

## اثربخشی رویکرد رفتار درمانی دیالکتیک بر کاهش طلاق عاطفی زوجین در معرض طلاق

مقاله پژوهشی

حسین حبیب اله زاده<sup>۱</sup>، عبدالله شفیع آبادی<sup>۲\*</sup>، محمدقمری<sup>۳</sup>

### چکیده:

**مقدمه:** رابطه زناشویی زیربنای روابط خانوادگی و تربیت نسل‌های آینده است. طلاق عاطفی یکی از مهم‌ترین عوامل فروپاشی روابط زوجین و آسیب‌پذیری خانواده است. پژوهش حاضر باهدف تعیین اثربخشی رویکرد رفتاردرمانی دیالکتیک بر کاهش طلاق عاطفی زوجین انجام شد.

**روش پژوهش:** روش از نوع نیمه آزمایشی بود که با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل اجرا شد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین متقاضی طلاق بودند که به دادگاه خانواده شعبه باهنر تهران در سال ۱۳۹۷ مراجعه کرده بودند. تعداد ۲۴ زوج (۲۴ نفر مرد، ۲۴ نفر زن) به صورت نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند و تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۲ زوج) و کنترل (۱۲ زوج) جایگزین شدند. آزمودنی‌های در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری به مقیاس طلاق عاطفی گاتمن (۱۹۹۴) پاسخ دادند. گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش رفتاردرمانی دیالکتیک (DBT) قرار گرفتند. اما گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکردند. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از تحلیل واریانس آمیخته با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی LSD تجزیه و تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد رفتاردرمانی دیالکتیک در کاهش طلاق عاطفی زوجین در معرض طلاق مؤثر است و نتایج در مرحله پیگیری نیز پایدار بود. ( $p < 0/05$ )

**نتیجه‌گیری:** رفتاردرمانی دیالکتیک یک روش مؤثر در افزایش کیفیت روابط زناشویی است و آن را در پیشگیری از طلاق و کاهش طلاق عاطفی زوجین می‌توان به کاربرد.

**کلید واژه:** رفتاردرمانی دیالکتیک، زوجین، طلاق، طلاق عاطفی

تاریخ پذیرش نهایی: ۱۳۹۹/۱۰/۱۰

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۲/۱۹

**استناد:** حبیب اله زاده ح، شفیع آبادی ع، قمری م. اثر بخشی رویکرد رفتار درمانی دیالکتیک بر کاهش طلاق عاطفی زوجین در معرض طلاق، خانواده و بهداشت، ۱۳۹۹؛ ۱۰(۴): ۸۲-۶۶

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

<sup>۲</sup> نویسنده مسئول، استاد، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران. [ashafiabady@yahoo.com](mailto:ashafiabady@yahoo.com)

<sup>۳</sup> دانشیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد ابهر، دانشگاه آزاد اسلامی، ابهر، ایران.

© حقوق برای مؤلف (آن) محفوظ است. این مقاله با دسترسی آزاد در خانواده و بهداشت تحت مجوز کرییتو کامنز <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/> منتشر شده که طبق مفاد آن هرگونه استفاده غیر تجاری تنها در صورتی

مجاز است که به اثر اصلی به نحو مقتضی استناد و ارجاع داده شده باشد.

