

مقایسه اثربخشی خانواده درمانی نظام عاطفی بوئن و درمان راه حل محور بر طلاق عاطفی، دلزدگی زناشویی و تمایزیافتگی عاطفی زوجین مقاضی طلاق

Comparison of the effects of Bowen's emotional system family therapy and solution-oriented therapy on emotional divorce, marital burnout, and emotional differentiation of couples applying for divorce

Hadi Ramshi

PhD student, Department of Consulting, East Azarbaijan Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

Amir Panahali *

Assistant Professor, Department of Consulting, East Azarbaijan Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

panahali@iaut.ac.ir

Alinaghi Aghdasi

Assistant Professor, Department of Consulting, East Azarbaijan Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

Shoale Livarjani

Assistant Professor, Department of Psychology, East Azarbaijan Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

هادی رامشی

دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، واحد علوم و تحقیقات آذربایجان شرقی،

دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.

امیر پناه علی (نویسنده مسئول)

استادیار، گروه مشاوره، واحد علوم و تحقیقات آذربایجان شرقی، دانشگاه آزاد

اسلامی، تبریز، ایران.

علی نقی اقدسی

استادیار، گروه مشاوره، واحد علوم و تحقیقات آذربایجان شرقی، دانشگاه آزاد

اسلامی، تبریز، ایران.

شعله لیوارجانی

استادیار، گروه روانشناسی، واحد علوم و تحقیقات آذربایجان شرقی، دانشگاه

آزاد اسلامی، تبریز، ایران.

Abstract

This research aimed to compare the effectiveness of Bowen's family therapy and solution-oriented therapy on emotional divorce, marital burnout, and emotional differentiation of couples seeking divorce. The research method was semi-experimental with a pre-test-post-test design and a control group. The statistical population included all couples applying for divorce referring to the courts of Sari city in 1400. The sample was selected from the psychological service centers of Sari City purposefully. The sample size was 42 people, randomly assigned to two experimental groups of Bowen family therapy and solution-oriented and control therapy, with 14 people (7 couples) in each group. The tools used in this research were Gutman's emotional divorce (2010, GED), Kaiser's marital distress (1993, MDS), and emotional differentiation (1988, DS). The experimental groups received Bowen's family therapy and solution-oriented therapy during 8 60-minute sessions. The data were analyzed using multivariate covariance analysis at a significance level of 0.05. The results showed that by controlling the effect of the pre-test, there was a significant difference at the level of 0.05 between the mean of the post-test of emotional divorce and marital exhaustion and emotional differentiation in the three groups. Also, the follow-up test results showed no significant difference between the two experimental groups at the 0.05 level. Considering the effectiveness of Bowen's family therapy and solution-oriented therapy in couples applying for divorce, the use of these interventions in counseling centers is suggested.

چکیده

هدف این پژوهش مقایسه اثربخشی خانواده درمانی بوئن و درمان راه حل محور بر طلاق عاطفی، دلزدگی زناشویی و تمایزیافتگی عاطفی زوجین مقاضی طلاق است. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمام زوجین مقاضی طلاق از مراجعه کننده به دادگاه های شهر ساری در سال ۱۴۰۰ بود. انتخاب نمونه از مراکز خدمات روانشناختی شهر ساری به روش هدفمند بود. حجم نمونه ۴۲ نفر تعیین شد که به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی خانواده درمانی بوئن و درمان راه حل محور و کنترل، هر گروه ۱۴ نفر (۷ زوج) گمارش شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش طلاق عاطفی گاتمن (GED)، دلزدگی زناشویی کایزر (MDS) و تمایزیافتگی عاطفی (DSI) بود. گروه های آزمایشی در طی ۸ جلسه ۶۰ دقیقه ای خانواده درمانی بوئن و درمان راه حل محور را دریافت کردند. داده ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری در سطح معناداری ۰/۰۵ تحلیل گردید. نتایج نشان داد که با کنترل اثر پیش آزمون بین میانگین پس آزمون طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی و تمایزیافتگی عاطفی در سه گروه تفاوت معناداری در سطح ۰/۰۵ وجود داشت. همچنین نتایج آزمون تعقیبی نشان داد که بین دو گروه آزمایش تفاوت معناداری در سطح ۰/۰۵ وجود نداشت. با توجه به اثربخشی خانواده درمانی بوئن و درمان راه حل محور در زوجین مقاضی طلاق، استفاده از این مداخلات در مراکز مشاوره پیشنهاد می گردد.

Keywords: Emotional Differentiation, Marital Burnout, Emotional Divorce, Bowen Family Therapy, Solution-Oriented Therapy.

واژه های کلیدی: تمایزیافتگی عاطفی، دلزدگی زناشویی، طلاق عاطفی، خانواده درمانی بوئن، درمان راه حل مدار.

مقدمه

خانواده، کوچکترین واحد اجتماعی است که در سلامت و تداوم جامعه نقش بسیار زیادی دارد. خانواده را می‌توان به عنوان یک سیستم اجتماعی تعریف کرد که از افرادی تشکیل شده است که به یکدیگر وابستگی احساسی و هیجانی دارند و دارای گذشته مشترکی، همراه با تلاش برای رفع نیازهای اعضای خانواده هستند (دانگ^۱ و همکاران، ۲۰۲۳). در شکل طبیعی رابطه زوجین با عشق و علاقه آغاز می‌شود و گمانهای اولیه نیز در رابطه با ازدواج این است؛ که عشق و علاقه می‌تواند به حفظ و تداوم این ازدواج کمک کند. اما گاهی پس از مدتی زوجین ممکن است که نسبت به عمق و رابطه خود دچار شک و تردید شوند. این شک و تردید به این دلیل رخ می‌دهد که زوجین بین انتظارات خود از زندگی و واقعیت‌های موجود در رابطه خود با همسرش، هماهنگی نمی‌بینند، بنابراین در ارتباط با همسر خود دچار سردی می‌شود (صدق و همکاران، ۱۴۰۲). سردی در رابطه بین زوجین می‌تواند منجر به طلاق گردد (طاهری فرد و همکاران، ۱۴۰۲). طلاق اگر به صورت پنهان صورت گیرد، که نتیجه آن، خانواده صرفاً ساختار بیرونی اش حفظ می‌شود ولی در واقع از درون خالی و تهی می‌گردد (مهدی‌زاده، ۱۳۹۹). در این حالت خانواده صرفاً ساختار بیرونی اش حفظ می‌شود ولی در واقع از درون متلاشی شده است. این نوع طلاق را طلاق عاطفی^۲ می‌نامند که زوجین بنا به ضرورت‌هایی با همدیگر زیر یک سقف زندگی می‌کنند؛ اما روابط عاطفی مطلوب و سازنده‌ای با یکدیگر ندارند.

طلاق عاطفی را باید پیش درآمدی بر طلاق رسمی و قانونی به شمار آورد. طلاق عاطفی زوایای پنهان و مستتر بسیاری دارد که برای بررسی و شناخت آن‌ها باید مطالعات فراوان و دقیق در این زمینه انجام شود (صادق‌خانی و همکاران، ۱۴۰۲). طلاق عاطفی به علت‌های گوناگونی رخ می‌دهد که از جمله می‌توان به سنتهای حاکم بر خانواده یا ترس و نگرانی از تنهایی، باورهای اشتباه و نگرش‌های منفی جامعه به زنان مطلقه، از دست دادن فرزندان یا ناتوانی در تامین نیازهای زندگی اشاره کرد. در این موقع زوجین تصمیم می‌گیرند که به اجبار با همسر خود در یک خانه زندگی کنند (انتظار خیر و همکاران، ۱۴۰۱). به عنوان نمونه، بابایی فرد و صنعتکار (۱۴۰۲) از نتایج مطالعه خود به این نتیجه دست یافتند که طلاق عاطفی باعث بروز فشارهای روحی و روانی از جمله گوشش‌گیری و انزوا، کاهش اعتماد به نفس، افسردگی، اضطراب و مبتلا شدن به بیماری‌های جسمی و روانی در زنان می‌شود. همچنین طلاق عاطفی می‌تواند عوامل روان‌شناختی مختلفی همچون دلزدگی زناشویی^۳ را نیز تحت تاثیر قرار دهد (صادق‌خانی و همکاران، ۱۴۰۲).

