

Effectiveness of Emotion-Focused Couple Therapy on Marital Relationship Quality, Covert Relational Aggression and Emotional Divorce in Couples Seeking Divorce

1. Asma Fooladi^{id}: Assistant Professor, Department of Psychology, Tabaran Institute of Higher Education, Mashhad, Iran

2. Zahra Nourian^{id}: MA in Clinical Psychology, Department of Psychology, SR.C. (Borujerd), Islamic Azad University, Borujerd, Iran

3. Farahnaz Jameinezhad^{id}: PhD in Educational Psychology, Faculty of Educational Science and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

4. Masoumeh Radaei*^{id}: MA in General Psychology, Department of Psychology, Va.C., Islamic Azad University, Varamin, Iran

5. Mohammadreza Jalalian Sedaghati^{id}: MA in General Psychology, Department of Psychology, Tabaran Institute of Higher Education, Mashhad, Iran

*Corresponding Author's Email Address: masi.radayi1066@gmail.com



Abstract:

Objective: Couples seeking divorce face many challenges in their married life. Therefore, the aim of the present study was determine the effectiveness of emotion-focused couple therapy on marital relationships quality, covert relational aggression and emotional divorce in couples seeking divorce.

Methods and Materials: This study was a quasi-experimental study with a pre-test and post-test design with a control group. The study population was couples seeking divorce who referred to counseling centers of Varamin city in the spring of 2025 year, which from them 30 couples were selected through purposive sampling method and randomly assigned into two equal groups. The experimental group underwent 10 sessions of 90-minute emotion-focused couple therapy and during this period the control group remained on the waiting list. The instruments of the present research included the marital relationships quality scale (Zhang et al., 2013), covert relational aggression scale (Nelson and Carroll, 2006) and emotional divorce scale (Gottman, 1994). The data of this study were analyzed using multivariate analysis of covariance method in SPSS version 27 at a significant level of 0.05.

Findings: The findings showed that there was a significant difference between the experimental and control groups in terms of all three variables of marital relationships quality, covert relational aggression and emotional divorce in couples seeking divorce. In the other words, emotion-focused

Received: 05 April 2025

Revised: 01 August 2025

Accepted: 09 August 2025

Published: 11 September 2025



Copyright: © 2025 by the authors.

Published under the terms and conditions of Creative Commons

Attribution-NonCommercial 4.0

International (CC BY-NC 4.0) License.

couple therapy improved marital relationships quality and reduced covert relational aggression and emotional divorce in couples seeking divorce ($P < 0.001$).

Conclusion: According to the results of this research, counselors and therapists can use emotion-focused couple therapy alongside other couple therapy methods to improve the characteristics of couples seeking divorce.

Keywords: *Emotion-focused couple therapy, marital relationships quality, covert relational aggression, emotional divorce, couples seeking divorce*

How to Cite: Fooladi, A., Nourian, Z., Jameinezhad, F., Radaei, M., & Jalalian Sedaghati, M. (2025). Effectiveness of Emotion-Focused Couple Therapy on Marital Relationship Quality, Covert Relational Aggression and Emotional Divorce in Couples Seeking Divorce. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 2(4), 1-13.

اثربخشی زوج درمانی هیجان‌محور بر کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق

۱. اسما فولادی^{ID}: استادیار، گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی تابران، مشهد، ایران

۲. زهرا نوریان^{ID}: کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، واحد علوم و تحقیقات (بروجرد)، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران

۳. فرحناز جامعی‌نژاد^{ID}: دکتری روانشناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

۴. معصومه ردایی^{ID}*: کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد ورامین - پیشوا، دانشگاه آزاد اسلامی، ورامین، ایران (نویسنده مسئول)

۵. محمدرضا جلالیان صدآقتی^{ID}: کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی تابران، مشهد، ایران

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: masi.radayi1066@gmail.com

چکیده

هدف: زوجین متقاضی طلاق در زندگی زناشویی با چالش‌های فراوانی مواجه هستند. بنابراین، هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌محور بر کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق بود.

مواد و روش: این پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش زوجین متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر ورامین در فصل بهار سال ۱۴۰۴ بودند که از میان آنها ۳۰ زوج با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه مساوی گمارده شدند. گروه آزمایش ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت زوج درمانی هیجان‌محور قرار گرفت و در این مدت گروه کنترل در لیست انتظار ماند. ابزارهای پژوهش حاضر شامل مقیاس کیفیت روابط زناشویی (ژانگ و همکاران، ۲۰۱۳)، مقیاس پرخاشگری ارتباطی پنهان (نلسون و کارول، ۲۰۰۶) و مقیاس طلاق عاطفی (گاتمن، ۱۹۹۴) بودند. داده‌های این مطالعه با روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ در سطح معناداری ۰/۰۵ تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که بین گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر هر سه متغیر کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق تفاوت معناداری وجود داشت. به عبارت دیگر، زوج درمانی هیجان‌محور باعث بهبود کیفیت روابط زناشویی و کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق شد ($P < 0/001$).

نتیجه‌گیری: طبق نتایج این پژوهش، مشاوران و درمانگران می‌توانند از روش زوج درمانی هیجان‌محور در کنار سایر روش‌های زوج درمانی برای بهبود ویژگی‌های زوجین متقاضی طلاق استفاده کنند.

کلیدواژگان: زوج درمانی هیجان‌محور، کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان، طلاق عاطفی، زوجین متقاضی طلاق



تاریخ دریافت: ۱۶ فروردین ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: ۱۰ مرداد ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش: ۱۸ مرداد ۱۴۰۴

تاریخ انتشار: ۲۰ شهریور ۱۴۰۴



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۴ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

نحوه استناددهی: فولادی، اسما، نوریان، زهرا، جامعی‌نژاد، فرحناز؛ ردایی، معصومه، و جلالیان صدآقتی، محمدرضا. (۱۴۰۴). اثربخشی زوج درمانی هیجان‌محور بر کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۲(۴)، ۱۳-۱.

