



# Effectiveness of Couple Therapy by Gottman Method on Family Function and Marital Adjustment in Divorce Applicant Couples

Abootaleb Saadati Shamir<sup>1</sup>, Mandana Saniee<sup>2</sup>, Elham Zare<sup>3,\*</sup>

<sup>1</sup> Assistant Professor of Educational Psychology and Personality, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran

<sup>2</sup> Assistant Professor, Department of Social Communication Sciences, East Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

<sup>3</sup> Midwifery and Reproductive Health Research Center, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Cross of Values and Neiaiesh Highway, Opposite of Rajaei Heart Hospital, Tehran, Iran

\* **Corresponding author:** Elham Zare, Midwifery and Reproductive Health Research Center, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Cross of Values and Neiaiesh Highway, Opposite of Rajaei Heart Hospital, Tehran, Iran. E-mail: elhamzare@sbmu.ac.ir

Received: 22 Sep 2018

Accepted: 30 Oct 2018

## Abstract

**Introduction:** Divorce applicant couples have many problems, especially in the field of family function and marital adjustment and psychological interventions are necessary to improve their characteristics. This research aimed to determine the effectiveness of couple therapy by Gottman method on family function and marital adjustment in divorce applicant couples.

**Methods:** This research was semi-experimental with a pre-test and post-test. The research statistical population was divorce applicant couples referring to counseling centers of Gharchak city in spring season of 2018 year. Research sample was 50 couple that were selected by available sampling method and randomly assigned to two equal groups (each group 25 couple). The experimental group trained couple therapy by Gottman method for 8 sessions of 90 minutes (two sessions a week). The research instruments were family function and marital adjustment questionnaires that completed in pre-test and post-test stages by both groups. Data were analyzed by multivariate analysis of covariance method.

**Results:** The findings showed that couple therapy by Gottman method led to increase family function ( $F = 47.50, P < 0.000$ ) and marital adjustment ( $F = 44.82, P < 0.000$ ) in divorce applicant couples.

**Conclusions:** The results indicate the importance of couple therapy by Gottman method on increase the family function and marital adjustment in divorce applicant couples. As a result, clinical psychologists and therapists can use couple therapy by Gottman method to improve psychological characteristics, especially improving family function and marital adjustment in divorce applicant couples.

**Keywords:** Couple Therapy, Marital Adjustment, Divorce, Family Function



# اثربخشی زوج درمانی به روش گاتمن بر عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق

ابوطالب سعادت‌ی شامیر<sup>۱</sup>، ماندانا صنیعی<sup>۲</sup>، الهام زارع<sup>۳\*</sup>

<sup>۱</sup> استادیار گروه روانشناسی تربیتی و شخصیت، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران  
<sup>۲</sup> استادیار، گروه علوم ارتباطات اجتماعی، واحد تهران شرق، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران  
<sup>۳</sup> دکترای تخصصی بهداشت باروری، استادیار، گروه مامایی و بهداشت باروری، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران  
 \* نویسنده مسئول: الهام زارع، دکترای تخصصی بهداشت باروری، استادیار، گروه مامایی و بهداشت باروری، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران. ایمیل: elhamzare@sbmu.ac.ir

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۰۸/۰۸

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۷/۰۶/۳۱

## چکیده

**مقدمه:** زوجین متقاضی طلاق مشکلات فراوانی به‌ویژه در زمینه عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی دارند و انجام مداخلات روانشناختی برای بهبود ویژگی‌های آنها ضروری است. این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی زوج درمانی به روش گاتمن بر عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق انجام شد.

**روش کار:** این پژوهش نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون بود. جامعه آماری پژوهش زوجین متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر قرچک در فصل بهار سال ۱۳۹۷ بودند. نمونه پژوهش ۵۰ زوج بودند که با روش در دسترس انتخاب و با روش تصادفی ساده در دو گروه مساوی (هر گروه ۲۵ زوج) جایگزین شدند. گروه مداخله ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای دو جلسه) تحت آموزش زوج درمانی با روش گاتمن قرار گرفت. ابزارهای پژوهش پرسشنامه‌های عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی بودند که در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون توسط هر دو گروه تکمیل شدند. داده‌ها با روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد که زوج درمانی به روش گاتمن باعث افزایش عملکرد خانواده ( $F = 47/50, P < 0/000$ ) و سازگاری زناشویی ( $F = 44/82, P < 0/000$ ) در زوجین متقاضی طلاق شد.

**نتیجه‌گیری:** نتایج حاکی از اهمیت زوج درمانی به روش گاتمن بر افزایش عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق بود. در نتیجه، روانشناسان بالینی و درمانگران می‌توانند از زوج درمانی به روش گاتمن برای بهبود ویژگی‌های روانشناختی به‌ویژه بهبود عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق استفاده کنند.

**کلیدواژه‌ها:** زوج درمانی، سازگاری زناشویی، طلاق، عملکرد خانواده

تمامی حقوق نشر برای انجمن علمی پرستاری ایران محفوظ است.