دلزدگی زناشویی را باید یکی دیگر از آفت‌هایی در نظر گرفت که به نظام و بنیان خانواده‌های امروزی آسیب می‌زند (ناظران و همکاران، ۱۴۰۲). دلزدگی، دردناک و رنج‌آور است و موجب خستگی و فرسودگی جسمانی، روحی و هیجانی در زوجین می‌شود (دانشمندی و ذاکری، ۱۴۰۰). برخلاف اعتقاد و باور تئوری‌ها و مداخله‌های بالینی زوج‌درمانی، دلزدگی زناشویی به خاطر وجود مشکل در زوجین نیست، بلکه دلزدگی در رابطه‌ی زناشویی، یک فرآیند تدریجی است که در طی زمان اتفاق می‌افتد و به ندرت به صورت ناگهانی ایجاد می‌شود. در حقیقت باید گفت؛ که از درجه و میزان محبت، صمیمیت و عشق میان زوجین تدریجاً کم می‌شود و بعد از آن خستگی و فرسودگی از ارتباط زناشویی اتفاق می‌افتد؛ که این امر دلیلی بر عدم تعادل در ارتباط زوجین می‌گردد (منگ و یانگ^۴، ۲۰۲۳).

از متغیرهایی که به نظر می‌رسد با زندگی خانوادگی و طلاق ارتباط داشته باشد، تمایزیافتگی عاطفی^۵ است (والترز و همکاران، ۲۰۲۳). تمایزیافتگی عاطفی را توانایی فرد برای جدا کردن بخش عقلانی از بخش عاطفی تعریف نموده‌اند (مت^۶ و همکاران، ۲۰۲۴). تمایزیافتگی عاطفی از نظر بونی یکی از ایده‌هایی است که به توانایی فرد برای رسیدن به صمیمیت، کمک می‌کند (روشن‌دل و همکاران، ۱۴۰۲). افرادی که تمایزیافتگی عاطفی بیشتری داشته باشند به حدی از بلوغ عاطفی می‌رسند؛ که قادرند روابط خود را کنترل و مدیریت کنند و بر طبق همین تمایزیافتگی اگر برای آنان در روابط بین فردی مشکلی رخ دهد، به طور فعال در جستجوی حل مشکل خود از راهبردهای سازگارانه‌ی فکری و حل مسئله استفاده می‌کنند. اگر زوجین تمایزیافتگی عاطفی بالایی داشته باشند، تعارضات خود را با سازگاری مطلوب حل می‌کنند و واکنش‌های هیجانی منفی در آنان نیز کاهش می‌یابد (هوکاگلو و ایزلک^۷، ۲۰۲۳). تمایزیافتگی عاطفی پایین در زوجین منجر به ایجاد

1 . Dong
2 . emotional divorce
3 . marital burnout
4 . Meng & Yang
5 . emotional differentiation
6 . Walters
7 . Matt
8 . Hocaoglu & Isik

اضطراب در آن‌ها شده و کارکرد فردی و اجتماعی آن‌ها را مختل می‌کند و همچنین باعث ایجاد احساس بی‌کفايتی و در نتیجه خودبازوري و عزت نفس پايانين در آن‌ها مي‌گردد (بشارت قراملكي و همكاران، ۱۴۰۲).

با توجه به مسائل مطرح شده؛ پرداختن به روشی برای بهبود رابطه بين زوجين ضروري است. درگستره مداخلات خانواده درمانی در زوجين مداخلات مختلف وجود دارد. هر كدام از اين مداخلات با توجه به اهداف مختلف مي‌توانند برای اصلاح و بهبود زندگي روانی اعضای خانواده مفید باشند. باید دانست که ماهیت مداخلات يكسان نیست و استفاده درست از آن‌ها بستگی به درک درست از جامعه و متغيرهای وابسته هدف مورد نظر دارد. يكى از مداخلاتي که اخیراً بسياري از متخصصان سلامت روان در تمام دنيا مورد توجه قرار داده‌اند؛ درمان کوتاه مدت راه حل محور است. اين درمان يكى از رويدكدهای پست مدرن است که در اوایل دهه‌ي هشتاد ميلادي در مرکز خانواده درمانی در ميلواكي به وسیله دو مددکار اجتماعي ابداع شد (كرمي و همكاران، ۱۴۰۲). درمان راه حل محور مدلی مبتنی بر شايستگي است که به جاي مشكلات و نقص‌های گذشته، به مراجع نسبت به آينده اميد داده و نقاط قوت آن را هدایت می‌کند (كرمي و همكاران، ۱۴۰۲). در درمان کوتاه مدت هيج راه حل تشخيصي، بهبود بيشن و تجزيه و تحليل گذشته وجود ندارد. در عوض، درمانگر مراجع را به توجه و اقدامات مختلف تشویق می‌کند. درمانگر راه حل محور به مراجuan خود کمک می‌کند تا در مورد آنچه ممکن است متفاوت باشد، فکر کند. پس از شناسايي راه حل، مراجع و درمانگر گام به گام به سمت آن حرکت می‌کند (نيل و ابرهات، ۲۰۲۳)، درمان راه حل محور يك رويدكrd قوي و سازنده است که به واسطه آن افراد از اين توانايي برای توسعه راه حل هاي خلاق به منظور ارتقا زندگي خود و توسعه يك خود جديده، تغيير جهان‌بياني و پياده‌سازي تغييرات رفتاري استفاده می‌کنند (شكري و همكاران، ۱۴۰۰). نتایج پژوهش‌ها نشان داد که رويدكrd راه حل محور توانسته موجب افزایش رضایت زناشویي زوجين (لنگري و همكاران، ۲۰۲۳)، کاهش پرخاشگري زوجين متقاضي طلاق (لنگري و همكاران، ۱۴۰۱)، افزایش صميمت زناشویي زوجين با نگرش به خيانت زناشویي (اهرميان و همكاران، ۱۴۰۰)، کاهش دلزدگي زناشویي (رهسپار منفرد و همكاران، ۱۴۰۰؛ شكري و همكاران، ۱۴۰۰) تاثير مثبت زياطي داشته است. همچنین يكى از مداخلات تاثيرگذار در بهبود ويژگي‌های روانشناختی، مداخله خانواده درمانی بوئن است. در اين مداخله، خانواده را يك واحد عاطفي و گستره‌اي از روابط در هم تنيده می‌داند و در اين رويدكrd زمانی خانواده درك خواهد شد که از ديدگاه چارچوب چند نسلی استفاده شود و آن را بر اين اساس تحليل نمайд. بوئن معتقد بود که خانواده يك نظام عاطفي کلي محسوب می‌شود که باید به طور کلي نيز مورد بررسی قرار گيرد تا به طور موفقیت‌آمیز مثمر ثمر باشد. به بيانی ديگر؛ اساس اين نظریه برپايه مفهوم تفكیک خود است. در اين رويدكrd تمایز خود دلیلی می‌شود که افراد در خانواده به لحاظ روانشناختی به اعتدال دست يابد (مت و همكاران، ۲۰۲۴). در نظام بوئن هنگامی که مشكلات زناشویي اتفاق می‌افتد، به تمام اعضاي خانواده در مورد کارکرد سیستم خانواده و کم شدن سطح اضطراب آن آموزش داده می‌شود. به اين دليل که تنها راه برای حل مشکل فعلی آن‌ها اين است که روابط افراد با خانواده باید تغيير يابد و فقط در اين صورت است که افراد خانواده به تفكیک خود می‌رسند و واکنش منفي آن‌ها در برابر نيروي هيچجانی آتي کاهش می‌يابد (نب ۲ و همكاران، ۲۰۲۴). علت مقايسه درمان‌های خانواده درمانی بوئن و راه حل محور بدین دليل بود که تفاوت‌هایي نسبتاً زياطي بين اثربخشي اين دو درمان در اثربخشي بر متغيرهای وابسته پژوهش مشاهده شده که برتری متغيرهایي طلاق عاطفي و دلزدگی زناشویي با درمان راه حل محور و برتری اثربخشي بر متغير تمایزیافتگي عاطفي با خانواده درمانی بوئن بود. هدف نهايی خانواده درمانی بوئن افزایش تمایز يافتگي عاطفي است چرا که باعث می‌شود فرد در خانواده به لحاظ روانشناختي به تعادل برسد (مت و همكاران، ۲۰۲۴). اما درمان راه حل محور از لحاظ اقتصادي به صرفه بوده و می‌تواند تغييرات سريع را در مراجع ايجاد کند. مرور پيشينه نشان داد که اكتون بوئن اين دو درمان مقايسه‌اي در هيج جامعه‌اي صورت نگرفته است.