Extended Abstract

Introduction

Divorce is a process that begins with the experience of emotional crisis between couples and ends with attempts to resolve the conflict through role and lifestyle changes (Caksen, 2022). The couples seeking divorce are those who file for divorce to end their marital relationship (Jie et al., 2025). In general, divorce is divided into two categories of open or legal divorce (couples officially separate from each other) and hidden or emotional divorce (couples live together due to compulsion and necessity, but do not have an emotional connection with each other) (Al-Moselhy et al., 2023). One type of hidden divorce is emotional divorce, which in it couples instead of supporting each other, seek to find a reason to accuse each other of shortcomings and defects and destroy each other's self-esteem (Damo & Cenci, 2021). Sometimes, couples live together due to family, social and cultural conditions and the family structure is maintained, but the couples do not have an emotional connection with each other and their family atmosphere is cold, which is called emotional divorce (Rasheed et al., 2021).

One of the challenges for couples seeking divorce is the increase in covert relational aggression in the family (Bahari et al., 2021). This type of aggression refers to behaviors such as damaging relationships, attempting to avoid social acceptance, and destroying friendships that cause harm to the spouse (Coyne et al., 2017). In the other words, covert relational aggression means trying to harm the spouse through targeted influence and damaging the relationship (Lent & Murray-Close, 2022). Covert relational aggression in marital relationships provides a basis for the growth and spread of uncompromising social behaviors, low understanding of interpersonal situations in marital life and non-acceptance by the spouse (Moron & Mandal, 2021). Another challenge for couples seeking divorce is the decline in the marital relationships quality in the family

(Mohammadipour et al., 2021), which refers to the couple's overall feeling of happiness and satisfaction with life or the couple's attitude towards marital relationships, that is an important and effective construct for predicting the continuity, sustainability and stability of marital life (Bliton et al., 2022). The marital relationships quality describes the successful performance of couples in marital life, which plays an important role in promoting the physical and psychological health and well-being of couples (Bulanda et al., 2023).

One of the methods of improving the characteristics of marital life is the emotion-focused couple therapy method (Jenks et al., 2024). According to the emotion-focused couple therapy method, the root of marital conflicts is insecure attachment or attachment injuries, which led to provoke primary emotions and the occurrence of anxiety and fear of rejection. As a result, instead of primary emotions, secondary emotions such as aggression and anger appear and make marital relationships more turbulent (Van Diest et al., 2023). This therapy assumes that conflict in marital life occurs when partners are unable to satisfy each other's attachment needs for safety, security and satisfaction. As a result, this method focuses on resolving marital problems and conflicts by focusing on the couple's emotional relationship (Tseng et al., 2024).

Couples seeking divorce face many challenges in their married life, including a decline in the marital relationships quality and an increase in covert relational aggression and emotional divorce. To reduce the occurrence of divorce and its negative consequences, appropriate treatment methods should be used, which one of them is emotion-focused therapy. Although previous studies have examined the effect of emotion-focused therapy on many variables, including the present research variables, but the effectiveness of this method in the form of couple therapy has been less studied and the results of studies about its effectiveness on emotional divorce have been different. Given the aforementioned gaps and the need for intervention to maintain the structure and

strength of the family, the aim of the present study was determine the effectiveness of emotion-focused couple therapy on marital relationships quality, covert relational aggression and emotional divorce in couples seeking divorce.

Methods and Materials

This study was a quasi-experimental study with a pre-test and post-test design with a control group. The study population was couples seeking divorce who referred to counseling centers of Varamin city in the spring of 2025 year, which from them 30 couples were selected through purposive sampling method and randomly assigned into two equal groups. The criteria for selecting these individuals included living couple with together, not having children, having lived together for at least one year, no stressful events such as divorce or death of a loved one in the past three months, and no addiction or use of psychiatric medications. Also, the exclusion criteria included couples missing more than two sessions and withdrawing from further cooperation and participation in the study. The experimental group underwent 10 sessions of 90-minute emotion-focused couple therapy and during this period the control group remained on the waiting list. The instruments of the present research included the marital relationships quality scale (Zhang et al., 2013), covert relational aggression scale (Nelson and Carroll, 2006) and emotional divorce scale (Gottman, 1994).

The data of this study were analyzed using multivariate analysis of covariance method in SPSS version 27 at a significant level of 0.05.

Findings

The findings showed that there was a significant difference between the experimental and control groups in terms of all three variables of marital relationships quality, covert relational aggression and emotional divorce in couples seeking divorce. In the other words, emotion-focused couple therapy improved marital relationships quality and reduced covert relational aggression and emotional divorce in couples seeking divorce ($P < 0.001$).

Discussion and Conclusion

Overall, the results of this study indicated the effectiveness of emotion-focused couple therapy in improving the marital relationships quality and reducing covert relational aggression and emotional divorce in couples seeking divorce. According to the results of this research, counselors and therapists can use emotion-focused couple therapy alongside other couple therapy methods to improve the characteristics of couples seeking divorce. As a result, emotion-focused couple therapy can be one of the most widely used intervention methods for couples in order to maintain and improve family strength, especially for couples seeking divorce and experiencing marital tensions and challenges.

شایعه‌پراکنی، فاش کردن اطلاعات خصوصی، ایجاد زمینه برای دخالت دیگران و غیره) و کناره‌گیری عاطفی (خودداری از ابراز محبت، اجتناب از صمیمیت جنسی و غیره) می‌باشد (Sandberg et al., 2018). پرخاشگری ارتباطی پنهان در روابط زناشویی زمینه‌ای برای رشد و گسترش رفتارهای اجتماعی سازش‌نا یافته، درک پایین از موقعیت‌های بین‌فردی در زندگی زناشویی و عدم پذیرش توسط همسر فراهم می‌آورد (Moron & Mandal, 2021).