## مقدمه

خانواده از پیوند زناشویی زن و مرد تشکیل می‌شود و یکی از مظاهر زندگی زناشویی موفق وجود تعامل سازنده میان زن و شوهر و برقرار بودن عشق و ابراز صمیمیت به یکدیگر است [۱]. ازدواج یکی از مراحل حساس زندگی است که نقش مهمی در بهداشت روانی دارد و چنانچه زندگی زناشویی شرایط مناسبی برای ارضای نیازهای زوجین نداشته باشد، نه تنها بهداشت روانی تحقق نمی‌یابد، بلکه پیامدهای منفی بر

جای خواهد گذاشت [۲]. طلاق یا متقاضی طلاق بودن یکی از شاخص‌های معتبر نارضایتی در روابط زناشویی و گسستگی عاطفی بین زوجین است [۳]. در بررسی زندگی زناشویی زوجین متقاضی طلاق، مفهوم سازگاری زناشویی (Marital adjustment) جایگاه ویژه‌ای دارد [۴]. این مفهوم یکی از مهم‌ترین عوامل موثر بر عملکرد زوجین است که بر سلامتی خانواده تاثیر می‌گذارد [۵]. سازگاری زناشویی به

افزایش مهارت‌های ارتباطی زنان متأهل موثر بود [۱۸]. در پژوهشی دیگر Henderson و همکاران گزارش کردند که مداخله مبتنی بر ترکیب نظریه گلاسر و گاتمن بر بهبود رفتارهای زناشویی موثر بود [۱۹].

Walker ضمن پژوهشی به این نتیجه رسید که مداخله مبتنی بر بهبود ازدواج بر اساس مدل گاتمن در خانواده‌های دارای فرزند با نیازهای ویژه نقش موثری در بهبود سازگاری زناشویی و روابط زوج‌ها داشت [۲۰]. همچنین مدنی و همکاران گزارش کردند که مدل تلفیقی رویکرد هیجان‌مدار و مدل گاتمن بر بهبود روابط زناشویی و تمام خرده مقیاس‌های آن شامل رضایت، اعتماد، تعهد، سازگاری، شور و شوق جنسی، صمیمیت و عشق موثر بود [۲۱]. هواسی و همکاران ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی گروهی به روش گاتمن باعث کاهش فرسودگی زناشویی زوج‌ها شد [۲۲]. در پژوهشی دیگر شاکر دولق و همکاران به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی شناختی-رفتاری بر افزایش عملکرد خانواده و زیرمقیاس‌های حل مشکل ارتباط، نقش‌ها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی و کنترل رفتار متضایان طلاق موثر بود [۲۳]. علاوه بر آن محمدی و همکاران گزارش کردند که مداخله آموزشی مبتنی بر مدل گاتمن باعث افزایش صمیمیت زناشویی زنان شد [۲۴].

افزایش روزافزون مشکلات، نارضایتی و ناسازگاری زناشویی، افزایش درصد آمار طلاق و پیامدهای سوء آن ضرورت و اهمیت توجه به موضوع روابط زوجین و کاهش مشکلات آنان را مشخص می‌نماید. همچنین ناسازگاری‌ها و اختلاف‌های زناشویی چه به طلاق بینجامد و چه نینجامد آثار و فشارهای روانی و اجتماعی منفی زیادی را بر خانواده تحمیل می‌کند. به همین دلیل شناخت و درمان اختلاف‌ها و مشکلات زناشویی در هر جامعه‌ای ضروری است. علاوه بر آن از مشکلات زوجین متقاضی طلاق می‌توان به مشکلاتی در زمینه عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی اشاره کرد. زوج درمانی در کاهش مشکلات زناشویی موثر است. زیرا حداقل یکی از زوج‌ها تمایل کمتری برای طلاق دارد و بیشتر به دنبال بهبود روابط است، اما از راهکارهای مناسب آگاهی ندارد. یکی از روش‌های موثر زوج درمانی برای کاهش مشکلات زناشویی زوج درمانی به روش گاتمن است. با اینکه پژوهش‌هایی درباره اثربخشی زوج درمانی به روش گاتمن بر ویژگی‌های روانشناختی زوج‌ها از جمله تعهد زناشویی، سازگاری زناشویی، صمیمیت زناشویی و غیره انجام شده، اما پژوهشی درباره اثربخشی آن بر عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی انجام نشده است. بنابراین پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی زوج درمانی به روش گاتمن بر عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق انجام شد.

## روش کار

پژوهش حاضر نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش زوجین متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر قرچک در فصل بهار سال ۱۳۹۷ بودند که از میان آنان ۵۰ زوج با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و با روش تصادفی ساده در دو گروه مساوی جایگزین شدند. برای تعیین حجم نمونه از معادله Fleiss استفاده شد.

میزان تفاهم و سهیم شدن زوجین در فعالیت‌ها اشاره دارد که با خرسندی و موفقیت در زندگی همراه است [۶]. سازگاری زناشویی وضعیتی است که در آن زوجین در بیشتر مواقع احساس رضایت و خوشبختی دارند و لازمه آن انطباق سلیقه‌ها، شناخت صفات شخصیتی، ایجاد قواعد رفتاری و شکل‌گیری الگوهای ارتباطی سازنده است [۷]. یکی دیگر از مفاهیم مهم در بررسی زندگی زناشویی زوجین متقاضی طلاق، مفهوم عملکرد خانواده (Family function) است [۸]. خانواده دارای عملکردهای متفاوتی است، اما عملکرد اصلی آن تأمین نیازهای اعضای خانواده است که این تأمین نیازها نقش مهمی در سلامت خانواده دارد [۹]. عملکرد خانواده توانایی خانواده در هماهنگی یا تطابق با تغییرات ایجاد شده در طول حیات، حل تضادها و تعارض‌ها، همبستگی بین اعضا و موفقیت در الگوهای انضباطی، رعایت حد و مرز بین افراد و اجرای مقررات و اصول حاکم بر آن با هدف حفاظت از نظام خانواده و حفظ تعادل آن است [۱۰]. خانواده‌های دارای عملکرد ضعیف و نامناسب دارای مشکلات بسیاری به‌ویژه در زمینه عاطفی هستند. در چنین خانواده‌هایی معمولاً ارتباط مناسب نادیده گرفته شده، گستره واکنش‌های هیجانی محدود و کمیت و کیفیت واکنش‌ها نسبت به محیط نامناسب است و علاوه بر آن اعضای خانواده به یکدیگر علاقه‌ای نداشتند و در مورد یکدیگر اقدام به سرمایه‌گذاری عاطفی نمی‌کنند [۱۱]. در مقابل خانواده‌های دارای عملکرد مناسب توانایی شناسایی مشکل، بررسی و اقدام به حل آن و ارزیابی و در صورت نیاز استفاده از راه حل دیگر وجود دارد. نحوه انتقال اطلاعات بین آنها مستقیم، روشن و تاثیرگذار است. آنان به نیازهای اساسی همه اعضا توجه کرده و پاسخ مناسبی به آنها می‌دهند [۱۲].

