



Print ISSN: 2251-6654  
Online ISSN: 2588-3542



Volume 12, Issue 1 , August 2022

[dori.net/dor/20.1001.1.22516654.1401.12.1.2.7](https://doi.org/10.22516/2516654.1401.12.1.2.7)

## The Effect of Integrative Systematic Couple Therapy in a Group Method on Marital Intimacy and Coping Styles of Marital Distress

Received: 1 - 12 - 2021

Accepted: 27 - 8 - 2022

**Fatemeh Bagherifar**

MA, Education and Counseling Psychology, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.

**Seyed Ali Kimiaei**

Associate Professor, Education and Counseling Psychology, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran. [kimiaee@um.ac.ir](mailto:kimiaee@um.ac.ir)

**Seyed Amir Amin Yazdi**

Professor, Education and Counseling Psychology, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.

**Belan Salehi**

Ph.D. student, Education and Counseling Psychology, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.

### Abstract

**Background:** One of the vital aspects of a marital system is the satisfaction that spouses feel and experience in their relationship and having a healthy family requires a couple's adjustment and satisfaction with each other. **Objective:** This study aimed to investigate the effectiveness of integrative systemic couple therapy on improving marital intimacy and coping styles of marital distress. **Method:** The survey research method was a Semi-experimental type with a pretest, posttest design, and a control group. The study population was made up of couples who were referred to the counseling center of Maheban Al-Reza Charity Institute in Mashhad in 2018, 24 of them were selected purposefully, and after controlling the entrance and exit criteria, they were randomly replaced into two groups of 12-couples (experimental and control group). The measurement tools were [Bagarozzi 2001](#) Marital Intimacy Questionnaire and [Bodenmann 2005](#) Marital Coping Styles Questionnaire. Sessions based on integrated systemic couple therapy were also presented to the experimental group during 8 sessions of 90 minutes. To check the hypotheses, multivariate covariance was used in SPSS software. **Findings:** Results showed that marital intimacy and stress coping styles have improved with the effect of 81% and 68% in couples, respectively. **Conclusion:** the results of the research indicate the effectiveness of Feldman's systemic-integrative couple therapy on increasing emotional intimacy, spiritual intimacy as well as social intimacy and styles of coping with negative, common, and communication stress in couples.

**Keywords:** *marital intimacy, stress coping styles, integrative systematic couple therapy*



## Introduction

Couples' satisfaction can have a significant effect on predicting the durability of the relationship and deepening their commitment to each other (Lim & Lee, 2017). Various factors such as economic and social, environmental, genetic, and individual characteristics such as self-esteem, communication skills, and marital intimacy are effective in marital satisfaction (Bashirpour, Shafi'abadi, & Doukaneifard, 2020). Intimacy is a close, intimate, and usually loving relationship or a romantic and personal relationship with another person that requires very detailed information or deep knowledge (Luk & Loke, 2019). Marital intimacy is one of the most important factors in creating a warm relationship between couples, a relationship that is associated with true self-disclosure and understanding of the other person in an equal partnership (Mokhles, Fattahi Andbil, & Shafiabady, 2021) and any factor that plays a role in weakening intimacy is, in fact, a destructive factor in marital satisfaction and compatibility (Pasha et al., 2017). When couples are confronted with stressors, they try to reduce their anxiety. These factors are called coping strategies. Coping is a person's mental, emotional, and behavioral efforts that are used when coping with stress to overcome, tolerate, or minimize the effects of stress (McGuire et al., 2018). Couple coping as an important variable in marriage, has a systemic approach to the concept of confrontation in couples' relationships. According to the theory of couple coping, first proposed by (Bodemann & Shantinath, 2004), in the process of stress transfer, the coping responses of both couples are included. Positive coping strategies of spouses not only reduce the amount of emotional turmoil but also increase marital adjustment and life satisfaction, as a result, it strengthens the feeling of intimacy and unity in couples. On the other hand, negative coping strategies against life stress and tension will follow communication dysfunction, marital dissatisfaction, and eventually the breakdown of marital relationships (Sedighi, Dokanei Fard, & Rezakhani, 2021). For this purpose, the therapeutic approach used in the present study is Integrative systematic couple therapy (Feldman, 1979). This approach is a conceptual model of intrapersonal and extra personal forces that stimulate and maintain repetitive cycles of marital conflict. In this model, concepts derived from the psychodynamic approach and social learning theory are integrated within a framework of family systems. Feldman argues that couples may limit intimacy to avoid anxiety through repetitive cycles of

---



interaction. He calls these repetitive cycles of interaction marital dances. In this treatment, object relationship techniques are used to stop the imitation of the projection and help the clients to accept their projected and denied emotions to resolve the conflict at their inner level, so that marital dance is no longer necessary for these objects. Unfortunately, the satisfaction, happiness and intimacy of the marital relationship decreases over time and among many couples. However, the usefulness of the integrated systemic approach in the treatment of couples' disorders and its emphasis in external research, the lack of use of this intervention in the treatment process and internal couple therapy research is noticeable. Therefore, the present study aimed to investigate the effectiveness of systemic-integrated couple therapy on improving marital intimacy and coping styles of marital distress.

### Methodology

The method of the present study was the semi-experimental type with a pretest-posttest design and a control group. The statistical population of this study consisted of couples referring to Moheban al Reza Charity located in Mashhad in 2018. Sampling was performed by available means. First, the volunteer couples were administered a questionnaire on the levels of intimacy and coping with the stress of spouses, among them, 12 couples (24 people) were purposefully selected and randomly assigned to the experimental and control groups. After randomly dividing the groups, the experimental group underwent 8 sessions of 90 minutes of counseling based on systemic-integrated couple therapy with a sequence of 1 session per week. The questionnaires included the Marital Intimacy Levels Questionnaire (Bagarozzi, 2001), which has 41 phrases, and 8 dimensions, and the Spouses Coping with Stress Questionnaire (DCI) (Bodenmann, 2005), which had 37 questions that Cronbach's alpha for the reliability of the questionnaire was reported to be 0.81. To analyze the data and hypotheses, the statistical test method of One-way covariance analysis and SPSS software were used.

### Results and discussion

Table 1. presents the results of the analysis of the variance test with One-way measures for the groups.



**Table1** Final results of One-way measurement variance analysis to examine the differences between groups

Variable	Total squares	Degrees of freedom	Average squares	F	Eta	value p
Marital intimacy	230.265	1	28.78	59.559	0.81	0.001
Coping with marital stress	193.709	1	48.42	40.476	0.68	0.001

In other words, the integrated system approach has been able to cause a significant increase in marital intimacy scores and coping with marital stress in the experimental group after the test. Eta squared values indicate that 81% of the variance of post-marital intimacy test scores was due to the effect of the intervention and this percentage was 68% for coping with marital stress. The results of data analysis showed that systemic-integrated couple therapy improved marital intimacy levels and coping styles with marital stress, which also had a significant effect on negative, Joint, communicative and supportive coping scores. An integrated system approach helps couples use the available resources to create an interpersonal romantic bond. When couples' representations of themselves and others developed, many systemic methods can be used to reduce barriers to change so that couples can increase intimacy. Therefore, to resolve marital conflicts and disturbances, couples should be helped to solve the imitation of projection and their mental problems to be able to solve their interpersonal problems. Integrative systematic couple therapy trains couples to acquire emotional skills and mediate the relationship between emotional skills and marital adjustment by creating intimacy between husband and wife (Mirgain & Cordova, 2007). Integrative systematic couple therapy seeks to increase the security and safe behaviors of couples by rebuilding their relationships and reducing existing marital conflicts, reducing the desire to leave the relationship and divorce, and promoting their physical and psychological health.