یکی دیگر از چالش‌های زوجین متقاضی طلاق، افت کیفیت روابط زناشویی در خانواده است (Mohammadipour et al., 2021) که به احساس کلی زوجین از شادکامی و رضایت از زندگی یا نگرش زوجین نسبت به روابط زناشویی اشاره دارد که سازه مهم و موثری برای پیش‌بینی تداوم، پایداری و ثبات زندگی زناشویی است (Bliton et al., 2022). این سازه شامل جنبه‌های مختلفی از ارتباط زوجین شامل رضایت، شادمانی، انسجام، تعهد، ثبات زندگی زناشویی، سازگاری مطلوب و روابط رضایت‌بخش می‌باشد (Liu & Upenieks, 2021). کیفیت روابط زناشویی مفهومی چندبعدی است که نه تنها بر ویژگی‌های درون‌فردی، بلکه بر ویژگی‌های میان‌فردی زوجین و حتی فرزندان تأثیر مثبت می‌گذارد (James et al., 2022). کیفیت روابط زناشویی توصیف‌کننده عملکرد موفق زوجین در زندگی زناشویی است که نقش مهمی در ارتقای سلامت و بهزیستی جسمانی و روانشناختی زوجین دارد (Bulanda et al., 2023).

یکی از روش‌های بهبود ویژگی‌های زندگی زناشویی، روش زوج درمانی هیجان‌مدار است (Jenks et al., 2024). بر اساس روش زوج درمانی هیجان‌مدار ریشه تعارض‌های زناشویی، دلبستگی ناایمن یا آسیب‌های دلبستگی می‌باشد که باعث تحریک هیجان‌های اولیه و وقوع اضطراب و ترس از طردشدن می‌شود. در نتیجه، به جای هیجان‌های اولیه، هیجان‌های ثانویه مانند پرخاشگری و خشم بروز می‌کند و روابط زناشویی را آشفته‌تر می‌سازد (Van Diest et al., 2023). زوج درمانی هیجان‌مدار نوعی زوج درمانی ساختارمند و کوتاه‌مدت بر مبنای مفاهیم عشق بزرگسالی، سبک‌های دلبستگی و آشفستگی زوجین است که بر دلبستگی‌های سازگار از طریق مراقبت، حمایت و توجه متقابل برای نیازهای فرد و همسر تأکید می‌کند (Kailanko et al., 2022). هدف زوج درمانی هیجان‌مدار دسترسی و پردازش مجدد واکنش‌های عاطفی در تعامل‌های زندگی زناشویی است و این روش فرض می‌کند که تعارض در زندگی زناشویی زمانی اتفاق می‌افتد که همسران قادر به ارضای

طلاق فرآیندی است که با تجربه بحران عاطفی میان زوجین شروع می‌شود و با تلاش برای حل تعارض از طریق تغییر نقش و سبک زندگی خاتمه می‌یابد (Caksen, 2022). زوجین متقاضی طلاق به افرادی گفته می‌شود که برای پایان دادن به رابطه زناشویی خود اقدام به ثبت درخواست طلاق کردند (Jie et al., 2025). به‌طور کلی طلاق به دو دسته طلاق آشکار یا قانونی (زوجین به‌طور رسمی از یکدیگر جدا می‌شوند) و طلاق پنهان یا عاطفی (زوجین با توجه به اجبار و ضرورت با هم زندگی می‌کنند، اما با یکدیگر ارتباط عاطفی ندارند) تقسیم می‌شود (Al-Moselhy et al., 2023). یکی از انواع طلاق‌های پنهان، طلاق عاطفی است که در آن بخشی از احساس‌های عاطفی میان زوجین دچار آسیب می‌شود و در صورت عدم چاره‌اندیشی برای آن، زوجین در بلندمدت از لحاظ روانی از یکدیگر فاصله می‌گیرند (Garriga & Pennoni, 2022). طلاق عاطفی بیانگر رابطه‌ای است که در آن زوجین به‌جای حمایت از یکدیگر به‌دنبال یافتن دلیل برای متهم کردن یکدیگر به کوتاهی و نقص و نابودی عزت‌نفس یکدیگر هستند (Damo & Cenci, 2021). گاهی زوجین با توجه به شرایط خانوادگی، اجتماعی و فرهنگی، در کنار یکدیگر زندگی می‌کنند و ساختار خانواده حفظ می‌شود، اما زوجین با یکدیگر ارتباط عاطفی ندارند و فضای خانواده آنها سرد می‌باشد که به این پدیده طلاق عاطفی می‌گویند (Rasheed et al., 2021). در طلاق عاطفی که مرحله قبل از طلاق رسمی است تجربه‌های ناخوشایند روان‌شناختی زیادی مانند احساس پوچی، شکست و افسردگی اتفاق می‌افتد (Dzando et al., 2025). خانواده‌های دچار طلاق عاطفی نسبت به خانواده‌های عادی قادر به حل مشکل‌ها و تعارض‌ها نیستند، ارتباط عاطفی اعضای خانواده ناکارآمد و مختل است و در تعامل نقش‌ها و عملکرد کلی خانوادگی ضعیف عمل می‌کنند (Al-Shahrani & Hammad, 2023).

یکی از چالش‌های زوجین متقاضی طلاق، افزایش پرخاشگری ارتباطی پنهان در خانواده است (Bahari et al., 2021). این نوع پرخاشگری به رفتارهایی مانند صدمه‌زدن به روابط، تلاش برای عدم پذیرش اجتماعی و تخریب روابط دوستانه اطلاق که باعث آسیب به همسر می‌شود (Coyne et al., 2017). به عبارت دیگر، پرخاشگری ارتباطی پنهان به معنای تلاش برای آسیب‌رساندن به همسر از طریق اعمال نفوذ هدفمند و صدمه‌زدن به رابطه است (Lent & Murray-Close, 2022). این پرخاشگری شامل دو بخش خراب‌کردن وجهه اجتماعی (بدگویی،

نیازهای دلبستگی یکدیگر برای ایمنی، امنیت و رضایت نیستند. در نتیجه، این روش با تمرکز بر رابطه عاطفی زوجین به رفع مشکل‌ها و تعارض‌های زوجین می‌پردازد (Tseng et al., 2024).

