی نیازهای عاطفی برآورده‌نشدهٔ همسر، تأثیر متقابل تصویر ذهنی خود با ویژگی‌های همسر، بررسی تأثیر بخث و توضیح در مورد عاشق‌شدن از دیدگاه‌های تصویرسازی ارتباطی
چهارم	شناخت زخم‌های عاطفی یکدیگر، آشنایی با نیازها و مشکلات یکدیگر، ارسال پیام‌های موثر و روشن به یکدیگر، اصلاح الگوهای ارتباطی و باورهای زوجین در مورد صمیمیت	مرور و در میان گذاشتن نتایج جلسهٔ اول تا سوم با همسر، آموزش و تمرین روش مکالمهٔ آگاهانه، بررسی تعریف هر یک از زوج‌ها از صمیمیت، بررسی انتظارات زوج‌ها از یکدیگر برای صمیمیت بیشتر و رفتارهای صمیمانه
پنجم	ایجاد تعهد مشترک و اطمینان از با هم بودن، شناسایی تعارض‌های زوجین و سبک‌های حل تعارض آنان، افزایش سطح صمیمیت و ارضاء نیازها	مشخص‌کردن راه‌های خروجی خود و همسر از تعارض، برنامه‌ریزی برای بستن راه‌های خروجی و توافق‌نامهٔ متقابل، آموزش و تمرین روش‌های حل تعارض سازنده
ششم	ایجاد منطقهٔ امن، افزایش صمیمیت و التیام زخم‌های عاطفی، بررسی ابعاد صمیمیت زوجین، ایجاد چرخه‌های مثبت تأمل، افزایش رفتارهای مثبت متقابل و کاهش رفتارهای منفی	مرور رفتارها و خاطرات خوب گذشته، آشناسازی و توجیه زوجین با تفاوت‌های موجود در ابعاد صمیمیت زن و مرد، تعیین روش‌های فعلی خشنودکردن همسر، مشخص‌کردن نیازها و آرزوهای برآورده‌نشده، ارائهٔ هدیه‌های غیرمنتظره، انجام فعالیت‌های مفرح مشترک
هفتم	بیان و تخلیهٔ خشم در یک محیط امن و سازنده، کاهش و حل رنجش‌های گذشته، التیام زخم‌های عاطفی	تعیین و بررسی احساسات منفی ابرازنشده و وضعیت‌های ناتمام و حل‌نشده، آموزش تمرین تخلیه و مهار خشم به‌شکل سازنده، همدلی و بخشیدن یکدیگر به‌خاطر آسیب‌های عاطفی واردشده و تصمیم به جبران
هشتم	جمع‌بندی و نتیجه‌گیری، یکپارچه‌سازی خود	جمع‌بندی بخش‌های مختلف خویشن انکارشده، گمشده، دروغین و خویشتن واقعی، تمرین تجسم عشق

جدول ۲. خلاصه جلسات زوج‌درمانی به‌روش گاتمن

جلسه	محتوا
اول	آشنایی اعضای گروه با یکدیگر، بیان قوانین و مقررات گروه، ارزیابی نیازهای زوجین، تعهد هر همسر در قبال ازدواج، انتظارات زوجین از یکدیگر و از درمان
دوم	تغییر در الگوهای تعاملی همراه با کاهش تبادلات رفتاری منفی و افزایش تبادلات رفتاری مثبت
سوم	کمک به زوج برای شناسای چهار سوار سرنوشت (انتقاد، سرزنش، جبهه‌گیری و سکوت) و تأثیرات مخرب آنها بر رابطهٔ زوجین
چهارم	آموزش به زوجین تا دریابند که تعارض لازمهٔ ازدواج موفق است و بیاموزند که چگونه تفاوت‌های یکدیگر را بپذیرند و با آن کنار بیایند
پنجم	آموزش سبک‌های صحیح حل تعارض و سازش با آنها به زوجین
ششم	پیشگیری از گسترش دامنهٔ تعارضات و عذرخواهی از یکدیگر
هفتم	بازسازی حس احترام و پذیرش همسر با وجود تفاوت‌های میان آنها، تحسین و تشویق یکدیگر
هشتم	کمک به افزایش شناخت زوجین از هیجانات خود و همسر به‌منظور کنار آمدن با حوادث استرس‌زا و تعارض‌ها
نهم	آموزش به زوج‌ها تا رویاها و آرزوهای یکدیگر را در راستای تحقق آنها حمایت نمایند و مرور جلسات گذشته