One of the limitations of this study was that because internal and external studies on the effectiveness of this approach on the components of intimacy and coping strategies were not enough, so sufficient and useful access to rich and strong research literature and background was not possible and also due to the limited time, it was not possible to follow up. Therefore, it is recommended that It is suggested that in future research, the integrated systemic approach be compared with other family therapy approaches in the field of



intimacy components and coping strategies and marital relationships. This research should be conducted in different cultures of our country to examine the role of culture in the field of divorce components, coping strategies, and marital relationships. The results of data analysis showed that systemic-integrated couple therapy improved marital intimacy levels and coping styles with marital stress, which also had a significant effect on negative, shared, communicative, and supportive coping scores.

### **Acknowledgments**

We would like to thank all the couples participating in this study.

### **Authors' contributions**

The article is an excerpt from a Thesis. The first author is a researcher and MSc student in family counseling; the Second author is the first Supervisor and the responsible author; The third author is the second supervisor and the fourth author is a Ph.D. student of family counseling.

### **Funding**

All financial resources and costs for research and publication of the article have been paid by the authors and no financial support has been received.

### **Availability of data and materials**

The questionnaires used in this study are easily available to researchers.

### **Ethics approval and consent to participate**

All participants in the study participated in the study by filling out a consent form, and the researchers assured them that the results of the research were confidential.

### **Consent for publication**

Participants were assured that their findings were confidential and would be published in an article without mentioning their personal information.

### **Competing interests**

The author(s) declared no potential conflicts of interest to the research, authorship, and/or publication of this article.

## **References**

- Bagarozzi, D. (2001). *Enhancing intimacy in marriage*. 1th edition, Philadelphia, Brunner, Routledge. <https://www.routledge.com/Enhancing-Intimacy-in-Marriage-A-Clinicians-Guide/Bagarozzi/p/book/9780415763370>
- Bashirpour, M., Shafi'abadi, A., & Doukaneifard, F. (2020). Factors affecting the tendency to marital infidelity: A grounded theory study. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*, 8(4), 16-27. [http://jqr1.kmu.ac.ir/article\\_90987.html](http://jqr1.kmu.ac.ir/article_90987.html) [persian]



- Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. *Couples coping with stress, Emerging Perspectives on Dyadic Coping*, 1(1), 33-50. [https://www.researchgate.net/publication/232506978\\_Dyadic\\_Coping\\_and\\_Its\\_Significance\\_for\\_Marital\\_Functioning](https://www.researchgate.net/publication/232506978_Dyadic_Coping_and_Its_Significance_for_Marital_Functioning)
- Bodenmann, G., & Shantinath, S. D. (2004). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Family Relations*, 53(5), 477-484. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x>
- Feldman, L. B. (1979). Marital Conflict and Marital Intimacy: An Integrative Psychodynamic-Behavioral-systemic Model. *Family Therapy*, 18, 69-79. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/437070/>
- Lim, J., & Lee, S. (2017). The mediating effect of differentiation of self between the family of origin experiences and their marital satisfaction among Korean married women. International Information Institute (Tokyo). *Information*, 20(3A), 1667-1674. <https://www.proquest.com/openview/>
- Luk, B. H., & Loke, A.Y. (2019). Sexual satisfaction, intimacy and relationship of couples undergoing infertility treatment. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 37(2), 108-22. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30317866/>
- McGuire, A., Gillath, O., Jackson, Y., & Ingram, R. (2018). Attachment security priming as a potential intervention for depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37, 44-68. <https://psycnet.apa.org/record/2018-07026-003>
- Mirgain, S. A., & Cordova, J. V. (2007). Emotion skills and marital health: The association between observed and self-reported emotion skills, intimacy, and marital satisfaction. *J Soc Clin Psychol*, 26(9), 983. <https://psycnet.apa.org/record/2007-18580-001>
- Mokhles, H., Fattahi Andbil, A., & Shafiabady, A. (2021). The Effectiveness of "Solution-Focused Brief Therapy" on Marital Intimacy and Contingencies of Self-Worth in Divorce Applicant Couples. *Journal of Health Promotion Management (JHPM)*, 10(2), 110-122. <https://www.sid.ir/en/Journal/ViewPaper.aspx?ID=842326> [persian]
- Pasha, H., Basirat, Z., Esmailzadeh, S., Faramarzi, M., & Adibrad, H. (2017). Marital intimacy and predictive factors among infertile women in northern Iran]. *Journal of Clinical and Diagnostic Research: JCDR*, 11(5), 13-21. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28608399/> [persian]
- Sedighi, F., Dokanei Fard, F., & Rezakhani, S. (2021). Structural model of marital satisfaction based on personality traits and attachment styles mediated by coping strategies. *Journal of Psychological Science*, 19(95), 1475-1485. <https://psychologicalscience.ir/article-1-812-en.html> [Persian]





Print ISSN: 2251-6654  
Online ISSN: 2588-3542



Volume 12, Issue 1

[dori.net/dor/20.1001.1.22516654.1401.12.1.2.7](http://dori.net/dor/20.1001.1.22516654.1401.12.1.2.7)

## تأثیر زوج‌درمانی سیستمی- تلفیقی به شیوه‌ی گروهی روی صمیمیت و سبک‌های مقابله با استرس زناشویی

پذیرش: ۱۴۰۱-۰۶-۰۵

دریافت: ۱۴۰۰-۰۹-۰۱

ارشد، روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.  
دانشیار، روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.  
استاد، روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.  
دانشجوی دکتری، روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.

فاطمه باقری فر

سیدعلی کیمیایی

[kimiaee@um.ac.ir](mailto:kimiaee@um.ac.ir)

سید امیر امین یزدی

بلن صالحی

### چکیده

یکی از جنبه‌های حیاتی سیستم زناشویی، رضایتی است که همسران در رابطه خویش احساس و تجربه می‌کنند و داشتن خانواده سالم مستلزم سازگاری و رضایت زوجین از یکدیگر است. این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی زوج‌درمانی سیستمی تلفیقی بر بهبود صمیمیت زناشویی و سبک‌های مقابله با استرس زوجین انجام گرفت. این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش حاضر را زوج‌های مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره موسسه خیریه محبان‌الرضا(ع) شهر مشهد تشکیل دادند. از بین آنان ۲۴ نفر به شیوه هدفمند، انتخاب و بعد از کنترل معیارهای ورود و خروج، به‌صورت تصادفی در ۲ گروه ۱۲ نفری (آزمایش و گواه) جایگزین شدند. ابزارهای اندازه‌گیری عبارت بودند از پرسشنامه صمیمیت زناشویی (Bagarozzi, 2001) و پرسشنامه سبک‌های مقابله زوجی بودن (Bodenmann, 2005). جلسات مبتنی بر زوج‌درمانی سیستمی تلفیقی نیز طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای برای گروه آزمایش ارائه شد. به‌منظور بررسی فرضیات پژوهش از کوواریانس چند متغیره در نرم‌افزار SPSS استفاده شد. یافته‌ها نشان داد صمیمیت زناشویی و سبک‌های مقابله با استرس به ترتیب با میزان تأثیر ۸۱ و ۶۸ درصد در زوجین، بهبود پیدا کرده است. نتایج پژوهش حاکی از اثربخشی زوج‌درمانی سیستمی- تلفیقی فلدمن بر افزایش صمیمیت عاطفی، صمیمیت معنوی و همچنین صمیمیت اجتماعی و سبک‌های مقابله با استرس منفی، مشترک و ارتباطی در زوجین است.