پژوهش‌هایی درباره اثربخشی زوج درمانی هیجان‌محور بر کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی یافت شد. نتایج پژوهش Zarifmanesh et al (2024) نشان داد که درمان هیجان‌محور باعث افزایش کاهش روابط موضوعی و افزایش کیفیت رابطه زناشویی در زوجین دارای ازدواج مجدد شد. Van Diest et al (2023) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی هیجان‌محور باعث افزایش صمیمیت ادراک‌شده زوجین، ارتباط زوجین، پاسخگویی همسر و بیان مطلوب نیازهای عاطفی شد. در پژوهشی دیگر Golestanifar et al (2023) گزارش کردند که زوج درمانی هیجان‌محور باعث افزایش کیفیت زندگی زناشویی، کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان و بهبود سلامت روانشناختی مبتلایان به بیماری قلبی عروقی شد. همچنین، نتایج پژوهش Bashiri et al (2025) حاکی از آن بود که زوج درمانی هیجان‌محور باعث کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین دارای تعارضات زناشویی شد. Esmaeili et al (2023) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی هیجان‌محور باعث کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان در زنان دارای تعارضات زناشویی شد. علاوه بر آن، نتایج پژوهش Ramshi et al (2024) نشان داد که درمان راه حل‌محور باعث کاهش دلزدگی زناشویی و افزایش تمایز یافتگی عاطفی زوجین متقاضی طلاق شد، اما بر طلاق عاطفی آنان اثر معناداری نداشت. در پژوهشی دیگر Salehpour et al (2020) گزارش کردند که زوج درمانی هیجان‌محور باعث کاهش باورهای غیرمنطقی و طلاق عاطفی زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شد.

زوجین متقاضی طلاق در زندگی زناشویی با چالش‌های فراوانی مواجه هستند که از جمله آنها می‌توان به افت کیفیت روابط زناشویی و افزایش پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی اشاره کرد. برای کاهش وقوع طلاق و پیامدهای منفی آن باید از روش‌های درمانی مناسب بهره برد که یکی از آنها درمان هیجان‌محور است. با اینکه پژوهش‌های گذشته اثر درمان هیجان‌محور را بر بسیاری از متغیرها از جمله متغیرهای پژوهش حاضر بررسی کردند، اما هم اثربخشی این روش به شیوه زوج درمانی کمتر مورد بررسی قرار گرفته و هم نتایج پژوهش‌ها درباره اثربخشی آن بر طلاق عاطفی متفاوت بوده است. با توجه به خلأهای ذکرشده و لزوم مداخله برای حفظ ساختار و

استحکام خانواده، هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌محور بر کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق بود.

روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش زوجین متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر ورامین در فصل بهار سال ۱۴۰۴ بودند که از میان آنها ۳۰ زوج با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه مساوی گمارده شدند. معیارهای انتخاب این افراد شامل زندگی زوجین با یکدیگر، نداشتن فرزند، گذشت حداقل یک سال از زندگی مشترک، عدم رخداد‌های تنش‌زا مانند طلاق و مرگ نزدیکان در سه ماه گذشته و عدم اعتیاد و مصرف داروهای روان‌پزشکی بودند. همچنین، معیارهای خروج از پژوهش شامل غیبت بیشتر از دو جلسه توسط زوجین و انصراف از ادامه همکاری و شرکت در پژوهش بودند.

برای انجام این مطالعه، پس از هماهنگی با مسئولان مراکز مشاوره شهر ورامین اقدام به بررسی معیارهای ورود به مطالعه و انتخاب ۳۰ زوج متقاضی طلاق شد. برای زوجین اهمیت و ضرورت پژوهش تبیین و درباره رعایت موازین اخلاقی به آنان اطمینان لازم داده شد. نمونه‌ها به روش تصادفی در دو گروه مساوی (هر گروه ۱۵ زوج) گمارده و یکی از گروه‌ها به‌عنوان گروه آزمایش (زوج درمانی هیجان‌محور) و گروه دیگر به‌عنوان گروه کنترل در نظر گرفته شد. گروه آزمایش ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت زوج درمانی هیجان‌محور قرار گرفت و در این مدت گروه کنترل در لیست انتظار ماند. مداخله توسط یک روانشناس بالینی دارای مدرک دوره زوج درمانی هیجان‌محور بر اساس پروتکل Hasannejad et al (2021) ساخته‌شده بر اساس کتاب Johnson (2004) صورت پذیرفت.

در جلسه اول با عنوان ارزیابی و پیوستگی اقدام انجام آشنایی، ایجاد پیوستگی و بررسی انگیزه درمان شد. در جلسه دوم با عنوان ادامه ارزیابی و شناسایی چرخه تعامل منفی اقدام به کشف تعامل‌های مشکل‌دار، ارزیابی مشکل و موانع دلبستگی و ایجاد توافق درمانی شد. در جلسه سوم با عنوان تحلیل و تغییر هیجان‌ها اقدام به بازکردن تجربه‌های برجسته مربوط به دلبستگی و پذیرش احساس‌های تصدیق‌نشده بنیادی شد. در جلسه چهارم با عنوان تحلیل و تغییر هیجان‌ها اقدام به روشن کردن پاسخ‌های

هفت گزینه از خیلی کم با نمره یک تا خیلی زیاد با نمره هفت وجود داشت. نمره مقیاس پرخاشگری ارتباطی پنهان با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌گردد و بر همین اساس دامنه نمرات آن بین ۱۲ الی ۸۴ و نمره بالاتر حاکی از پرخاشگری ارتباطی پنهان بیشتر است. [Carroll et al \(2010\)](#) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی بررسی و تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ در مردان و زنان بالاتر از ۰/۸۰ گزارش کردند. در ایران، [Golestanifar et al \(2023\)](#) روایی صوری مقیاس کیفیت روابط زناشویی را توسط ۱۰ نفر از متخصصان روانشناسی تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۲ گزارش کردند. در پژوهش حاضر، مقدار پایایی از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌های مقیاس پرخاشگری ارتباطی پنهان ۰/۸۱ محاسبه شد.

مقیاس طلاق عاطفی: این مقیاس توسط [Gottman \(1994\)](#) با ۲۴ گویه طراحی شد؛ به‌طوری که برای پاسخگویی به هر گویه دو گزینه بله با نمره یک و خیر با نمره صفر وجود داشت. نمره مقیاس طلاق عاطفی با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌گردد و بر همین اساس دامنه نمرات آن بین ۰ الی ۲۴ و نمره بالاتر حاکی از طلاق عاطفی بیشتر است. سازنده روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی بررسی و تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۵ گزارش کرد. در ایران، [Karimi et al \(2024\)](#) پایایی مقیاس طلاق عاطفی را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش کردند. در پژوهش حاضر، مقدار پایایی از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌های مقیاس طلاق عاطفی ۰/۸۴ محاسبه شد.