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-31]

نتایج

در گروه تصویرسازی ارتباطی ۵ نفر (۲۵ درصد) تحصیلات دیپلم و فوق دیپلم، ۱۱ نفر (۵۵ درصد) کارشناسی و ۴ نفر (۲۰ درصد) کارشناسی ارشد و بالاتر، در گروه گاتمن نیز به‌ترتیب ۴ نفر (۲۰ درصد) دیپلم و فوق دیپلم، ۱۱ نفر (۵۵ درصد) کارشناسی و ۵ نفر (۲۵ درصد) کارشناسی ارشد و بالاتر و در گروه گواه نیز به‌ترتیب ۴ نفر (۲۰ درصد) دیپلم و فوق دیپلم، ۱۲ نفر (۶۰ درصد) کارشناسی و ۴ نفر (۲۰ درصد) کارشناسی ارشد و بالاتر بودند که طبق نتایج به‌دست آمده برای آزمون کای اسکور بین گروه‌های پژوهش در متغیر یادشده ناهمسانی معناداری وجود نداشت ($P=۰/۹۸$، $\chi^2_{(۴)}=۰/۳۷$). همچنین میانگین و انحراف‌معیار سن گروه تصویرسازی ارتباطی به‌ترتیب ۳۶/۲۵ ± ۳/۶۰، گروه گاتمن ۳۶/۰۵ ± ۳/۹۷ و گروه گواه نیز به‌ترتیب ۳۶/۲۵ ± ۳/۹۹ به‌دست آمد و میانگین و انحراف‌معیار مدت ازدواج گروه تصویرسازی ارتباطی به‌ترتیب ۶/۲۲ ± ۲/۷۳، گروه گاتمن ۶/۶۳ ± ۲/۳۳ و گروه گواه نیز به‌ترتیب ۶/۱۸ ± ۳/۰۸ بود که طبق نتایج تحلیل واریانس چند متغیره بین گروه‌ها تفاوت معناداری مشاهده نشد ($P=۰/۸۷$ و $F_{(۲)}=۰/۳۲$). در جدول ۳ شاخص‌های توصیفی دو خرده‌مقیاس تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر ارائه شده است.

جدول ۳. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر		مرحله آزمون	گروه تصویرسازی ارتباطی		گروه گاتمن		گروه کنترل	
			میانگین	انحراف‌معیار	میانگین	انحراف‌معیار	میانگین	انحراف‌معیار
تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر	عواطف مثبت	پیش‌آزمون	۳۰/۰۵	۴/۲۱	۳۱/۵۰	۴/۷۰	۳۰/۷۵	۴/۵۲
		پس‌آزمون	۳۶/۸۰	۴/۸۵	۳۵/۲۵	۳/۸۱	۳۱/۱۵	۴/۲۱
		پیگیری	۳۶/۷۲	۴/۰۸	۳۵/۳۰	۴/۰۹	۳۰/۸۰	۳/۹۰
	عواطف منفی	پیش‌آزمون	۷۵/۴۰	۷/۹۰	۷۴/۹۰	۷/۸۳	۷۵/۱۰	۸/۱۵
		پس‌آزمون	۶۵/۸۵	۷/۳۱	۶۵/۷۵	۶/۶۶	۷۶/۱۵	۷/۴۷
		پیگیری	۶۶/۵۵	۷/۴۶	۶۶/۸۵	۷/۹۹	۷۵/۵۵	۷/۵۶