خانواده<sup>۱</sup>، یک واحد عاطفی و شبکه‌ای از روابط درهم‌تنیده است (۱). که با ازدواج<sup>۲</sup> زن و مرد آغاز می‌شود. اغلب زوجین در شروع زندگی سرمایه‌ی مشترک خود را عشق و علاقه متقابل می‌دانند (۲). اما هنگامی که زندگی زناشویی‌شان آن‌گونه که انتظار دارند، پیش نمی‌رود دچار یاس و ناامیدی شده و به حالتی از کاهش عاطفه نسبت به هم می‌رسند (۳). طوری که رابطه عاطفی مثبت میان زوجین از بین رفته و روابط عاطفی منفی جایگزین آن می‌شود (۴). که در آن هر یک از زن و شوهر به دلیل ناامیدی دیگری را آزار می‌دهد تا همسران پس از یک دوره طولانی تعارض به مرحله تنفر و سپس به وضعیت بی‌تفاوتی برسند؛ که آخرین مرحله روابط احساسی بین زن و مرد است که در نهایت به طلاق عاطفی<sup>۳</sup> می‌انجامد (۵). کارشناسان بر این باورند که در فرایند طلاق، پس از طلاق عاطفی، طلاق قانونی صورت می‌گیرد. طلاق، به‌عنوان یک مسئله‌ی اجتماعی دربرگیرنده‌ی انحلال قانونی ازدواج است و به لحاظ آسیب‌پذیری در سطوح فردی و اجتماعی حائز اهمیت است (۶). از سوی دیگر ممکن است این آثار و پیامدها نه‌تنها عوارضی را برای زنان و مردان بلکه برای فرزندان نیز پیامدهای غیرقابل جبرانی داشته باشند (۷). آمارها نشان می‌دهد در سه‌ماهه اول سال ۱۳۹۷ در ایران حدوداً ۴۰ هزار طلاق به ثبت رسیده است یعنی یک طلاق به ازای هر چهار ازدواج اتفاق می‌افتد که آمار نگران‌کننده‌ای را از وقوع میزان طلاق در کشور گزارش می‌کند (۸). مطالعات بنسون<sup>۴</sup> (۲۰۱۹) نشان داد آمار مخاطرات طلاق از سال ۱۹۶۰ تا ۲۰۱۶ در جهان سیر صعودی داشته و هرساله درصد مخاطرات با توجه به تغییرات جوامع رو به افزایش است (۹). یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند چالش‌های روانی مثل طلاق عاطفی و دلزدگی زناشویی در جدایی زوجین تأثیر دارد (۱۰). اما آمار رسمی طلاق به‌طور کامل نشان‌دهنده میزان ناکامی همسران در زندگی زناشویی نیست زیرا در کنار آن آماری بزرگ‌تر به طلاق‌های عاطفی اختصاص دارد. یعنی زندگی‌های خاموش و توخالی‌ای که زن و مرد در کنار هم به سردی و بدون عشق و علاقه زندگی می‌کنند (۸). از سویی دیگر چنانچه طلاق عاطفی، به طلاق رسمی منتهی نشود باعث کاهش کیفیت زندگی زوجین شده و مخاطرات مختلفی چون روابط فرا زناشویی، تعارضات خانوادگی، آسیب‌پذیری فرزندان، مشکلات تربیتی و بیماری‌های روانی برای خانواده‌ها در پی دارد. بر اساس برآوردها میزان شیوع طلاق عاطفی در بین زوجین ایرانی ۴۰/۹ درصد گزارش شده که بیانگر شیوع بالای طلاق عاطفی در همسران ایرانی است (۱۱). طلاق عاطفی موجب افسردگی، اضطراب در زوجین می‌شود (۱۲) بین طلاق عاطفی با سایر مؤلفه‌های اختلال‌های رفتاری، هیجانی و شناختی رابطه معنادار وجود دارد. (۱۳). پژوهش‌ها نشان داده که طلاق عاطفی با دشواری در تنظیم هیجان و کنترل خود (۱۴)، مهارت‌های ارتباطی (۱۵)، خشونت و پرخاشگری (۱۶)، باورهای غیرمنطقی و ناامیدی (۱۷) در زوجین رابطه معناداری دارد. این در حالی است که با افزایش طلاق و نارضایتی زناشویی از یک‌سو و تقاضای همسران برای پرباری و بهبود روابط زناشویی از سوی دیگر، نیاز همسران به مداخلات و آموزش‌های تخصصی در این زمینه بیش‌ازپیش احساس می‌شود (۱۸). تاکنون در کشور ما مداخله‌های خانواده‌محوراندکی به‌منظور کاهش تعارض و بهبود سلامت در خانواده طراحی و اجرا شده‌اند و این مداخلات اثربخشی کوتاه‌مدتی داشته‌اند و یا در پیگیری، نتایج حاکی از کاهش اثربخشی بوده است (۱۹). بنابراین هنوز پژوهش‌ها به دنبال دستیابی به بهترین مداخله برای این مسائل هستند و ضروری است که اثربخشی درمان‌های نوین نیز در مورد تعارضات زناشویی سنجیده شود.

1 -family

2 -marriage

3 -Emotional Divorce

4 -Benson

یکی از درمان‌های جدیدی که از رویکرد چندبُعدی و تلفیقی استفاده کرده، رفتاردرمانی دیالکتیک<sup>۱</sup> است که بامهارت افزایشی از طریق مداخله در حیطه شناخت، هیجان و رفتار، از اثربخشی طولانی‌مدتی برخوردار است (۲۰). این رویکرد یک درمان سلسله مراتبی است که قابلیت تطبیق و کاربرد درمان با جمعیت‌های گوناگون را دارد و مبتنی برافزایش توانایی سازگاری در موقعیت‌های بحرانی است. (۲۱) رفتاردرمانی دیالکتیک ترکیبی از روش‌های مربوط به درمان‌های هیجانی، شناختی و رفتاری است که چهار مؤلفه‌ی مداخله‌ای را در شیوه‌ی درمان گروهی خود شامل ذهن آگاهی<sup>۲</sup> و تحمل پریشانی<sup>۳</sup> به‌عنوان مؤلفه‌های پذیرش و تنظیم هیجانی<sup>۴</sup> و کارآمدی بین فردی<sup>۵</sup> را به‌عنوان مؤلفه‌های مبتنی بر تغییر مطرح می‌کند (۲۲). در پژوهش‌های مختلف، کارایی رفتاردرمانی دیالکتیک بر کاهش تعارض زوجین (۲۳)، افزایش رضایت زناشویی (۲۴)، مهارت تنظیم هیجان زوجین در آستانه طلاق (۲۵) بهبود ارتباط‌های بین فردی (۲۶) و کاهش خشم و پرخاشگری (۲۷) بررسی شده و نتایج اثربخشی به‌دست‌آمده است و از آنجاکه امروزه با توجه به افزایش تعارضات زناشویی، نیاز به مداخلات روان‌شناختی به‌منظور ایجاد ثبات در ازدواج، افزایش کیفیت زندگی زوجین و جلوگیری از بروز طلاق عاطفی مشهود است لذا انجام پژوهشی آزمایشی برای کاهش طلاق عاطفی به شیوه‌های نوین و خلاقانه ضروری به نظر می‌رسد. در این مطالعه به زوجین در معرض طلاق پرداخته شد که هدف عمده پژوهش حاضر پاسخگویی به این سؤال اصلی است که آیا رفتاردرمانی دیالکتیک در کاهش طلاق عاطفی زوجین در معرض طلاق مؤثر است؟ و آیا این تأثیر می‌تواند در مرحله پیگیری نیز پایدار بماند؟

### روش پژوهش:

پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی بر اساس طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. گروه‌های آزمایش و کنترل به روش تصادفی معادل شدند و قبل از اعمال مداخله تجربی برای گروه آزمایش، پیش‌آزمون برای دو گروه اجرا شد و پس‌آزمون نیز در پایان مداخله اجرا گردید. تفاوت بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون هر گروه از نظر معنی‌دار بودن آماري موردبررسی قرار گرفت. به این صورت آموزش گروهی رفتاردرمانی دیالکتیک به‌عنوان متغیر مستقل اعمال شد تا تأثیر آن بر کاهش طلاق عاطفی زوجین در معرض طلاق به‌عنوان متغیر وابسته تعیین گردد و پس از گذشت دو ماه آزمون پیگیری انجام شد.