داده‌های این مطالعه با روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ در سطح معناداری ۰/۰۵ تحلیل شدند.

یافته‌ها

در این پژوهش ۳۰ زوج (۶۰ نفر) حضور داشتند و ریزشی در هیچ‌یک از گروه‌های آزمایش و کنترل اتفاق نیفتاد. میانگین و انحراف معیار پیش‌آزمون و پس‌آزمون کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق در جدول ۱ ارائه شد.

هیجانی کلیدی، هماهنگی بین تشخیص درمانگر و مراجعان و پذیرش چرخه تعامل توسط مراجعان شد. در جلسه پنجم با عنوان درگیری هیجانی عمیق اقدام به آموزش ابراز هیجان‌ها، افزایش شناسایی نیازهای دلبستگی، پذیرش هیجان‌ها و عمق‌بخشی به درگیری با تجربه هیجانی شد. در جلسه ششم با عنوان درگیری هیجانی عمیق اقدام به آموزش عمق‌بخشی به درگیری هیجانی، بهبود روش‌های تعامل، تمرکز روی خود نه دیگری و تعریف مجدد دلبستگی شد. در جلسه هفتم با عنوان تحکیم و یکپارچه‌سازی اقدام به بازسازی تعامل‌ها و تغییر رویدادها و نمادگذاری آرزوها به‌ویژه آرزوهای سرکوب‌شده شد. در جلسه هشتم با عنوان تحکیم و یکپارچه‌سازی اقدام به بازسازی تعامل‌ها و کشف راه حل‌های جدید برای مشکل‌های قدیمی شد. در جلسه نهم با عنوان تحکیم و یکپارچه‌سازی اقدام به آموزش درگیری صمیمانه مراجعان با همسرشان، پذیرش وضعیت‌های جدید، ایجاد دلبستگی ایمن و ساختن داستانی شاد از رابطه زناشویی شد. در جلسه دهم با عنوان اختتام اقدام به تسهیل اختتام، مشخص کردن تعامل بین الگوی گذشته و اکنون و عدم نیاز به درمانگر برای داشتن سرزندگی شد.

ابزارهای مورد استفاده در پژوهش حاضر در ادامه تشریح می‌شوند و لازم به ذکر است که میانگین نمره زوجین به‌عنوان نمره متغیرها لحاظ شد.

مقیاس کیفیت روابط زناشویی: این مقیاس توسط [Zhang et al \(2013\)](#)

با ۳۹ گویه طراحی شد؛ به‌طوری که برای پاسخگویی به هر گویه پنج گزینه از بسیار ناراضی با نمره یک تا بسیار راضی با نمره پنج وجود داشت و برخی گویه‌ها به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نمره مقیاس کیفیت روابط زناشویی با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌گردد و بر همین اساس دامنه نمرات آن بین ۳۹ الی ۱۹۵ و نمره بالاتر حاکی از کیفیت روابط زناشویی مطلوب‌تر است. سازندگان روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی بررسی و تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش کردند. در ایران، [Golestanifar et al \(2023\)](#) روایی صوری مقیاس کیفیت روابط زناشویی را توسط ۱۰ نفر از متخصصان روانشناسی تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش کردند. در پژوهش حاضر، مقدار پایایی از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌های مقیاس کیفیت روابط زناشویی ۰/۸۳ محاسبه شد.

مقیاس پرخاشگری ارتباطی پنهان: این مقیاس توسط [Nelson &](#)

[Carroll \(2006\)](#) با ۱۲ گویه طراحی شد؛ به‌طوری که برای پاسخگویی به هر گویه

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار پیش‌آزمون و پس‌آزمون کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق

فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی

متغیر	مرحله	گروه آزمایش	گروه کنترل	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین
کیفیت روابط زناشویی	پیش‌آزمون	۷۶/۱۵	۸/۹۰	۷۴/۳۷
	پس‌آزمون	۸۵/۳۱	۷/۵۲	۷۲/۱۰
پرخاشگری ارتباطی پنهان	پیش‌آزمون	۳۸/۲۶	۴/۲۱	۴۰/۲۲
	پس‌آزمون	۲۷/۶۱	۳/۵۱	۴۲/۶۷
طلاق عاطفی	پیش‌آزمون	۱۳/۳۷	۲/۶۴	۱۲/۵۹
	پس‌آزمون	۹/۰۸	۲/۱۸	۱۲/۸۸

طبق نتایج جدول ۱، میانگین کیفیت روابط زناشویی زوجین متقاضی طلاق گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل از مرحله پیش‌آزمون به مرحله پس‌آزمون افزایش بیشتر و میانگین پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی آنان کاهش بیشتری یافته است. پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس تک‌متغیری نشان داد که فرض نرمال بودن متغیرهای کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی گروه‌های آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون طبق آزمون‌های کولموگوروف-اسمیرنوف و شاپیرو-ویلک، فرض برابری واریانس‌های متغیرهای

جدول ۲. آزمون‌های چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌محور بر کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در

زوجین متقاضی طلاق

آزمون	ارزش	آماره F	معناداری	اندازه اثر
اثر پیلایی	۰/۸۶	۲۵/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۹۶
لامبدای ویلکز	۰/۲۷	۲۵/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۹۶
اثر هاتلینگ	۴/۳۵	۲۵/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۹۶
بزرگ‌ترین ریشه روی	۴/۳۵	۲۵/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۹۶

طبق نتایج جدول ۲، زوج درمانی هیجان‌محور حداقل باعث تغییر معنادار یکی از متغیرهای کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق شد ($P < 0.001$)، تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین

جدول ۳. تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌محور بر کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی

در زوجین متقاضی طلاق

متغیر	منبع اثر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	آماره F	معناداری	اندازه اثر
کیفیت روابط زناشویی	گروه	۹۶/۲۵	۱	۹۶/۲۵	۲۲/۶۴	۰/۰۰۱	۰/۹۱
پرخاشگری ارتباطی پنهان	گروه	۱۰۸/۳۹	۱	۱۰۸/۳۹	۲۶/۷۰	۰/۰۰۱	۰/۹۷
طلاق عاطفی	گروه	۲۳/۸۶	۱	۲۳/۸۶	۲۸/۶۱	۰/۰۰۱	۰/۹۸

طبق نتایج جدول ۳، بین گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر هر سه متغیر کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق تفاوت معناداری وجود داشت. به عبارت دیگر، زوج درمانی هیجان‌محور باعث بهبود کیفیت روابط زناشویی و کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق شد ($P<0/001$).

