

## **The effectiveness of solution-oriented couple therapy on marital burnout, marital forgiveness and communication styles of couples affected by extramarital relationships**

Alavimoghadam ST<sup>1</sup>, Mafakheri A<sup>2\*</sup>, Jahangiri A<sup>3</sup>

1- PhD student of Psychology, Department of Psychology, Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, I.R. Iran.

2- Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, I.R. Iran.

3- Department of Psychology and Educational Science, Payame Noor University (PNU), Tehran, I.R. Iran.

Received: 2020/11/15 | Accepted: 2021/04/17

### **Abstract:**

**Background:** Extramarital affairs is one of the main reasons for divorce and disintegration of marital life and ultimately reduce the health of society. This study aimed to determine the effectiveness of solution-oriented couple therapy on boredom, marital forgiveness and communication styles of couples affected by extramarital relationships.

**Materials and Methods:** The quasi-experimental research design was pretest-posttest with a control group. The statistical population included all those who referred to the problem of extramarital affairs of the spouse to the counseling centers of Bahar, Bavar and Elixir in Sari. Thirty people were selected by convenience sampling method as a sample and randomly assigned to an experimental group (15 people) and a control group (each containing 15 people). The intervention group underwent 90-minute routine couple therapy in 7 sessions. But no action was taken on the control group. The Pains (1996) Marital Boredom Questionnaire, the Ray et al. (2001) Forgiveness Questionnaire, and the Christensen & Salawai Communication Styles Questionnaire (1984) were administered. Data analysis was performed covariance analysis.

**Results:** The results showed that the effect of solution-based technique training was on forgiveness ( $F= 55.63, P<0.001$ ) and on marital boredom ( $F= 0.85, P<0.001$ ).

**Conclusion:** Solution-oriented couple therapy focuses on salient, achievable, tangible, and measurable goals and effective on boredom, marital forgiveness and communication styles of couples affected by extramarital relationships.

**Keywords:** Marital forgiveness, Boredom, Solution-based couples therapy, Extramarital Relationships, Communication styles

\*Corresponding Author.

Email: amafa32@yahoo.com

Tel: 0098 915 384 5879

Fax: 0098 114 751 2414

Conflict of Interests: No

*Feyz, Journal of Kashan University of Medical Sciences, June, 2021; Vol. 25, No 3, Pages 908-916*

*Please cite this article as:* Alavimoghadam ST, Mafakheri A, Jahangiri A. The effectiveness of solution-oriented couple therapy on marital burnout, marital forgiveness and communication styles of couples affected by extramarital relationships. *Feyz* 2021; 25(3): 908-16.

# اثربخشی زوج‌درمانی راه‌حل‌مدار بر دلزدگی، بخشش زناشویی و سبک‌های ارتباطی زوجین آسیب‌دیده از روابط فرزندناشویی

سیده ترانه علوی مقدم<sup>۱</sup>، عبدالله مفاخری<sup>۲\*</sup>، علی جهانگیری<sup>۳</sup>

خلاصه:

**سابقه و هدف:** روابط فرزندناشویی یکی از دلایل عمده طلاق و ازهم‌پاشیدگی زندگی زناشویی و در نهایت، کاهش سلامت جامعه است. هدف این پژوهش تعیین اثربخشی زوج‌درمانی راه‌حل‌مدار بر دلزدگی، بخشش زناشویی و سبک‌های ارتباطی زوجین آسیب‌دیده از روابط فرزندناشویی بود. **مواد و روش‌ها:** طرح پژوهش، نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمامی افراد مراجعه‌کننده با مشکل روابط فرزندناشویی همسر به مراکز مشاوره بهار، باور و اکسیر شهر ساری در سال ۱۳۹۹ بود. ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس به‌عنوان نمونه انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در یک گروه آزمایش (۱۵ نفر) و یک گروه گواه (۱۵ نفر) قرار گرفتند. گروه مداخله طی ۷ جلسه تحت زوج‌درمانی راه‌حل‌مدار ۹۰ دقیقه‌ای قرار گرفتند. پرسشنامه دلزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶)، پرسشنامه بخشش ری و همکاران (۲۰۰۱) و پرسشنامه سبک‌های ارتباطی کریستنسن و سلاوای (۱۹۸۴) در مورد آن‌ها اجرا شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با آزمون تحلیل کواریانس صورت گرفت.

**نتایج:** نتایج نشان داد که آموزش تکنیک راه‌حل‌مدار بر بخشش ( $F=55/63, P<0/001$ ) و دلزدگی زناشویی ( $F=48/85, P<0/001$ ) تأثیر داشت. نتیجه‌گیری: زوج‌درمانی راه‌حل‌مدار بر اهداف برجسته، قابل‌دسترسی، ملموس و قابل‌اندازه‌گیری تمرکز دارد و بر دلزدگی، بخشش زناشویی و سبک‌های ارتباطی زوجین آسیب‌دیده از روابط فرزندناشویی، مؤثر است.

**واژگان کلیدی:** بخشش زناشویی، دلزدگی، زوج‌درمانی راه‌حل‌مدار، روابط فرزندناشویی، سبک‌های ارتباطی

دو ماهنامه علمی - پژوهشی فیض، دوره بیست و پنجم، شماره ۳، مرداد - شهریور ۱۴۰۰، صفحات ۹۱۶-۹۰۸