یکی از کاربردهای اصلی علم روان‌شناسی بکاربردن اصول آن در یافتن شیوه‌های نوین زندگی، پیشگیری از مسائل و مشکلات و ارتقای سلامت و سازگاری است [۱۳]. یکی از روش‌های موثر بهبود ویژگی‌های روانشناختی زوج درمانی (Couple therapy) است که زوج درمانی مبتنی بر نظریه Gottman یکی از انواع آن می‌باشد. بر اساس این نظریه شکست در برقراری ارتباط یکی از رایج‌ترین مشکلاتی است که از سوی همسران ناراضی ابراز می‌شود و آشفتگی زناشویی به شدت عملکرد فیزیولوژیکی را تحت تاثیر قرار می‌دهد. در نتیجه افراد دارای رضایت از زندگی، عمر طولانی‌تری دارند و کمتر بیمار می‌شوند [۱۴]. بر اساس این نظریه احترام متقابل و افتخار عوامل بسیار مهمی هستند و کوتاهی در غنی‌سازی روابط موجب عدم برخورد منطقی با حوادث پراسترس، گرفتار شدن در نزاع‌های طولانی و بی‌فایده، احساس انزوا و تنهایی و اختلافات زناشویی می‌شود [۱۵]. این نظریه بر اصلاح و تقویت نقشه راه، تقویت حس دلبستگی و تمجید، کاهش تعارض‌ها و عواطف منفی، ارائه گام‌های مشخص و معین برای حل مشکلات و تعارضات، افزایش واکنش‌های هیجانی مناسب و یکی کردن امور مالی برای بهبود رابطه زناشویی تاکید می‌کند [۱۶].

پژوهش‌ها حاکی از اثربخشی روش درمانی گاتمن بر بهبود ویژگی‌های روان‌شناختی است. برای مثال Davoodvandi و همکاران ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی گاتمنی بر افزایش سازگاری زناشویی و صمیمیت زوجین موثر بود [۱۷]. Deylami و همکاران به این نتیجه رسیدند که مداخلات آموزشی روانی گاتمنی بر

$$n = \frac{2\sigma^2(z_{1-\frac{\alpha}{2}} + z_{1-\beta})^2}{d^2} = \frac{2(2.20)^2(1.96 + 1.28)^2}{4.507} = \frac{(9.68)(10.4976)}{4.507} = 22/546$$

آزمودنی‌ها، نمونه‌ها با روش در دسترس انتخاب و به دو گروه مساوی (هر گروه ۲۵ زوج) تقسیم شدند. سپس با روش تصادفی به کمک قرعه‌کشی یکی از گروه‌ها به‌عنوان گروه مداخله و گروه دیگر به‌عنوان گروه کنترل مشخص شد. در نهایت گروه مداخله ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به مدت یک ماه (هفته‌ای دو جلسه) تحت آموزش زوج درمانی به روش گاتمن قرار گرفت و گروه کنترل در لیست انتظار برای آموزش قرار گرفت. محتوی مداخله توسط Gottman طراحی [۱۴] و توسط رجائی [۲۶] مورد استفاده و تایید قرار گرفت که هدف و محتوی آن به تفکیک جلسات در جدول ۱ گزارش شده است.

طبق پژوهش موسوی دیوا و همکاران [۲۵]  $\sigma = 2/20$ ،  $d = 2/123$ ،  $\alpha = 0/95$  و  $\text{Power} = 0/90$  است، لذا حجم نمونه ۲۲/۵۴۶ محاسبه شد که در این پژوهش حجم نمونه برای هر گروه ۲۵ زوج در نظر گرفته شد. معیارهای ورود به مطالعه عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی، گذشت حداقل ۳ و حداکثر ۷ سال از ازدواج، نداشتن فرزند، عدم استفاده همزمان از روش درمانی دیگر و عدم سابقه دریافت آموزش زوج درمانی به روش گاتمن و معیارهای خروج از مطالعه انصراف از ادامه همکاری و غیبت دو جلسه و بیشتر از آن بود. روند اجرای پژوهش به این صورت بود که پس از اخذ هماهنگی با مراکز مشاوره و انتخاب

