

مقاله پژوهشی اصیل

تأثیر زوج درمانی هیجان محور بر کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان شناختی مبتلایان به بیماری قلبی عروقی

سروش گلستانی^۱، دانشجوی دکتری روان شناسی عمومی* زهرا دشت بزرگی^۲، دکتری روان شناسیپرویز عسگری^۳، دکتری روان شناسیعلیرضا حیدری^۴، دکتری روان شناسی

خلاصه

هدف. این مطالعه با هدف تعیین تأثیر زوج درمانی هیجان محور بر کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان شناختی مبتلایان به بیماری قلبی عروقی انجام شد.

زمینه. مبتلایان به بیماری قلبی عروقی با مشکل های فراوانی در زندگی زناشویی و سلامت روان شناختی مواجه هستند و استفاده از روش های زوج درمانی برای بهبود آنان ضروری است.

روش کار. این مطالعه نیمه تجربی با طرح پیش آزمون- پس آزمون و گروه کنترل انجام شد. جامعه مطالعه حاضر مبتلایان به بیماری قلبی عروقی (شامل بیماری های پرفشاری خون، سندرم کرونری حاد، انفارکتوس میوکارد، آنژین صدری و پریکاردیت فشارنده) مراجعه کننده به بیمارستان رازی شهر اهواز در سال ۱۴۰۲ بودند. حجم نمونه برای هر گروه ۱۳ زوج در نظر گرفته شد که این زوجین پس از بررسی ملاک های ورود به مطالعه با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند. گروه آزمون ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای (دو جلسه در هفته) تحت زوج درمانی هیجان محور قرار گرفت و در این مدت، گروه گواه هیچ مداخله ای دریافت نکرد. داده ها با مقیاس های کیفیت زندگی زناشویی (زانگ و همکاران، ۲۰۱۳)، پرخاشگری ارتباطی پنهان (نلسون و کارول، ۲۰۰۶) و سلامت روان شناختی (نجاریان و داودی، ۱۳۸۰) جمع آوری و با آزمون کای اسکوتر، آزمون تی مستقل و تحلیل کوواریانس چندمتغیری در نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند.

یافته ها. طبق نتایج، گروه های آزمون و کنترل از نظر سن، تحصیلات، مدت بیماری و نوع بیماری نمونه ها تفاوت معنی داری نداشتند. همچنین، گروه ها در مرحله پیش آزمون از نظر میانگین کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان شناختی تفاوت معنی داری نداشتند، اما در مرحله پس آزمون، از نظر میانگین هر سه متغیر کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان شناختی تفاوت معنی دار آماری داشتند ($P \leq 0/001$). به عبارت دیگر، روش زوج درمانی هیجان محور باعث افزایش کیفیت زندگی زناشویی ($P \leq 0/001$ ، $F=125/366$)، کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان ($P \leq 0/001$ ، $F=206/601$) و بهبود سلامت روان شناختی ($P \leq 0/001$ ، $F=175/052$) در مبتلایان به بیماری قلبی عروقی شد.

نتیجه گیری. نتایج این مطالعه حاکی از تأثیر زوج درمانی هیجان محور بر افزایش کیفیت زندگی زناشویی، کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان و بهبود سلامت روان شناختی مبتلایان به بیماری قلبی عروقی بود. بنابراین، مشاوران و درمانگران می توانند از روش زوج درمانی هیجان محور در کنار سایر روش های درمانی مؤثر برای بهبود متغیرهای مرتبط با زندگی زناشویی و سلامت روان شناختی بهره ببرند.

کلیدواژه ها: زوج درمانی هیجان محور، کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان، سلامت روان شناختی، بیماری قلبی عروقی

۱ دانشجوی دکتری روان شناسی عمومی، گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

۲ استادیار، گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران (*نویسنده مسئول) پست الکترونیک: zahradb2000@yahoo.com

۳ استاد، گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

۴ استاد، گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

مقدمه

بیماری‌های قلبی-عروقی از علل اصلی مرگ در جهان محسوب می‌شود که شیوع آن در حال افزایش است (لین و همکاران، ۲۰۲۳). در کشورهای صنعتی شایع‌ترین علت مرگ، بیماری‌های قلبی-عروقی است و مهم‌ترین عوامل خطر شامل تغذیه نامناسب، کم‌ تحرکی، مصرف دخانیات، چاقی، فشار خون بالا، دیابت و چربی خون است (تیئوه و همکاران، ۲۰۲۰). مطالعه‌ها حاکی از شیوع بالا و افزایش بیماری‌های قلبی-عروقی است (محمدی هریس و همکاران، ۱۴۰۱) و ۲۰ درصد مرگ‌ها در دنیا و ۴۰ درصد مرگ‌ها در ایران (۳۵۰۰) مورد در هر ۱۰۰ هزار نفر و سالانه ۱۳۸۰۰۰ نفر) نتیجه این بیماری است (شجاعی کلاته‌بالی و همکاران، ۱۴۰۰).