## مقدمه

از سوی دیگر، ۲۲ درصد از قتل‌های خانوادگی مربوط به قتل مردان توسط همسرانشان است که در ۴۰ درصد، زنان با همدستی معشوق خود، شوهرانشان را به قتل رسانده‌اند [۵]. در مطالعات اخیر با نمونه‌های انتخابی وسیع تقریباً ۲۲ تا ۲۵ درصد مردان و ۱۱ تا ۱۵ درصد زنان در ایالات متحده گزارش دادند که حداقل یک‌بار خارج از چهارچوب زناشویی‌شان رابطه جنسی داشته‌اند [۶]. یکی از علل گرایش به روابط فرزندناشویی، سبک‌های ارتباطی ناکارآمد است که موجب می‌شود مسائل مهم زندگی مشترک، حل‌نشده باقی بمانند و منبع تعارض تکراری در بین زوجها شوند [۷]. سبک‌های ارتباطی به سه دسته تقسیم می‌شود: ۱- سبک سازنده متقابل: در این سبک زوجها به راحتی در مورد مسائل و تعارض‌های خود گفت‌وگو می‌کنند و به دنبال حل آن بر می‌آیند. ۲- سبک توقع/کناره‌گیری: در این سبک، همسر متوقع فردی وابسته است و همسر کناره‌گیر ترس از وابسته شدن دارد. ۳- سبک اجتناب متقابل: در این سبک زوجها از برقراری ارتباط با یکدیگر خودداری می‌کنند [۸]. بخشش یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در رضایت زناشویی محسوب می‌شود. بخشش، انگیزشی آگاهانه و ارادی است که احساسات مثبت را افزایش می‌دهد و جایگزین احساسات منفی می‌کند [۹]. روابط فرزندناشویی، تنش‌های متعددی را به زندگی زوجین تحمیل می‌کند و این تنش‌ها بر روابط بین فردی، اجتماعی و زناشویی تأثیر می‌گذارند. در نتیجه دلزدگی

روابط فرزندناشویی، پدیده‌ای است که اغلب به‌خاطر برطرف شدن نیازهای عاطفی یا جنسی فرد، از طریق روابط خارج از حیطه زناشویی به وقوع می‌پیوندد [۱]. روابط فرزندناشویی ضرورتاً یک رابطه جنسی نیست، بلکه اساس این نوع روابط، در پنهان‌کاری است. رابطه فرزندناشویی موضوعی است که زوج درمانگران مرتب با آن مواجه می‌شوند [۲]. رابطه فرزندناشویی یکی از دلایل عمده طلاق و ازهم‌پاشیدگی زندگی زناشویی است. این نوع روابط موجب بروز احساس تردید، افسردگی و عذاب وجدان در همسر دارای روابط فرزندناشویی نیز می‌گردد [۳]. برای یک ازدواج رضایت‌بخش، برقراری و تداوم ارتباط اثربخش به‌عنوان یکی از مهارت‌های اصلی زندگی ضروری است [۴]. بیشترین آمار قتل‌های خانوادگی که ۳۰ درصد است، به زنانی مربوط است که به‌دلیل رابطه نامشروع و سوءظن، توسط همسران خود به قتل رسیده‌اند.

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران
  ۲. استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران
  ۳. استادیار، گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور، تهران
- \* نشانی نویسنده مسئول: خراسان شمالی، بجنورد، دانشگاه پیام نور،  
تلفن: ۰۹۱۵ ۳۸۴۵۸۷۹ | ایمیل: ۰۱۱۴۷۵۱۲۴۱۴@amafa32@yahoo.com  
پست الکترونیک: amafa32@yahoo.com  
تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۸/۲۵ | تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۰/۱/۲۸

جلسه بود. ملاحظات اخلاقی پژوهش به این صورت بود که افراد شرکت‌کننده ابتدا فرم رضایت آگاهانه را تکمیل کردند. به آن‌ها اطمینان داده شد که اصل رازداری رعایت شود، سلامت روانشناختی آن‌ها در اولویت قرار گیرد و بتوانند در هر مرحله‌ای از پاسخ‌گویی، همکاری در پژوهش را ادامه ندهند.

ابزارهای پژوهش عبارت بود از:

پرسشنامه دلزدگی زناشویی پاییز که در سال ۱۹۹۶ ابداع گردید، ۲۱ ماده دارد و شامل ۳ خرده‌مقیاس خستگی جسمی، از پا افتادن عاطفی و یا روانی می‌باشد. ارزیابی ضریب اعتبار مقیاس دلزدگی زناشویی در مطالعات مختلف نشان داد که دارای یک همسانی درونی در دامنه ۰/۸۴ و ۰/۹۰ است. ضریب اطمینان آزمون - بازآزمون ۰/۸۹ برای یک دوره یک‌ماهه و ۰/۶۶ برای دوره چهارماهه [۱۵] می‌باشد. پایایی ضریب آلفای کرونباخ در این پژوهش ۰/۹۱ به دست آمد.

پرسشنامه بخشش که به وسیله ری و همکاران در سال ۲۰۰۱ توسعه یافته و از ۱۵ سؤال تشکیل شده است، دو عامل دارد: یک عامل، بیان‌کننده افکار، احساسات و رفتار منفی نسبت به فرد خاطی است (نبود منفی). عامل دیگر بیان‌کننده افکار، احساسات و رفتار مثبت نسبت به فرد خاطی است (وجود مثبت). پایایی این ابزار با روش آلفای کرونباخ در پژوهش دهقانی و همکاران، ۰/۷۸ به دست آمد و روایی آن نیز تأیید شد [۱۶]. در این پژوهش نیز ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمد.

پرسشنامه سبک‌های ارتباطی کریستنسن و سالوای CPQ از ۳۵ سؤال تشکیل شده و دارای سه خرده‌مقیاس است: ارتباط توقع / کناره‌گیری، ارتباط سازنده متقابل و ارتباط اجتناب متقابل. در نسخه اصلی ضریب آلفای کرونباخ ۰/۴۴ تا ۰/۸۵ گزارش شد. همچنین روایی قابل‌قبولی را برای خرده‌مقیاس‌های مختلف آن فراهم نموده‌اند [۱۷]. در این پژوهش میزان پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمد.

گروه مداخله، طی ۷ جلسه تحت آموزش زوج‌درمانی راه‌حل‌مدار ۹۰ دقیقه‌ای و در مرکز مشاوره بهار شهر ساری در اردیبهشت ۱۳۹۹ به صورت گروهی هفته‌ای یک‌بار قرار گرفتند. محتوای مداخله زوج‌درمانی [۱۸] در جدول شماره ۱ بیان شده است.