در جدول ۳ شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف‌معیار متغیرهای پژوهش به‌تفکیک گروه‌های پژوهش در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری ارائه شده است. قبل از مقایسهٔ اثربخشی دو درمان، پیش‌فرض‌های تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر مورد بررسی قرار گرفت و نتایج به‌دست آمده برای آزمون شاپیرو - ویلک نشان دادکه پیش‌فرض نرمال بودن داده‌ها در متغیر پژوهش در هر سه گروه و در هر سه مرحلهٔ آزمون رعایت شده است ($P>۰/۰۵$). همچنین نتایج آزمون لوین نیز نشان می‌دهد پیش‌فرض همگنی واریانس متغیر پژوهش بین گروه‌ها در سه مرحلهٔ آزمون رعایت شده است ($P>۰/۰۵$). برای آزمون ام باکس سطوح معناداری به‌دست آمده بیشتر از ۰/۰۵ بود که بیانگر برقرار بودن پیش‌فرض همگنی کوواریانس‌ها بود ولی مقدار کرویت موچلی برای مؤلفهٔ عاطفهٔ مثبت معنادار ($P=۰/۹۸$، $\chi^2_{(۲)}=۴۲/۳۹$) و برای مؤلفهٔ عاطفهٔ منفی ($P=۰/۶۷$، $\chi^2_{(۲)}=۰/۸۰$) معنادار نبوده است. بنابراین برای مؤلفهٔ عاطفهٔ مثبت به‌جای کرویت موچلی از تصحیح گرین هاوس – گیسر که بیانگر کاهش درجهٔ آزادی و احتیاط بیشتر در رد فرض صفر به غلط است، استفاده گردید. در جدول ۴ نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر ارائه شده است.

نتایج به‌دست آمده در جدول ۴ نشان می‌دهد که تفاوت مراحل آزمون، عضویت گروهی و تعامل مراحل و گروه برای دو مؤلفهٔ تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر معنادار است ($P<۰/۰۱$). برای بررسی نقاط تفاوت در از مقایسهٔ زوجی بنفرونی استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ ارائه شده است.

نتایج به‌دست آمده از جدول ۵ نشان می‌دهد که هم گروه تصویرسازی ارتباطی و هم گروه گاتمن در مقایسه با گروه کنترل بر هر دو مؤلفهٔ تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر اثربخشی معناداری داشته است ($P<۰/۰۵$) و تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش وجود ندارد ($P>۰/۰۵$).

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-31]

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر جهت بررسی و مقایسهٔ اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی و زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر زوجین دارای تعارض زناشویی

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجهٔ آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	مقدار P	اندازهٔ اثر	توان آزمون
عاطفهٔ مثبت	مراحل آزمون	۵۱۳/۹۱	۱/۳۳	۸۲/۸۷	۳۹/۷۷	۰/۰۰۱	۰/۴۱	۱
	عضویت گروهی	۴۶۶/۴۱	۲	۲۳۳/۲۱	۵/۵۶	۰/۰۰۶	۰/۱۶	۰/۸۴
	تعامل مراحل و گروه	۲۸۵/۵۲	۲/۶۶	۱۰۷/۴۶	۱۱/۰۵	۰/۰۰۱	۰/۲۸	۱
عاطفهٔ منفی	مراحل آزمون	۱۶۳۰/۱۸	۲	۸۱۵/۰۹	۵/۱۵	۰/۰۰۹	۰/۱۵	۰/۸۱
	عضویت گروهی	۸۸۸/۸۴	۲	۴۴۴/۴۲	۱۸/۷۸	۰/۰۰۱	۰/۴۰	۱
	تعامل مراحل و گروه	۸۴۵/۹۶	۴	۲۱۱/۴۹	۲۷/۶۱	۰/۰۰۱	۰/۴۹	۱

جدول ۵. مقایسهٔ زوجی تفاوت‌های بین‌گروهی و مراحل آزمون براساس میانگین‌های تعدیل‌شدهٔ تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر زوجین دارای تعارض زناشویی