بحث و نتیجه‌گیری

زوجین متقاضی طلاق با چالش‌های فراوانی مواجه هستند و برای حفظ استحکام خانواده نیاز است که از روش‌های درمانی مناسب مبتنی بر زوج درمانی استفاده کرد. بنابراین، هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌محور بر کیفیت روابط زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق بود.

اولین یافته پژوهش حاضر نشان داد که زوج درمانی هیجان‌محور باعث افزایش و بهبود کیفیت روابط زناشویی در زوجین متقاضی طلاق شد که ای نتیجه با نتایج پژوهش‌های [Zarifmanesh et al \(2024\)](#)، [Van Diest et al \(2023\)](#) و [Golestanifar et al \(2023\)](#) همسو بود. در تبیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌محور بر افزایش کیفیت روابط زناشویی در زوجین متقاضی طلاق می‌توان گفت که بخش زیادی از روابط سازگار و ناسازگار زوجین ریشه در مسائل عاطفی و هیجانی دارد و ناتوانی در ابراز مناسب و به موقع این هیجان‌ها منجر به کناره‌گیری عاطفی و از دست رفتن صمیمیت زناشویی می‌شود. به عبارت دیگر، بسیاری از مسئله‌ها و چالش‌های زوجین در چگونگی ابراز هیجان‌ها ریشه دارد و روش زوج درمانی هیجان‌محور با ایجاد صمیمیت زناشویی در خلال ابراز هیجان‌ها به شیوه سالم و بر اساس نمایش هیجان‌های سازگار می‌تواند سبب بهبود روابط زوجین گردد. این روش درمانی می‌تواند زوجین را فارغ از اضطراب‌های ناشی از دلبستگی ناایمن به سوی ابراز مناسب هیجان، تجربه صمیمیت واقعی، مدیریت هیجان، بهبود الگوهای تعاملی انعطاف‌پذیر، گرایش به رفتارهای امنیت‌خواهانه و کاهش اضطراب جدایی هدایت نماید و سبب بهبود روابط آنان گردد. در نتیجه، منطقی به نظر می‌رسد که زوج درمانی هیجان‌محور بتواند نقش موثری در افزایش و بهبود کیفیت روابط زناشویی در زوجین متقاضی طلاق داشته باشد.

دومین یافته پژوهش حاضر نشان داد که زوج درمانی هیجان‌محور باعث کاهش و افت پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین متقاضی طلاق شد که ای نتیجه با نتایج پژوهش‌های [Bashiri et al \(2025\)](#)، [Golestanifar et al \(2023\)](#) و [Esmaeili et al \(2023\)](#) همسو بود. در تبیین اثربخشی زوج درمانی هیجان‌محور بر کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین متقاضی طلاق می‌توان گفت که در این روش درمانی هر یک از زوجین با حساسیت‌ها و نیازهای جنسی، عاطفی و روانشناختی خود و همسر بیشتر آشنا می‌شوند و سوءتفاهم‌های ایجادشده را رفع می‌نمایند. درمانگر در این شیوه درمانی می‌تواند مشکل‌های زوجین درگیر را بازسازی کند و از زوجین بخواهد که فعالانه جهت کاهش و رفع مشکل‌ها به صورت فعال همکاری نمایند و به دنبال ایجاد یک رابطه زوجی خوب و رضایت‌بخش باشند. در روش زوج درمانی هیجان‌محور تغییر به این شیوه انجام می‌شود که پاسخ‌های هیجانی زیربنای تعامل و ارتباط کشف، تجربه و دوباره پردازش و بازسازی می‌شوند و ارتباط‌ها و تعامل‌های جدید مناسب و فارغ از هر گونه پرخاشگری و خصومت شکل می‌گیرد. در نتیجه، منطقی به نظر می‌رسد که زوج درمانی هیجان‌محور بتواند نقش موثری در کاهش و افت پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین متقاضی طلاق داشته باشد.

سومین یافته پژوهش حاضر نشان داد که زوج درمانی هیجان‌محور باعث کاهش و افت طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق شد که ای نتیجه با نتایج پژوهش [Ramshi et al \(2024\)](#) ناهمسو و با نتایج پژوهش [Salehpour et al \(2020\)](#) همسو بود. در تبیین تفاوت در نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش [Ramshi et al \(2024\)](#) می‌توان به تفاوت در جلسه‌های مداخله و حجم نمونه در هر گروه و استفاده از روش راه حل‌محور اشاره کرد. در پژوهش حاضر ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مداخله انجام شد و حجم نمونه در هر گروه ۱۵ زوج بود، اما در پژوهش آنان ۸ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای مداخله انجام شد و حجم نمونه در هر گروه ۷ زوج بود. به عبارت دیگر، در پژوهش ۹۰۰ دقیقه زوج درمانی هیجان‌محور بر روی ۱۵ زوج انجام شد، اما در پژوهش [Ramshi et al \(2024\)](#) ۴۸۰ دقیقه زوج درمانی راه حل‌محور بر روی ۷ زوج صورت پذیرفت. هنگامی که مدت مداخله بیشتر و یا نمونه‌های گروه بیشتر باشند و با هم مشارکت نمایند، مداخله می‌تواند اثربخشی بیشتری داشته باشد. بر همین اساس، منطقی است که نتیجه پژوهش حاضر برخلاف نتیجه پژوهش [Ramshi et al \(2024\)](#) حاکی از اثربخشی زوج درمانی بر کاهش طلاق عاطفی در زوجین متقاضی

این پژوهش حامی مالی نداشت و با هزینه همه نویسندگان انجام شد.

موازن اخلاقی

موازن اخلاقی به اطلاع شرکت کنندگان رسید و موافقت آنان جهت انجام

پژوهش اخذ شد.