زناشویی بروز پیدا می‌کند [۱۰]. دلزدگی به‌عنوان یک حالت خستگی جسمی، عاطفی و ذهنی که در شرایط درگیری طولانی‌مدت همراه با مطالبات عاطفی ایجاد می‌شود، تعریف می‌گردد [۱۱]. یکی از رویکردهای درمانی در مواجهه با پدیده فرازناشویی، زوج‌درمانی راه‌حل‌محور است که توسط دی شازر و همکاران در سال ۱۹۷۰ ابداع شد [۱۲]. در رویکرد راه‌حل‌مدار مراجعان بر اهداف برجسته، قابل‌دسترسی، ملموس و قابل‌اندازه‌گیری تمرکز دارند. کنکاش درباره گذشته به‌عنوان موانعی برای فرآیند درمانی شناخته می‌شود [۱۳]. در این درمان، مراجع نسبت به راه‌حل‌های موجود فعلی، شناخت پیدا کرده و درک مراجعان از مشکلاتشان و راه‌حل‌های ممکن تغییر می‌کند [۱۴]. با توجه به اهمیت دلزدگی، بخشش زناشویی و سبک‌های ارتباطی زوجین به‌عنوان سازه‌های مهم زندگی زناشویی محسوب می‌شوند که تأثیرات عمیقی را بر روی سیستم زوجی می‌گذارند و با عنایت به این‌که کاهش دلزدگی و افزایش بخشش و سبک ارتباطی زوجین؛ سازگاری را برای زوج‌ها به‌همراه دارد و نیز با توجه به مطالبی که در مورد کارایی رویکرد راه‌حل‌محور در درمان مشکلات زناشویی و بالینی مختلف بیان گردید، هدف این پژوهش تعیین اثربخشی زوج‌درمانی راه‌حل‌مدار بر دلزدگی، بخشش زناشویی و سبک‌های ارتباطی زوجین آسیب‌دیده از روابط فرازناشویی بود.

## مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از نوع طرح‌های کاربردی و شبه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون همراه با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی افراد مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره بهار، باور و اکسیر شهر ساری در سال ۱۳۹۹ می‌باشد که با مشکل روابط فرازناشویی همسر به این مراکز مراجعه کردند. برای نمونه داوطلب حضور در مطالعه، تعداد ۳۰ نفر انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در گروه آزمایش (زوج‌درمانی راه‌حل‌مدار) و گروه گواه (هر کدام شامل ۱۵ نفر) قرار گرفتند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل گذشت حداقل یک سال از ازدواج، آسیب‌دیدگی از رابطه فرازناشویی از همسر خود، تکمیل فرم رضایت‌نامه درمان و داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم بود. معیارهای خروج شامل دریافت همزمان نوع دیگری از روان‌درمانی و غیبت بیش از دو

جدول شماره ۱- خلاصه جلسات زوج‌درمانی راه‌حل‌محور

جلسات	اهداف	تکلیف
-------	-------	-------

۱	اجرای پیش‌آزمون، آشنایی زوج با درمانگر،	برای جلسه بعد هدف‌های موردنظر خود را از شرکت در جلسات نوشته و با خود به جلسه درمان بیاورند.
۲	بتوانند هدف‌های خود را به‌صورتی مثبت تدوین کنند.	برای جلسه بعد انتظارات و هدف‌های دیگری را که از همسر، خود و زندگی‌شان دارند، بنویسند.
۳	به قابلیت‌ها و منابع خود پی برده، بتوانند یکدیگر را تحسین کنند.	در طول هفته جاری به‌هیچ‌وجه از همسر خود ایراد نگیرند و هر کار و فعالیت مثبتی را که از همسرشان می‌بینند، مورد تحسین و قدردانی قرار دهند و گزارش آن را به جلسه بیاورند.
۴	استثنائات مثبت در زندگی با همسر خود را تشخیص داده، بتوانند حوزه مشکلات خود را کاهش دهند.	به سوالات مطرح‌شده بیشتر فکر کنند و لحظات استثنائی مثبت در زندگی‌شان را تشخیص داده، به جلسه بعد بیاورند.
۵	بر هم زدن الگوهای رفتاری مختل	درباره سؤال مطرح‌شده، در منزل فکر کنند و پاسخ‌ها را برای جلسه بعد بیاورند.
۶	جایگزینی راه‌های دیگر برای تفکر، احساس و رفتار به جای آنچه الان انجام می‌دهند و نیز تجربه احساسات جدید	هر روز در ساعتی مشخص سکه‌ای را به هوا پرتاب کرده، شخص برنده ۱۰ دقیقه از همسرش شکایت کند و وقتی ۱۰ دقیقه تمام شد، شخص دیگر ۱۰ دقیقه شکایت کند و سپس نتیجه را به جلسه بعدی بیاورند.
۷	جمع‌بندی و نتیجه‌گیری و تعیین این‌که آیا اعضا به اهداف خود دست یافته‌اند؟	اجرای پس‌آزمون

## نتایج

از روابط فرازنشویی صورت گرفت. در این مطالعه تعداد ۳۰ نفر در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر) با میانگین سنی ۳۷/۰۶ و انحراف معیار ۴/۸۳ شرکت داشتند. قبل از انجام آزمون، ابتدا پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس شامل نرمال بودن توزیع متغیرهای وابسته با استفاده از آزمون شاپیرو - ویلک ( $P < 0.05$ ) و همسانی واریانس‌ها بر اساس آزمون لوین ( $P < 0.05$ ) مورد بررسی قرار گرفت و نتایج نشان داد که این مفروضه‌ها رعایت شده است. اطلاعات توصیفی مربوط به متغیر پژوهش در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

آزمودنی‌های این پژوهش در دامنه سنی ۲۵ تا ۴۵ سال بودند که حداقل یک‌سال از ازدواج آن‌ها گذشته بود. در گروه آزمایش ۹ نفر زن (۶۰ درصد) و ۶ نفر مرد (۴۰ درصد) و همچنین ۱۲ نفر متأهل (۸۰ درصد) و ۳ نفر (۲۰ درصد) که متارکه کرده بودند، قرار داشتند. در گروه کنترل ۸ نفر زن (۵۳/۳۳ درصد) و ۷ نفر مرد (۴۶/۷ درصد) و همچنین ۱۱ نفر متأهل (۷۳/۳۳ درصد) و ۴ نفر (۲۶/۷ درصد) که متارکه کرده بودند، قرار داشتند. تحلیل داده‌ها به‌منظور تعیین اثربخشی زوج درمانی راه‌حل‌محور بر دلزدگی، بخشش زناشویی و سبک‌های ارتباطی زوجین آسیب‌دیده