لذا با توجه به افزایش سير طلاق در جامعه ايران و همچنین ميزان بالاي نرخ طلاق عاطفي در بين زوجين که تاکنون آماري از آن گزارش نشده است باید با مداخلاتي موثری به زوجيني که با اين مشكل مواجه هستند، کمک کرد. پژوهش‌های صورت گرفته در زمينه طلاق عاطفي، دلزدگي زناشویي و تاييزيافتگي عاطفي در جامعه زوجين متقاضي طلاق انجام نشده و افرادي که در مرحله طلاق هستند را مورد بررسی قرار نگرفته است. با توجه به افزایش طلاق در ايران استفاده از رويدكدها و مداخلات روانشناختي برای افزایش رفتارهای خاص و زناشویي و کاهش طلاق در جامعه ايراني اهميت روزافزواني پيدا کرده است. روش خانواده درمانی بوئن بيشتر بر تغيير رفتارهای خاص و ارتقا مهارت‌های مسائل مختلف در زندگی، متمرکز است که همین امر می‌تواند به سرعت، بهبود در روابط بين زوجين را فراهم کند و مدل راه حل محور ممکن است در حفظ تغييرات در کوتاه مدت و تاثيرات سريع موثر باشد. با توجه به اينکه زوجين متقاضي در مرحله‌اي قرار

1. Knill & Eberhart.

2. Knapp

مقایسه اثربخشی خانواده درمانی نظام عاطفی بوئن و درمان راه حل محور بر طلاق عاطفی، دلزدگی زناشویی و تمایزیافتگی عاطفی زوجین مقاضی طلاق
Comparison of the effects of Bowen's emotional system family therapy and solution-oriented therapy on emotional ...

دارند که با تغییرات کوچک و موثر ممکن است رابطه خود را بازسازی کنند، بنابراین استفاده از این رویکردهای درمانی اهمیت ویژه‌ای می‌یابد. همچنین با توجه به پیشینه پژوهش‌هایی بررسی شده، مقایسه اثربخشی بین این دو رویکرد صوت نگرفته است و به نوعی خلاصه‌ای در این زمینه وجود دارد؛ از این‌رو پژوهش حاضر، با هدف مقایسه اثربخشی خانواده درمانی نظام عاطفی بوئن و درمان راه حل محور بر طلاق عاطفی، دلزدگی زناشویی و تمایزیافتگی خود را در بین زوجین مقاضی طلاق در شهر ساری انجام شد.

روش

روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمام مقاضیان طلاق به دادگاه‌های شهر ساری در سال ۱۴۰۰ بود. انتخاب نمونه از مراکز خدمات روانشناختی شهر ساری از تیر ماه ۱۴۰۰ تا تکمیل حجم نمونه مهر ماه ۱۴۰۰ بود. انتخاب افراد در پژوهش حاضر شامل زوجین بودند که مقاضی طلاق در دادگاه‌ها بودند و به مراکز خدمات روانشناختی شهر ساری مراجعه می‌کردند. روش نمونه‌گیری هدفمند بود و حجم نمونه ۲۱ زوج تعیین شد. ۷ زوج در گروه آزمایشی درمان راه حل محور، ۷ زوج در گروه آزمایشی خانواده درمانی نظام عاطفی بوئن و ۷ زوج در گروه کنترل به صورت تصادفی گمارش شدند. ملاک ورود به پژوهش شامل: ۱- حداقل ۵ سال زندگی مشترک-۲- تقاضا برای طلاق-۳- حداقل سن ۳۰ سال و حداکثر ۵۰ سال-۴- شرکت نکردن در مداخلات روانشناختی و ملاک خروج: ۱- عدم همکاری و شرکت نکردن در حداقل یک جلسه، ۲- مخدوش بودن پرسشنامه‌ها، ۳- تمایل به ادامه ندادن در پژوهش. ابتدا زوجین پرسشنامه‌های طلاق عاطفی گاتمن، دلزدگی زناشویی کایزر و تمایزیافتگی عاطفی خود را تکمیل نمودند و سپس گروه آزمایشی به مدت ۴۵ روز، هشت جلسه (هر جلسه ۶۰ دقیقه و ۶ روز در میان) درمان کوتاه مدت راه حل رساله‌ی دکتری نوبسنده اول با کد اخلاق REC-1401-284 IR-IAU-TABRIZ است. در این پژوهش ملاحظات اخلاقی به شرح ذیل رعایت شد: ۱- محترمانه ماندن اطلاعات شرکت‌کنندگان-۲- بار مالی نداشتن شرکت در پژوهش شرکت‌کنندگان-۳- مطلع شدن شرکت‌کنندگان از اهداف پژوهش-۴- امکان انصراف در مرحله از پژوهش برای شرکت‌کنندگان. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ و روش آمار توصیفی میانگین و انحراف معیار و آمار استنباطی روش تحلیل کوواریانس استفاده شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه طلاق عاطفی گاتمن^۱ (GED): پرسشنامه طلاق عاطفی توسط گاتمن در سال ۲۰۱۰ ساخته شده است. این پرسشنامه شامل ۲۴ سوال است که طلاق عاطفی را می‌سنجد. پاسخ‌های هر یک از سوال‌های پرسشنامه با زدن ضربدر توسط آزمودنی‌ها در یک مقیاس دو گزینه‌ای بلی (۱) و خیر (۰) ثبت می‌گردد و سپس مورد بررسی و تفسیر قرار می‌گیرد. پس از جمع کردن پاسخ‌های مثبت، چنانچه تعداد آن هشت برابر باشد، بدین معناست که زندگی زوجین در معرض جدایی قرار دارد و نشانه‌های طلاق روانی و عاطفی کاملا در آن مشهود است. گاتمن (۲۰۱۰) پایایی این پرسشنامه را با روش کودر ریچاردسون ۹۲/۰ گزارش کرده است. پایایی این پرسشنامه در ایران با روش کودر ریچاردسون ۸۹/۰ و روایی محتوایی این پرسشنامه ۸۲/۰ و همچنین روایی آن با نظر متخصصان تایید شده است (صدق و همکاران، ۱۴۰۲). کودر ریچاردسون این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۷۶/۰ به دست آمد.