منبع تغییر		گروه	گروه مبنا	گروه ثانویه	تفاوت میانگین	خطای انحراف‌معیار	مقدار P
عاطفهٔ مثبت	درون‌گروهی	گروه تصویرسازی ارتباطی	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	-۶/۷۵	۰/۶۶	۰/۰۰۱
				پیگیری	-۶/۷۳	۰/۶۰	۰/۰۰۱
			پس‌آزمون	پیگیری	۰/۰۳	۰/۴۱	۱
		گروه گاتمن	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	-۳/۷۵	۰/۷۷	۰/۰۰۱
				پیگیری	-۳/۸۰	۰/۹۵	۰/۰۰۲
			پس‌آزمون	پیگیری	-۰/۰۵	۰/۵۵	۱
		گروه کنترل	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۰/۴۰	۱/۲۲	۱
				پیگیری	-۰/۰۵	۱/۲۲	۱
			پس‌آزمون	پیگیری	۰/۳۵	۰/۳۲	۰/۸۶
	بین‌گروهی	پیش‌آزمون	تصویرسازی ارتباطی	گاتمن	-۱/۴۵	۱/۴۲	۰/۹۳
				کنترل	-۰/۰۷	۱/۴۲	۱
			گاتمن	کنترل	۰/۷۵	۱/۴۲	۱
		پس‌آزمون	تصویرسازی ارتباطی	گاتمن	۱/۵۵	۱/۳۶	۰/۷۸
				کنترل	۵/۶۵	۱/۳۶	۰/۰۰۱
			گاتمن	کنترل	۴/۱۰	۱/۳۶	۰/۰۱
		پیگیری	تصویرسازی ارتباطی	گاتمن	۱/۵۰	۱/۲۷	۰/۷۳
				کنترل	۶	۱/۲۷	۰/۰۰۱
			گاتمن	کنترل	۴/۵۰	۱/۲۷	۰/۰۰۲
عاطفهٔ منفی	درون‌گروهی	گروه تصویرسازی ارتباطی	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۹/۵۵	۱/۱۲	۰/۰۰۱
				پیگیری	۸/۸۵	۰/۹۴	۰/۰۰۱
			پس‌آزمون	پیگیری	-۰/۷۰	۱/۰۵	۱
		گروه گاتمن	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۹/۱۵	۰/۷۸	۰/۰۰۱
				پیگیری	۸/۰۵	۰/۶۸	۰/۰۰۱
			پس‌آزمون	پیگیری	-۱/۱۰	۰/۷۳	۰/۴۵
		گروه کنترل	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	-۱/۰۵	۰/۷۴	۰/۵۱
				پیگیری	-۰/۴۵	۰/۸۳	۱
			پس‌آزمون	پیگیری	۰/۶۰	۰/۹۱	۱
	بین‌گروهی	پیش‌آزمون	تصویرسازی ارتباطی	گاتمن	۰/۵۰	۲/۵۲	۱
				کنترل	۰/۳۰	۲/۵۲	۱
			گاتمن	کنترل	-۰/۲۰	۲/۵۲	۱
		پس‌آزمون	تصویرسازی ارتباطی	گاتمن	۰/۱۰	۲/۶۴	۱

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-31]

			کنترل	-۱۰/۳۰	۲/۶۴	۰/۰۰۱
		گاتمن	کنترل	-۱۰/۴۰	۲/۶۴	۰/۰۰۱
			گاتمن	-۰/۳۰	۲/۴۳	۱
پیگیری	تصویرسازی ارتباطی		کنترل	-۹	۲/۴۳	۰/۰۰۱
		گاتمن	کنترل	-۸/۷۰	۲/۴۳	۰/۰۰۲