جدول ۱: هدف و محتوی زوج درمانی به روش گاتمن به تفکیک جلسات

جلسات	هدف	محتوی مداخله
اول	آشنایی و بیان اهداف	معرفی اعضا، بیان قوانین جلسات، تشریح اهداف زوج درمانی به روش گاتمن و معرفی اجمالی ایجاد خانه استوار زندگی مشترک
دوم	تشریح خانه استوار زندگی مشترک	شناخت حیطه‌های شخصیتی، عاطفی، شناختی، فلسفی، علائق و آرزوهای خود و همسر، شناخت دنیای عاطفی و هیجانی همسر و درک نگرانی‌ها و دغدغه‌های وی
سوم	بررسی تعارضات زناشویی	بحث درباره تعارضات زناشویی و شیوه حل آنها، گفتگو درباره رفتارهای مخرب زوجین مثل رفتارهای خشن، آموزش شیوه‌های مؤثر افزایش محبت و تعاملات مثبت، احیا و افزایش احساسات مثبت و قدرشناسی
چهارم	معرفی چهار عامل فروپاشی روابط زناشویی	گفتگو درباره رفتارهای مخرب رابطه زناشویی (چهار عامل فروپاشی رابطه شامل انتقاد، تحقیر و تمسخر، حالت تدافعی و طفره رفتن از گفت و گوی معقولانه) و بررسی پیامدهای آنها در روابط زناشویی
پنجم	افزایش تعاملات مثبت با همسر	بحث در خصوص اهمیت پذیرش نفوذ همسر از سوی شوهر و تاثیر آن در روابط زناشویی و آموزش افزایش تعاملات مثبت با همسر
ششم	زبان بدن و فیزیولوژی بدن در روابط زناشویی	گفتگو درباره رفتارهای مخرب زناشویی مربوط به زبان بدن و تاثیر آن بر روابط زناشویی، بحث درباره فیزیولوژی بدن در حین مشاجرات، راهبردهای مقابله‌ای برای مواجه شدن با مسائل و شیوه‌های آرام‌سازی
هفتم	تلاش برای ترمیم روابط زناشویی	بحث درباره یکی از رفتارهای مخرب زناشویی یعنی شکست در تلاش برای ترمیم روابط و تاثیر آن بر زندگی، راه‌های مقابله با مشکلات غیرقابل حل، توجه به رویاها و رویاهای زناشویی، شناخت رویاهای همسر، آرامش‌دهی به همسر و آموزش نحوه توافق بر روی یک مورد خاص
هشتم	توانمندسازی خلق مفهومی مشترک در زندگی زناشویی	گفتگو درباره توانمندسازی خلق مفهومی مشترک در زندگی زناشویی، ارائه راه حل‌ها برای گفتگو با همسر جهت رسیدن به ارزش‌های مشترک زناشویی مانند آداب، نقش‌ها، اهداف و آیین‌های خانوادگی

۰ تا ۱۶۰ است و نمره بالاتر به‌معنای سازگاری زناشویی بیشتر است. روایی همگرا و سازه ابزار تایید و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۶ گزارش شد [۲۸]. همچنین ایزدی و سجادیان پایایی ابزار را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ گزارش کردند [۲۹]. در پژوهش حاضر پایایی با روش آلفای کرونباخ در مرحله پس‌آزمون ۰/۹۱ محاسبه شد. در این پژوهش نکات اخلاقی از جمله بیان اصل رازداری، محرمانه ماندن اطلاعات شخصی، تحلیل داده‌ها به صورت کلی و امضای رضایت‌نامه شرکت آگاهانه در پژوهش رعایت شد. همچنین داده‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی به کمک نرم‌افزار SPSS-19 با خطای ۰/۰۵ تحلیل شدند. در سطح توصیفی از شاخص‌های گرایش مرکزی و پراکندگی برای توصیف متغیرها و در سطح استنباطی از آزمون تی مستقل برای مقایسه پیش‌آزمون گروه‌ها و از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی به روش گاتمن بر عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی استفاده شد.

### یافته‌ها

شرکت‌کنندگان ۵۰ زوج متقاضی طلاق بودند که شاخص‌های توصیفی فراوانی و درصد فراوانی تحصیلات و مدت ازدواج آنها در جدول ۲ گزارش شده است.

زوج درمانی توسط یک متخصص روانشناسی بالینی دارای مدرک دوره زوج درمانی به روش گاتمن در یکی از مراکز مشاوره شهر قرچک اجرا شد. همچنین در پایان هر جلسه بر اساس مطالب آن جلسه تکلیفی به شرکت‌کنندگان داده و در ابتدای جلسه بعد مورد بررسی و ارزیابی قرار می‌گرفت. آزمودنی‌ها در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون پرسشنامه‌های زیر را تکمیل کردند. پرسشنامه عملکرد خانواده: این پرسشنامه توسط Epstein و همکاران ساخته شد. این ابزار دارای ۶۰ گویه است که با استفاده از مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت (۱ = کاملاً مخالفم تا ۴ = کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. نمره این ابزار از طریق مجموع نمره گویه‌ها به‌دست می‌آید، لذا دامنه نمرات بین ۶۰ تا ۲۴۰ است و نمره بالاتر به‌معنای عملکرد خانواده مطلوب‌تر است. روایی صوری و محتوایی ابزار با نظر متخصصان تایید و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش شد [۲۷]. همچنین عاشوری و همکاران پایایی ابزار را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش کردند [۱۳]. در پژوهش حاضر پایایی با روش آلفای کرونباخ در مرحله پس‌آزمون ۰/۸۷ محاسبه شد. پرسشنامه سازگاری زناشویی: این پرسشنامه توسط Spanier ساخته شد. این ابزار دارای ۳۲ گویه است که با استفاده از مقیاس شش درجه‌ای لیکرت (۰ = کاملاً مخالفم تا ۵ = کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. نمره این ابزار از طریق مجموع نمره گویه‌ها به‌دست می‌آید، لذا دامنه نمرات بین

زنشویی زوجین متقاضی طلاق در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون به تفکیک گروه‌های مداخله و کنترل در جدول ۳ گزارش شده است.