پرسشنامه دلزدگی زناشویی^۲ (MDS): این مقیاس نخستین بار توسط کایزر^۳ (۱۹۹۳) در ۲۱ سوال ساخته شد. نمره‌گذاری آن در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای از یک (کاملاً اشتباہ) تا ۴ (کاملاً درست) نشان می‌باشد. این مقیاس تک عاملی است و نمرات بالاتر نشان دهنده‌ی سطوح بالاتری دلزدگی است. نمرات این مقیاس در محدوده ۲۱ تا ۸۴ قرار می‌گیرد. کایزر (۱۹۹۳) طبقه‌بندی زیر را برای نمرات این مقیاس ارائه کرده است: ۲۱-۲۶ دلزدگی پایین، ۲۷-۳۴ دلزدگی متوسط به پایین، ۳۵-۴۲ دلزدگی متوسط، ۴۳-۵۴ دلزدگی بالاتر از متوسط و ۵۰-۸۴ دلزدگی زیاد. کایزر (۱۹۹۳) آلفای کرونباخ این ابزار را برابر ۰/۹۷ و روایی محتوایی آن را ۸۵/۰ گزارش کرده است. این مقیاس بین زوجینی که در مشاوره زناشویی شرکت داشتند و آن‌هایی که شرکت نداشتند نیز تمایز قائل می‌شود. در ایران روایی سازه این

۱ .Gottman Emotional Divorce Questionnaire (GEQ)
2 .marital depression Scale (MDS)
3 .Kayser

مقیاس را به روش محتوایی ۰/۸۰ و پایایی آن را به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمده (کاظمیان مقدم و همکاران، ۱۳۹۷). آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۷۸ به دست آمد.

پرسشنامه تمایزیافتگی عاطفی^۱ (DSI): پرسشنامه تمایزیافتگی عاطفی که توسط اسکورون^۲ در سال ۱۹۸۸ ساخته شده و یک پرسشنامه ۴۵ سوالی است که به منظور سنجش تمایزیافتگی افراد به کار می‌رود و از چهار خرده مقیاس واکنش‌پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی و هم‌آمیختگی با دیگران تشکیل شده است. این پرسشنامه با مقیاس لیکرت در یک طیف شش گزینه‌های درجه‌بندی شده است. پاسخ‌ها به این ترتیب: ۱. اصلاً شبیه خصوصیات من نیست، ۲. شبیه خصوصیات من نیست، ۳. تا حدودی شبیه خصوصیات من نیست، ۴. تا حدودی شبیه خصوصیات من است، ۵. تقریباً شبیه خصوصیات من است، ۶. کاملاً شبیه خصوصیات من است، نمره‌گذاری می‌شود. در این پرسشنامه سوالات ۱۹، ۱۸، ۱۹، ۱۱، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۰/۸۳، ۰/۸۰ و ۰/۸۲ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. آلفای کرونباخ محاسبه شده برای مقیاس کلی تمایزیافتگی و نمره پایین به معنای تمایزنایافتگی می‌باشد (اسکورون و فریدلندر^۳، ۱۹۹۸). پایایی این پرسشنامه در ایران به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و روابطی صوری آن ۰/۸۹ گزارش شده است (شريعی و همکاران، ۱۴۰۲). آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۷۳ به دست آمد.

جلسات درمان راه حل محور بر اساس روش کار^۴ (۲۰۱۹) و جلسات خانواده درمانی بونئ بر اساس روش بونئ (۱۹۹۳) صورت پذیرفت. هر دو گروه آزمایشی در ۸ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای (شش روز در میان) آموزش دریافت کردند.

جدول (۱): خلاصه جلسات درمان کوتاه مدت راه حل محور (کار، ۲۰۱۹)

جلسات	محتوا
اول	آشنایی با زوجین- برقراری ارتباط صمیمانه با زوجین- تشریح اهداف و اجرای پیش آزمون
دوم	تعریف مشکل از زبان زوجین، دعوت از مراجع که مشکل را در یک کلمه بازگو کند و سپس آن کلمه را به یک جمله تبدیل نماید. تغییر مشکل به اهداف قابل دسترس، بحث درباره مشکل
سوم	ارزیایی ماهیت مشکلات و میزان تعارضات- آگاه شدن از مشکل اصلی- تعریف مشکل بر اساس رفتاری مشخص- چهارچوب دهی مجدد مشکلات مراجغان- تفاهم در مورد مشکل موجود- پرسیدن سؤالات مهم و درجه دار- ارائه تکلیف و فیدبک.
چهارم	خلاصه جلسه قبل- بررسی تکالیف زوجین- تعیین هدف برای جلسه آتی- بررسی راه حل‌های ممکن بر طرف کننده مشکلات- فرمول‌بندی راه حل ممکن- استفاده نکردن از راه حل‌های قدیمی و همیشگی- ارائه تکلیف و فیدبک
پنجم	خلاصه جلسه قبل- بررسی تکالیف زوجین- شناسایی اتفاقات استثنایی که ممکن است، رخ دهد- پیدا کردن یک داستان مثبت در مشکل- ارائه تکلیف و فیدبک
ششم	خلاصه جلسه قبل- بررسی تکالیف زوجین- از سؤالات راه حل مدار، برهان خلف و شرط‌بندی متناقض بهره بردن- تمجید و از زوجین- ارائه تکلیف و فیدبک.
هفتم	خلاصه جلسه قبل- بررسی انجام تکلیف زوجین- از روش‌های زوج درمانی کوتاه‌مدت راه حل مدار استفاده کردن- ارائه تکلیف و فیدبک.
هشتم	خلاصه از جلسات قبل- بررسی انجام تکلیف زوجین- از سؤالات مهم و درجه‌دار استفاده کردن- میزان دستیابی به اهداف درمان را بررسی کردن- تشکر از زوجین به خاطر دست یافتن به هدف‌ها.

جدول (۲). شرح مختصر جلسات خانواده درمانی نظام عاطفی بونئ (۱۹۹۳)

جلسات	محتوا
اول	آشنایی با زوجین، بیان اهداف، قواعد و تعداد جلسات درمانی، ارائه توضیحاتی از برنامه جلسات آتی و تبیین موضوع. اجرای پیش آزمون

1. Differentiation of Self Inventory (DSI)

2. Skowron

3. Friedlander

4. Carr

مقایسه اثربخشی خانواده درمانی نظام عاطفی بوئن و درمان راه حل محور بر طلاق عاطفی، دلزدگی زناشویی و تمایزیافتگی عاطفی زوجین مقاضی طلاق
Comparison of the effects of Bowen's emotional system family therapy and solution-oriented therapy on emotional ...

دوم	آموزش مفهوم خودتمایزسازی، برقراری ارتباط بین مشکلات فعلی زندگی و تمایزیافتگی، بیان ویژگی‌های افراد دارای تمایزیافتگی و ناتامایزیافتگی.
سوم	شرح اجزای مولفه های تمایزیافتگی، مدیریت هیجان، بحث در مورد تفاوت واکنش هیجانی با عقلانی و استفاده از گزینه‌های رفتاری مختلف به جای هدایت شدن توسط هیجان های خود، مدیریت کردن هیجان در موقع تعارض
چهارم	توضیح مثلثسازی در خانواده، بررسی اثرات منفی مثلثسازی در ادامه یافتن مشکل و کاهش عملکرد مطلوب برای زوجین، خانواده و ارتباط خانوادگی، آموزش راه حل هایی برای نامثلث سازی برای کاهش روان‌بندی‌های ناسازگار.
پنجم	تشریح تأثیرگذاری محیط خانواده و ابتدایی فرد در زندگی او، بررسی رابطه بین مشکلات فعلی زندگی و مشکلات سابق خانه پدری، بازگشت ذهنی و حتی حضوری به خانه پدری برای کاهش روان‌بندی‌های گناه و بررسی و اصلاح الگوهای یادگرفته شده و دادن فیدبک.
ششم	تشریح در مورد مفاهیم فرافکنی، خانوادگی و گسلش عاطفی و تاثیر آنها در مشکلات فعلی برای زوجین و خانواده، آموزش به زوجین در مورد ویژگی رابطه بالغانه و افزایش مسئولیت‌پذیری در خانواده، ارائه خواستن آنچه که یادگرفته و دادن فیدبک.
هفتم	خودپیروی و مسئولیت‌پذیری و سعی برای تغییر دادن خود به جای اینکه دیگران را تغییر دهد، کم کردن انتقاد منفی، سرزنش و بیان احساسات به صورت درست و استفاده از روان‌بندی‌های سازگارانه
هشتم	مروری بر تمام جلسات و ارائه راهبردهای نهایی برای اصلاح و بهبود وضعیت