بحث

هدف پژوهش حاضر مقایسهٔ اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی با زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر در زوجین دارای تعارض زناشویی بود. نتایج به‌دست آمده نشان داد که زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر (عاطفهٔ مثبت و عاطفهٔ منفی) زوجین دارای تعارض زناشویی اثربخش است. این یافته با نتایج به‌دست آمده از پژوهش‌های نظرپور و همکاران (۱۳۹۸)، داورنیا و همکاران (۱۳۹۷)، عسکری و همکاران (۱۳۹۹)، گوون و اسکندر (۲۰۲۳)، نوی – شرو[1] (۲۰۲۱) و گودفری[2] (۲۰۲۱) همسو بود. در تبیین یافتهٔ به‌دست آمده می‌توان گفت که زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی، فرایند انتخابی است که به زوجین اجازه می‌دهد ارتباط برقرار کنند، به این امید که زخم‌های عاطفی خود را التیام بخشند و حس کامل بودن را بازیابند. هدف در اینجا این است که فرصتی برای افراد فراهم شود تا تجربیات آزاردهندهٔ دوران کودکی خود را ازطریق روابط التیام بخشند، رشد خود را تکمیل کنند و بنابراین آنچه را که برای رشد نیاز دارند به آنها بدهند (هندریکس و هانا، ۲۰۱۷). زوج‌ها برای یافتن راه‌حلی برای گسستن پیوند بین خود به درمان روی می آورند. هدف ناخودآگاه مبارزه زناشویی میل به ترمیم و حفظ پیوند است. بنابراین، هدف درمان ترمیم پیوند عاطفی است (کاسدو – کوهو و کیمبل[3]، ۲۰۲۱). برای ترمیم این پیوند عاطفی در جلسات مداخله زوجین تشویق شدند تا عواطفی که نسبت به خود و همسرشان دارند را بیان کنند. با توجه به اینکه درک‌کردن، اعتباربخشی و همدلی در جلسات نسبت به یکدیگر در زوجین تسهیل شده بود، این تجارب عاطفی با راحتی بیشتری ابراز می‌شدند و شکل مثبت‌تری به خود گرفتند. به‌عبارتی، زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی ضمن ترمیم و کاهش تجارب عاطفی منفی در زوجین با افزایش تعامل مثبت و همراه با احترام و اعتباربخشی تسهیل‌کنندهٔ افزایش تجارب مثبت عاطفی در زوجین نیز بوده است. زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی شکلی از تعامل و گفت‌وگو را میان زوجین دارای تعارض زناشویی تسهیل کرده است که برپایهٔ درک‌کردن طرف مقابل و اعتباربخشی به تجارب عاطفی وی بوده است که باعث رشد تجارب عاطفی مثبت نسبت به همسر و همچنین کاهش عواطف منفی بوده است.

همچنین نتایج به‌دست آمده نشان داد که زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر (عاطفهٔ مثبت و عاطفهٔ منفی) زوجین دارای تعارض زناشویی اثربخش است. این یافته با نتایج به‌دست آمده از پژوهش‌های موسوی و همکاران (۲۰۲۳)، صائمی و همکاران (۱۳۹۹)، اروین و همکاران (۲۰۲۴)، زاهل – اولسن، تون و برتلسن[4] (۲۰۲۴) و راجندراکومار و منجولا (۲۰۲۳) همسو بود. در تبیین یافتهٔ به‌دست آمده می‌توان گفت که رویکرد گاتمن بر کاهش رفتار منفی تأکید دارد و اختلاف‌های زناشویی را نتیجهٔ رفتارهای نامناسبی مانند نادیده گرفتن، تحقیر، سرزنش، اجتناب و سکوت می‌داند. زوج‌های ناسازگار، رفتارهای منفی را مقابله به مثل می‌کنند و این موضوع منجر به افزایش تعارض و ایجاد چرخهٔ معیوب در ایجاد هیجانات منفی می‌شود. جلسات درمانی با ایجاد پذیرش، همدلی، کاهش دادن رفتارهای مخرب و افزایش آگاهی هیجانی سبب می‌شود تا زوجین در تعارضاتشان، آرامش بیشتری داشته باشند و بتوانند با کنترل بیشتری هیجانات خود را مدیریت کنند (صائمی و همکاران، ۱۳۹۹). از اهداف مهم این درمان کاهش دادن عواطف منفی در طول تعارض، افزایش دادن عواطف مثبت در طول تعارض، ایجاد عواطف مثبت در زمانی غیر از تعارض و متعادل‌کردن عواطف و هیجانات ناهمخوان است (گاتمن و گاتمن، ۲۰۱۷). بر همین اساس می‌توان این احتمال را داد که زوج‌درمانی به‌روش گاتمن با کاهش رفتارهای نامناسبی مانند تحقیر و سرزنش و در مقابل افزایش رفتارهای سازنده مانند افزایش پذیرش و همدلی در زوجین ضمن کاهش عواطف منفی زوجین باعث افزایش تجارب مثبت عاطفی نسبت به همسر در زوجین شده است.