مشارکت نویسندگان

همه نویسندگان این مقاله تقریباً سهمی برابر داشتند.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از مسئولان مراکز مشاوره و همه زوجین متقاضی طلاق

شرکت کننده در پژوهش حاضر تشکر می شود.

References

- Al-Moselhy, M. M. N., Abu Zeid, A. A. A., Mokhaimer, E. M. A., & Adel, D. E. (2023). Emotional divorce and its relation to demographic variables. *Journal of Sustainable Development in Social and Environmental Sciences*, 2(2), 25-42.
<https://doi.org/10.21608/jsdses.2023.207300.1017>
- Al-Shahrani, H. F., & Hammad, M. A. (2023). Relationship between emotional divorce and alexithymia among married women in Saudi Arabia. *BMC Psychology*, 11(217), 1-11.
<https://doi.org/10.1186/s40359-023-01236-w>
- Bahari, Z., Zaharakar, K., & Pirani, Z. (2021). The effectiveness of relationship enrichment program training in reducing latent communication aggression and increasing relationship maintenance strategies. *Journal of Research in Behavioral Sciences*, 19(2), 181-192.
<http://dx.doi.org/10.52547/rbs.19.2.181>
- Bashiri, Sh., Bagheri, N., & Taheri, A. (2025). Comparison of the effectiveness of cognitive-behavioral couple therapy and couple emotional focused therapy on covert relational aggression in couples with marital conflicts. *Journal of Modern Psychological Researches*, 19(76), 244-259.
<https://doi.org/10.22034/jmpr.2024.63632.6429>
- Bliton, C. F., Johnson, B. N., & Pincus, A. L. (2022). My problem or yours? Interpersonal problems and marital quality. *Journal of Personality*, 90(4), 595-614.
<https://doi.org/10.1111/jopy.12685>

طلاق باشد. همچنین، در تبیین اثربخشی زوج درمانی هیجان محور بر کاهش طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق می توان گفت که این شیوه درمانی می تواند سبب شکل گیری رفتارهای دلبستگی ایمن شود. به عبارت دیگر، در زوج درمانی هیجان محور تغییرهایی در سبک دلبستگی ناایمن از جمله ناایمن اضطرابی رخ می دهد و علاوه بر آن، باعث کاهش دلبستگی ناایمن اجتنابی می گردد. بنابراین، زوجین روابط بهتری با یکدیگر خواهند داشت و با یکدیگر تعامل ها و ارتباط های سازنده تر و نزدیک تری برقرار می سازند. در نتیجه، منطقی به نظر می رسد که زوج درمانی هیجان محور بتواند نقش موثری در کاهش و افت طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق داشته باشد.

از جمله محدودیت های این پژوهش می توان به روش نمونه گیری غیرتصادفی هدفمند برای انتخاب نمونه ها، عدم وجود مرحله پیگیری به دلیل محدودیت های زمانی و شرایط موجود در زندگی زوجین و استفاده از ابزارهای خودگزارش دهی جهت گردآوری داده ها اشاره کرد. بنابراین، پیشنهاد می شود که در صورت امکان برای انتخاب نمونه ها از روش های نمونه گیری تصادفی به دلیل خطای نمونه گیری کمتر استفاده شود، پایداری اثربخشی روش زوج درمانی هیجان محور را با دوره های پیگیری کوتاه مدت و بلندمدت بررسی نمایند و از ابزارهای دیگرگزارش دهی یا مصاحبه ساختاریافته جهت گردآوری داده ها استفاده کنند.

به طور کلی، نتایج این پژوهش حاکی از اثربخشی روش زوج درمانی هیجان محور بر بهبود کیفیت روابط زناشویی و کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی در زوجین متقاضی طلاق بود. طبق نتایج این پژوهش، مشاوران و درمانگران می توانند از روش زوج درمانی هیجان محور در کنار سایر روش های زوج درمانی برای بهبود ویژگی های زوجین متقاضی طلاق استفاده کنند. در نتیجه، زوج درمانی هیجان محور می تواند یکی از پرکاربردترین روش های مداخله برای زوجین باشد تا بتواند استحکام خانواده را به ویژه برای زوجین متقاضی طلاق و دچار تنش ها و چالش های زناشویی حفظ کند و بهبود بخشد.

تعارض منافع

هیچ تعارض منافی گزارش نشد.