**کلیدواژه‌ها:** صمیمیت زناشویی، سبک‌های مقابله با استرس زناشویی، زوج‌درمانی سیستمی- تلفیقی



## مقدمه

داشتن یک خانواده سالم مشروط به این است که اعضای آن از سلامت روانی بهره‌مند و برای ارتباط با یکدیگر تمایل داشته باشند؛ به عبارت دیگر داشتن خانواده سالم مستلزم سازگاری<sup>۱</sup> و رضایت زوجین از یکدیگر است. زوجین سازگار کسانی هستند که توافق زیادی با یکدیگر دارند، از نوع و سطح روابط، همچنین از نوع و کیفیت گذران اوقات فراغتشان رضایت دارند و وقت و مسائل مالی خود را به خوبی برنامه‌ریزی می‌کنند (Lim & Lee, 2017)؛ بنابراین یکی از جنبه‌های حیاتی یک سیستم زناشویی، رضایتی است که همسران در رابطه خویش احساس و تجربه می‌کنند. برخی از پژوهشگران رضایت زناشویی<sup>۲</sup> را واکنش عاطفی حاصل از ارزیابی ذهنی زوج‌ها از ابعاد مثبت و منفی رابطه زن و شوهری تعریف می‌کنند (Hou, Jiang, & Wang, 2019). رضایت زوجین می‌تواند در پیش‌بینی دوام و ماندگاری رابطه مشترک و عمیق‌تر شدن تعهد آنان به یکدیگر تأثیر معناداری داشته باشد (Lim & Lee, 2017). عوامل مختلفی مانند عوامل اقتصادی و اجتماعی، عوامل محیطی و ژنتیکی، همین‌طور عوامل و خصوصیات فردی همچون عزت‌نفس<sup>۳</sup>، مهارت‌های ارتباطی<sup>۴</sup> و صمیمیت زناشویی<sup>۵</sup> در رضایت زناشویی مؤثر هستند (Bashirpour, Shafiabadi, & Doukaneifard, 2020).

صمیمیت عبارت است از رابطه نزدیک، خودمانی و معمولاً محبت‌آمیز یا رابطه‌ای عاشقانه و شخصی با فرد دیگری که مستلزم داشتن اطلاعات بسیار جزئی یا شناخت عمیق وی است (Luk & Loke, 2019). صمیمیت فرایندی تعاملی و شامل ابعادی مرتبط به هم است. محور این فرایند، شناخت، درک، پذیرش، همدلی با احساسات فرد دیگر، قدردانی و پذیرش دیدگاه اوست (Bakhtiari, Hosseini, Arefi, & Afsharina, 2021)؛ بنابراین، صمیمیت زناشویی یکی از عوامل مهم در ایجاد رابطه گرم بین زوجین است، رابطه‌ای که با خود افشایی<sup>۶</sup> واقعی و درک شخص دیگر در مشارکتی برابر همراه است (Mokhles, Fattahi Andbil, & Shafiabady, 2021). با از دست رفتن صمیمیت یکی از حلقه‌های پیوند زناشویی از بین می‌رود. یافته‌های مطالعات متعدد گویای این است که صمیمیت بین زوجین، از

- 
1. Adjustment
  2. Marital Satisfaction
  3. Self-esteem
  4. Communication skills
  5. Marital Intimacy
  6. Self-disclosure
- 





مؤلفه‌های اساسی در پایداری و استحکام یک زندگی زناشویی است و هر عاملی که در تضعیف آن نقش داشته باشد، در واقع عاملی مخرب در رضایت و سازگاری زناشویی است (Pasha et al., 2017). تجربه حوادث استرس‌زا می‌تواند بر کارکردهای اجرایی مغز و در نتیجه عملکرد خانوادگی و حمایت زوجین از یکدیگر تأثیر منفی بگذارد (Behrouz, Golmohammadian, & Hojatkhah, 2021). زوجها وقتی در مقابل عوامل استرس‌زا قرار می‌گیرند، تلاش می‌کنند برای کاهش پریشانی خود دست به مقابله بزنند. به این عوامل، راهبردهای مقابله‌ای<sup>1</sup> گفته می‌شود. مقابله عبارت است از تلاش‌های فکری، هیجانی و رفتاری فرد که هنگام روبه‌رو شدن با فشارهای روانی به منظور غلبه کردن، تحمل کردن و یا به حداقل رساندن عوارض استرس به کار گرفته می‌شود (McGuire et al., 2018). سبک‌های مقابله‌ای، تلاش مستمر به منظور سازگار شدن افراد با وضعیت نامتعادل است. مقابله زوجی به عنوان متغیری مهم در ازدواج، نگرش سیستمی به مفهوم مقابله در روابط زوجها دارد. نظریه مقابله زوجی که اولین بار توسط (Bodenmann, 2004) مطرح شد، به پاسخ‌های مقابله‌ای یا شیوه‌های واکنشی خاص زوجین در برابر شرایط تنش‌زا در یک فرایند انتقال استرس، اشاره دارد. معمولاً این شیوه‌های مقابله به صورت یک الگوی رفتاری غالب در طول زندگی زناشویی دیده می‌شود که تابع شدت مشکل و مسئله به وجود آمده است (Isanejad, & Alizade, 2020). راهبردهای مقابله‌ای مثبت همسران نه تنها میزان آشفتگی هیجانی<sup>2</sup> را کاهش داده، بلکه باعث افزایش سازگاری و رضایت زناشویی می‌شود، از این رو احساس صمیمیت و یکپارچگی در زوجین تحکیم می‌یابد. در مقابل، راهبردهای مقابله‌ای منفی در برابر استرس و تنیدگی زندگی، اختلال در کارکردهای ارتباطی، نارضایتی زناشویی و در نهایت از هم‌پاشیدگی روابط زناشویی را در پی خواهد داشت (Sedighi, Dokanei Fard, & Rezakhani, 2021). نتایج به دست آمده از پژوهش (Randall & Bodenmann, 2017) که به مقایسه راهبردهای مقابله‌ای زوجی مثبت و منفی پرداختند، حاکی از تأثیر هر دو نوع مقابله بر پیامدهای رابطه بود. با این حال، مقابله زوجی مثبت تأثیرات بیشتری را در سطح فردی و رابطه‌ای نشان داد. همان‌طور که اشاره شد مقابله زوجی، نگرش سیستمی به مفهوم مقابله در روابط زوجها دارد، بدین منظور رویکرد درمانی بکار رفته در پژوهش حاضر، زوج‌درمانی سیستمی تلفیقی<sup>3</sup> (Feldman, 1979)

1. Coping Strategies
2. Emotional turmoil
3. Integrative systematic couple therapy



است. این رویکرد یک مدل مفهومی از نیروهای درون فردی<sup>۱</sup> و برون فردی است که باعث تحریک و حفظ چرخه‌های تکراری تعارض زناشویی<sup>۲</sup> می‌گردد (He et al., 2022). در این مدل مفاهیم مشتق شده از رویکرد روان‌پویشی و نظریه یادگیری اجتماعی در درون چهارچوبی از سیستم‌های خانواده ادغام شده است. فلدمن اظهار می‌دارد که زوج‌ها ممکن است برای اجتناب از اضطراب از طریق چرخه‌های تکراری تعامل، صمیمیت را محدود کنند. او این چرخه‌های تکراری تعامل را رقص‌های زناشویی می‌نامد. در روش فلدمن ۵ نوع رقص تعاملی زناشویی (رقص تعارض، فاصله<sup>۳</sup>، تعقیب‌کننده-اجتناب‌کننده<sup>۴</sup>، خیلی مسئول- غیرمسئول<sup>۵</sup>، مثلث سازی<sup>۶</sup>) مطرح می‌شود. همچنین به این مسئله پرداخته می‌شود که چگونه زوج‌ها از همانندسازی فرافکن<sup>۷</sup> در رقص‌های خاصشان به منظور محدود کردن صمیمیت استفاده می‌کنند. در این روش فلدمن، مفهوم همانندسازی فرافکن را که یکی از مفاهیم نظریه روابط ابژه<sup>۸</sup> است، با رقص زوج‌ها که یک مفهوم سیستمی است، تلفیق کرده است. در این روش درمانی از فن‌های روابط ابژه برای توقف همانندسازی فرافکن استفاده می‌شود و به مراجعین کمک می‌شود عواطف فرافکنی شده و انکار شده خود را بپذیرند و تعارض موجود در سطح درون روانی خود را حل کنند، به گونه‌ای که دیگر رقص زناشویی برای این موضوعات لازم نباشد.