در نهایت، نتایج به‌دست آمده نشان داد که بین اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی و زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر در زوجین دارای تعارض زناشویی تفاوت معناداری وجود ندارد. پژوهش‌های قبلی به بررسی چنین فرضیه‌ای نپرداخته‌اند، بااین‌حال، در تبیین یافتهٔ به‌دست آمده می‌توان به این مورد اشاره کرد که زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی و زوج‌درمانی به‌روش گاتمن هر دو به‌دنبال افزایش و بهبود تجارب عاطفی مثبت و کاهش تجارب عاطفی منفی نسبت به همسر در زوجین هستند. در همین رابطه زوج‌درمانی گاتمن کاهش دادن عواطف منفی در طول تعارض و افزایش دادن

[1] Noy-Sharav
[2] Godfrey
[3] Casado-Kehoe & Kimball
[4] Zahl-Olsen, Thuen & Bertelsen

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-31]

عواطف مثبت را ازطریق آموزش مهارت‌های حل تعارض و بهبود رابطهٔ زوجین مدنظر قرار می‌دهد (گاتمن و گاتمن، ۲۰۱۵). به‌عبارتی، با کاهش رفتارهای مخربی نظیر تحقیر و انتقاد از همسر و افزایش رفتارهای مثبت مانند حل تعارض سازنده و افزایش پذیرش و همدلی نسبت به همسر در تلاش برای بهبود تجارب عاطفی زوجین دارد. ازسوی‌دیگر، زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی برای بهبود تجارب عاطفی در زوجین دچار تعارض زناشویی تلاش کرد که درک‌کردن طرف مقابل و اعتباربخشی به تجارب عاطفی هر یک از همسران را در زوجین تسهیل نماید. بیان عواطف در هنگام تعارض تأثیر مهم و ماندگاری بر کیفیت روابط دارد. استدلال می‌شود که وقتی تعارض عاطفهٔ منفی را آشکار می‌کند، زوجین احتمال بیشتری دارد که مضطرب شوند (پینکوس، ۲۰۲۳). در همین رابطه اعتباربخشی و درک‌کردن طرف مقابل در زوجین احتمالاً منجر به افزایش بروز تجارب عاطفی در زوجین می‌گردد (کاسدو – کوهو و کیمبل، ۲۰۲۱). بر همین اساس، می‌توان استدلال کرد که استفاده از اعتباربخشی و تلاش برای افزایش درک و پذیرش همسر در زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی و همچنین تلاش برای کاهش رفتارهای مخربی نظیر تحقیر و انتقاد از همسر و افزایش رفتارهای مثبت مانند حل تعارض سازنده و افزایش پذیرش و همدلی نسبت به همسر در زوج‌درمانی به‌روش گاتمن توانسته باشد به بهبود تجارب عاطفی نسبت به همسر در زوجین دارای تعارض زناشویی کمک نماید. هر دو روش ضمن تأکید مشترک بر تکنیک‌هایی مانند همدلی و پذیرش از تکنیک‌های متفاوتی نیز استفاده کرده‌اند که براساس پژوهش حاضر به اثربخشی متفاوتی منجر نشده است. این امر تا حدودی از این ناشی می‌شود که هر دو مداخله در اهداف خود سعی در بهبود تجارب عاطفی زوجین دارند و به‌نظر می‌رسد تفاوت در تکنیک‌ها و روش‌های مداخله منجر به اثربخشی متفاوت در آنها نمی‌شود.