وضعیت تحصیلات و مدت ازدواج زوجین متقاضی طلاق در جدول ۲ قابل مشاهده است. میانگین و انحراف معیار عملکرد خانواده و سازگاری

جدول ۲: فراوانی و درصد فراوانی زوجین متقاضی طلاق به تفکیک تحصیلات و مدت ازدواج

سطح تحصیلات	فراوانی	درصد فراوانی
دیپلم	۱۴	۱۴٪
کاردانی	۲۸	۲۸٪
کارشناسی	۳۶	۳۶٪
کارشناسی ارشد	۲۲	۲۲٪
مدت ازدواج		
۴ سال	۲۲	۴۴٪
۵ سال	۱۰	۲۰٪
۶ سال	۱۰	۲۰٪
۷ سال	۸	۱۶٪

جدول ۳: میانگین و انحراف معیار عملکرد خانواده و سازگاری زنشویی زوجین متقاضی طلاق گروه‌ها در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیرها/گروه‌ها	گروه مداخله				گروه کنترل			
	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD
عملکرد خانواده	۱۰۷/۲۸	۱۲/۶۴	۱۳۲/۷۰	۱۳/۸۴	۱۰۳/۹۲	۱۱/۵۹	۱۰۱/۲۵	۱۱/۶۲
سازگاری زنشویی	۳۹/۲۰	۷/۳۶	۴۷/۱۲	۷/۲۵	۴۰/۶۷	۷/۴۶	۳۸/۹۴	۷/۳۷

حاکمی از نرمال بودن متغیرها، برابری ماتریس‌های کوواریانس و برابری واریانس‌ها می‌باشند. بنابراین شرایط استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیری وجود دارد. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی به روش گاتمن بر عملکرد خانواده و سازگاری زنشویی در زوجین متقاضی طلاق در جدول ۴ گزارش شده است.

میانگین و انحراف معیار عملکرد خانواده و سازگاری زنشویی زوجین متقاضی طلاق در جدول ۳ قابل مشاهده است. همچنین نتایج تی زوجی نشان داد میانگین پیش‌آزمون گروه‌ها از نظر عملکرد خانواده ( $T = 0.746, P < 0.181$ ) و سازگاری زنشویی ( $P < 0.433, T =$  تفاوت معناداری نداشتند. نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف عملکرد خانواده و سازگاری زنشویی در مراحل ارزیابی، نتایج آزمون M باکس و نتایج آزمون لوین معنادار نبودند که این یافته‌ها به ترتیب

جدول ۴: نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی به روش گاتمن بر عملکرد خانواده و سازگاری زنشویی در زوجین متقاضی طلاق

نوع آزمون	مقدار	آماره F	P-Value	مجذور اِتا
اثر پیلابی	۰/۸۶	۶۳/۷۵	۰/۰۰۰	۰/۸۷
لامبدای ویلکز	۰/۳۲	۶۳/۷۵	۰/۰۰۰	۰/۸۷
اثر هاتلینگ	۲/۹۷	۶۳/۷۵	۰/۰۰۰	۰/۸۷
بزرگ‌ترین ریشه روی	۲/۹۷	۶۳/۷۵	۰/۰۰۰	۰/۸۷

تعیین اثربخشی زوج درمانی به روش گاتمن بر هر یک از متغیرهای عملکرد خانواده و سازگاری زنشویی در زوجین متقاضی طلاق در جدول ۵ گزارش شده است.

طبق نتایج جدول ۴ زوج درمانی به روش گاتمن حداقل بر یکی از متغیرهای عملکرد خانواده و سازگاری زنشویی در زوجین متقاضی طلاق اثر معنادار دارد ( $F = 63.75, P < 0.000$ ). نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری در متن تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای

جدول ۵: نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری در متن چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی به روش گاتمن بر عملکرد خانواده و سازگاری زنشویی در زوجین متقاضی طلاق

متغیرهای وابسته	منبع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	P-Value	مجذور اِتا
عملکرد خانواده	گروه	۸۹۴/۳۵	۱	۸۹۴/۳۵	۴۷/۵۰	۰/۰۰۰	۰/۸۵
سازگاری زنشویی	گروه	۳۵۱/۷۶	۱	۳۵۱/۷۶	۴۴/۸۲	۰/۰۰۰	۰/۸۱

به روش گاتمن است. در نتیجه زوج درمانی به روش گاتمن باعث افزایش عملکرد خانواده ( $F = 47.5, P < 0.000$ ) و سازگاری زنشویی ( $F = 44.82, P < 0.000$ ) در زوجین متقاضی طلاق شد.