آنچه در ازدواج و دوام زندگی مشترک مهم است، سازگاری یا رضایت‌مندی زناشویی است (Shariatzadeh joneidi et al., 2021). در بسیاری از خانواده‌ها حتی طلاق با نمود آشکار وجود ندارد بلکه پس از ناسازگاری‌ها و نارضایتی‌ها، بین زوجین طلاق عاطفی صورت می‌گیرد که آماری از آن در دست نیست. متأسفانه رضایت، شادمانی و صمیمیت از رابطه زناشویی در طول زمان و در میان بسیاری از زوجین کاهش می‌یابد. باین وجود سودمندی رویکرد سیستمی تلفیقی در درمان آشفتگی‌های زوجین و تأکید آن در تحقیقات خارجی، کمبود استفاده از این مداخله در روند درمان و تحقیقات زوج‌درمانی داخلی، محسوس است. از این رو پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی بر صمیمیت زناشویی و مقابله با استرس زناشویی انجام شده است.

1. Intrapersonal
2. Marital Conflict
3. distance
4. The pursuer- the avoidant
5. Very responsible - not responsible
6. Triangulation
7. projective identification
8. Theory of object relations



## روش

روش پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی است و از طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل به‌منظور اجرای آزمایش استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش را زوجین مراجعه‌کننده به موسسه خیریه محبان‌الرضای مشهد در اردیبهشت سال ۱۳۹۷ تشکیل دادند. نمونه‌گیری به شیوه در دسترس انجام شد. ابتدا بر روی زوجین داوطلب پرسشنامه سطوح صمیمیت و مقابله همسران با استرس اجرا شد و درنهایت از ۱۲ زوجی که در این دو مقیاس نمره پایینی داشته، متمایل به همکاری بوده و دارای معیارهای شمول بودند، تعداد ۲۴ نفر انتخاب شدند و به شیوه تخصیص تصادفی به دو گروه ۱۲ نفره آزمایش و کنترل تقسیم گردیدند. ضمناً در توضیح برآورد حجم نمونه باید گفت برای جلسات مشاوره گروهی به دلیل ماهیت آزمایشی بودن طرح پژوهش، حجم نمونه نمی‌تواند بر اساس حجم جامعه و فرمول خاص تعیین گردد و در این تحقیق حجم نمونه بر اساس استانداردهای تشکیل گروه‌های مشاوره تعیین گردید. الزام به ذکر است حجم نمونه برای تشکیل گروه مشاوره بین ۷ تا ۱۰ نفر پیشنهاد شده است (Berg, Gari & Kevin, 2006). در برخی منابع نیز تعداد موردنیاز برای تشکیل مشاوره گروهی بین ۶ تا ۱۲ نفر آمده است (Shafiabadi, 2019). قبل از شروع فرایند درمان در تیرماه سال ۱۳۹۷ به‌منظور برگزاری پیش‌آزمون برای بار دیگر دو پرسشنامه سطوح صمیمیت و مقابله همسران با استرس، اجرا و داده‌ها ثبت گردید و سپس قراردادی درمانی با زوجین منعقد شد. مداخله‌های درمانی با توجه به پروتکل زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی برای زوجین گروه آزمایش به‌صورت گروهی به مدت ۸ جلسه اجرا شد. پس از پایان فرایند درمان به‌منظور اجرای پس‌آزمون، دو پرسشنامه سطوح صمیمیت و مقابله همسران با استرس بر روی زوج‌های هر دو گروه (آزمایش، کنترل) اجرا و داده‌ها ثبت گردید.

## ابزارها

پرسشنامه سطوح صمیمیت زناشویی<sup>۱</sup>

توسط (Bagarozzi, 2001) برای ارزیابی صمیمیت بین زوجین طراحی شده است. پرسشنامه شامل ۴۱ سؤال است و نیازهای صمیمیت را در هشت بعد عاطفی، روان‌شناختی، عقلانی، جنسی، فیزیکی،

### 1. Marital Intimacy Questionnaire



معنوی، زیباشناختی، تفریحی- اجتماعی ارزیابی می‌کند. برای هر یک از ابعاد به‌جز بعد معنوی که ۶ عبارت دارد، ۵ عبارت جهت ارزیابی در نظر گرفته شده است که شرکت کنندگان در یک طیف ۱۰ گزینه‌ای از ۱ به معنای «به‌هیچ‌وجه چنین نیازی وجود ندارد» تا ۱۰ به معنای «نیاز بسیار زیادی وجود دارد» به هر نیاز پاسخ می‌دهند. حداقل نمره ۴۱ و حداکثر نمره برابر با ۴۱۰ است که کسب نمره بالاتر نشان‌دهنده میزان بالاتر صمیمیت زناشویی بین زوج است. باگاروزی در مطالعه خود بر روی ۱۱۰ زوج در آتلانتا روایی همگرای پرسشنامه صمیمیت زناشویی را با ضریب همبستگی ۰/۶۲ مورد تأیید قرار داد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ در نمونه فوق ۰/۹۴ حاصل شد و پایایی در سطوح صمیمیت عاطفی (۰/۸۹)، روان‌شناختی (۰/۸۲)، عقلانی (۰/۸۱)، جنسی (۰/۹۱)، بدنی (۰/۸۰)، معنوی (۰/۶۵)، زیباشناختی (۰/۷۶) و اجتماعی- تفریحی (۰/۵۱)، به دست آمد. در ایران، (Etemadi et al, 2004) اعتبار کل این پرسشنامه را ۰/۹۴ و روایی هم‌زمان را ۰/۵۸ به دست آورد. همچنین پرسشنامه در اختیار ۱۵ استاد مشاوره و ۱۵ زن و شوهر قرار گرفت تا روایی محتوایی، تعیین و تأیید گردد.

#### پرسشنامه مقابله همسران با استرس<sup>۱</sup>

یک ابزار ۳۷ آیتمی است که توسط (Bodenmann, 2005) طراحی شد. این پرسشنامه دارای ۹ خرده مقیاس است که در نهایت ۴ نمره کل را به دست می‌دهند: (۱) نمره کل مقابله زوجی توسط خود شخص، (۲) نمره کل مقابله زوجی توسط همسر، (۳) نمره کل مقابله زوجی منفی و (۴) نمره کل مقابله زوجی مثبت که مقیاس‌های تجمعی نامیده می‌شوند. همچنین این مقیاس یک نمره کلی به دست می‌دهد که نمره کل مقابله زوجی نامیده می‌شود. نمره‌های بالاتر در نمره کلی نشان‌دهنده مقابله زوجی بیشتر زوج‌هاست. لیکرت این پرسشنامه ۵ درجه‌ای از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) است. نمره این آزمون بین ۰ تا ۱۸۵ متغیر است. ضمن اینکه نمره‌گذاری برخی از ماده‌های این پرسشنامه به‌صورت معکوس است. همسانی درونی این پرسشنامه برای مردان ۰/۹۲ و برای زنان ۰/۹۳ گزارش شده است. پرسشنامه مقابله با همسران به‌طور معناداری با رضایت‌مندی زناشویی (۰/۷۵ تا ۰/۶۶) و تعاملات زناشویی (۰/۷۸ تا ۰/۷۹) ارتباط دارد و نقش میانجی را در مقابله فردی ایفا می‌کند (Mohamadi, Khoshkonesh, & Zademoahamadi, 2014).

1. Dyadisches Coping Inventar (DCI)



## مداخله

پروتکل زوج‌درمانی سیستمی تلفیقی بر اساس رویکرد ۸ جلسه‌ای (Feldman, 1985)، تنظیم گردید. این جلسات در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای و با توالی هر هفته ۱ جلسه اجرا گردید که در ادامه توضیح آن می‌آید.

**جلسه اول.** آرام‌سازی زوجها، ایجاد همدلی با زوجها، آشنایی زوجها با قواعد و مقررات درمان، ایجاد اعتماد در زوجها برای در میان گذاشتن افکار و احساساتشان، درک چگونگی شکل‌گیری رابطه‌ی زوجها و ارزیابی ماهیت مشکل آنها.