جدول شماره ۲- شاخص‌های توصیفی الگوهای ارتباطی در گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیر	مرحله	کنترل	آزمایش
		$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$
ارتباط سازنده متقابل	پیش‌آزمون	۱۹/۶۲±۵/۶۵	۱۸/۳۷±۴/۵۲
	پس‌آزمون	۲۲/۷۵±۵/۵۷	۲۴/۳۱±۳/۳۰
مرد متوقع / کناره‌گیر زن	پیش‌آزمون	۱۸/۶۲±۴/۲۴	۱۸/۶۲±۲/۹۸
	پس‌آزمون	۱۹/۲۵±۴/۱۷	۱۶/۰۰±۳/۲۸
زن متوقع / کناره‌گیر مرد	پیش‌آزمون	۱۵/۳۱±۴۵/۲۸	۱۵/۰۶±۵/۰۵
	پس‌آزمون	۱۵/۷۵±۴/۸۹	۱۵/۴۳±۴/۳۹
ارتباط اجتناب متقابل	پیش‌آزمون	۲۲/۰۶±۳/۱۰	۱۸/۵۰±۴/۲۷
	پس‌آزمون	۲۳/۴۳±۲/۴۴	۱۴/۷۵±۳/۳۳
بخشش	پیش‌آزمون	۳۷/۴۳±۶/۰۶	۳۸/۵۰±۸/۸۶
	پس‌آزمون	۳۸/۰۶±۷/۴۳	۴۷/۱۸±۷/۷۳
نبود افکار، احساسات و	پیش‌آزمون	۱۵/۰۰±۱/۶۷	۱۶/۱۸±۲/۲۲

۲۱/۳۷±۷/۲۴	۱۶/۱۲±۱/۶۷	پس آزمون	رفتار منفی
۳۴/۸۱±۶/۱۱	۳۴/۹۳±۳/۵۶	پیش آزمون	وجود افکار، احساسات و
۳۵/۱۸±۵/۱۱	۳۳/۱۶±۳/۶۳	پس آزمون	رفتار مثبت
۸۱/۵۰±۱۵/۴۳	۹۴/۱۸±۱۰/۰۲	پیش آزمون	دلزدگی زناشویی
۷۵/۸۷±۱۴/۸۴	۸/۵۰±۱۰۲/۰۰	پس آزمون	
۲۲/۵۶±۵/۲۴	۲۸/۰۰±۳/۷۵	پیش آزمون	از پا افتادگی جسمی
۲۱/۱۸±۵/۱۶	۳۰/۳۷±۲/۸۴	پس آزمون	
۳۲/۰۶±۶/۳۶	۳۷/۸۷±۳/۹۹	پیش آزمون	از پا افتادگی عاطفی
۳۰/۶۸±۵/۴۱	۴۰/۴۳±۳/۶۶	پس آزمون	
۲۶/۸۷±۶/۷۴	۲۸/۳۱±۳/۹۹	پیش آزمون	از پا افتادگی روانی
۲۴/۰۰±۶/۹۳	۳۱/۱۸±۳/۱۴	پس آزمون	

جدول شماره ۳- آزمون لوین جهت سنجش برابری واریانس مؤلفه‌ها

متغیر	آماره لوین	Df1	Df2	سطح معناداری
دلزدگی	۰/۶	۱	۲۸	۰/۴۴
بخشش زناشویی	۲/۲۸	۱	۲۸	۰/۱۴
سیک‌های ارتباطی	۱/۵۲	۱	۲۸	۰/۳۶

بر اساس نتایج جدول شماره ۳ و با توجه به سطح معناداری هر متغیر مشخص شد که تمامی متغیرها دارای واریانس برابر در دو گروه کنترل و آزمایش هستند.

جدول شماره ۴- تحلیل کوواریانس چندمتغیری نمره‌های پس آزمون مؤلفه بخشش و مؤلفه‌هایش با آموزش برنامه راه‌حل محور و نمره‌های

همپراش پیش آزمون

منبع تغییرات	متغیر	df	SS	MS	F	sig	$\eta^2$
گروه	بخشش	۱	۱۴۲۱/۷۶	۱۴۲۱/۷۶	۵۵/۶۳	۰/۰۰۰	۰/۶۷
	نبود افکار منفی	۱	۵۲۶/۵۱	۵۲۶/۵۱	۵۷/۸۵	۰/۰۰۰	۰/۶۸
	وجود افکار مثبت	۱	۱۰۴/۰۸	۱۰۴/۰۸	۱۷/۲۷	۰/۰۰۰	۰/۳۹
پیش آزمون	بخشش	۱	۲۰۱/۲۸	۲۰۱/۲۸	۷/۸۷	۰/۰۰۹	۰/۲۲
	نبود افکار منفی	۱	۳۱/۷۲	۳۱/۷۲	۳/۴۸	۰/۰۷	۰/۱۱
خطا	وجود افکار مثبت	۱	۱۳/۱۳	۱۳/۱۳	۲/۱۷	۰/۱	۰/۰۷
	بخشش	۱۱	۶۸۹/۹۶	۶۲/۷۳	۲۵/۵۵		
	نبود افکار منفی	۱۱	۲۴۵/۷۴	۲۲/۳۴	۹/۱۰		
	وجود افکار مثبت	۱۱	۱۶۲/۶۸	۱۴/۷۱	۶/۰۲		

چنان‌که در جدول شماره ۴ مشاهده می‌شود، اثر آموزش تکنیک راه‌حل محور بر بخشش ( $F=۵۵/۶۳, P<۰/۰۰۱$ )، نبود افکار منفی ( $F=۵۷/۸۵, P<۰/۰۰۱$ ) و وجود افکار مثبت ( $F=۱۷/۲۷, P<۰/۰۰۱$ ) بر آزمودنی‌ها از لحاظ آماری معنادار است. مقدار مجذور اتا نیز نشان می‌دهد که حدود ۶۷ درصد واریانس بخشش، ۶۸ درصد واریانس نبود افکار منفی و ۳۹ درصد وجود افکار مثبت از طریق آموزش، تبیین می‌شود.