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین در معرض طلاق بودند که به دادگاه خانواده شعبه باهنر تهران در سال ۱۳۹۷ به دلیل درخواست طلاق یا اختلافات زناشویی مراجعه کرده بودند. نمونه آماری در این پژوهش به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند به این ترتیب که پس از هماهنگی با دادگاه خانواده، اطلاعیه‌ای مبنی بر تشکیل جلسات درمانی و شرایط ثبت‌نام برای مراجعین تهیه گردید. در این اطلاعیه به‌منظور جذب و ترغیب هر چه بیشتر مراجعین برای شرکت در جلسات، اعلام‌شده بود که این خدمات به‌صورت رایگان ارائه می‌گردد. ملاک‌های ورود در این پژوهش شامل مدت‌زمان ازدواج (حداقل ۲ سال از زمان ازدواج گذشته باشد)، داشتن حداقل تحصیلات دیپلم و تعهد به مشارکت فعال در ۱۰ جلسه‌ی آموزشی بود و ملاک خروج نیز شامل داشتن سابقه بیماری روان‌پزشکی یا هرگونه بیماری جدی پزشکی بود. وجود این موارد در ابتدای مطالعه و قبل از شروع مداخله سبب خروج از مطالعه می‌شد. همچنین، بروز بحران درون روانی برای شرکت‌کنندگان و یا یک رخداد تروماتیک جدی سبب خروج از مطالعه طی انجام مداخله بود.

1 - dialectic behavior therapy

2 - Mindfulness

3 - Distress Tolerance

4 - Emotion Regulation

5 - Interpersonal Effectiveness

تعداد ۴۰ زوج (۴۰ نفر مرد و ۴۰ نفر زن) به عنوان متقاضیان واجد شرایط در این مطالعه ثبت نام کردند و به مقیاس طلاق عاطفی گاتمن پاسخ دادند به لحاظ رعایت اصول اخلاقی در پژوهش، پاسخ به پرسشنامه‌ها محرمانه بود و درجایی بایگانی یا ثبت نگردید. سپس از بین زوجینی که میزان طلاق عاطفی بالایی داشتند تعداد ۲۴ زوج به روش تصادفی انتخاب شدند درباره انتخاب حجم نمونه لازم است به این نکته اشاره شود که باید در روش آزمایشی هر زیرگروه حداقل ۱۵ نفر باشد تا این که نمونه انتخاب شده نماینده واقعی جامعه تلقی گردد و پژوهش از اعتبار بیرونی قابل قبولی برخوردار باشد (۲۸) تعداد نمونه ۴۸ نفر (۲۴ زوج) یعنی ۲۴ نفر برای هر گروه در نظر گرفته شد سپس این ۲۴ زوج پس از اخذ رضایت آگاهانه و اطمینان خاطر از رعایت اصول اخلاقی به روش تصادفی در دو گروه آزمایشی (۱۲ زوج) و کنترل (۱۲ زوج) جایگزین شدند و افراد گروه آزمایش در ۱۰ جلسه آموزشی ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای یک جلسه) شرکت کردند و گروه کنترل هیچ گونه مداخله‌ای را دریافت نکردند و در ضمن متعهد شدند که در هیچ دوره روان‌شناختی و آموزشی تا زمان پایان پژوهش حضور نیابند. بعد از جلسات مداخله‌ای مقیاس طلاق عاطفی گاتمن برای دو گروه کنترل و آزمایش اجرا شد و سپس بعد از گذشت دو ماه نیز آزمون پیگیری انجام شد. لازم به یادآوری است جهت تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از نرم‌افزار SPSS.v22 استفاده شد. در این مطالعه از ابزارهای زیر استفاده شد:

پرسشنامه طلاق عاطفی گاتمن<sup>۱</sup>:

مقیاس طلاق عاطفی توسط گاتمن (۱۹۹۴) تدوین شده است. برای نخستین بار در ایران توسط جزایری (۱۳۸۷) ترجمه شد (۲۹) و مورد استفاده قرار گرفت. این ابزار دارای ۲۴ گویه است که به صورت بلی (۱) و خیر (۰) نمره گذاری می‌شود. هر چه نمره‌ی افراد بالاتر باشد نشانه‌ی میزان بیشتر طلاق عاطفی در رابطه‌ی زناشویی است. نقطه‌ی برش این پرسشنامه عدد ۸ است. که اگر نمره فردی بالاتر از آن باشد در معرض خطر طلاق عاطفی قرار دارد. در پژوهش مامی و عسگری (۱۳۹۳) آلفای کرنباخ برای تعیین ضریب پایایی پرسشنامه ۰/۸۳ گزارش شده است (۳۰) و روایی سازه ابزار با تحلیل عاملی به روش چرخشی واریماکس و آزمون اسکری تأیید شد. بار عاملی همه سؤالات در دامنه ۰/۴۹ تا ۰/۸۰ قرار داشت که مقبول است (۳۱). طرح جلسات آموزشی رفتاردرمانی دیالکتیک برگرفته از پروتکل مهارت‌های رفتاردرمانی دیالکتیک لینهان (۲۰۰۴) است که توسط علیجان زاده و همکاران (۲۰۱۴) در ایران به کار برده شده است (۳۲).