**جلسه دوم.** کاوش در رابطه کنونی هر یک از زوجها با همسر، خانواده مبدأ و دیگر افراد مهم زندگی آنها. **جلسه سوم.** بررسی و کشف الگوهای ارتباطی ناکارآمد، تمرکز بر خصوصیات شخصی هر یک از زوجها و تسهیل بیان احساسات زوجها درباره‌ی روابط ناکارآمد خود با افراد مهم در زمان حال، شناسایی نیروهای مؤثر در تکرار الگوهای تعاملی و آشنایی با جنبه‌های دفاعی چرخه‌های تکرارشونده.

**جلسه چهارم.** کار درباره مقاومت و تسهیل بیان احساسات و تمایلات نهفته‌ی زوجها درباره‌ی افراد مهم زندگی آنها، تخلیه‌ی هیجانی زوجها درباره‌ی الگوهای ناکارآمد خود و ارتباطی که تجربه می‌کنند.

**جلسه پنجم.** تمرکز بر الگوهای تعاملی تکرارشونده، کشف دفاعها و مقاومت‌هایی که موجب تثبیت می‌شوند، مواجه همدلانه با این تعارضات و مغایرت‌هایی که میان احساسات نهفته‌ی زوجها و رفتار فعلی آنها وجود دارد. بررسی همانندسازی‌های فرافکنی هر یک از زوجها در رابطه با همسرش.

**جلسه ششم.** تغییر و اصلاح چرخه‌های ناکارآمد تعارض، تغییر اضطرابها، دفاعها و تمایلات پنهانی هر یک از زوجها با توجه به همانندسازی‌های خانوادگی اصلی و روابط فعلی و تشدید زنجیره‌های همانندسازی فرافکنی. **جلسه هفتم.** سعی در تعمیم رابطه‌ی درمانی به دیگر روابط زندگی فرد، حل‌وفصل بحران‌های موجود در رابطه با همسر.

**جلسه هشتم.** بررسی و بازبینی روابطی که زوجها در طی جلسات با یکدیگر و با درمانگر داشته‌اند، قبول مالکیت همانندسازی‌های خود و آماده کردن زوجها برای پایان دادن به درمان.

## شیوه‌ی اجرای پژوهش

پس از تقسیم تصادفی گروه‌ها، گروه آزمایش تحت ۸ جلسه مشاوره مبتنی بر زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی قرار گرفت و گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. سنجش اولیه به‌منظور غربالگری به‌عنوان پیش‌آزمون افراد تعیین گردید و ۲ روز پس از پایان جلسات از هر دو گروه، پس‌آزمون به عمل آمد. ملاک‌های ورود به



پژوهش عبارت بودند از: کسب نمرات پایین در پرسشنامه‌های صمیمیت و سبک‌های مقابله‌ای، مدرک دیپلم، داشتن رضایت برای شرکت در پژوهش، متقاضی طلاق نبودن، عدم سابقه بستری در بیمارستان روانی و عدم مصرف قرص‌های روان‌پزشکی، مواد مخدر، الکل و همچنین عدم دریافت درمان‌های روان‌شناختی به‌طور هم‌زمان. الزام به ذکر است تفاوت‌های فردی افراد دو گروه به‌وسیله تقسیم تصادفی آن‌ها به گروه‌ها، توسط پژوهشگر کنترل گردید و تفاوت‌های احتمالی موجود ناشی از تصادف و شانس است و نه سوگیری در انتصاب افراد به گروه‌ها. تجزیه تحلیل داده‌ها با استفاده از کوواریانس چند متغیره در نرم‌افزار spss23 انجام گرفت.

### یافته‌ها

جدول ۱ اطلاعات جمعیت شناختی گروه آزمایش و کنترل را نشان می‌دهد. این اطلاعات عبارت بودند از سن، تحصیلات و طول مدت ازدواج. همانطور که در جدول اطلاعات جمعیت شناختی مشاهده می‌شود، تفاوت‌هایی در دو گروه به لحاظ سن، تحصیلات و مدت ازدواج، وجود دارد و این امر در تقسیم تصادفی گروه‌ها طبیعی است و تصور بر این است که تقسیم تصادفی، تفاوت‌های فردی را کنترل نموده است و تفاوت‌های موجود از پیش تعیین شده، سازمان یافته و سودار نیستند و اثر چندانی بر نتایج نخواهند داشت.

جدول ۱ اطلاعات جمعیت شناختی گروه‌های آزمایش و کنترل

گروه	سن	فراوانی	درصد	تحصیلات	فراوانی	درصد	طول مدت ازدواج	فراوانی	درصد
سیستمی تلفیقی	۲۶-۳۰	۲	۱۶/۶۶	دیپلم	۳	۲۵	۵ تا ۳	۲	۱۶/۶۶
	۳۱-۳۵	۳	۲۵	فوق‌دیپلم	۷	۵۸/۳۳	۷ تا ۵	۶	۵۰
	۳۶-۴۵	۷	۵۸/۳۳	لیسانس	۲	۱۶/۶۶	۱۰ تا ۷	۴	۳۳/۳۳
کنترل	۲۶-۳۰	۱	۸/۳۳	دیپلم	۴	۳۳/۳۳	۵ تا ۳	۳	۲۵
	۳۱-۳۵	۹	۷۵	فوق‌دیپلم	۵	۴۱/۶۶	۷ تا ۵	۵	۴۱/۶۶
	۳۶-۴۵	۲	۱۶/۶۶	لیسانس	۳	۲۵	۱۰ تا ۷	۴	۲۵

جدول ۲ اطلاعات توصیفی مربوط به متغیر صمیمیت زناشویی را نشان می‌دهد. همان‌طور که دیده می‌شود میانگین صمیمیت زناشویی و سبک‌های مقابله‌ای گروه آزمایش در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون افزایش نشان می‌دهد.



**جدول ۲.** یافته‌های توصیفی مراحل سنجش صمیمیت زناشویی و سبک‌های مقابله‌ای در گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیر	گروه	میانگین		انحراف معیار	
		پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
صمیمیت زناشویی	کنترل	۲۸/۷۲	۲۹/۳۰	۶/۷۰	۷/۸۰
	آزمایش	۲۷/۱۵	۴۰/۹۱	۷/۸۲	۵/۸۵
مقابله با استرس زناشویی	کنترل	۲۳/۹۳	۲۴/۰۷	۶/۵۴	۴/۰۴
	آزمایش	۲۲/۷۷	۳۵/۲۸	۶/۵۱	۲/۸۴

همان‌طور که اطلاعات جدول ۳ نشان می‌دهد تمامی پیش‌فرض‌های صمیمیت زناشویی و سبک‌های مقابله‌ای اعم از برابری واریانس خطای دو گروه (لوین)، برابری ماتریس‌های کوواریانس واریانس (ام باکس) و معنی‌داری چند متغیره تفاوت‌ها (لامبدای ویلکز) برقرار است.

### جدول ۳. شاخص‌های پیش‌فرض آزمون تحلیل واریانس

متغیرها	آزمون M-box		آزمون لوین		لامبدای ویلکز	
	ضریب معناداری	۰/۴۰	ضریب معناداری	۱۸/۵۵	ضریب معناداری	۰/۰۰۱
صمیمیت زناشویی	۷/۵۹	۰/۴۰	۲/۳۷	۱۸/۵۵	۰/۹۳	۰/۰۰۱
سبک‌های مقابله‌ای	۱۷/۷۶	۰/۱۶	۰/۳۲	۸/۷۷	۰/۴۹	۰/۰۰۱

اطلاعات جدول ۴ نشان می‌دهد تفاوت بین گروه‌های آزمایش زوج‌درمانی سیستمی تلفیقی و گروه کنترل معنادار است. به عبارتی رویکرد سیستمی تلفیقی توانسته است در پس‌آزمون باعث افزایش معنی‌دار در نمره‌های صمیمیت زناشویی و مقابله با استرس زناشویی گروه آزمایش شود. مقادیر مجذور اتا حاکی از آن است که ۸۱ درصد واریانس نمره‌های پس‌آزمون صمیمیت زناشویی ناشی از تأثیر مداخله بوده است و این درصد برای مقابله با استرس زناشویی ۶۸ درصد بوده است.