جدول شماره ۵- تحلیل کوواریانس چندمتغیری نمره‌های پس آزمون متغیر دلزدگی زناشویی و مؤلفه‌هایش با آموزش برنامه راه‌حل محور و نمره‌های

همپراش پیش آزمون

منبع تغییرات	متغیر	df	SS	MS	F	sig	$\eta^2$
--------------	-------	----	----	----	---	-----	----------

۰/۶۴	۰/۰۰۰	۴۸/۸۵	۱۲۱۵/۱۲	۱۲۱۵/۱۲	۱	دلزدگی زناشویی	
۰/۵۱	۰/۰۰۰	۲۸/۱۵	۱۴۳/۲۰	۱۴۳/۲۰	۱	از پا افتادگی جسمی	گروه
۰/۵۲	۰/۰۰۰	۲۷/۷۷	۱۱۰/۰۹	۱۱۰/۰۹	۱	از پا افتادگی عاطفی	
۰/۶۴	۰/۰۰۰	۵۲/۲۴	۲۷۵/۳۱	۲۷۵/۳۱	۱	از پا افتادگی روانی	
۰/۴۲	۰/۰۰۰	۱۹/۶۵	۴۸۹/۰۰	۴۸۹/۰۰	۱	دلزدگی زناشویی	
۰/۱۵	۰/۰۳	۵/۰۱	۲۵/۵۲	۲۵/۵۲	۱	از پا افتادگی جسمی	پیش‌آزمون
۰/۴۱	۰/۰۰۰	۱۹/۲۲	۷۶/۲۱	۷۶/۲۱	۱	از پا افتادگی عاطفی	
۰/۸۲	۰/۰۰۰	۱۳۶/۱۹	۷۱۷/۶۲	۷۱۷/۶۲	۱	از پا افتادگی روانی	
			۲۴/۸۷	۶۷۱/۶۱	۱۰	دلزدگی زناشویی	
			۵/۰۸	۱۳۷/۳۵	۱۰	از پا افتادگی جسمی	خطا
			۳/۹۶	۱۰۷/۰۱	۱۰	از پا افتادگی عاطفی	
			۵/۲۶	۱۵۲/۸۰	۱۰	از پا افتادگی روانی	

نشان داد که زوج‌درمانی راه‌حل‌محور بر افزایش سازگاری و کاهش دلزدگی زناشویی اثر دارد [۲۴]. در تبیین این یافته می‌توان گفت که درمان راه‌حل‌محور باعث تغییر نگرش زوجین نسبت به موقعیت‌های دشوار می‌گردد و در زوجین دید مثبت‌تری را نسبت به مسائل ایجاد می‌کند و توانمندی‌های آن‌ها را برای مقابله با مشکلات و دشواری‌ها بالا می‌برد. درمان راه‌حل‌محور از اندوخته‌ها و توانایی‌های خود مراجعان در فرآیند تغییر استفاده می‌کند و این کار تصویری از امید را در مراجعان ایجاد می‌نماید. درمانگران راه‌حل‌محور حس خودکفایی و خودمختاری را در مراجعان تقویت می‌کنند. آن‌ها این کار را از طریق تواناسازی مراجعان در خلق راه‌حل‌ها و ساختار دادن به این راه‌حل‌ها انجام می‌دهند. درمانگران راه‌حل‌محور معتقدند که مشکلات زوجی به‌وسیله روشی که زوجین برای حل آن‌ها به‌کار می‌برند، باقی می‌مانند و بدتر می‌شوند. زوج‌درمانی راه‌حل‌محور مهارت‌های حل مشکلات را در هنگام لزوم استفاده به یاری زوجین می‌آورد، آن‌ها را قادر می‌سازد تا چرخه نامعوب مشکل را نابود کنند و راه‌حل‌های طولانی‌مدت را توسعه دهند. تغییر یکی از زوجین موجب تغییر افراد دیگر در سیستم می‌شود. در زوج‌درمانی راه‌حل‌محور زوج‌ها تشویق می‌شوند تا بیشتر کارهایی را که در زمان‌های مثبت نسبت به زمان‌های منفی انجام می‌دادند، انجام دهند. استثنائات می‌توانند حتی از بحث‌های زوج‌ها تشخیص داده شوند و استخراج گردند. از زوج‌هایی که در تشخیص استثنائات جاری مشکلاتی دارند، خواسته می‌شود به یاد بیاورند که در گذشته چه کاری انجام می‌دادند که باعث رضایت زناشویی آن‌ها می‌شد و سپس همان رفتارها و فعالیت‌هایی را که یک‌بار انجام داده‌اند، دوباره برقرار کنند [۲۵]. درمان راه‌حل‌محور، شیوه‌ای درمانی است که تأکید اصلی آن بر ارائه راه‌حل‌های منطقی درمانی در الگوهای دائمی ناسازگاری در زوجین آشفته می‌باشد.

چنان‌که در جدول شماره ۵ مشاهده می‌شود، اثر آموزش تکنیک راه‌حل‌محور بر دلزدگی زناشویی ( $F=48/85, P<0/001$ )، از پا افتادگی جسمی ( $F=28/15, P<0/001$ )، از پا افتادگی عاطفی ( $F=27/77, P<0/001$ ) و از پا افتادگی روانی ( $F=52/24, P<0/001$ ) بر آزمودنی‌ها از لحاظ آماری معنادار است. مقدار مجذور اتا نیز نشان می‌دهد که حدود ۶۴ درصد واریانس دلزدگی زناشویی، ۵۱ درصد واریانس از پا افتادگی جسمی، ۵۰ درصد واریانس از پا افتادگی عاطفی و ۶۴ درصد واریانس از پا افتادگی روانی از طریق آموزش، تبیین می‌شود.