طبق نتایج جدول ۵ زوج درمانی به روش گاتمن بر هر دو متغیر عملکرد خانواده و سازگاری زنشویی در زوجین متقاضی طلاق اثر معنادار دارد. با توجه به مجذور اِتا می‌توان گفت که ۸۵ درصد تغییرات عملکرد خانواده و ۸۱ درصد تغییرات سازگاری زنشویی نتیجه اثر زوج درمانی

پژوهش‌های Davoodvandi و همکاران [۱۷]، Henderson و همکاران [۱۹]، Walker [۲۰] و هواسی و همکاران [۲۷] همسو بود. برای مثال Davoodvandi و همکاران ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی گاتمنی باعث افزایش سازگاری زناشویی زوجین شد [۱۷]. نتایج پژوهش Walker حاکی از آن بود که مداخله بر اساس مدل گاتمن باعث افزایش سازگاری زناشویی زوج‌های دارای فرزند با نیازهای ویژه شد [۲۰].

در پژوهشی دیگر هواسی و همکاران گزارش کردند که زوج درمانی گروهی به روش گاتمن باعث کاهش فرسودگی زناشویی زوج‌ها شد [۲۲].

در تبیین این نتایج بر مبنای نظر Halford و همکاران [۳۱] می‌توان گفت که رویکرد گاتمنی تحت عنوان رویکرد تلفیقی شناختی-سیستمی شناخته شده است و بیشترین تأکید درمانگر در این رویکرد زوج درمانی به مسائل شناختی و روابط میان زوج‌ها است. بنابراین می‌توان از طریق زوج درمانی گاتمنی و با حذف و تغییر شناخت‌های ناسازگار و تقویت شناخت‌های تقویت‌کننده روابط صمیمی میان زوج‌ها را بهبود بخشید. تغییر شناخت‌های ناسازگار و تقویت شناخت‌های تقویت‌کننده از طریق تأثیر بر نگرش درباره پیوند زناشویی و نگرش نسبت به طلاق، بهبود کیفیت روابط زناشویی و طرحواره‌های شخصیتی باعث تقویت تعهد می‌گردد، تعهدی که می‌تواند تضمین‌کننده روابط زناشویی پایدار باشد. همچنین روش زوج درمانی گاتمنی از طریق بهبود روابط کلامی می‌تواند باعث ابراز عشق و محبت بیشتر در میان زوج‌ها شود که این امر خود نیز باعث تقویت تعهد و بالطبع بهبود روابط زناشویی پایدار می‌شود. در نتیجه زوج درمانی به روش گاتمن از طریق تقویت تعهد و افزایش روابط زناشویی پایدار می‌تواند باعث افزایش سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق شود.

مهمترین محدودیت‌ها شامل نداشتن مرحله پیگیری به دلیل محدودیت زمانی و عدم دسترسی به آزمودنی‌ها و استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس بود. محدودیت دیگر داشتن فقط یک گروه مداخله و عدم امکان مقایسه نتایج زوج درمانی به روش گاتمن با یک روش درمانی دیگر بود. بنابراین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از مرحله پیگیری برای بررسی تداوم نتایج استفاده شود. همچنین پیشنهاد در پژوهش‌های آتی نتایج زوج درمانی به روش گاتمن با سایر روش‌های زوج درمانی مثل واقعیت درمانی، معنویت درمانی، فراشناخت درمانی و غیره مقایسه شود.

### نتیجه‌گیری

زوج درمانی به روش گاتمن باعث افزایش عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق شد. بنابراین نتایج حاکی از اهمیت زوج درمانی به روش گاتمن بر افزایش عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق بود. در نتیجه این روش قابلیت کاربرد در مراکز و کلینیک‌های خدمات روانشناختی را دارند، لذا روانشناسان بالینی و درمانگران می‌توانند از زوج درمانی به روش گاتمن برای بهبود ویژگی‌های روانشناختی به‌ویژه بهبود یا افزایش عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق استفاده کنند.

با توجه به افزایش روزافزون مشکلات خانوادگی و زناشویی و آمار طلاق و پیامدهای منفی آنها، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی زوج درمانی به روش گاتمن بر عملکرد خانواده و سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق انجام شد.

نتایج نشان داد که زوج درمانی به روش گاتمن باعث افزایش عملکرد خانواده در زوجین متقاضی طلاق شد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های Deylami و همکاران [۱۸]، مدنی و همکاران [۲۱]، شاکر دولق و همکاران [۲۳] و محمدی و همکاران [۲۴] همسو و با نتایج پژوهش ربیعی و همکاران [۳۰] ناهمسو بود. برای مثال Deylami و همکاران به این نتیجه رسیدند که مداخلات آموزشی روانی گاتمنی بر بهبود مهارت‌های ارتباطی زنان متأهل موثر بود [۱۸]. در پژوهشی دیگر شاکر دولق و همکاران گزارش کردند که زوج درمانی شناختی-رفتاری بر افزایش عملکرد خانواده در متقاضیان طلاق موثر بود [۲۳]. ربیعی و همکاران ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی بر بهبود دو بعد عملکرد خانواده شامل تأکیدات مذهبی و درهم‌تنیدگی تأثیر معناداری نداشت [۳۰].