**جدول ۴.** نتایج تحلیل کوواریانس یک‌راهه روی میانگین پس‌آزمون گروه آزمایش و کنترل با کنترل اثر پیش‌آزمون در متغیر صمیمیت زناشویی و مقابله با استرس زناشویی

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	Ba	سطح معنی‌داری
صمیمیت زناشویی	۲۳۰/۲۶۵	۱	۲۸/۷۸	۵۹/۵۵۰	۰/۸۱	۰/۰۰۱
مقابله با استرس زناشویی	۱۹۳/۷۰۹	۱	۴۸/۴۲	۴۰/۴۷۶	۰/۶۸	۰/۰۰۱



## بحث و نتیجه گیری

با توجه به اینکه استرس‌های موجود در زندگی می‌تواند بر سازگاری و نحوه تعامل زوجین تأثیرگذار باشند و زندگی زناشویی را دستخوش تغییر نمایند، بنابراین این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی زوج‌درمانی سیستمی تلفیقی به صورت گروهی بر صمیمیت زناشویی و مقابله با استرس زناشویی انجام گرفت.

نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد، زوج‌درمانی سیستمی - تلفیقی باعث بهبود سطوح صمیمیت زناشویی و سبک‌های مقابله با استرس زناشویی شده است که تأثیر معنی‌داری بر نمرات مقابله منفی، مشترک، ارتباطی و حمایتی نیز داشته است. به طوری که بین گروه‌های پیش‌آزمون - پس‌آزمون تفاوت معنی‌دار بوده است. تأیید این نتایج با یافته‌های (Goldman & Greenberg, 1992)، (Goordon, Baucom & Synder, 2004)، (Cohn, 1987)، (Falahzade, Sanai Zaker, & Farzad, 2013)، (Sodani et al., 2015)، (Abasi et al., 2015)، همسویی دارد. نتایج پژوهش (Gutierrez, Carlson, Daire & Young, 2016)، به منظور ارزیابی پیامدهای درمانی رویکردهای یکپارچه کوتاه‌مدت در زوج‌درمانی، کاهش معناداری در پریشانی روان‌شناختی و سازگاری زناشویی در زوجین تحت مداخله رویکرد سیستماتیک کوتاه‌مدت نشان دادند. (Nielsen, 2017)، در پژوهشی به بررسی رویکردهای سیستماتیک تلفیقی پرداخت و نشان داد که رویکرد سیستمی تلفیقی، رضایت زناشویی و حل مسئله زوج‌ها را بهبود می‌بخشد.

رویکرد سیستمی تلفیقی به زوج‌ها کمک می‌کند از منابع موجود برای ایجاد پیوستگی عاشقانه بین فردی استفاده کنند. با کمک روش‌های سیستمی برای کاهش موانع تغییر، زمانی که بازنمایی زوج‌ها از خود و دیگران رشد کرد، می‌توانند به رقص بین خود (زنجیره تکراری تعاملات یا چرخه‌های معیوب) توجه کرده تا بدین ترتیب صمیمیت را افزایش دهند. با این حال، زمانی که زوج‌ها به دلیل دارا بودن بازنمایی‌های ضعیف از خود و روابطشان، برای تغییر موانعی پیش‌رو دارند، توانایی‌شان در ایجاد و حفظ تغییر بدون رشد یک خود منسجم و حل دوباره‌سازی و همانندسازی فرافکن محدود می‌شود (Middelberg, 2001)؛ بنابراین برای حل تعارضات و آشفتگی‌های زناشویی باید به زوج‌ها کمک کرد همانندسازی فرافکن و مشکلات درون روانی‌شان را حل کنند تا بتوانند بر اساس آن، مشکلات بین فردی خود را حل نمایند. حل این مسائل در رویکردی تلفیقی امکان‌پذیر است که بتواند در یک‌زمان بر هر دو زمینه یعنی مشکلات درون روانی و بین فردی توجه کند.





با توجه به تأکید زوج‌درمانی تلفیقی بر تصحیح و غنی‌سازی روابط بین زوج‌ها، چگونگی بیان نیازها، برآوردن نیازها، میزان بهره‌مندی جنسی زوجین از یکدیگر و تأثیر آن بر خود ارزشمندی هر یک از زوج‌ها، این رویکرد موجب مراقبت کردن زن و شوهر از همدیگر شده و می‌تواند بر صمیمیت و رضایت زناشویی زوجین تأثیر بسزایی داشته باشد (Butzer & Campbell, 2008). غنی‌سازی روابط صمیمی زوجین اعم از برقراری تعامل‌های کلامی و غیرکلامی، خود ابرازی از جمله لمس، در آغوش گرفتن و همچنین دریافت تقویت‌کننده‌های کلامی و غیرکلامی می‌تواند بر روابط و بهبود صمیمیت تأثیر مثبتی داشته باشد (Mairal, 2015). همچنین با توجه بر تأثیر دوسویه رفتار و هیجانات بر همدیگر و نقش تنظیم و مهارتمندی هیجانی در رضایت زناشویی، زوج‌درمانی تلفیقی به زوجین آموزش می‌دهد تا مهارتمندی هیجانی را کسب کرده و با ایجاد صمیمیت بین زن و شوهر، رابطه موجود بین مهارت‌های هیجانی و سازگاری زناشویی را میانجیگری نمایند (Mirgain & Cordova, 2007)؛ بنابراین عدم برقراری روابط درست و صمیمانه بین زوجین مربوط به عدم بیان هیجانات، احساسات و همچنین عدم آگاهی از احساسات یکدیگر است. زوج‌درمانی تلفیقی در زوج‌های کناره‌گیر نیز ابراز درخواست حمایت و آرامش را آسان‌تر می‌کند زیرا می‌تواند میزان صمیمیت عاطفی، جنسی و سازگاری زناشویی آن‌ها را افزایش دهد (Peterson-Post et al., 2014).

زوج‌درمانی تلفیقی سعی دارد از طریق بازسازی روابط زوجین، امنیت و رفتارهای امن در آن‌ها را افزایش و تعارض‌ها و کشمکش‌های زناشویی موجود، میل به ترک رابطه و طلاق را کاهش دهد و موجب ارتقای سلامت جسمی و روان‌شناختی آن‌ها گردد. زوجینی که از گفتگو در مورد مسائل اجتناب می‌کنند و یکدیگر را در تصمیم‌گیری‌ها دخیل نمی‌کنند، نسبت به شایستگی‌ها و توانایی‌های یکدیگر دچار تردید شده و برای تصمیمات مشترک ارزش قائل نمی‌شوند که در نتیجه به تدریج منجر به کاهش اعتماد به خود، طرف مقابل و در نهایت ایجاد اضطراب می‌گردد (Koerner & Fitzpatrick, 2002). بر اساس دیدگاه شناختی، تأثیر سوءتعبیر و سوءبرداشت‌ها در زندگی زناشویی امری مهم قلمداد می‌شود، این رویکرد مشکلات روانی را در نوع نگرش، تفکر و شناختی می‌داند که فرد با آن شناخت، به پردازش اطلاعات بیرونی می‌پردازد و نسبت به واقعه و رویداد بیرونی واکنش نشان می‌دهد. هر شناخت صرفاً یک اندیشه است؛ بنابراین می‌توان گفت انگاره‌های منفی، موجب تعارض میان افراد و زوجین می‌شود و آنان را از گزند تفکرات غیرمنطقی و تعصب‌آمیز در زندگی مصون نخواهد گذاشت (Reiser, Black & Abelson, 1985). بر اساس نظریه ساختاری، در سال‌های اول ازدواج، تعارض از آنجا شروع می‌شود که هر یک از زوجین سعی دارد قواعد، اصول و