نتیجه‌گیری

نتایج به‌دست آمده نشان داد که زوج‌درمانی مبتنی‌بر تصویرسازی ارتباطی و زوج‌درمانی به‌روش گاتمن بر تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر در زوجین دارای تعارض زناشویی تجربهٔ عاطفی نسبت به همسر (عاطفهٔ مثبت و عاطفهٔ منفی) اثربخشی معناداری دارند و بین اثربخشی آنها تفاوت معناداری وجود ندارد. براساس نتایج به‌دست آمده، متخصصان این حوزه، به‌ویژه روان‌شناسان و مشاوران زوج، جهت دستیابی به نتایج اثربخش برای کار با زوجین دچار تعارض زناشویی می‌توانند از هر دو مداخله بهره‌مند گردند. محدودیت عمدهٔ پژوهش حاضر به عدم نمونه‌گیری تصادفی برمی‌گردد که تعمیم‌پذیری نتایج را محدود می‌کند. همچنین نتایج به‌دست آمده برای پژوهش حاضر محدود به زوجین دارای تعارض زناشویی بوده و قابل تعمیم به گروه‌های زوجی دیگر مانند بدون تعارض نخواهد بود. بر همین اساس پیشنهاد می‌شود پژوهشی مشابه در نمونه‌ای از زوجین با زمینه‌ای دیگر از مشکلات زناشویی نیز مورد بررسی قرار گیرد تا تعمیم‌پذیری نتایج به این گروه‌ها نیز مورد بررسی قرار گیرد.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران از تمامی زوجینی که در پژوهش شرکت کردند نهایت تقدیر و تشکر را دارند.

تضاد منافع

هیچ‌گونه تضاد منافعی بین نویسندگان برای این مطالعه وجود نداشت.

ملاحظات اخلاقی

این پژوهش برگرفته از رسالهٔ دکتری دانشگاه آزاد اسلامی - واحد یاسوج است که با شناسهٔ اخلاق IR.IAU.YASOOJ.REC.1403.018 مصوب گردیده است.

REFERENCES

1. Askary M, Mehrabizadeh Honarmand M, Dasht Bozorgi Z, Askary P, Heidarie A. Comparison of the effectiveness of couple therapy based on forgiveness and Hendrix's an illustrative communication on family communication patterns, sexual satisfaction, in women referring to counselling centres. Psychol Achiev. 2020;27(2):113-132. [In Persian]. Link
2. Casado-Kehoe M, Kimball D. Key issues and interventions in couples counseling. In: Foundations of couples, marriage, and family counseling. 2nd ed. 2021;3(2):227-250. Link
3. Nazarpour D, Zahrakar K, Pouryahya M, Davarniya R. Effectiveness of communication imagery-based couple therapy on marital burnout. Shefa Khatam. 2019;7(4):60-66. [In Persian]. Link
4. Delavar A. Research methodology in psychology and educational sciences. 5th ed. Tehran: Editorial Publishing House; 2019. [In Persian]. Link
5. Frye N, Ganong L, Jensen T, Coleman M. A dyadic analysis of emotion regulation as a moderator of associations between marital conflict and marital satisfaction among first-married and remarried couples. J Fam Issues. 2020;41(12):2328-2355. Link
6. Godfrey E. The effects of relationship Imago and integrative behavioral couple therapy on marital dissatisfaction among married Catholics in Lagos State, Nigeria [doctoral dissertation]. 2021. Link
7. Gottman JM, Gottman JS. The science of couples and family therapy: behind the scenes at the "Love Lab". New York: WW Norton & Company; 2018. Link
8. Gottman JM, Silver N. The seven principles for making marriage work. 2nd ed. New York, NY: Harmony Books; 2015. Link
9. Gottman J, Gottman J. The natural principles of love. J Fam Theory Rev. 2017;9(1):7-26. Link

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-31]