در تبیین ناهمسوئی نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش ربیعی و همکاران [۳۰] می‌توان گفت که پژوهش حاضر بر روی زوجین متقاضی طلاق و پژوهش آنان بر روی زوجین متقاضی گفتار درمانی انجام شد. با توجه به متفاوت بودن ویژگی‌ها و شرایط دو گروه (متقاضی طلاق و متقاضی گفتار درمانی) نتایج می‌تواند متفاوت باشد. افراد متقاضی طلاق در مقایسه با افراد متقاضی گفتار درمانی از نظر عملکرد خانواده دارای ضعیف‌تر هستند، لذا آموزش به آنان باعث تغییرات بیشتری می‌شود و به همین دلیل روش زوج درمانی در گروه متقاضی طلاق باعث بهبود عملکرد خانواده شده، اما در گروه متقاضی گفتار درمانی باعث بهبود ابعاد عملکرد خانواده نشده است. در تبیین اثربخشی زوج درمانی بر افزایش عملکرد خانواده بر مبنای نظریه Gottman [۱۴] می‌توان گفت که در این روش زوج درمانی برای مقابله با جنبه‌های منفی ازدواج تأکید زیادی بر عشق و احترام می‌شود و برای افزودن بر جنبه‌های مثبت به مواردی چون نشان دادن علاقه، مهربانی و محبت، توجه داشتن، قدرشناسی، همدردی، همدلی، پذیرنده بودن، بذله‌گویی و سهیم شدن در شادی‌ها اشاره می‌گردد. همچنین در این روش آموزش مهارت‌های ارتباطی موثر می‌تواند به زنان متأهل در برقراری یک رابطه حسنه در جهت رشد و شکوفایی کمک کند و از ایجاد یا تداوم احساسات مخرب و منفی در طول رابطه زناشویی بکاهد. علاوه بر آن این شیوه آموزشی به زنان متأهل در حل تعارض و رفع مشکلات زناشویی، پرهیز از روابطی که منجر به شکست می‌شوند، کاهش ناامیدی، خشم، احساس بی‌ارزش بودن، افسردگی و ناکامی و افزایش حس همدلی و شناخت بهتر از نیازها و تمایلات همدیگر و افزایش رغبت جهت تداوم رابطه زناشویی کمک می‌کند و باعث ایجاد و بهبود رابطه‌ای توأم با روابط کارآمدتر و مثبت‌تر می‌شود. در نتیجه عوامل فوق باعث می‌شوند که مشاوره گروهی مبتنی بر نظریه گاتمن باعث افزایش عملکرد خانواده در زوجین متقاضی طلاق می‌شود.

همچنین نتایج نشان داد که زوج درمانی به روش گاتمن باعث افزایش سازگاری زناشویی در زوجین متقاضی طلاق شد. این نتیجه با نتایج

مراکز مشاوره شهر قرچک و همه زوجین متقاضی طلاق که در انجام پژوهش یاری و مساعدت رساندند، تشکر و قدردانی می‌کنند.

در پژوهش حاضر هیچگونه تضاد منافی برای نویسندگان مقاله وجود ندارد و رعایت نکات اخلاقی توسط دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران با کد ۹۷۳۶۵۷۸۹۱ تایید شد. پژوهشگران از مسئولان

## References

1. Ferreira M, Antunes L, Duarte J, Chaves C. Influence of Infertility and Fertility Adjustment on Marital Satisfaction. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2015;171:96-103. doi: [10.1016/j.sbspro.2015.01.094](https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.094)
2. Bulanda JR, Brown JS, Yamashita T. Marital quality, marital dissolution, and mortality risk during the later life course. *Soc Sci Med*. 2016;165:119-27. doi: [10.1016/j.socscimed.2016.07.025](https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.07.025) pmid: 27509579
3. DeLongis A, Zwicker A. Marital satisfaction and divorce in couples in stepfamilies. *Curr Opin Psychol*. 2017;13:158-61. doi: [10.1016/j.copsyc.2016.11.003](https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.11.003) pmid: 28813287
4. Ellison CG, Walker AB, Glenn ND, Marquardt E. The effects of parental marital discord and divorce on the religious and spiritual lives of young adults. *Soc Sci Res* 2011;40(2):538-51. doi: [10.1016/j.ssresearch.2010.10.010](https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2010.10.010)
5. Ozguc S, Tanriverdi D. Relations Between Depression Level and Conflict Resolution Styles, Marital Adjustments of Patients With Major Depression and Their Spouses. *Arch Psychiatr Nurs*. 2018;32(3):337-42. doi: [10.1016/j.apnu.2017.11.022](https://doi.org/10.1016/j.apnu.2017.11.022) pmid: 29784211
6. Peterson-Post KM, Rhoades GK, Stanley SM, Markman HJ. Perceived criticism and marital adjustment predict depressive symptoms in a community sample. *Behav Ther*. 2014;45(4):564-75. doi: [10.1016/j.beth.2014.03.002](https://doi.org/10.1016/j.beth.2014.03.002) pmid: 24912468
7. Cirhinlioglu FG, Tepe YK, Cirhinlioglu Z. Psychological distress, self esteem and emotional dependency of married individuals as predictors of marital adjustment. *Proc Comp Sci* 2017;120:164-71. doi: [10.1016/j.procs.2017.11.224](https://doi.org/10.1016/j.procs.2017.11.224)
8. Portes PR, Howell SC, Brown JH, Eichenberger S, Mas CA. Family functions and children's postdivorce adjustment. *Am J Orthopsychiatry*. 1992;62(4):613-7. doi: [10.1037/h0079365](https://doi.org/10.1037/h0079365) pmid: 1443070
9. Schulte MT, Armistead L, Marelich WD, Payne DL, Goodrum NM, Murphy DA. Maternal Parenting Stress and Child Perception of Family Functioning Among Families Affected by HIV. *J Assoc Nurses AIDS Care*. 2017;28(5):784-94. doi: [10.1016/j.jana.2017.05.004](https://doi.org/10.1016/j.jana.2017.05.004) pmid: 28601362
10. Schuler TA, Zaider TI, Li Y, Masterson M, McDonnell GA, Hichenberg S, et al. Perceived Family Functioning Predicts Baseline Psychosocial Characteristics in U.S. Participants of a Family Focused Grief Therapy Trial. *J Pain Symptom Manage*. 2017;54(1):126-31. doi: [10.1016/j.jpainsymman.2017.03.016](https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2017.03.016) pmid: 28479412
11. Berutti M, Dias RS, Pereira VA, Lafer B, Nery FG. Association between history of suicide attempts and family functioning in bipolar disorder. *J Affect Disord*. 2016;192:28-33. doi: [10.1016/j.jad.2015.12.010](https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.12.010) pmid: 26706829
12. Perez JC, Coos S, Irrarrazaval M. Is maternal depression related to mother and adolescent reports of family functioning? *J Adolesc*. 2018;63:129-41. doi: [10.1016/j.adolescence.2017.12.013](https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.12.013) pmid: 29304385
13. Moammeri Z, Ashoori J, Saeedi H. [Effect of Life Skills Training on Self-Efficacy and Family Function in Women Headed Households]. *Q J Soc Work*. 2015;4(3):28-36.
14. Gottman J. Gottman method couple therapy. *Clin Couple Ther*. 2008;4:138-64.
15. David P. Wedding the Gottman and Johnson Approaches into an Integrated Model of Couple Therapy. *Fam J* 2015;23(4):336-45. doi: [10.1177/1066480715601675](https://doi.org/10.1177/1066480715601675)
16. Garanzini S, Yee A, Gottman J, Gottman J, Cole C, Preciado M, et al. Results of Gottman Method Couples Therapy with Gay and Lesbian Couples. *J Marital Fam Ther*. 2017;43(4):674-84. doi: [10.1111/jmft.12276](https://doi.org/10.1111/jmft.12276) pmid: 28940625
17. Davoodvandi M, Navabi Nejad S, Farzad V. Examining the Effectiveness of Gottman Couple Therapy on Improving Marital Adjustment and Couples' Intimacy. *Iran J Psychiatry*. 2018;13(2):135-41. pmid: 29997659
18. Deylami N, Hassan S, Baba M, Abdul Kadir R. Effectiveness of Gottman's psycho educational intervention on constructive communication among married women. *Int J Hum Soc Sci*. 2015;5(9):93-7.
19. Henderson A, Dunham S, Dermer S. Change, choice, and home: An integration of the work of Glasser and Gottman. *Int J Cho Theo Real Ther*. 2013;32(2):36-47.
20. Walker L. [Evaluating the impact of a Gottman-based marriage strengthening program on families adopting children with special needs]. Florida Florida State University Libraries; 2013.
21. Madani Y, HashemiGolpayegani F, GholamaliLavasani M. Proposing an integrated model of emotional focused approach and Gottman model and its effectiveness on quality of marital relationship in married women. *Appl Psychol Res*. 2017;7(4):73-88.
22. Havasi N, Zaharakar K, MohsenZadeh F. A Study on the Efficacy of Gottman Marital Therapy as a Group Method in Reduction of Marital Burnout. *Iran J*