یکی از مشکلات بیماران قلبی-عروقی، کاهش کیفیت زندگی زناشویی است (بنت- بریتون و همکاران، ۲۰۱۷). کیفیت زندگی مفهومی پیچیده، چندبعدی و فراگیر، مبتنی بر برداشت فردی از سلامت، رشد شخصی، استقلال و روابط با دیگران است (ژانگ و همکاران، ۲۰۲۲). یکی از ابعاد کیفیت زندگی، کیفیت زندگی زناشویی است که به معنای فرآیند ارزشیابی درونی زوجین از رابطه با یکدیگر است و باعث سازگاری مطلوب، ارتباط مناسب، صمیمیت زناشویی، احساس تعهد و رضایت زناشویی می‌شود (گنتینا و همکاران، ۲۰۱۹). این سازه نقش مهمی در ارتقای سلامت و بهزیستی جسمی و روان‌شناختی زوجین دارد (چن و ایوستین، ۲۰۱۹) و توصیف‌کننده موفقیت و عملکرد زوجین در روابط زناشویی است (وانگ و همکاران، ۲۰۲۰).

پرخاشگری ارتباطی پنهان، کیفیتی منفی از رابطه زناشویی است (خزاعی و همکاران، ۱۳۹۵) که شامل رفتارهایی مثل خراب‌کردن وجهه اجتماعی و کناره‌گیری عاطفی است. خراب‌کردن وجهه اجتماعی به آزار غیرمستقیم همسر از طریق بدگویی، شایعه‌پراکنی و فاش کردن اطلاعات خصوصی و کناره‌گیری عاطفی، حذف توجه و مهربانی نسبت به همسر از طریق نادیده گرفتن همسر، عدم توجه به وی، عدم برقراری رابطه جنسی و تهدید به ترک رابطه اشاره دارد (مارتینز و ویور، ۲۰۱۹). هدف خراب‌کردن وجهه اجتماعی، استفاده از فشار اجتماعی، و هدف کناره‌گیری عاطفی، استفاده از فشار زناشویی و خانوادگی برای کنترل همسر است (کنایت و همکاران، ۲۰۱۸). پرخاشگری ارتباطی پنهان فرآیند تلاش برای آسیب‌رسانی به همسر از طریق اعمال نفوذ هدفمند و صدمه‌زدن به رابطه از طریق ایجاد اختلال در روابط زناشویی تعریف می‌شود (ویولگاریدو و کوکیناس، ۲۰۱۹). این نوع رفتارها زمینه رشد رفتارهای اجتماعی سازش‌نا یافته و پذیرش کمتر همسر را فراهم می‌آورد (کاسپر و همکاران، ۲۰۲۰).

یکی دیگر از مشکلات بیماران قلبی-عروقی، افت سلامت روان‌شناختی است (اسویلین- رینمان و همکاران، ۲۰۲۱). سلامت به معنای حالت بهزیستی کامل جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی است که موجب به حداکثر رسیدن توانمندی‌های فرد می‌شود (پارک و سیئو، ۲۰۲۳). سلامت روان‌شناختی یکی از ابعاد مهم سلامت و فقط به معنای نداشتن بیماری و اختلال روانی نیست، بلکه به معنای احساس خودتوانمندی، آسایش ذهنی و شناخت توانمندی‌های خود برای تحقق هدف‌ها و آرمان‌ها است (فاجین و همکاران، ۲۰۲۱). این سازه نشان‌دهنده وضعیتی است که فرد، هدف، خودکارآمدی و عزت‌نفس دارد و با دیگران روابط سازنده برقرار می‌سازد (هیوانگ و همکاران، ۲۰۲۲). افراد دارای سلامت روان‌شناختی بالا دارای مشکلات روان‌شناختی، عاطفی و شخصیتی کمتر و شادمانی و امیدواری بیشتری هستند و از راهبردهای مقابله‌ای سازگار در حل چالش‌ها استفاده می‌کنند (کی و وو، ۲۰۱۸).