## بحث

این پژوهش با هدف زوج‌درمانی راه‌حل‌محور بر دلزدگی، بخشش زناشویی و سبک‌های ارتباطی زوجین آسیب‌دیده از روابط فرازناشویی انجام شد. نتایج به‌دست‌آمده از این مطالعه نشان داد که زوج‌درمانی راه‌حل‌محور بر دلزدگی، بخشش زناشویی و سبک‌های ارتباطی زوجین آسیب‌دیده از روابط فرازناشویی تأثیرگذار است. نتایج این پژوهش با سایر پژوهش‌ها همسو بود. میرزاوند و همکاران، اثربخشی زوج‌درمانی راه‌حل‌محور را بر دلزدگی زناشویی مورد تأیید قرار دادند [۱۹]. Bogue و Downing، در پژوهش خود نشان دادند که زوج‌درمانی راه‌حل‌محور موجب کاهش دلزدگی جسمی زناشویی می‌شود [۲۰]. Greenberg و همکاران، نشان دادند که زوج‌درمانی راه‌حل‌مدار در افزایش سازگاری زناشویی و بهبود وضعیت زناشویی مؤثر است [۲۱]. Kelley و Nelson، در پژوهش خود نشان دادند که درمان گروهی راه‌حل‌مدار در کاهش تعارضات زناشویی مؤثر است [۲۲]. هنریان و همکاران، در پژوهش خود اثربخشی زوج‌درمانی مبتنی بر صمیمیت را بر افزایش سازگاری و تقویت روابط بین زوجین نشان دادند [۲۳]. سورانی، نیز در مطالعه خود

در این نوع درمان در جهت تسهیل توانایی زوجین برای ایجاد فضای ایمن و محبت آمیز تلاش می‌شود. یکی از نگرانی‌های زوجین آسیب‌دیده از روابط فرازنشویی که موجب دلزدگی زنشویی می‌شود، این است که عشق در رابطه آن‌ها از بین رفته است و یا این‌که آن‌ها حداقل هیجان‌ات مثبتی را نسبت به همسران خود تجربه می‌کنند. در درمان راه‌حل‌محور به منظور کمک به زوج‌ها، ضمن آگاهی دادن به آن‌ها مبنی بر این‌که نداشتن احساس عشق بخش طبیعی دلزدگی زنشویی می‌باشد، در روند جلسات به آن‌ها کمک می‌شود تا با برآورده ساختن نیازهای روانشناختی یکدیگر چون امنیت، مشارکت، دلجویی و صمیمیت جنسی، کارکردهای زوجی خود را بهبود بخشند. انتظار می‌رود که در روند افزایش تجارب مثبت زوجین با یکدیگر، احساسات مثبت نیز بر رابطه آن‌ها بازگردد. همچنین امید آن‌ها به داشتن تعاملات مثبت در آینده افزایش یافته، خاطرات مثبت گذشته را راحت‌تر به یاد آورند [۲۶]. دیگر یافته این مطالعه نشان داد که زوج‌درمانی راه‌حل‌محور بر بخشش زنشویی زوجین آسیب‌دیده از روابط فرازنشویی تأثیرگذار است. این یافته با نتایج یافته دهقانی و همکاران که نشان دادند زوج‌درمانی بر بخشش زن‌های آسیب‌دیده از خیانت زنشویی اثر دارد [۲۶]، همسو بود. سعادتمند و همکاران، در پژوهش خود نشان دادند که زوج‌درمانی موجب افزایش صمیمیت و بخشش در زوج‌ها می‌شود [۲۴]. در تبیین این یافته می‌توان گفت که در زوج‌درمانی راه‌حل‌محور به همسر آسیب‌دیده کمک می‌شود تا هیجان‌های منفی خود را تعدیل نموده، ماهیت خیانت زنشویی و تأثیری را که افشای خیانت زنشویی بر روابط میان او با همسر پیمان‌شکن ایشان می‌گذارد، به وضوح درک نماید. آشکار شدن نشانگان عاطفی جدید و درک آن‌ها، تعامل‌های جدید را در میان زوج‌ها فعال ساخته، به‌عنوان پادزهری برای ترمیم پیوندهای تخریب‌شده عمل می‌کند که پیامد این تغییر، تجدید اعتماد و بخشش خواهد بود. هنگامی که در نتیجه درمان، اعتماد دوباره میان زوج‌ها شکل می‌گیرد و همسر آسیب‌دیده بی‌اعتمادی را نسبت به همسر پیمان‌شکن خود فرومی‌نشانند، آرامش و اطمینان خاطری میان زوج‌های آسیب‌دیده حکم‌فرما می‌شود که ترس‌ها و ناایمنی‌های رابطه را از بین می‌برد. با از بین رفتن ترس‌ها و جایگزین شدن آن‌ها با آرامش و اطمینان خاطر، جراحات دل‌بستگی ناشی از خیانت زنشویی التیام یافته، یکدیگر را می‌بخشند و پیوندهای ایمن میان زوج‌ها شکل می‌گیرد [۲۶]. عدم بخشش در روابط زنشویی، با توجه به رویکرد راه‌حل‌محور می‌تواند ناشی از مشکلات افراد در آگاهی از تجارب درونی‌شان،