- Psychiatr Nurs. 2017;4(6):59-64. doi: [10.21859/ijpn-04069](https://doi.org/10.21859/ijpn-04069)
23. Shaker Dolagh A, Narimani M, Afrouz G, Hasani F, Baghdasarias A. [The effectiveness cognitive-behavioral couple therapy on improvement function family in divorce applicant clients]. J Health Breeze. 2014;2(1):53-60.
  24. Mohammadi M, Zaharakar K, Jahangiri J, Davarniya R, Shakarami M, Morshedi M. [Assessing the efficiency of educational intervention based on Gottman's model on marital intimacy of women]. J Health. 2017;8(1):74-84.
  25. Mousvi Diva R, Moghadam N, Amani O. Evaluating Family Functioning and Spiritual Health in Women with Breast Cancer, Cancer-Treated and Healthy Women. Iran J Psychiatr Nurs 2017;5(5):49-56. doi: [10.21859/ijpn-05057](https://doi.org/10.21859/ijpn-05057)
  26. Rajaei A. [Investigate the effectiveness of couple therapy by Gatman method on decreasing emotional divorce, improvement of verbal-non-verbal relations and interpersonal cognitive distortions of conflicting couples]. Mashhad: Ferdowsi University of Mashhad; 2015.
  27. Epstein NB, Baldwin LM, Bishop DS. The mcmaster family assessment device\*. J Marit Fam Ther 1983;9(2):171-80. doi: [10.1111/j.1752-0606.1983.tb01497.x](https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1983.tb01497.x)
  28. Spanier GB. Measuring Dyadic Adjustment: New Scales for Assessing the Quality of Marriage and Similar Dyads. J Marr Fam 1976;38(1):15. doi: [10.2307/350547](https://doi.org/10.2307/350547)
  29. Izadi N, Sajjadian I. The Relationship between Dyadic Adjustment and Infertility-Related Stress: The Mediated Role of Self-compassion and Self-judgment. Iran J Psychiatr Nurs 2017;5(2):15-22. doi: [10.21859/ijpn-05023](https://doi.org/10.21859/ijpn-05023)
  30. Rabiee S, Zadeh MF, Bahrami F. The effect of narrative couple therapy on couples family functioning in Isfahan. J Fam Res 2008;4(2):179-91.
  31. Halford WK, Hayes S, Christensen A, Lambert M, Baucom DH, Atkins DC. Toward making progress feedback an effective common factor in couple therapy. Behav Ther. 2012;43(1):49-60. doi: [10.1016/j.beth.2011.03.005](https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.005) pmid: 22304878