الگوهای مرزهای خانوادگی خود را به خانواده جدید منتقل سازند و این در حالی است که آنها باید این مهارت و توان را داشته باشند که قواعد، انتظارات و الگوهای رفتاری خود را به نحوی تغییر دهند که مستقل از خانواده پایه و متناسب با نیازها، انتظارات و قواعد همسر خود باشد. زمانی که زوجین دچار تعارض می‌شوند از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار و اجتنابی بیشتری استفاده می‌کنند و راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار را کمتر به کار می‌گیرند. درگیر شدن در راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار مانند جستجو و گردآوری اطلاعات به صورت مشترک برای حل مسئله، کمک به یکدیگر برای انجام کارها، محبت فیزیکی، کمک به همسر برای آرام شدن، چارچوب‌بندی مجدد موقعیت و توجه نشان دادن به همسر می‌تواند زمان با هم بودن زوجها را افزایش دهد؛ و افزایش زمان با هم بودن، منجر به افزایش تجارب مشترک، تقویت احساس ما بودن، خود افشاسازی، ارتباط عاطفی صمیمانه و مقابله مثبت می‌شود؛ به عبارت دیگر استفاده از راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار در موقعیت‌های استرس‌زا، در واقع موجب به کارگیری فعالیت‌های منظم و دسته‌بندی شده، برای بازسازی دوباره مسئله از نظر شناختی می‌شود و زوجین به نوعی راهبرد و راهکار جهت حل مسئله خود دست می‌یابند (Ledermann, Bodenmann & Cina, 2007)، که موجب کاهش تعارضات زناشویی می‌شود.

با توجه به اینکه رویکرد فلدمن یکی از رویکردهای یکپارچه به شمار می‌آید، در این پژوهش، پژوهشگر با استفاده از نظریه‌های روان‌پوشی، شناختی- رفتاری، ساختاری و نظریه سیستمی تلاش نمود که در زوجین در سطوح درون فردی (برای تغییر زوجین از طریق بازسازی شناختی و بینش)، بین فردی (خودمختاری زوجین و احساس استقلال، توانایی ایستادگی در مقابل فشارها و در نتیجه کاهش استرس) تغییراتی ایجاد شود.

### محدودیت‌های پژوهش

از جمله محدودیت‌های این پژوهش کافی نبودن پژوهش‌های داخلی و خارجی انجام شده در زمینه اثربخشی این رویکرد بر مؤلفه‌های صمیمیت و راهبردهای مقابله‌ای بود، لذا دسترسی کافی و مفید به ادبیات و پیشینه تحقیقاتی غنی و قوی امکان‌پذیر نبود.

### پیشنهاد‌های پژوهشی و کاربردی

پیشنهاد می‌شود تا در پژوهش‌های آتی بین رویکرد سیستمی تلفیقی با سایر رویکردهای خانواده‌درمانی در زمینه مؤلفه‌های صمیمیت، راهبردهای مقابله‌ای و ارتباط زناشویی مقایسه صوت بگیرد. این پژوهش در فرهنگ‌های متفاوت کشورمان اجرا شود تا نقش عامل فرهنگ در زمینه مؤلفه‌های طلاق، راهبرد مقابله‌ای و ارتباط زناشویی نیز مورد بررسی قرار گیرد.



### اخلاق پژوهش

در این پژوهش علاوه بر نوشتن راهنما در ابتدای پرسشنامه، در اجرای پژوهش هدف از اجرا به روشنی برای زوجین توضیح داده شد؛ همچنین به آنان اطمینان داده شد که یافته‌های آنان محرمانه است و در مقاله‌ای بدون ذکر اطلاعات شخصی آن‌ها به چاپ خواهد رسید. سپس شرکت‌کنندگان فرم رضایت از شرکت در پژوهش را تکمیل کردند. علاوه بر این در تمام متن مقاله امانت‌داری در استفاده از منابع داخلی و خارجی و دقت در استناددهی رعایت شده است.

### منابع مالی

این مطالعه با هزینه شخصی پژوهشگران انجام گرفته و در هیچ‌یک از مراحل انجام این پژوهش هیچ‌گونه منابع مالی دریافت نشده است.

### دسترسی به مواد و داده‌ها

داده‌ها محرمانه بوده و نتایج آن در اختیار هیچ‌کس قرار نخواهد گرفت.

### تائید اخلاقی و رضایت مشارکت‌کنندگان

در این مطالعه، علاوه بر نوشتن راهنما در ابتدای پرسشنامه، هدف از پژوهش برای شرکت‌کنندگان در پژوهش توضیح داده شده است. سپس آن‌ها فرم رضایت از شرکت در پژوهش را تکمیل کردند.

### رضایت برای انتشار

نویسنده برای انتشار این مقاله رضایت کامل دارد.

### تصریح درباره تعارض منافع

این پژوهش با منافع شخص یا سازمانی منافات ندارد.

### سپاسگزاری

در پایان محققان از کلیه زوجین شرکت‌کننده در تحقیق و همچنین مدیر و کارکنان مرکز خیریه محبان الرضا که با همکاری صمیمانه آن‌ها اجرای پژوهش امکان‌پذیر گردید، تشکر و قدردانی می‌گردد.



## References

- Abasi, M., Bagian Kolemarz, M., Dargahi, Sh., & Bagheri Givi, H. (2015). The effectiveness of behavioral-communication couple therapy on marital adjustment and sexual intimacy. *Iranian Journal of Nursing*, 28(95), 22-33. <https://ij9n.iums.ac.ir/article-1-2190-en.html> [persian]
- Bagarozzi, D. (2001). *Enhancing intimacy in marriage* (1nd ed.). Philadelphia, Brunner, Routledge. <https://www.routledge.com/Enhancing-Intimacy-in-Marriage-A-Clinicians-Guide/Bagarozzi/p/book/9780415763370>
- Bakhtiari, E., Hosseini, S., Arefi, M., & Afsharina, K. (2021). The Mediating Role of Marital Intimacy in the Relationship between Attachment Style and Couples' Attitude Towards Infidelity. *Journal of Counseling Research Iranian Counseling Association*, 20(77), 122-140. <http://iranocounseling.ir/journal/article-1-1100-en.html&sw=Attitude> [persian]
- Bashirpour, M., Shafi'abadi, A., & Doukanei fard, F. (2020). Factors affecting the tendency to marital infidelity: A grounded theory study. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*, 8(4):16-27. [http://jqr1.kmu.ac.ir/article\\_90987.html](http://jqr1.kmu.ac.ir/article_90987.html) [persian]
- Behrouz, B., Golmohammadian, M., & Hojatkhah, M. (2021). The causal relationship between emotion regulation and suicidal ideation mediated by marital satisfaction in earthquake-stricken women. *Journal of Applied Family Therapy*, 2(1), 91-107. [http://www.aftj.ir/article\\_126716.html?lang=en](http://www.aftj.ir/article_126716.html?lang=en) [Persian]
- Berg, R., Gari, L., & kevin, F. (2006). *Group counseling*. Translated by Kianoosh Zahrakar, Freshteh Parniyan & Zahra Kohlooi. Tehran: Arasbaran pub. <https://www.gisoom.com/book/1617837/> [persian]
- Bodenmann, G., & Shantinath, S. D. (2004). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Family Relations*, 53(5), 477-484. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x>
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. *Couples coping with stress, Emerging Perspectives on Dyadic Coping*, 1(1), 33-50. [https://www.researchgate.net/publication/232506978\\_Dyadic\\_Coping\\_and\\_Its\\_Significance\\_for\\_Marital\\_Functioning](https://www.researchgate.net/publication/232506978_Dyadic_Coping_and_Its_Significance_for_Marital_Functioning)