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان در پژوهش ۴۲ نفر بودند. میانگین و انحراف معیار سن در دو گروه آزمایشی خانواده درمانی بوئن به ترتیب ۳۲/۸۳ و ۶/۰۹ و درمان راه حل محور ۳۲/۳۶ و ۶/۸۰ و کنترل ۳۱/۴۸ و ۵/۰۵ بود. در گروه خانواده درمانی بوئن، ۷ نفر دارای تحصیلات کارشناسی، ۳ نفر کارشناسی ارشد، ۳ نفر زیر دیپلم و یک نفر دیپلم و در گروه درمان راه حل محور ۶ نفر دارای تحصیلات کارشناسی، ۴ نفر کارشناسی ارشد، ۲ نفر دیپلم و ۲ نفر زیر دیپلم و در گروه کنترل ۷ نفر دارای تحصیلات کارشناسی، ۳ نفر کارشناسی ارشد، ۱ نفر زیر دیپلم و ۳ نفر دیپلم بودند. با توجه به به سطح معناداری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ تفاوت معناداری بین دو گروه از لحاظ تحصیلات و سن وجود نداشت و گروه‌ها با یکدیگر همگن بودند. در ادامه در جدول ۱ اطلاعات توصیفی متغیرها به تفکیک دو گروه ارائه شده است.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار متغیرها در گروه‌های آزمایش و کنترل

گروه	مرحله	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار									
خانواده درمانی	پیش آزمون	۱۷۰/۳۶	۱۷۰/۳۶	۱۳/۷۸۵	۱۳/۷۸۵	۱۵/۱۴	۴/۴۰۳	۸۳/۰۰	۴/۴۰۳	۱۶/۶۸۹	۱۶/۶۸۹	دلزدگی زناشویی	طلاق عاطفی	تمایزیافتگی عاطفی
بوئن	پس آزمون	۱۷۵/۰۰	۱۷۵/۰۰	۷/۸۶۴	۷/۸۶۴	۹/۱۴	۵/۱۶۲	۶۸/۷۱	۵/۱۶۲	۲۱/۷۶۴	۲۱/۷۶۴	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
درمان راه حل	پیش آزمون	۱۷۲/۰۷	۱۷۲/۰۷	۸/۸۸۲	۸/۸۸۲	۱۵/۷۱	۴/۰۹۰	۸۲/۵۷	۴/۰۹۰	۱۶/۶۱۲	۱۶/۶۱۲	محور	میانگین	انحراف معیار
	پس آزمون	۱۸۰/۰۰	۱۸۰/۰۰	۱۱/۸۰۶	۱۱/۸۰۶	۱۰/۰۷	۴/۵۱۳	۷۰/۰۴	۴/۵۱۳	۲۱/۲۷۲	۲۱/۲۷۲		میانگین	انحراف معیار
کنترل	پیش آزمون	۱۷۰/۲۳	۱۷۰/۲۳	۱۳/۷۶۴	۱۳/۷۶۴	۱۵/۱۶	۴/۴۰۵	۸۳/۲۳	۴/۴۰۵	۱۶/۷۶۷	۱۶/۷۶۷		میانگین	انحراف معیار
	پس آزمون	۱۷۰/۴۵	۱۷۰/۴۵	۱۳/۷۰۲	۱۳/۷۰۲	۱۵/۳۴	۴/۴۲۳	۸۳/۶۷	۴/۴۲۳	۱۶/۴۵۶	۱۶/۴۵۶		میانگین	انحراف معیار

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد بین نمرات میانگین تمایزیافتگی عاطفی، طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی در دو گروه خانواده درمانی بوئن و درمان راه حل محور در پیش آزمون، پس آزمون و کنترل تفاوت وجود دارد و لذا فرضیه پژوهش تایید شد. به منظور میزان تفاوت اثربخشی دو گروه آزمایش و گروه کنترل، با کنترل پیش آزمون از تحلیل کواریانس چندمتغیره استفاده شد. قبل از اجرای تحلیل کواریانس، پیش فرض‌های مهم آن مورد بررسی قرار گرفت. برای بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون کالموگروف اسمیرنوف که با توجه به معناداری،

این پیشفرض برقرار بود. به منظور بررسی یکسانی واریانس متغیر وابسته از آزمون لوین استفاده شد، نتایج نشان داد که همگونی خطای واریانس‌ها در هر سه گروه در متغیر طلاق عاطفی ($F=4/0.69$, $P<0.054$)، دلزدگی زناشویی ($F=1/0.180$, $P<0.001$) و تمایزیافتنگی ($F=0/0.427$, $P>0.050$) همگون است. بنابراین گروه‌ها قابلیت مقایسه با یکدیگر را دارند. همچنین، بررسی پیش فرض خطی بودن نشان داد که بین نمره پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه‌های خانواده درمانی بؤن ($F=41/0.974$, $P<0.001$)، درمان راه حل محور ($F=40/0.001$, $P<0.001$) و گروه کنترل ($F=4/0.456$, $P<0.001$) رابطه معنادار وجود دارد. با توجه به یافته‌های فوق می‌توان نتیجه گرفت که رابطه پیش‌آزمون و پس‌آزمون متغیرهای طلاق عاطفی، دلزدگی زناشویی و تمایزیافتنگی عاطفی خطی است و بهترین آزمون جهت سنجش اثر مداخلات بر متغیرهای وابسته تحلیل کوواریانس می‌باشد؛ چرا که با استفاده از این آزمون می‌توان اثر نمرات پیش‌آزمون بر پس‌آزمون را تعدیل کرد و اثر خالص مداخله بر متغیرهای وابسته را محاسبه کرد. مفروضه تساوی واریانس گروه‌ها در جامعه با استفاده از آزمون M باکس ($p<0.05$, $M=1/0.445$) تایید شد. بررسی همگنی شبیه رگرسیون نشان داد که تعامل گروه پژوهش * پیش‌آزمون طلاق عاطفی برابر با $0/0.74$ و بیشتر از $0/0.5$ می‌باشد. همچنین سطح معناداری تعامل گروه پژوهش * پیش‌آزمون دلزدگی زناشویی برابر با $1/0.25$ و بیشتر از $0/0.5$ بود و سطح معناداری تعامل گروه پژوهش * پیش‌آزمون تمایزیافتنگی عاطفی برابر با $0/0.90$ و بیشتر از $0/0.5$ بود. این نتایج نشان می‌دهد که پیش‌فرض همگنی شبیه رگرسیون برقرار است. با توجه به تایید مفروضه‌های تحلیل کوواریانس، بنابراین می‌توان از تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده کرد در ادامه نتایج آن در جدول ۴ گزارش شده است.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس در متن مانکووا بر روی متغیرهای وابسته زوجین متقاضی طلاق با کنترل پیش‌آزمون