جدول ۱: خلاصه جلسات رفتاردرمانی دیالکتیک

**Table 1: Summary of dialectical behavioral therapy sessions**

مهارت‌ها	جلسه	شرح جلسه
آگاهی مقدمه و آموزش ذهن	اول	آشنایی اولیه، معرفی رفتاردرمانی دیالکتیکی، بیان اهداف و قوانین گروه، آموزش حالات ذهنی منطقی، هیجانی و خردگر
	دوم	مرور آموخته‌های جلسه قبل، آموزش مهارت‌های «چه چیز»، شامل مشاهده، توصیف و شرکت کردن
	سوم	آموزش مهارت‌های «چگونه» شامل اتخاذ موضع غیر قضاوتی، ذهن آگاهی و کارآمد عمل کردن

<sup>1</sup> -Gottman emotion divorce

مشاهده هیجان‌ها (خود مشاهده‌گری)، نقش خودگویی‌های مثبت در مورد هیجان‌ها، شناخت موانع هیجان‌های سالم، آموزش بخشی از مهارت‌های تنظیم هیجانی، کاهش رنج هیجانی شامل تعریف هیجان و مؤلفه‌های آن.	چهارم	آموزش تنظیم هیجانی
آموزش مهارت‌های الگوی شناسایی و کنترل هیجان‌ها و چگونگی کاربرد آن با تمرین‌های عملی در فرایند اختلافات زناشویی	پنجم	
در این جلسه ضمن مرور مهارت‌های قبلی، به آموزش مهارت‌های پذیرش بنیادین، قضاوت و برچسب‌ها و سپس پذیرش هیجان‌ها، حتی در صورت منفی بودن و آموزش مهارت‌هایی برای کاهش آسیب‌پذیری نسبت به هیجان‌های منفی در تعاملات بین فردی زناشویی	ششم	
در این جلسه به آموزش بخشی از مؤلفه تحمل پریشانی، یعنی راهبردهای بقا در بحران شامل: ۱) مهارت‌های پرت کردن حواس و ۲) خود آرام‌سازی با حواس پنج‌گانه پرداخته می‌شود. ۳) برنامه‌ریزی برای: خواب کافی و رفع کسالت جسمانی.	هفتم	آموزش تحمل پریشانی
در جلسه آخر، ضمن مرور آموزش‌های قبلی، مهارت‌های بهسازی لحظات و فن سود و زیان در هنگام مواجهه‌شدن با ناکامی یا احساس خشم از راهبردهای بقا در بحران و تکنیک ارتقاء لحظه جاری و تمرکز بر زمان حال، به‌صورت عملی در گروه تمرین می‌شود؛ همچنین آموزش چگونگی تعمیم مهارت‌ها به خارج از جلسه درمان مدنظر قرار می‌گیرد.	هشتم	
بحث درباره ارتباط مؤثر و غیر مؤثر، گفت‌وگو درباره اثرات و تبعات ارتباطات غیر مؤثر، آموزش تکنیک تناسب خواسته‌های من با خواسته‌های دیگران و نسبت خواسته‌ها و بایدها، ارائه تکلیف مبنی بر نظارت بر روش‌های برقراری ارتباط و پرورش محبت و همدلی	نهم	آموزش کارآمدی بین فردی
ادامه آموزش مهارت‌های ارتباطی نظیر: شناسایی خواسته‌ها، تعدیل شدت خواسته‌ها، نه گفتن، طرح یه درخواست ساده، ارائه تکلیف مبنی بر استفاده از روش‌های آموزش داده‌شده در زمان و موقعیت مناسب	دهم	

#### یافته‌ها:

پراکندگی آزمودنی‌ها برحسب سن، تحصیلات و مدت ازدواج به‌قرار زیر است:

Table2: Sample demographic characteristics

گروه آزمایش		گروه کنترل		متغیر
درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	
۰/۵۰	۱۲	۴۵/۸۳	۱۱	سن ۲۰ تا ۳۰ سال
۴۱/۶	۱۰	۳۳/۳۳	۸	۳۱ تا ۴۰ سال
۸/۳۳	۲	۲۰/۸۳	۵	۴۱ تا ۵۰ سال
۵۴/۱	۱۳	۳۷/۵	۹	تحصیلات دیپلم
۳۳/۳۳	۸	۵۴/۱	۱۳	لیسانس
۱۲/۵	۳	۸/۳۳	۲	بالاتر از لیسانس
۶۶/۶۶	۱۶	۵۸/۳۳	۱۴	مدت ازدواج ۲ تا ۵ سال
۲۵	۶	۳۳/۳۳	۸	۶ تا ۱۰ سال
۸/۳۳	۲	۸/۳۳	۲	۱۱ تا ۱۵ سال

جدول ۳: میانگین و انحراف استاندارد طلاق عاطفی گروه آزمایش و کنترل در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری

**Table 3: Mean and standard deviation of experimental divorce and control group in pre-test, post-test and follow-up**

گروه آزمایش		گروه کنترل	
میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
پیش‌آزمون	۱۳/۵۸	پیش‌آزمون	۳/۷۶
پس‌آزمون	۱۰/۳۷	پس‌آزمون	۳/۲۱
پیگیری	۹/۴۵	پیگیری	۴/۲