حمایت مالی

- James, S. L., Nelson, D. A., Jorgensen-Wells, M. A., & Calder, D. (2022). Marital quality over the life course and child well-being from childhood to early adolescence. *Development and Psychopathology*, 34(4), 1492-1505. <https://doi.org/10.1017/s0954579421000122>
- Jenks, A., Adams, G., Young, B., & Seedall, R. (2024). Addressing power in couples therapy: Integrating socio-emotional relationship therapy and emotionally focused therapy. *Family Process*, 63(1), 48-63. <https://doi.org/10.1111/famp.12961>
- Jie, C. L. K., Yramategui, J. J., & Huang, R. (2025). Children and divorce: A rapid review targeting cognitive dissonance, in the context of narrative therapy. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 30(2), 465-478. <https://doi.org/10.1177/13591045251314908>
- Kailanko, S., Wiebe, S. A., Tasca, G. A., Laitila, A. A., & Allan, R. (2022). Somatic experience of emotion in emotionally focused couple therapy: Experienced trainer therapists' views and experiences. *Journal of Marital and Family Therapy*, 48(3), 677-692. <https://doi.org/10.1111/jmft.12543>
- Karimi, M., Ghanbari Panah, A., & Hasani, F. (2024). The effectiveness of an educational program based on Olson's integrative approach on relationship maintenance strategies and hidden relational aggression in couples with emotional divorce. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 3(5), 14-25. <https://doi.org/10.61838/kman.pdmd.3.5.2>
- Lent, M. C., & Murray-Close, D. (2022). Negative parenting and functions of relational aggression: The moderating roles of gender and physiological reactivity. *Aggressive Behavior*, 48(1), 17-29. <https://doi.org/10.1002/ab.21993>
- Liu, Y., & Upenieks, L. (2021). Marital quality and well-being among older adults: A typology of supportive, aversive, indifferent, and ambivalent marriages. *Research on Aging*, 43(9-10), 428-439. <https://doi.org/10.1177/0164027520969149>
- Mohammadipour, M., Shojaei KalateBali, N., & Bakhshipour, A. (2021). The effect of solution focused couple therapy on marital adjustment, marital relationship quality and social health in divorce applicant couples. *Journal of Social Psychology*, 14(57), 75-85. <https://dori.net/dor/20.1001.1.23455098.1399.8.57.7.4>
- Moron, M., & Mandal, E. (2021). Reinforcement sensitivity, approach and avoidance goals and relational aggression in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 168, 110381. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110381>
- Ramshi, H., Panah Ali, A., Aghdasi, A., & Livarjani, S. (2024). The effectiveness of solution-oriented treatment on emotional divorce, marital burnout and emotional differentiation of couples applying for divorce in Sari city. *Rooyesh-e-*
- Bulanda, J. R., Curl, A. L., & Roberts, A. R. (2023). Marital quality and alcohol use among couples in mid-and later-life. *Journal of Applied Gerontology*, 42(5), 1068-1077. <https://doi.org/10.1177/07334648221143305>
- Caksen, H. (2022). The effects of parental divorce on children. *Psychiatriki*, 33(1), 81-82. <https://doi.org/10.22365/jpsych.2021.040>
- Carroll, J. S., Nelson, D. A., Yorgason, J. B., Harper, J. M., Ashton, R. H., & Jensen, A. C. (2010). Relational aggression in marriage. *Aggressive Behavior*, 36(5), 315-329. <https://doi.org/10.1002/ab.20349>
- Coyne, S. M., Nelson, D. A., Carroll, J. S., Smith, N. J., Yang, C., Holmgren, H. G., & Johnson, C. (2017). Relational aggression and marital quality: A five-year longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 31(3), 282-293. <https://doi.org/10.1037/fam0000274>
- Damo, D. D., & Cenci, C. M. B. (2021). Emotional divorce: Similarities and differences according to the position occupied. *Trends in Psychology*, 29(3), 1-14. <http://dx.doi.org/10.1007/s43076-021-00088-w>
- Dzando, G., Asante, D., Yabila, S., Suuron, V. M., Amenu, J., Salifu, S., & Awiagah, S. K. (2025). Late-life divorce and well-being of older people: A systematic review. *Archives of Gerontology and Geriatrics Plus*, 2(1), 100107. <https://doi.org/10.1016/j.aggp.2024.100107>
- Esmaili, M., Maredpour, A. R., & Zadeh Bagheri, Gh. (2023). The comparison of effectiveness of emotion-focused couple therapy and acceptance and commitment therapy on covert relational aggression among women with marital conflicts. *Journal of Modern Psychological Researches*, 18(72), 49-60. <https://doi.org/10.22034/jmpr.2024.17496>
- Garriga, A., & Pennoni, F. (2022). The causal effects of parental divorce and parental temporary separation on children's cognitive abilities and psychological well-being according to parental relationship quality. *Social Indicators Research*, 161, 963-987. <https://doi.org/10.1007/s11205-020-02428-2>
- Golestanifar, S., DashtBozorgi, Z., Asgari, P., & Heidari, A. (2023). The effect of emotion-focused couple therapy on marital life quality, covert relational aggression and psychological health of couples with cardiovascular disease. *Iranian Journal of Cardiovascular Nursing*, 12(1), 72-82. <https://icns.org.ir/journal/article-1-808-en.html>
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc. <https://psycnet.apa.org/record/1993-99115-000>
- Hasannejad, L., Heydarei, A., Makvandi, B., & Talebzadeh, M. (2021). The comparison effect of emotionally focused couple therapy and solution-focused therapy on sexual satisfaction in women affected by marital infidelity. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, 9(4), 84-93. <https://ijpn.ir/article-1-1713-en.html>

- Ravanshenasi Journal*. 13(6), 109-118.
<https://frooyesh.ir/article-1-5259-en.html>
- Rasheed, A., Amr, A., & Fahad, N. (2021). Investigating the relationship between emotional divorce, marital expectations, and self-efficacy among wives in Saudi Arabia. *Journal of Divorce & Remarriage*, 62(1), 19-40.
<https://doi.org/10.1080/10502556.2020.1833290>
- Salehpour, P., Ahghar, Gh., & Navabi Nejad, Sh. (2020). The effectiveness of emotion-focused couple therapy on reducing irrational beliefs and emotional divorce in married women referred to Tehran counseling centers. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 62(5), 57-70.
<https://doi.org/10.22038/mjms.2019.15300>
- Sandberg, J., Meservy, M. V., Bradford, A., & Anderson, Sh. (2018). Examining the influence of relational aggression on sexual satisfaction with attachment behaviors as a potential mediator. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 44(5), 425-437. <https://doi.org/10.1080/0092623x.2017.1405307>
- Tseng, C. F., Wittenborn, A. K., Morgan, P. C., & Liu, T. (2024). Exploring the effectiveness of emotionally focused therapy for depressive symptoms and relationship distress among couples in Taiwan: A single-arm pragmatic trial. *Journal of Marital and Family Therapy*, 50(1), 202-217.
<https://doi.org/10.1111/jmft.12681>
- Van Diest, S. L., Den Oudsten, B. L., Aaronson, N. K., Beaulen, A., Verboon, P., Aarnoudse, B., & Van Lankveld, J. J. D. M. (2023). Emotionally focused couple therapy in cancer survivor couples with marital and sexual problems: A replicated single-case experimental design. *Frontiers in Psychology*, 14(1123821), 1-10.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1123821>
- Zarifmanesh, Z., Jafari, A., Vakili, S., & Ghamari, M. (2024). The effectiveness of emotion focused therapy on object relations and marital relationship quality in men and women with remarriage. *Rooyesh-e-Ravanshenas Journali*, 13(4), 115-124. <https://frooyesh.ir/article-1-5008-en.html>
- Zhang, H., Xu, X., & Tsang, S. K. M. (2013). Conceptualizing and validating marital quality in Beijing: A pilot study. *Social Indicators Research*, 113(1), 197-212.
<https://doi.org/10.1007/s11205-012-0089-6>