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	معنی	سطح داری	مجذور اتا
تمایزیافتنگی	گروه	۸/۰۲۷۲	۲	۲۲/۷۲	۰/۱۰۴	۰/۰۹۰۶	۰/۰۱۰	۰/۰۱۰
پیش‌آزمون	خطا	۴۸/۰۵۴۷	۱	۴۸/۰۵۴۷	۱/۱۴۷	۰/۰۹۶	۰/۰۵۲	۰/۰۵۲
طلاق عاطفی	گروه	۳۴/۰۵۰	۱۸	۱/۸۹۱	۰/۲۶۵	۰/۰۷۳۴	۰/۰۲۸	۰/۰۲۸
پیش‌آزمون	خطا	۲/۰۴۵۰	۲	۰/۸۱۶	۲/۳۷۰	۰/۰۱۳۹	۰/۱۰۱	۰/۱۰۱
دلزدگی زناشویی	گروه	۳۸۷/۱۴۱	۲	۰/۷۳۱	۰/۰۷۲۹	۰/۰۵۶۸	۰/۰۴۵	۰/۰۴۵
پیش‌آزمون	خطا	۹۹/۰۳۸	۱	۰/۰۳۸	۰/۰۷۳۹	۰/۰۴۰۰	۰/۰۳۴	۰/۰۳۴
		۱۰۲/۰۳۴۵	۱۸	۵/۶۸۵				

همان‌طوری که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود با کنترل پیش‌آزمون در بین زوجین متقاضی طلاق در گروه‌های آزمایشی و کنترل از لحاظ طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی و تمایزیافتنگی عاطفی تفاوتی در سطح معناداری $0/0.5$ وجود ندارد. به طور کلی این نتیجه نشان می‌دهد که بین خانواده درمانی بؤن و درمان کوتاه مدت راه حل محور تفاوتی وجود ندارد. مقایسه دو به دوی گروه‌ها به تفکیک هر مرحله با استفاده از روش آماری بنفرونی انجام شد که نتایج آن در جدول ۵ گزارش شده است.

جدول ۵. مقایسه زوجی میانگین نمرات متغیرها در دو مرحله پژوهش

متغیر	گروه بؤن	تفاوت میانگین	سطح-معناداری	گروه راه حل محور	تفاوت میانگین	سطح-معناداری	گروه بؤن	متغیر
طلاق عاطفی	پیش‌آزمون-پس آزمون	۷/۰۵۱۰	۰/۰۴۵۹	۰/۰۶۴	۵/۰۶۴	۰/۰۳۴۵	۰/۰۳۴۵	دلزدگی زناشویی
دلزدگی زناشویی	پیش‌آزمون-پس آزمون	۱۴/۰۲۹	۰/۰۵۴۷	۱۲/۰۵۳	۰/۰۸۹	۰/۰۰۸۹	۰/۰۰۸۹	

مقایسه اثربخشی خانواده درمانی نظام عاطفی بوئن و درمان راه حل محور بر طلاق عاطفی، دلزدگی زناشویی و تمایزیافتگی عاطفی زوجین مقاضی طلاق
Comparison of the effects of Bowen's emotional system family therapy and solution-oriented therapy on emotional ...

تمایزیافتگی عاطفی زمون	پیش آزمون-پس زمون	۰/۸۳۴	-۴/۶۴	-۷/۹۳	۰/۳۴۷
	پس آزمون				

با توجه به جدول ۵ ملاحظه می شود که تفاوت معناداری بین گروه های خانواده درمانی بوئن و درمان راه حل محور در متغیرهای پژوهش وجود ندارد ($P > 0.05$). این نتیجه نشان می دهد که بین خانواده درمانی بوئن و درمان کوتاه مدت راه حل محور تفاوتی وجود ندارد.

بحث و نتیجه گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی خانواده درمانی بوئن و درمان راه حل محور بر تمایزیافتگی عاطفی، طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی در زوجین مقاضی طلاق در شهر ساری بود. یافته های پژوهش حاکی از آن بود که روش های مداخله ای در موثر بودند، اما در تفاوتی در اثربخشی وجود نداشت.

یافته پژوهش نشان داد که درمان راه حل مدار بر کاهش دلزدگی زناشویی، طلاق عاطفی و افزایش تمایزیافتگی عاطفی زوجین مقاضی طلاق موثر است. این یافته با نتایج پژوهش لنگری و همکاران (۱۴۰۱)، رهسپار منفرد و همکاران (۱۴۰۰)، شکری و همکاران (۱۴۰۰)، نیل و آبراهات (۲۰۲۳) همسو بود. در تبیین این یافته باید گفت؛ که ازدواج تحت تاثیر عوامل مختلفی است که بعضی از آن ها ممکن است زوجین را دچار تعارض و درگیری و دلزدگی زناشویی و در نهایت طلاق سوق دهد. در رویکرد درمان راه حل محور اعتقاد بر آن است که اختلافات به دلیل بعضی رفتارهای نگهدارنده تعارض در دنیای بین فردی رابطه بین زوج ها ادامه پیدا می کنند. اگر رفتار نگه دارنده در زوجین تغییر پیدا کند، رفتار نیز به نوبه خود تغییر خواهد کرد. در طی فرایند درمان راه حل محور به زوجین کمک می شود، از روش یافتن استثنایی در زندگی خود و پیدا کردن و ابداع راه حل های مفید، مناسب و کارآ با اعضای خانواده و به خصوص همسر خود در مسیر تغییر قدم بگذارند (لنگری، مفاخری و بخشی پور، ۱۴۰۱). زوجین در طی جلسات درمانی راه حل محور به این توانایی دست می یابند که با هم درباره مشکلات به وجود آمده که باعث افزایش دلزدگی زناشویی می شود، گفتگو کنند. همچنین از روش هایی برای حل مشکلات خود که با همسرانشان، ابداع کنند و مشکلات خود را از طریق گفتگو حل کنند. مطالعات مختلف نشان می دهد رویکرد راه حل محور یک روش درمانی موثر در بهبود زندگی زناشویی است. در این رویکرد فرض بر این است که تغییرات مشبت در زوجین از روش تاکید بر گفتگو راه حل محور به جای گفتگوی مشکل محور در یک دوره کوتاه را ممکن می سازد (جنکیز و گرماین، ۲۰۲۳). همچنین باید گفت؛ که در روش درمان کوتاه مدت راه حل محور، درمانگر بر زمان حال تمرکز خواهد داشت و از زوجین می خواهد در زندگی اکنون خود جستجو و کاوش کنند و استثنائاتی که در زندگی آنها وجود دارد را پیدا کنند. درمانگر به آن ها می گوید؛ تصور کنند اگر چوب جادویی داشتند چه اتفاق دوست دارند، رخ دهد و در آن صورت زندگی ایده آل زوجین چه شکلی به خود می گیرد (اهرمیان و همکاران، ۱۴۰۰). در واقع با این سوال درمانگر می خواهد که زوجین را به نوعی متوجه انتظارات، خواسته ها و آرزو های خود در زمان اکنون کند و در پی آن است که خود زوجین به راه حل مناسب درباره می مشکل خود دست یابند. بنابراین از طریق این روش دلزدگی زناشویی و طلاق عاطفی بین آن ها کاهش می یابد.