اجتناب از تجارب ناخوشایند درونی و اجتناب از رفتارها و اعمالی باشد که برای فرد مهم و ارزشمند هستند. کاهش یا آگاهی نادرست افراد از تجارب درونی‌شان، توانایی آن‌ها را در استفاده عملکردی از پاسخ‌های هیجانی‌شان کاهش می‌دهد و باعث می‌شود تا افراد نتوانند رفتار مناسبی داشته باشند. همچنین یکی دیگر از عوامل تبیین‌کننده عدم بخشش به علت نوع رابطه‌ای است که زوج‌ها با هیجان‌های‌شان برقرار می‌کنند. آن‌ها عادت کرده‌اند تا قضاوت‌هایی انتقادگرانه درمورد وجود تجارب ناخوشایند خود داشته باشند و تلاش فزاینده‌ای در جهت اجتناب از این تجارب به‌کار گیرند. درمان راه‌حل‌محور به زوجین می‌آموزد تا با تجارب زندگی شخصی خود آگاهانه‌تر روبه‌رو شوند و از نگاه انتقادی به همدیگر دست بردارند و با تمرینات پذیرش یاد می‌گیرند که مکمل یکدیگر باشند [۲۵]. دیگر یافته این مطالعه نشان داد که زوج‌درمانی راه‌حل‌محور بر سبک‌های ارتباطی زوجین آسیب‌دیده از روابط فرازنشویی تأثیرگذار است. نتایج این یافته با سایر پژوهش‌ها همخوان بود. Hertlein و همکاران، در یک مطالعه مقدماتی از مداخله کوتاه‌مدت راه‌حل‌مدار برای زوج‌ها، نشان دادند که زوج‌درمانی کوتاه‌مدت راه‌حل‌مدار در افزایش رضایت جنسی از رابطه، مهارت‌های ارتباطی و کارکردهای فردی زوجین مؤثر است [۲۰]. شاکرمی و همکاران، در پژوهش خود زوج‌درمانی گروهی کوتاه‌مدت راه‌حل‌محور را بر بهبود کیفیت روابط زنشویی زنان و سبک ارتباطی آن‌ها اثربخش گزارش کردند [۲۵]. در زوج‌درمانی راه‌حل‌محور به زوجین کمک می‌شود تا از قابلیت‌های خود بهره ببرند و با استفاده از تأکید بر نقاط مثبت و قابلیت‌های یکدیگر و نیز با تحسین یکدیگر ارتباطات عاطفی خود را بهبود ببخشند و در نتیجه می‌توانند ارتباط بهتری با همدیگر برقرار کنند و ابراز محبت آن‌ها نسبت به یکدیگر بیشتر می‌شود. همچنین در این روش درمانی به زوجین آموخته می‌شود تا آرزو و امیدهای واحدی برای آینده خود ترسیم کنند که به تبع آن همبستگی زوجین بالا می‌رود [۲۰]. همچنین وقتی که از مراجعان خواسته شد تا هر رفتار مثبت همسر خود را هرچند کوچک تحسین نمایند و بر نقاط مثبت او تأکید کنند، مراجعان توانستند با تحسین همسرشان، ارتباطات عاطفی خود را با شریک زندگی‌شان بهبود ببخشند و در نتیجه ارتباط بهتری با همسر خود برقرار نمایند. در زوج‌درمانی راه‌حل‌محور به دلیل این‌که تأکید اصلی بر تغییرات کوچک تا رسیدن به تغییرات بزرگ‌تر می‌باشد و تمرکز درمان هم بر مسائلی است که احتمال تغییر در آن‌ها وجود دارد، وقتی یک عضو زوج اولین گام کوچک را جهت تغییر با موفقیت بر می‌دارد و نتیجه این

بود که امکان سوگیری توسط پاسخ‌دهندگان وجود داشت. با توجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می‌شود، در پژوهش‌های بعدی سایر درمان‌هایی که می‌توانند به افزایش رضایت زناشویی در همسران با مشکل فرازناشویی کمک کنند، مورد توجه قرار گیرند تا مشاوران و درمانگران خانواده از این رویکرد درمانی در گروه‌های زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی و کلاس‌های آموزش خانواده جهت حل مشکلات زناشویی بهره ببرند. همچنین با توجه به ارتباط معنادار بین متغیرهای روابط فرازناشویی، لزوم ارائه کارگاه‌های آموزشی برای کاهش و مقابله با ایجاد روابط فرازناشویی جهت پیشگیری از مشکلات اجتماعی و خانوادگی پیشنهاد می‌شود و نیز مناسب است پژوهش حاضر در شهرهای مختلف کشور و با توجه به تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی صورت پذیرد.

#### نتیجه‌گیری

با توجه به این‌که زوج‌درمانی راه‌حل‌محور، موجب کاهش دلزدگی، افزایش بخشش زناشویی و سبک‌های ارتباطی زوجین آسیب‌دیده از روابط فرازناشویی شد، پیشنهاد می‌گردد این روش درمانی در مورد این گروه از مراجعه‌کنندگان اجرا گردد تا بتوان مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی آن‌ها را ارتقا بخشید.

#### تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از رساله دکتری رشته روانشناسی با کد اخلاق IR.IAU.BOJNOURD.REC.1399.007 از دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد است. بدین‌وسیله نویسندگان از کلیه شرکت‌کنندگان در این پژوهش و نیز تمام کسانی که به نحوی مؤثر در انجام این پژوهش همکاری کردند، تقدیر و تشکر می‌کنند.

#### References:

[1] Feng L. A Study on the tort liability of non-cohabitation extramarital relations. *J Postgraduate Zhongnan Univ Economic Law* 2018; 1(3): 25-33.  
[2] Mtenga SM, Pfeiffer C, Tanner M, Geubbels E, Merten S. Linking gender, extramarital affairs, and HIV: A mixed methods study on contextual determinants of extramarital affairs in rural Tanzania. *AIDS Res Therapy* 2018; 15(1): 1-7.  
[3] Abzug R. Extramarital affairs as occupational hazard: A structural, ethical (cultural) model of opportunity. *Sexualities* 2016; 19(1-2): 25-45.  
[4] Ten Brinke L, Porter S, Korva N, Fowler K, Lilienfeld SO, Patrick CJ. An examination of the communication styles associated with psychopathy and their influence on observer impressions. *J Nonverbal Behav* 2017; 41(3): 269-87.

تغییرات را در ارتباط با همسرش مشاهده می‌کند، اشتیاق او برای ادامه این روند تغییر بیشتر می‌شود و بنابراین پس از مدتی تغییرات بزرگ‌تری را در رابطه زناشویی مشاهده می‌کند. این تغییرات به‌وجودآمده به زوج کمک می‌کنند تا نسبت به آینده رابطه و زندگی زناشویی‌شان امیدوار شوند و احساسات مثبت نسبت به همسر را جایگزین احساسات خصمانه و منفی نمایند و احساس صمیمیت بیشتری نسبت به هم داشته باشند [۲۵]. زوج‌درمانی راه‌حل‌مدار باعث بهبود عملکرد خانواده در ابعاد حل مسئله، نقش‌ها، ارتباط، آمیختگی عاطفی، همراهی عاطفی و کنترل رفتار در زوجها می‌شود. افراد روابط خود را در بزرگسالی براساس تصمیماتی که در کودکی در رابطه با افراد نزدیک خود در نتیجه دستورات و بازدارنده‌ها، اتخاذ کرده‌اند؛ سازماندهی می‌کنند. تصمیماتی که در کودکی کاربرد داشتند و در بزرگسالی مفید نیستند. بنابراین مراجعان با آگاهی‌یافتن از دلیل رفتارها و سبک‌های ارتباطی ناکارآمد خود و تجربه اتفاقات دوران کودکی یاد می‌گیرند که در مواقع لازم و به شکلی صحیح احساسات خود را بروز دهند. این امر باعث تغییر سبک ارتباطی آنان شده، در نهایت رضایت از زندگی زناشویی را افزایش می‌دهد [۲۶]. از محدودیت‌های پژوهش حاضر، حجم کم نمونه بود. این پژوهش درمورد مراجعه‌کنندگان با مشکل فرازناشویی به مراکز مشاوره بهار، باور و اکسیر شهر ساری انجام شده است، بنابراین تعمیم یافته‌ها به سایر افراد با مشکل فرازناشویی باید با احتیاط صورت گیرد. پژوهش حاضر، یک پژوهش نیمه‌آزمایشی است. در پژوهش‌های نیمه‌آزمایشی امکان کنترل همه متغیرهای مداخله‌گر وجود ندارد و ممکن است آزمودنی‌ها تحت تأثیر شرایطی که از کنترل پژوهشگر خارج است، قرار گرفته باشند. از سوی دیگر ابزار به‌کار گرفته‌شده در پژوهش، پرسشنامه و به‌صورت خودگزارشی