10. Guven N, İskender M. An application of the Imago Relationship Approach and group counselling for developing the marriage relationship. Bayburt Egit Fak Derg. 2023;18(39):1047-1069. Link
11. Hendrix H, Hannah MT. Imago relationship therapy. In: Case studies in couples therapy. Routledge; 2017. p. 205-215. Link
12. Hendrix H, Hunt HL, Luquet W, Carlson J. Using the Imago dialogue to deepen couples therapy. J Individ Psychol. 2015;71(3):253-272. Link
13. Irvine TJ, Peluso PR, Benson K, Cole C, Cole D, Gottman JM, et al. A pilot study examining the effectiveness of Gottman Method Couples Therapy over treatment-as-usual approaches for treating couples dealing with infidelity. Fam J. 2024;32(1):81-94. Link
14. Jalalvand D, Goodarzi K, Karimi J, Yaghoobi A. The effectiveness of behavioral-integrated couple therapy and couple therapy by Guttman method on the quality of marital relationships and marital intimacy. J Fam Res. 2023;19(1):107-124. [In Persian]. Link
15. Luquet W. Short-term couples therapy: the Imago model in action. Routledge; 2006. Link
16. Mirzaei F, Abdi Zarin S, Aghayousefi A. Modeling marital conflict based on self differentiation and familism through the mediation of intimacy and emotional maturity in the family. J Appl Fam Ther. 2022;3(2):394-417. [In Persian]. DOI: 10.22034/aftj.2022.312890.1239
17. Mosavi SA, Ehteshamzadeh P, Makvandi B, Pasha R, Bakhtiaripoor S. Comparing the effectiveness of cognitive-behavioral couple therapy and Gottman couple therapy on marital satisfaction and problem-solving styles in couples referring to counseling centers in Lamard and Mohr City. Iran Evol Educ Psychol J. 2023;5(4):253-266. Link
18. Najarasl S, Askary P, Nadery F, Esmeelkhani F. Comparison of the effectiveness of positive thinking training and communication imaging treatment on communication attributions, attitudes to crossover relationships and self-differentiation among those referring to psychological centers. Pos Psychol Res. 2021;6(4):63-80. [In Persian]. Link
19. Nazarpour D, Zahrakar K, Pourihi M, Davornia R. The effect of group couple therapy using the method of communicative imagery (Imago therapy) on improving the quality of couples' marital relationships. Razi J Med Sci. 2019;27(4):3-14. [In Persian]. Link
20. Nazarpour D, Zahrakar K, Pouryahya M, Davarniya R. Effectiveness of couple therapy based on Imago Relationship Therapy: its impact on couple burnout. Neurosci J Shefaye Khatam. 2019;7(4):51-60. [In Persian]. Link
21. Noy-Sharav D. Corrective emotional experience in couple therapy: an integration between Imago approach and psychoanalytic concepts in light of neuropsychological studies. J Couple Relatsh Ther. 2021;20(4):319-339. Link
22. Pincus L, editor. Marriage: studies in emotional conflict and growth. Taylor & Francis; 2023. Link
23. Prager KJ, Poucher J, Shirvani FK, Parsons JA, Allam Z. Withdrawal, attachment security, and recovery from conflict in couple relationships. J Soc Pers Relatsh. 2019;36(2):573-598. Link
24. Rajendrakumar J, Manjula V. A mixed-methods study on experiencing in Indian couples during Gottman's intervention of Dreams-Within-Conflict. Contemp Fam Ther. 2023;23(2):1-16. Link
25. Ruiz MC, Robazza C. Emotion regulation. In: The Routledge international encyclopedia of sport and exercise psychology. Routledge; 2020. p. 263-280. Link
26. Saemi H, Besharat MA, Asgharnejad Farid AA. The comparison of the effect of Gottman Couple Therapy and Emotionally Focused Couple Therapy on couples' marital intimacy. Iran J Fam Psychol. 2021;5(2):39-52. [In Persian]. Link
27. Saemi H, Besharat MA, Asgharnezhad A. Comparison of the effectiveness of Gottman Couple Therapy and Emotionally Focused Couples Therapy on emotion regulation in couples. Res Clin Psychol Couns. 2020;10(1):87-104. [In Persian]. Link
28. Sanaei B, Mizhan S, Falahati S, Hooman A. Family and marriage measurement scales. Tehran: Besat Publications; 2017. [In Persian]. Link
29. Yousefi Z, Ghafaralahi E, Golparvar M, Peikani ZK. Investigating psychometric properties of the scale of emotional experience towards the spouse. J Assess Res Appl Couns. 2023;5(2):15-23. DOI: 10.61838/kman.jarac.5.2.3
30. Zahl-Olsen R, Thuen F, Bertelsen TB. The effectiveness of the in-person and online Gottman Seven Principles Couple Enhancement Program: a propensity score matching design. J Marital Fam Ther. 2024;50(4):882-898. DOI:10.1111/jmft.12726

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-31]