دومین یافته پژوهش نشان داد خانواده درمانی بوئن بر افزایش تمایزیافتگی، کاهش طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی زوجین مقاضی طلاق موثر است. این یافته با نتایج پژوهش های، هوکاگلو و ایزلک (۲۰۲۴)، مت و همکاران (۲۰۲۴) و نپ و همکاران (۲۰۲۴) همسو بود. در تبیین این یافته می توان گفت؛ در این رویکرد با نگاه غیرآسیب شناختی به مشکلات بین زوجین تمرکز شده و از عوامل تاثیرگذار بر ایجاد همدلی، گرمی و پذیرش، به عنوان پایه ای اصلی ارتباط در این رویکرد استفاده می گردد (جنکیز و گرماین، ۲۰۲۳). در تبیین فرضیه می توان گفت؛ که نظریه بوئن نقش مهمی در زمینه توسعه نظری و مطالعه بالینی خانواده درمانی داشته و بر اساس مدل بوئن، فردی که به تمایزیافتگی دست یافته باشد، از سطح اضطراب و نشانگان روانشناسی کمتری برخوردار است. این در حالی است که زوجین خواستار طلاق اغلب از اضطراب نشانه های بیماری برآمده از کمبود یا نبود تمایزیافتگی از خانواده مبدأ رنج می برند، خانواده درمانی بوئن با افزایش تمایزیافتگی موجب کاهش اضطراب می شود، برآیند اینکه خانواده درمانی خانواده بوئن در هنگام آشфтگی اضطراب می تواند کارساز واقع شود، زیرا ناوابتگی در سازه هایی مانند تمایزیافتگی با تراز بهینه روابط مشبت زوجین همبستگی چشم گیری دارند (مت و همکاران، ۲۰۲۴).

در آخر نیز یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که تفاوتی بین اثربخشی خانواده درمانی بوئن و درمان راه حل محور بین متغیرهای طلاق عاطفی، دلزدگی زناشویی و تمایزیافتگی عاطفی در بین زوجین متقاضی طلاق وجود ندارد. به دلیل عدم وجود پیشینه‌ای پژوهشی که این دو مداخله را با یکدیگر مقایسه کرده باشند، نمی‌توان در مورد همسوی و عدم همسوی یافته حاضر گزارشی ارائه کرد. در ادامه باید گفت؛ روش راه حل محور از پرکاربردترین روش‌های مداخله‌ای به حساب می‌آیند که نتایج، حاکی از اثربخش بودن آن در این پژوهش بود. این نتایج می‌تواند پشتونهای برای استفاده از این روش مداخله‌ای در حوزه خانواده قبل از مرحله طلاق نیز باشد تا با کمک این مداخلات بهنگام از فروپاشی نظام خانواده و از عواقب آن جلوگیری و پیشگیری کرد. به بیان دیگر با توجه به بالا بودن اختلافات، مشکلات خانوادگی، زناشویی و مراجعه زوجین که به مراکز مشاوره مراجعه می‌کنند، نباید اینگونه درمان‌ها و مداخلات را فقط برای طلاق و شرایط بحرانی استفاده کرد (شکری و همکاران، ۱۴۰۰). با توجه به نتایج پژوهش حاضر باید گفت؛ که روش خانواده درمانی نظام عاطفی بوئن روش‌های مداخله‌ای هستند که باید از سوی خانواده‌درمانگران و زوج‌درمانگران برای مراجعینی که در زمینه‌های گوناگون زناشویی با یکدیگر مشکل دارند و هنوز وارد مرحله طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی نشده‌اند، نیز استفاده کنند.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به روش نمونه‌گیری هدفمند اشاره کرد. پژوهش حاضر در دوران پاندمی کرونا انجام شد، بنابراین نمونه‌گیری به صورت تصادفی امکان‌پذیر نبود. همچنین عدم وجود مرحله پیگیری به جهت محدودیت‌های زمانی و شرایط موجود جامعه که درگیر کرونا بود، از دیگر محدودیت‌های این پژوهش بود. در پژوهش‌های آتی پیشنهاد می‌گردد که نمونه‌گیری به صورت تصادفی انجام شود تا در تعیین‌پذیری نتایج اطمینان بیشتری حاصل گردد. همچنین دوره‌های پیگیری می‌تواند در ثبات نتایج در جهت تعیین‌پذیری موثر باشد. بنابراین پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی دوره‌های پیگیری نیز نیز انجام شود. این پژوهش در شهر ساری انجام شد، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی پژوهش را در بافت‌های فرهنگی مختلف تکرار نمایند. این کار قابلیت تعیین‌پذیری را افزایش می‌دهد و هم امکان مقایسه را فراهم می‌کند.

منابع

- انتظارخیر، ن.، علیوندی وفا، م.، و حسینی نسب، س.۵. (۱۴۰۱). طلاق عاطفی و طرحواره‌های هیجانی در زوجین دارای تجربه طلاق عاطفی: نقش واسطه‌ای هوش هیجانی. خانواده درمانی کاربردی، ۲(۳)، ۳۶۱-۳۷۷.
[10.22034/AFTJ.2022.328798.1388](https://doi.org/10.22034/AFTJ.2022.328798.1388)
- اهرمیان، ا.، و سودانی، م.، و غلامزاده جفره، م. (۱۴۰۰). اثربخشی درمان راه حل مدار بر نگرش به خیانت زناشویی و صمیمیت زناشویی افراد متأهل. مجله علوم روانشناسی، ۲۰(۱۰۱)، ۷۹۹-۸۱۱.
[20.1001.1.28222476.1400.12.45.2.1](https://doi.org/10.1001.1.28222476.1400.12.45.2.1)
- بابایی فرد، ا.، و صنعتکار، ا. (۱۴۰۲). عوامل مؤثر بر طلاق عاطفی همسران در شهر کاشان. زن و مطالعات خانواده، ۱۶(۶۰)، ۷-۳۶.
[10.30495/JWSF.2022.1928155.1634](https://doi.org/10.30495/JWSF.2022.1928155.1634)
- بشرات قراملکی، ر.، پناه علی، ا.، و حسینی نسب، ۵. (۱۴۰۲). اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر واقعیت درمانی به شیوه گروهی بر سازگاری زناشویی، تمایز یافته‌گی عاطفی و صمیمیت زوجین دارای طلاق عاطفی. فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناسی، ۱۸(۷۲)، ۶۱-۷۰.
[10.22034/jmpr.2024.16930](https://doi.org/10.22034/jmpr.2024.16930)
- پاداش، ز.، یوسفی، ز.، عابدی، م.، ترکان، م. (۱۳۹۹). بررسی اثربخشی مشاوره زناشویی به روش گاتمن بر میل به طلاق و دلزدگی زناشویی زنان متأهل تمایل به طلاق. مجله مطالعات ناتوانی، ۱۰(۱۵۴-۱۵۴)، ۱۵۴-۱۵۴.
[20.1001.1.23222840.1399.10.0.133.2](https://doi.org/10.1001.1.23222840.1399.10.0.133.2)
- دانشمندی، س.، و ذاکری، ح. (۱۴۰۰). پیش‌بینی دلزدگی زناشویی زنان براساس نیازهای بنیادین روانشناسی و صمیمیت جنسی، نهمین کنفرانس بین المللی پژوهش در روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی، ۱۷(۱۲۶-۱۲۶).
<https://civilica.com/doc/1262117>
- رهسپار منفرد، ف.، آرون، ژ.، و شریعت زاده جنیدی، گ. (۱۴۰۰). اثربخشی زوج درمانی راه حل محور بر تعارض و دلزدگی زناشویی زوجین. فصلنامه سنجش و پژوهش در مشاوره کاربردی، ۳(۴)، ۵۷-۵۳.
[10.22034/AFTJ.2023.336226.1509](https://doi.org/10.22034/AFTJ.2023.336226.1509)
- روشندل، ا.، غلامی توران پشتی، م.، هواسی سومار، ن.، شاه نظری، م. (۱۴۰۲). مدل‌یابی معادلات ساختاری نگرش خوردن بر اساس تمایزیافتگی خود، واکنش‌پذیری عاطفی و اضطرار منفی با میانجی‌گری دشواری تنظیم هیجان در دختران. خانواده درمانی کاربردی، ۴(۵)، ۵۹۳-۵۱۲.
[10.22034/aftj.2023.348571.1662](https://doi.org/10.22034/aftj.2023.348571.1662)
- زکی پور، م.، رئیسی گوجانی، ز.، و احمد زاده، ح. (۱۳۹۶). اثربخشی درمان راه حل محور بر کاهش دلزدگی زناشویی و افزایش کیفیت زندگی زوجین. مجله مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی، ۳(۱۲)، ۲۵-۱۷.
[10.22034/AFTJ.2022.322683.1331](https://doi.org/10.22034/AFTJ.2022.322683.1331)
- شریعتی، س.، عباسی، ق.، و میرزاپیان، ب. (۱۴۰۲). اثربخشی آموزش ذهن‌آگاهی مبتنی بر خوردن بر پردازش هیجانی و تمایزیافتگی خود زنان دچار اضافه وزن. خانواده درمانی کاربردی، ۴(۴)، ۱۳۵-۱۵۲.
[10.22034/aftj.2022.328267.1383](https://doi.org/10.22034/aftj.2022.328267.1383)

مقایسه اثربخشی خانواده درمانی نظام عاطفی بون و درمان راه حل محور بر طلاق عاطفی، دلزدگی زناشویی و تمایزیافتگی عاطفی زوجین مقاضی طلاق
Comparison of the effects of Bowen's emotional system family therapy and solution-oriented therapy on emotional ...