مندرجات جدول ۳ نشان می‌دهد که میانگین و انحراف معیار پیش‌آزمون در گروه آزمایش به ترتیب ۱۳/۵۸ و ۳/۷۶ است میانگین نمره‌های پس‌آزمون و پیگیری طلاق عاطفی گروه آزمایش به صورت قابل توجه نسبت به پیش‌آزمون کاهش یافته، در حالی که در گروه کنترل کاهش جزئی داشته است. به منظور بررسی تفاوت بین میانگین نمرات دلزدگی زناشویی در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری از آزمون تحلیل واریانس آمیخته با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. جهت اجرای این آزمون ابتدا مفروضه‌های آن اندازه‌گیری شد و برای مفروضه‌ی نرمال بودن متغیر وابسته از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد که با سطح معنی‌داری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ مفروضه‌ی نرمال بودن تأیید شد ( $P > 0/05$ ). بررسی نتایج آزمون M با کس در مورد برابری ماتریس‌های واریانس کوواریانس با سطح معنی‌داری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ در متغیر وابسته همه‌ی گروه‌ها تأیید شد ( $F=1/54, P=0/15$ ). همچنین نتایج به دست آمده آزمون لوین جهت بررسی مفروضه‌ی همگنی واریانس‌های خطا نشان داد مفروضه‌ی همگنی واریانس‌ها در متغیر طلاق عاطفی با سطح معنی‌داری بزرگ‌تر از ۰/۰۵ در پیش‌آزمون ( $F=0/37, P=0/54$ ), پس‌آزمون ( $F=0/04, P=0/83$ ) و پیگیری ( $F=0/93, P=0/33$ ) تأیید گردید. مفروضه کرویت با آزمون موچلی تأیید نشد ( $P < 0/00$ ). لذا از آزمون تحلیل واریانس تعدیل یافته با استفاده از آزمون گرین هاوس گیزر استفاده شد. با اندازه‌گیری‌های انجام شده مفروضه‌ی استفاده از تحلیل واریانس آمیخته در این پژوهش رعایت شده است.

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس درون‌گروهی نمرات طلاق عاطفی

**Table 4: Results of intergroup variance analysis of emotional divorce scores**

منابع تغییرات	آزمون	مجموع مجذورات	DF	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
زمان	گرین هاوس گیزر	۱۲۲/۰۵	۱/۴	۸۶/۷۶	۲۴/۸۹	۰/۰۰۰	۰/۳۵
تعامل	گرین	۱۰۳/۷۲	۱/۴	۷۳/۷۳	۲۱/۱۵	۰/۰۰۰	۰/۳۱

زمان با	هاوس			
گروه	گیزر			
خطا	گرین	۲۲۵/۵۵	۶۴/۷	۳/۴۸
	هاوس			
	گیزر			

در جدول ۴ نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر نشان داد اثر طلاق عاطفی معنادار است ( $P < 0/001$ ). به عبارتی بین طلاق عاطفی در زمان پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین در این جدول اثر تعاملی بین زمان و گروه نیز معنادار است ( $P < 0/001$ ). بنابراین طلاق عاطفی در سطوح مختلف گروه‌ها متفاوت است.

جدول ۵: نتایج تحلیل واریانس بین گروهی نمرات طلاق عاطفی

**Table 5: The results of between groups analysis of variance of emotional divorce scores**

منابع	مجموع مجذورات	DF	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
زمان	۱۱۲/۶۶	۱	۱۱۲/۶۶	۲۷/۹	۰/۰۰۰	۰/۳۷
تعامل زمان و گروه	۹۲/۰۴	۱	۹۲/۰۴	۲۲/۸۵	۰/۰۰۰	۰/۳۳
خطا	۱۸۵/۲۹	۴۶	۴/۰۲			

جدول ۵: نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر در مورد اثر بین گروهی نشان داد بین نمرات طلاق عاطفی در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد ( $P > 0/001$ ) و مداخله‌ی رفتاردرمانی دیالکتیک بر کاهش طلاق عاطفی در دوره پس‌آزمون و پیگیری گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل معنادار است. نتایج به‌دست‌آمده جهت بررسی دقیق‌تر اثر بخشی مداخله با آزمون تعقیبی LSD تحلیل شده است.

جدول ۶: تحلیل آزمون تعقیبی LSD برای مقایسه‌ی میانگین‌ها

Table 6: analysis of LSD follow-up test to compare averages

متغیر وابسته	آزمون	مقایسه گروه	اختلاف میانگین	خطای استاندارد	سطح معناداری
طلاق عاطفی	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	۳/۲	۰/۹۸	۰/۰۰۲
		پیگیری	۴/۱۲	۰/۹۸	۰/۰۰۰
	پس‌آزمون	پیگیری	۰/۹۱	۰/۹۸	۰/۳۵

جدول ۶: نتایج آزمون تعقیبی LSD را نشان می‌دهد که بین پیش‌آزمون با پس‌آزمون و مرحله‌ی پیگیری اختلاف معنی‌داری وجود دارد. ( $P < 0/01$ ). این نتیجه حاکی از آن است که رفتاردرمانی دیالکتیک در کاهش طلاق عاطفی زوجین در معرض طلاق مؤثر بوده است. بین مرحله‌ی پس‌آزمون با مرحله‌ی پیگیری با سطح معنی‌داری ۰/۳۵ اختلاف معنی‌داری وجود ندارد ( $P < 0/05$ ). در نتیجه تأثیر رفتاردرمانی دیالکتیک در کاهش طلاق عاطفی در طولانی‌مدت پایدار بوده است.