برای بهبود ویژگی‌های روان‌شناختی روش‌های مختلفی مانند درمان هیجان‌محور وجود دارد (کوکارو و همکاران، ۲۰۲۲). امروزه رویکردهای درمانی متنوع از جمله زوج‌درمانی وجود دارد که هدف آن کمک به زوجین جهت سازگاری با چالش‌های زندگی و یادگیری مهارت‌های ارتباطی موثرتر در روابط زوجی است (نظریور و همکاران، ۱۳۹۸). رویکردهای زوج‌درمانی به‌دنبال چگونگی شکل‌گیری تنش‌ها و نحوه تاثیر آنها بر روابط زناشویی هستند تا زمینه را برای کاهش آنها و بهبود روابط زناشویی فراهم آورند (روسن و همکاران، ۲۰۲۱). یکی از روش‌های زوج‌درمانی، روش زوج‌درمانی هیجان‌محور است (بودنمان و همکاران، ۲۰۲۰). درمان هیجان‌محور به‌دنبال شناخت احساس‌ها و هیجان‌ها و تبدیل آنها به پیام‌های قابل فهم و رفتارهای سازنده است (میر و همکاران، ۲۰۲۳). این درمان در سال ۱۹۸۰ توسط گرینبرگ به‌عنوان یک روش درمانی ساختارمند بر اساس مولفه‌های درمان گشتالتی، نظریه دلبستگی، درمان انسان‌گرایی و نظریه سیستم‌ها در خانواده طراحی شد (شاهار، ۲۰۲۰). درمان هیجان‌محور بر فرآیندهای طرحواره هیجانی زمینه‌ساز بهبود مهارت‌های میان‌فردی تمرکز دارد و هدف نهایی آن پردازش عاطفی و هیجانی است (گلدمن و گلداستین، ۲۰۲۲). هدف این درمان تجربه واقعی هیجان‌ها از طریق تغییر طرحواره‌های هیجانی ناسازگار، تنظیم هیجان‌های فرد و یادگیری و کاربست هیجان‌های سازگار در زندگی است (کوکارو و همکاران، ۲۰۲۲). زوج درمانی هیجان‌محور بر دلبستگی‌های سازگارانه از طریق مراقبت، حمایت و توجه متقابل به نیازهای خود و همسر تاکید دارد و به جای ابراز هیجان‌های با شدت بالا از هیجان‌های کمتر تهدیدکننده یا کمتر تنش‌زا استفاده می‌کند (سینول و همکاران، ۲۰۲۳).

پژوهش‌های اندک درباره تاثیر زوج‌درمانی هیجان‌محور بر کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان‌شناختی نتایج متفاوتی داشته است. پژوهش ون‌دیست و همکاران (۲۰۲۳) نشان داد که زوج‌درمانی هیجان‌محور باعث افزایش صمیمیت درک‌شده زوجین، ارتباط زوجین، پاسخگویی همسر و بیان نیازهای عاطفی می‌شود. ال-امروسی و همکاران (۲۰۲۱) گزارش کردند که مداخله‌های هیجان‌محور مبتنی بر زوج باعث افزایش رضایت زناشویی می‌شود. در پژوهشی دیگر، پرهام (۱۴۰۱) گزارش کرد که زوج‌درمانی هیجان‌محور باعث افزایش شادکامی و کیفیت زندگی زناشویی می‌گردد. همچنین، پژوهش حیدرپور اسکندری و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد که زوج‌درمانی هیجان‌محور باعث کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان می‌شود. هدایتی و همکاران (۱۳۹۹) در پژوهشی گزارش کردند که زوج‌درمانی هیجان‌محور به شیوه گروهی باعث افزایش رضایت زناشویی و کاهش پرخاشگری ارتباطی می‌گردد. نتایج پژوهش انصار و همکاران (۲۰۲۳) نشان داد که آموزش مهارت‌های هیجان‌محور باعث بهبود سلامت روان و خودکارآمدی والدین شد، اما تاثیر معنی‌داری بر تنظیم هیجان آنان نداشت. ازندریانی و همکاران (۱۴۰۱) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که درمان هیجان‌محور باعث بهبود خودتنظیمی هیجانی و بهزیستی روان‌شناختی زوجین می‌شود. بنی‌هاشمی (۱۴۰۰) گزارش کرد که درمان هیجان‌محور اجراشده به‌صورت زوجی باعث افزایش عزت‌نفس و بهبود سلامت روان‌شناختی می‌گردد.

بیماری قلبی عروقی شیوع در حال افزایشی دارد و بیماران مبتلا با مشکل‌های فراوانی مواجه هستند که نیازمند مداخله است. برای این منظور، هم می‌توان پرخاشگری ارتباطی پنهان آنان را کاهش داد و هم می‌توان کیفیت زندگی زناشویی و سلامت روان‌شناختی آنها را بهبود بخشید. علاوه بر آن، امروزه رویکردهای درمانی متنوعی از جمله زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی با هدف کاهش تعارض‌ها زندگی زناشویی وجود دارد که در مقایسه با درمان‌هایی که یکی از اعضای خانواده تحت درمان قرار می‌گیرد بسیار موثرتر است، اما درباره این رویکردها مثل زوج‌درمانی پژوهش‌های اندکی انجام شده است. بنابراین، شکاف‌های دانشی پژوهش‌های قلبی، توجه اندک آنها به کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان و افزایش کیفیت زندگی زناشویی و سلامت روان‌شناختی بیماران قلبی عروقی و عدم توجه به تعیین تاثیر روش زوج‌درمانی هیجان‌محور بر متغیرهای مذکور در بیماران قلبی عروقی بود. هدف این مطالعه، تعیین تاثیر زوج-درمانی هیجان‌محور بر کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان‌شناختی بیماران قلبی عروقی بود.