شکری، م.، رحمانی، م.، و ابوالقاسمی، ش. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار و راه حل مدار بر بخشدگی و دلزدگی زناشویی زوجین مقاضی طلاق مراجعت کننده به اورانس های اجتماعی خانواده. نشریه علمی روانشناسی اجتماعی، ۳۷-۳۷. [20.1001.1.23455098.1400.9.62.3.7.53](https://doi.org/10.1001.1.23455098.1400.9.62.3.7.53)

صادق خانی، م.، امامی پور، س.، و میرهاشمی، م. (۱۴۰۲). تدوین الگوی ساختاری طلاق عاطفی بر اساس صفات سه گانه تاریک شخصیت و سبک‌های حل تعارض با میانجی-گری دلزدگی زناشویی. خانواده درمانی کاربردی، ۴(۲)، ۴۴۴-۴۷۱. [doi: 10.22034/aftj.2023.394409.2029](https://doi.org/10.22034/aftj.2023.394409.2029)

طاهری فرد، ا.، جاودان، م.، سماوی، ع.، و نجارپوریان، س. (۱۴۰۲). بررسی اثربخشی روایت درمانی راه حل محور بر دلزدگی، اشتیاق و امید زنان مقاضی طلاق در شهرستان شهرکرد. خانواده درمانی کاربردی، ۴(۴)، ۳۳۱-۳۴۹. [doi: 10.22034/aftj.2023.349499.1675](https://doi.org/10.22034/aftj.2023.349499.1675)

کاظمیان مقدم، ک.، مهرابی زاده هنرمند، م.، کیامنش، ع.، و حسینیان، س. (۱۳۹۷). رابطه علی تمایزیافتگی، معناداری زندگی و بخشدگی با دلزدگی زناشویی از طریق میانجی-گری تعارض زناشویی و رضایت زناشویی. فصلنامه علمی روشها و مدل‌های روانشناسی، ۳۱(۹)، ۱۳۱-۱۴۶. [20.1001.1.22285516.1397.9.31.8.8](https://doi.org/10.1001.1.22285516.1397.9.31.8.8)

کرمی، ب.، خدابخشی کولاپی، آ.، حیدری، ح.، و داوودی، ح. (۱۴۰۲). مقایسه اثربخشی درمان روایتی راه حل مدار و ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر کیفیت خواب مادران با فرزند پسر دارای معلولیت حرکتی درشت. نشریه پرستاری کودکان و نوزادان، ۴(۹)، ۱-۹. [10.22034/JPEN.9.4.1](https://doi.org/10.22034/JPEN.9.4.1)

لنگری، م.ح، مفاخری، ع.، و پخشی پور، ا. (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی طرحواره درمانی مبتنی بر سلامت و درمان راه حل محور بر کاهش پرخاشگری زوجین مقاضی طلاق. قرآن و طب، ۷(۴)، ۱۷۱-۱۸۰. <http://quranmed.com/article-fa.html> ۸۲۲

مصطفق، م.، دربانی، ع.، و پارساکیا، ک. (۱۴۰۲). نقش واسطه‌ای رضایت جنسی در رابطه میان ویژگی‌های شخصیتی و طلاق عاطفی در مردان. خانواده درمانی کاربردی، ۴(۴)، ۱۹۱-۲۰۲. [doi: 10.22034/aftj.2023.425358.2227](https://doi.org/10.22034/aftj.2023.425358.2227)

مهدی‌زاده، ا.، ح. (۱۳۹۹). رابطه کیفیت استفاده از فضای مجازی و طلاق عاطفی با واسطه مزه‌های خانواده و رضایت زناشویی. پژوهش‌های اسلامی، ۳(۲):

<https://civilica.com/doc/1419912> ۸۵-۸۴

ناظران، ز.، حقایق، ع.، ریسی، ز.، دهقانی، ا. (۱۴۰۲). رابطه بین استنادهای و دلزدگی زناشویی با نقش واسطه‌ای بخشش زناشویی. رویش روان‌شناسی، ۱۲، ۱۰-۱۸۷. [20.1001.1.2383353.1402.12.1.17.1](https://doi.org/10.1001.1.2383353.1402.12.1.17.1)

Bowen, M. (1993). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson; Dec 1.

Carr, A. (2019). Couple therapy, family therapy and systemic interventions for adult-focused problems: The current evidence base. *Journal of Family Therapy*, 41(4), 492-536. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12225>

Dong, S., Dong, Q., & Chen, H. (2022). Mothers' parenting stress, depression, marital conflict, and marital satisfaction: The moderating effect of fathers' empathy tendency. *Journal of affective disorders*, 299, 682-690. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.079>

Gottman, J., & Gottman, J. S. (2008). *And baby makes three: The six-step plan for preserving marital intimacy and rekindling romance after baby arrives*. Harmony.

Jenkins, C., & Germaine, C. (2023). Solution oriented learning: an innovative approach that promotes motivation and resilience. *Mental Health Practice*, 25(4). [doi: 10.7748/mhp.2018.e1291](https://doi.org/10.7748/mhp.2018.e1291)

Knapp, K. S., Bradizza, C. M., Zhao, J., Linn, B. K., Wilding, G. E., LaBarre, C., & Stasiewicz, P. R. (2024). Emotion differentiation among individuals in a randomized clinical trial for alcohol use disorder: Within-and between-person associations with affect, craving, and alcohol use in daily life. *Behaviour Research and Therapy*, 173, 104474. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2024.104474>

Knill, P. J., & Eberhart, H. (2023). *Solution Art: A textbook of art and resource-orientated work*. Jessica Kingsley Publishers.

Langari, M. R., Mafakheri, A., & Bakhshipour, A. (2023). Comparing the effectiveness of schema therapy and solution-oriented therapy on marital satisfaction of couples applying for divorce. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling (JARAC)*, 5(3), 8-15. <https://doi.org/10.61838/kman.jarac.5.3.2>

Matt, L. M., Seah, T. S., & Coifman, K. G. (2024). Effects of a brief online emotion word learning task on negative emotion differentiation, emotional self-efficacy, and prospective distress: Preliminary findings. *Plos one*, 19(2), e0299540. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0299540>

Meng, X., & Yang, D. (2023). Marital status differences in the association of work motivation with burnout: a network perspective. *Current Psychology*, 1-10. [10.1007/s12144-022-04124-5](https://doi.org/10.1007/s12144-022-04124-5)

Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 235-246. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.3.235>

Walters, K. J., Gray, K. M., Gex, K. S., & McClure, E. A. (2023). The role of emotion differentiation in the association between momentary affect and tobacco/nicotine craving in young adults. *Nicotine and Tobacco Research*, 25(7), 1261-1268. <https://doi.org/10.1093/ntr/ntad001>