بحث و نتیجه‌گیری:

پژوهش حاضر باهدف اثربخشی رفتاردرمانی دیالکتیک بر کاهش طلاق عاطفی زوجین در معرض طلاق انجام شد. یافته‌ها نشان داد که آموزش رفتاردرمانی دیالکتیک موجب کاهش نمره‌ی طلاق عاطفی در زوجین گروه آزمایش شده است و نتایج پیگیری (دوماهه) نیز حاکی از تداوم اثر مداخله در کاهش طلاق عاطفی است. بنابراین فرضیه پژوهش تأیید می‌گردد. لذا پژوهش حاضر با نتایج تحقیقات میرزاده (۳۳)، بیکی (۳۴)، وزیری و ابراهیم پور (۳۵)، تیموری و همکاران (۲۴)، سیروئی و همکاران (۲۳)، ایسنر و همکاران<sup>۱</sup> (۳۶)، ویسنیوسکی، هراندز و والر<sup>۲</sup> (۳۷) و مارتین و همکاران<sup>۳</sup> (۳۸) همسو است.

جهت تبیین اثربخشی رفتاردرمانی دیالکتیک بر طلاق عاطفی، می‌توان گفت رفتاردرمانی دیالکتیک در تمام مراحل سعی دارد تا دو قطب مختلف یک عمل را به زوجین در فرایند شکل‌گیری طلاق عاطفی آشکار کند که چگونه یک هیجان، فکر و یا رفتار می‌تواند به بهتر شدن یک رابطه یا تخریب آن منجر شود. دیالکتیک، این دو قطب را همراه با پیامدهایشان به زوجین نشان می‌دهد و از طریق آموزش ذهن آگاهی، مهارت‌های کنترل هیجانی، مهارت‌های ارتباط بین فردی و تحمل پریشانی به زوجین کمک می‌کند تا تعارض‌هایشان را مدیریت کرده و با شناخت بهتر یکدیگر، صمیمیت بین فردی‌شان را افزایش دهند.

عامری و شفیع‌ی در پژوهشی دریافتند بین طلاق عاطفی با الگوهای ارتباطی ناکارآمد، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (۸). در جلسات رفتاردرمانی دیالکتیک، زوجین، مهارت چگونگی برقراری ارتباط مؤثر، بیان خواسته‌ها و طرح یک درخواست ساده را تمرین می‌کنند که به نظر می‌رسد مشکلات ارتباطی در زوجین را به‌طور چشمگیری تقلیل داده است.

ویلکس و همکاران نیز در مطالعه‌ای بر روی زنان دچار اختلال تنظیم هیجان مشاهده کردند که رفتاردرمانی دیالکتیک بر ارتباط بین فردی و اجتماعی زنان تأثیرگذار بوده است (۲۶).

در رفتاردرمانی دیالکتیک به‌وسیله‌ی مهارت ذهن آگاهی که با آموزش تکنیک‌های هشیارایی فراگیر و حالات ذهنی مختلف، بخصوص حالت ذهنی خردگرا همراه است، با افکار ناخوشایند و باورهای ارتباطی ناکارآمد زوجین مقابله کرده و موجب حل

1 - Eisner, Eddie, Harley, Nierenberg, Deckersbach

2 - Wisniewskia, Hernandezb, Waller

3 - Martin, Roos, Zalewski, Cummins

تعارض ارتباطی آنان شده است. در این رویکرد بجای صرف انرژی و زمان جهت روبرو شدن با افکار ناخوشایند با پذیرش آن بدون قضاوت زمینه‌ی تغییر را در افکار، شناخت و رفتار زوجین فراهم می‌کند و در نتیجه موجب افزایش رضایت زناشویی و کاهش طلاق عاطفی در زوجین شده است. که این یافته با نتایج پژوهش‌های تیموری و همکاران که نشان داد رفتاردرمانی دیالکتیک بر رضایت زناشویی اثربخش است (۲۴) و یافته‌های سیروئی و همکاران مبنی بر تأثیر رفتاردرمانی دیالکتیک بر سبک‌های مدیریت تعارض زوجین پرتعارض (۲۳)، همخوانی دارد.

جهت بحث درباره‌ی پایدار بودن نتایج در دوره پیگیری نیز می‌توان گفت با توجه به اینکه رفتاردرمانی دیالکتیک دارای سه بعد اثرگذار بر شناخت، رفتار و هیجان می‌باشند، ماندگاری اثر آن در پیگیری بدین صورت قابل تبیین است که در بعد شناختی، با اصلاح شناخت‌های زوجین در زمینه‌ی ارتباط با یکدیگر در بعد رفتار با تصحیح رفتارهای تعاملی صمیمانه‌تر و در بعد هیجانی با ایجاد امنیت، اعتماد و همدلی متقابل، موجبات دوام اثرات درمانی فراهم می‌گردد. همچنین این پایداری را می‌توان با مهارت‌های چگونگی تعمیم آموخته‌ها به زندگی روزانه و ارائه تکلیف به آزمودنی‌های گروه آزمایش مرتبط دانست.

#### **محدودیت‌های پژوهش:**

از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به متفاوت نبودن درمانگر و پژوهشگر اشاره کرد که این امر ممکن است نتایج مربوط به پژوهش را تحت تأثیر قرار داده باشد. محدودیت دوم اجرای مکرر پرسشنامه‌هایی ثابت در دوره پس‌آزمون و دوره پیگیری بود که ممکن است به دلیل ایجاد اثر تمرین، بر نتایج تأثیرگذار بوده باشد. محدودیت سوم می‌تواند این باشد که ممکن است اجرای فنون رفتاردرمانی دیالکتیکی که مستلزم مهارت و تجربه بسیار بالای درمانگر است توسط محقق حتی پس از طی دوره‌های آموزشی و مطالعات تفصیلی با کاستی‌هایی همراه بوده باشد. این محدودیت‌ها برخورد محتاطانه با یافته‌ها را ضروری ساخته و لازم است در تعمیم‌پذیری احتیاط‌های لازم صورت گیرد.