- Butzer, B., & Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal relationships*, 15(1), 141-54. <https://psycnet.apa.org/record/2008-02325-010>
- Cohn, B. R. (1987). An integrative approach to couple therapy: Altering the treatment modality to resolve an impasse. *British Journal of Psychotherapy*, 3(3), 226-238. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1752-0118.1987.tb00975.x>
- Etemadi, A., Navabi Nejad, Sh., Ahmadi, S., & Valiollah, F. (2004). Evaluation of the effect of couple therapy by Imago Therapy on increasing intimacy of couples referring to counseling centers in Isfahan. *News and Consulting Research*, 5(19), 9-22. <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=65273> [persian]
- Falahzade, H., Sanai Zaker, B., & Farzad, V. (2013). A Study on the Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy and Integrated Systemic Couple Therapy on Reducing Intimacy Anxiety. *Family Research*, 8(4), 465-484. <https://www.sid.ir/en/journal/ViewPaper.aspx?id=289842> [persian]
- Feldman, L. B. (1985). Integrative multi-level therapy: A comprehensive interpersonal and intrapsychic approach. *Journal of Marital and Family Therapy*, 11(4), 357-372. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1752-0606.1985.tb00029.x>
- Feldman, L. B. (1979). Marital Conflict and Marital Intimacy: An Integrative Psychodynamic-Behavioral-systemic Model. *Family Therapy*, 18, 69-79. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/437070/>
- Goordon, K. C., Baucom, D. H., & Synder, D. K. (2004). An Integrative Intervention for Promoting Recovery from Extramarital Affairs. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30 (2), 213-231. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15114949/>
- Goldman, A., & Greenberg, L. (1992). Comparison of integrated systemic and emotionally focused approaches to couples therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60(6), 962-969. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1460158/>
- Gutierrez, D., Carlson, R. G., Daire, A. P., & Young, M. E. (2016). Evaluating Treatment Outcomes Using the Integrative Model of Brief Couples Counseling: A Pilot Study. *The Family Journal*, 25(1), 5-12. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1066480716678619>



- He, Y., Fisher, A. R., Swanson, S E., Lebow J. L. (2022). Integrative Systemic Therapy: Integrating Individual, Couple, and Family Therapy. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 43, 9-21.
- Hou, Y., Jiang, F., & Wang, X. (2019). Marital commitment, communication, and marital satisfaction: An analysis based on actor–partner interdependence model. *International Journal of Psychology*, 54(3), 369-376. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29318606/>
- Isanejad, O., & Alizade, Z. (2020). The Effectiveness of Couples Coping Enhancement Training (CCET) on Marital Adjustment and Marital Coping Strategies. *Psychological Research*, 11(1), 67-85. [Persian] [https://japr.ut.ac.ir/article\\_75568.html?lang=en](https://japr.ut.ac.ir/article_75568.html?lang=en) [persian]
- Koerner, A. F., & Fitzpatrick, M. (2002). Understanding family communication patterns and family functioning: The roles of conversation orientation and conformity orientation. *Communication Year Book*, 28, 36-68. [https://www.researchgate.net/publication/307812451\\_Understanding\\_Family\\_Communication\\_Patterns\\_and\\_Family\\_Functioning\\_The\\_Roles\\_of\\_Conversation\\_Orientation\\_and\\_Conformity\\_Orientation](https://www.researchgate.net/publication/307812451_Understanding_Family_Communication_Patterns_and_Family_Functioning_The_Roles_of_Conversation_Orientation_and_Conformity_Orientation)
- Ledermann, T., Bodenmann, G., & Cina, A. (2007). The efficacy of the couples coping enhancement training (CCET) in improving relationship quality. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26, 940-959. <https://psycnet.apa.org/record/2007-16682-004>
- Lim, J., & Lee, S. (2017). The mediating effect of differentiation of self between the family of origin experiences and their marital satisfaction among Korean married women. *International Information Institute (Tokyo). Information*, 20(3A), 1667-1674. <https://www.proquest.com/openview/>.
- Luk, B. H., & Loke, A.Y. (2019). Sexual satisfaction, intimacy and relationship of couples undergoing infertility treatment. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 37(2):108-22. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30317866/>
- Mairal, J. B. (2015). Integrative Behavioral Couple Therapy (IBCT) is a third-wave therapy. *Psicothema*, 27(1), 13-18. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25633764/>
- McGuire, A., Gillath, O., Jackson, Y., & Ingram, R. (2018). Attachment security priming as a potential intervention for depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37, 44-68. <https://psycnet.apa.org/record/2018-07026-003>



- Middelberg, C. V. (2001). Projective identification in common couple dances. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27(3), 341-352. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1752-0606.2001.tb00329.x>
- Mirgain, S. A., & Cordova, J. V. (2007). Emotion skills and marital health: The association between observed and self-reported emotion skills, intimacy, and marital satisfaction. *J Soc Clin Psychol*, 26(9), 983. <https://psycnet.apa.org/record/2007-18580-001>
- Mohamadi, R., Khoshkonesh, A., & Zademohamadi, A. (2014). Investigating the relationship between spouses' coping strategies with stress, marital satisfaction, and burnout in teachers. *Journal of Family Studies*, 9(36), 471-87. <http://ensani.ir/fa/article/384582/> - بررسی رابطه بین راهبردهای مقابله همسران - با استرس رضایتمندی زناشویی و فرسودگی شغلی در معلمان [persian]
- Mokhles, H., Fattahi Andbil, A., & Shafiabady, A. (2021). The Effectiveness of "Solution-Focused Brief Therapy" on Marital Intimacy and Contingencies of Self-Worth in Divorce Applicant Couples. *Journal of Health Promotion Management (JHPM)*, 10(2), 110-122. <https://www.sid.ir/en/Journal/ViewPaper.aspx?ID=842326> [persian]
- Nielsen, A. C. (2017). From couple therapy 1.0 to a comprehensive model: A roadmap for sequencing and integrating systemic, psychodynamic, and behavioral approaches in couple therapy. *Family Process*, 56(3), 540-557. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28608399/>
- Pasha, H., Basirat, Z., Esmailzadeh, S., Faramarzi, M., & Adibrad, H. (2017). Marital intimacy and predictive factors among infertile women in northern Iran]. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 11(5), 13-21. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28608399/> [persian]
- Peterson-Post, K. M., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2014). Perceived criticism and marital adjustment predict depressive symptoms in a community sample. *J Behav Ther*, 45(4), 564-75. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24912468/>
- Randall A, & Bodenmann G. (2017). Stress and its associations with relationship satisfaction. *Current Opinion in Psychology*, 13, 96-106. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28813303/>
- Reiser, B. J., Black, J. B., & Abelson, R. P. (1985). Knowledge structures in the organization and retrieval of autobiographical memories. *Cognitive Psychology*, 17, 89-137. <https://psycnet.apa.org/record/1985-21890-001>



- Sedighi, F., Dokanei Fard, F., & Rezakhani, S. (2021). Structural model of marital satisfaction based on personality traits and attachment styles mediated by coping strategies. *Journal of Psychological Science*, 19(95), 1475-1485. <https://psychologicalscience.ir/article-1-812-en.html> [persian]
- Shafiabadi, A. (2019). *Group prosses and group counseling*. Tehran: Roshd pub. <https://www.gisoom.com/book/11392947/> [persian]
- Shariatzadeh joneidi, Gh., Arvand, J., Zandi, A., & Keyvan, S. (2021). The Effectiveness of Solution-Focused Couple Therapy in Improving Marital Satisfaction and Adjustment of Couples. *JARCP*, 3(2), 38-49. <https://jarcp.ir/article-1-71-fa.html> [Persian]
- Sodani, M., Dastan, N., Khojaste mehr, R., & Rajabi, GH. (2015). Comparison of the effectiveness of narrative couple therapy and combined behavioral couple therapy on conflict resolution tactics of women victims of spousal violence. *Journal of Women and Society*, 6(3), 1-12. <https://www.sid.ir/en/journal/ViewPaper.aspx?ID=484220> [persian]