[5] Zare R, Taklavi S. The role of identity styles in prediction of justifying extra marital relationship in married individuals. *Rooyesh-e-Ravanshenasi* 2019; 8(5): 53-60. [In Persian]  
[6] Rustaei M, Badihi Zeraati F, Pourakbaran, E., Rajabzadeh, Z. The effect of newly emerging media (internet, satellite television and cell phone) on the emotional infidelity of the couples and its related factors. *J Fundament Ment Health* 2016; 18(4): 419-23. [In Persian]  
[7] Kim BS, Park YS. Communication styles, cultural values, and counseling effectiveness with Asian Americans. *Counsel Develop* 2015; 93(3): 269-79.  
[8] Shroud MR, Weigel DJ. Infidelity's aftermath: appraisals, mental health, and health-compromising



- behaviors following a partner's infidelity. *J Soc Pers Relatsh* 2018; 35(8): 1067-91.
- [9] Rose A, Anderson S, Miller R, Marks L, Hatch T, Card N. Longitudinal test of forgiveness and perceived forgiveness as mediators between religiosity and marital satisfaction in long-term marital relationships. *Am J Family Therapy* 2018; 46(4): 356-74.
- [10] Bidgoli ERH, Tamannaefar M. The prediction of marital burnout based on personality traits. *Int J Sci Stud* 2017; 5(4): 647-52.
- [11] Jesse MT, Shkokani L, Eshelman A, De Reyck C, Abouljoud M, Lerut J. Transplant surgeon burnout and marital distress in the sandwich generation: the call for organizational support in family life. *In Transplantation Proceedings* 2018; 50(10): 2899-904.
- [12] Creswell C, Violato M, Fairbanks H, White E, Parkinson M, Abitabile G, Cooper PJ. Clinical outcomes and cost-effectiveness of brief guided parent-delivered cognitive behavioural therapy and solution-focused brief therapy for treatment of childhood anxiety disorders: a randomised controlled trial. *Lancet Psychiatry* 2017; 4(7): 529-39.
- [13] Kim JS, Franklin C, Zhang Y, Liu X, Qu Y, Chen H. Solution-focused brief therapy in China: A meta-analysis. *J Ethnic Cultur Diver Soc Work* 2015; 24(3): 187-201.
- [14] Schmit EL, Schmit MK, Lenz AS. Meta-analysis of solution-focused brief therapy for treating symptoms of internalizing disorders. *Counsel Outcome Res Evaluat* 2016; 7(1): 21-39.
- [15] Shakarami M, Davarniya R, Zaharakar K, Talaeian R. Effectiveness of brief solution-focused group couple therapy on improving marital quality in women. *Razi J Med Sci* 2015; 22(131): 1-13. [In Persian]
- [16] Raisi SJ, Mohammadi K, Zarei E, Najarpouriyani S. Effectiveness of emotionally coupled therapy and rededication therapy on changing of marital communication skills in married women. *Gorgan Univ Med Sci* 2018; 20(1): 64-70. [In Persian]
- [17] Saadatmand Kh, BasakNejad A, Amanollahi A. The effectiveness of an Acceptance and Commitment- based Couple Therapy in intimacy and forgiveness among couples. *Family Psychol* 2017; 4(1): 41-52.
- [18] De Sahzer S, Dolan YM, Korman H, Trepper TS, McCollum EE, Berg IK. More than miracles: The state of the art of solution focused therapy. New York: *Haworth Press*. 2006.
- [19] Faryabi M, Rafieipour A, Haji -Alizadeh K, Khodavardian S. The effectiveness of acceptance and commitment therapy (ACT) on anxiety, perceived stress and pain coping strategies for patients with leukemia. *Feyz* 2020; 24(4): 424-32.
- [20] Christensen A, Sullaway M. Communication patterns questionnaire. *Unpublished Questionnaire, University of California Los Angeles* 1984; 22(1): 143-90.
- [21] Greenberg L, Warwar S, Malcolm W. Emotion-focused couples therapy and the facilitation of forgiveness. *J Marital Family Therapy* 2010; 36(1): 28-42.
- [22] Nelson TS, Kelley, L. Solution-focused couples' group. *Systemic Therapies* 2001; 20(4): 47-66.
- [23] Honarian M, Younesi J, Shafiabadi A, Nafissi G. The impact of couple therapy based on attachment in deterministic thinking and marital satisfaction among couples. *Int J Psychol Counsel* 2010; 2(6): 91-9.
- [24] Surani M. The effectiveness of training of solution- focused approach on marriage adjustment of couples who called on family counseling centers. *Counseling Culture Psychotherapy* 2010; 1(2): 71-98. [In Persian]
- [25] Sayadi M, Shahhosseini Tazik S, Madani Y, Gholamali Lavasani M. Effectiveness of emotionally focused couple therapy on marital commitment and couple burnout in infertile couples. *Educ Commun Health* 2017; 4(3): 26-37. [In Persian]
- [26] Monemiyani G, Khoshkonesh A, Poorebrahim T. Effectiveness of solution- focused brief therapy on the reduction of couple burnout and optimizing the quality of marital relationship in married women. *Feyz* 2016; 20(1): 165-72. [In Persian]