#### **پیشنهادات پژوهش:**

پیشنهاد می‌شود به منظور واضح‌تر شدن اثرات درمانی دو روش با دقت بالاتر، در مطالعات گسترده‌تری با حجم نمونه بالاتر به بررسی و مقایسه درمان مذکور با دیگر رویکردهای رایج پرداخته شود. توصیه می‌شود در طرح‌های مشابه آینده از مصاحبه‌های کیفی نیز در کنار روش‌های کمی، استفاده شود و در پژوهش‌های بعدی از دوره‌های پیگیری متعدد در فاصله‌های زمانی متفاوت، بهره‌گیرند تا پایداری اثر مداخله بیشتر آشکار شود.

#### **کاربرد پژوهش:**

از یافته‌های این پژوهش می‌توان در مراکز مشاوره زوجین و معاونت پیشگیری از آسیب‌های خانواده دادگستری استفاده نمود؛ و کارگاه‌ها و همایش‌هایی در زمینه رفتاردرمانی دیالکتیک برای زوجها در کمیته امداد، بهزیستی، نیروی انتظامی و حتی برای والدین در مدارس برگزار شود.

#### **ملاحظات اخلاقی:**

در پژوهش حاضر، پژوهشگر پایبند به رعایت اصول و ارزش‌های والای انسانی و اخلاقی شرکت‌کننده‌های در پژوهش بوده و با کسب رضایت آگاهانه و تعهد به محرمانه بودن نتایج پژوهش انجام‌شده است و محقق متعهد شده است که آزمودنی‌ها را از آسیب‌های مالی، جانی و روانی در این پژوهش مصون بدارد. و در طراحی و اجرا و انتشار نتایج پژوهش اصول اخلاقی به‌طور کامل رعایت شده است.

### تضاد منافع:

گواهی می‌شود مقاله‌ی ارسالی به فصلنامه‌ی خانواده و بهداشت برگرفته از پایان‌نامه‌ی دانشجویی است و تحت هیچ‌گونه حمایتی از ارگان، سازمان، نهاد و شخص ثالثی قرار ندارد و فاقد هرگونه حامی مالی است.

### تشکر و قدردانی

این مطالعه بخشی از رساله‌ی دکتری مشاوره دانشگاه علوم و تحقیقات تهران است. نویسندگان این مقاله از همه افراد شرکت‌کننده در پژوهش، ریاست دادگاه خانواده مجموعه قضایی شهید باهنر، رئیس شورای مرکزی شورای حل اختلاف شهر تهران، کارکنان کلینیک ارغوان تقدیر و تشکر می‌کند.

### References

- 1- Aspara J, Wittkowski K, Luo X. Types of intelligence predict likelihood to get married and stay married: Largescale empirical evidence for evolutionary theory. *Pers Individ Differ*, 2018;122:1-6.
- 2- Pamuk M, Durmuş E. Investigation of burnout in marriage. *Int J Human Sci*, 2015;12(1):162-177.
- 3- Heinemann LV, Heinemann T. Burnout Research: Emergence and Scientific Investigation of a Contested Diagnosis. *journal of Sage open*, 2017;7(1):1-12.
- 4- Parvin S, Davoodi M, Mohammadi F. Sociological Factors Affecting Emotional Divorce Among Tehrani Families. *Strategic Studies in Women*, 2012; 56(4): 153-119.
- 5- Zamani N, Ahmadi V, Atai Moghanloo V, et al. Comparison of the effectiveness of two methods of dialectical behavior therapy and cognitive behavior therapy on improvement of symptoms of impulsive behaviors in patients with major depression with suicidal ideation. *Journal of Ilam University of Medical Sciences*, 2014; 22(4): 54-45.
- 6- Zarchi M, Gholamali Lavasani M, Hosseinzadeh Oskouie A, et al. A Phenomenological Study of Emotional Experiences of Divorced Children. *Journal of Research in Psychological Health*, 2018; 1: 24-36.
- 7- Kessler D. The consequences of divorce for mothers and fathers: unequal but converging? *lives working paper*, 2018;71:1-29.
- 8- Ameri M, Shafi'I H. Explaining Emotional Divorce Based on the Communication Pattern and Conflict Resolution Styles of Women in Tehran. *Quarterly of Family & Health*, 2018;8(4):11-1.
- 9- Benson, H. Lifetime divorce risk: Back to the 1960s. *Marriage Foundation*, 2019.
- 10- Evans N, Sithole S, Shirindi ML. Factors Contributing to divorce among young Couples ouples in Lebowakgomo. *Social Work/Maatskaplike Werk*, 2018;54(2):254-274.
- 11- Esfandiari Fard M. Prevalence of Emotional Divorce in Families. MA Degree. Faculty of Humanities. Islamic Azad University of Shahrood, 2018.

- 12- Khojasteh Name T. Factors Affecting Emotional Divorce among Married Women in Shirvan City. MA Thesis. Faculty of Literature and Human Sciences. Ferdowsi University of Mashhad, 2018.
- 13- Hakemi N. Investigating the Relationship between Parental Emotional Divorce and Behavioral-Emotional Disorders in 7-12 Year Old Girls in Damghan. Faculty of Humanities. Islamic Azad University Shahrvard Branch, 2015.
- 14- Atta B. The Relationship between Family Cohesion and Difficulty in Emotion Regulation with Emotional Divorce in Married Teachers of Gonbad Kavous City. M.Sc. Shams Gonbad Higher Education Institute, 2018.
- 15- Azizi Z. The Impact of Communication Skills Training on the Reduction of Emotional Divorce Symptoms in Women with it, 2015.
- 16- Soltanian F. Investigating the Factors Affecting Emotional Divorce Among Referrals to Shirvan Chardavol Social Emergency. M.Sc. Faculty of Education and Psychology. Islamic Azad University Central Tehran Branch, 2013.
- 17- Hezarvesi B. Identifying the Factors Causing Emotional Divorce in the Social and Cultural Structure of Karaj City. Doctoral Thesis. Kharazmi University. Campus International, 2019.
- 18- Pirfalk M, Sudani M, Shafiabadi AS. The Effectiveness of Cognitive-Behavioral Group Couple Therapy on Reducing Marital Burnout. *Journal of Family Counseling and Psychotherapy*, 2014; 2: 248-267.
- 19- Gharabakhi F, Besharat m, Rostami R, et al. Design and study of intervention effectiveness based on Bowen Family Systems Theory for health promotion and relationship quality. *Psychological Science Quarterly*, 2015; 175:168-154.
- 20- Farzaneh A. Comparison of the Effectiveness of Commitment-Based Couple Therapy Approach and Dialectical Behavior Therapy on Marital Dissatisfaction, Marital Quality, Intimacy, and Communication Beliefs in Divorced Couples. MA Thesis, Counseling. University of Mohaghegh Ardabili, 2018.
- 21- Carmel A, Comtois KA, Harned MS, et al. Contingencies Create Capabilities: Adjunctive Treatments in Dialectical Behavior Therapy That Reinforce Behavior Change. *Journal of Cognitive and Behavioral Practice*, 2015; 23(1):110-120.
- 22- Linehan M, WILKS C. The Course and Evolution of Dialectical Behavior Therapy. *American journal of psychotherapy*, 2015; 69(2):97-109.
- 23- Sirouei SH, Madani R, Gholamali Lavasani M. The Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy on Conflict Management Couples' Conflict Management Styles. *Journal of Community Health Research*, 2017; 11(1): 47-55.

- 24- Teymouri S, Ghafarian G, Yazdanpanah F. The Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy on Marital Satisfaction in Couples Conflict. *Clinical Psychology Research and Counseling*, 2018;8(4):115-101.
- 25- Nadimi M. The Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy (Based on Skills Training) on Reducing Impulsivity and Increasing the Emotional Regulation of Methamphetamine-Dependent Women. *Journal of Developmental Psychology*, 2016; 5(2):73-47.
- 26- Wilks C, Korslund KE, Harned MS, Linehan MM. Dialectical behavior therapy and domains of functioning over two years. *Behavior Research and Therapy*, 2016;77(3):162-169.
- 27- Decou CR, Comtois KA, Landes Sj. Dialectical Behavior Therapy Is Effective for the Treatment of Suicidal Behavior: A Meta-Analysis. *Journal of Behavior Therapy*, 2018;50(1):60-72.
- 28- Beglian Koleh Marzi MJ, Karami J, Momeni KH, et al.. Comparing the Effectiveness of Cognitive Behavioral Analysis and Compassion-Based Dialectical Behavior Therapy on the Resilience and Motivation of Suicide Attempts in Individuals Who Attempted. *Contemporary Psychology Quarterly*, 2018;13(2):38-26.
- 29- Gottman J. *Success or Failure in Marriage* (translated by Armagh Jazayeri.) Tehran: Blessed, 2014.
- 30- Mami Sh, Asgari M. The role of self-differentiation and attachment styles in predicting emotional divorce. *Regional Conference on Pathology of Divorce*, Saqez, Islamic Azad University, Saqez Branch, 2014.
- 31- Mosavi F, Rezazadeh MR. Investigating the role of attitude to love in prediction of emotional divorce of married women and men in Qazvin city. *Journal of social and Psychological studies for women*, 2014; 12(3): 169-188.
- 32- Alijanzadeh, M, Makvandi Hosseini, Sh, Kian Heritage, F. The Effectiveness of Group Dialectical Behavior Therapy (Skill Based Training) on Adolescent Aggression. *Journal of Clinical Psychology*, 2014; 6: 32-23.
- 33- Mirzadeh M. The Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy on Sleep Quality and Emotion Regulation in Methadone Patients, M.A, Shahrood Branch, Islamic Azad University, 2017.
- 34- Bickey N. The Effectiveness of Dialectical Group Behavioral Therapy on Increasing Intimacy and Reducing Couples' Conflict. MA Thesis, Islamic Azad University of Shahrood, 2015.
- 35- Vaziri Sh, Ebrahim Pour H. The Effectiveness of Dialectical Behavior Therapy on Marital Satisfaction of Married Women. *Second National Conference on Sustainable Development in Education and Psychology*. Iran, Tehran, 2015.
- 36- Eisner L, Eddie D, Harley R, et al. bipolar disorder; dialectical behavior therapy; emotion regulation; group skills training. *Journal of Behavior Therapy*, 2016;48(4):557-566.

37- Wisniewskia L, Hernandez ME, Walle G. Therapists' self-reported drift from dialectical behavior therapy techniques for eating disorders. *Journal of Eating Behaviors*, 2017; 28:20-24.

38- Martin CG, Roos LE, Zalewski M, et al. A Dialectical Behavior Therapy Skills Group Case Study on Mothers with Severe Emotion Dysregulation. *Journal of Cognitive and Behavioral Practice*, 2016; 24(4):405-415.