مواد و روش‌ها

این مطالعه از نوع نیمه‌تجربی قبل-بعد همراه با گروه کنترل بود. جامعه مطالعه حاضر بیماران قلبی عروقی مراجعه‌کننده به بیمارستان رازی شهر اهواز در سال ۱۴۰۲ بودند. این بیماران مبتلا به یکی از بیماری‌های پرفشاری خون، سندرم کرونری حاد، انفارکتوس، آنژین صدری و پریکاردیت فشارنده بودند و جهت دریافت خدمات درمانی به بیمارستان رازی مراجعه کردند. حجم نمونه برای هر گروه ۱۳ زوج در نظر گرفته شد که این زوجین پس از بررسی ملاک‌های ورود به مطالعه با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و جایگزینی نمونه‌ها در دو گروه آزمون و کنترل به‌صورت تصادفی بود. ملاک‌های ورود به مطالعه شامل ابتلای زوجین به بیماری قلبی عروقی (هر دو حداقل به یکی از بیماری‌های پرفشاری خون، سندرم کرونری حاد، انفارکتوس، آنژین صدری و پریکاردیت فشارنده مبتلا باشند)، حداقل تحصیلات دیپلم، داشتن سن ۵۱ تا ۶۵ سال، گذشت حداقل یک سال از ابتلا به بیماری قلبی عروقی، عدم رخدادهای تنش‌زا مانند طلاق و مرگ نزدیکان در شش‌ماه گذشته، عدم سابقه زوج‌درمانی هیجان‌محور و عدم استفاده از روش‌های درمانی دیگر به‌طور همزمان یا عدم دریافت مداخله‌های روان‌شناختی در حین مداخله بود. ملاک‌های خروج از مطالعه شامل غیبت بیشتر از یک جلسه زوجین، عدم همکاری یا همکاری پایین در جلسه‌های مداخله و انصراف از ادامه همکاری بودند.

پژوهشگر پس از دریافت مجوزهای لازم و کد اخلاق از کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز با شناسه IR.IAU.AHVAAZ.REC.1403.016 به بیمارستان رازی شهر اهواز مراجعه و پس از بیان اهمیت و ضرورت پژوهش از مسئولان آن اجازه پژوهش را گرفت. سپس از آنان خواسته شد تا زوجین مبتلا به بیماری‌های قلبی عروقی شامل پرفشاری خون، سندرم کرونری حاد، انفارکتوس، آنژین صدری و پریکاردیت فشارنده را به پژوهشگر معرفی نمایند و نمونه‌گیری پس از بررسی ملاک‌های ورود به مطالعه تا زمان رسیدن به حجم نمونه مورد نظر ادامه یافت. در این مطالعه، در گروه‌های آزمون و کنترل به نسبت مساوی از زوجین مبتلا به بیماری‌های مذکور استفاده شد؛ به‌طوری که در هر گروه پنج زوج مبتلا به پرفشاری خون و هشت زوج مبتلا به چهار بیماری سندرم کرونری حاد، انفارکتوس، آنژین صدری و پریکاردیت فشارنده (دو زوج از هر بیماری) قرار گرفت. برای نمونه‌ها اهمیت و ضرورت کلی پژوهش بیان شد و به آنان درباره رعایت نکات اخلاقی اطمینان‌خاطر داده شد و ضمن تاکید بر رایگان بودن برنامه مداخله برای نمونه‌ها، فرم رضایت‌نامه شرکت در پژوهش به امضای زوجین رسید.

گروه آزمون در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (دو جلسه در هفته) توسط یک متخصص روان‌شناسی بالینی دارای مدرک درمان هیجان‌محور، در یکی از درمانگاه‌های خدمات روان‌شناختی شهر اهواز به‌صورت گروهی تحت زوج‌درمانی هیجان‌محور قرار گرفت و در این مدت، گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد و در فهرست انتظار برای آموزش قرار گرفت. هدف و محتوای جلسات مبتنی بر دستورالعمل زوج‌درمانی هیجان‌محور تیموری و همکاران (۱۴۰۰) ساخته‌شده بر مبنای نظریه گرینبرگ (۲۰۱۰) بود (جدول شماره ۱).

جدول شماره ۱: هدف و محتوای جلسات زوج‌درمانی هیجان‌محور

جلسه	هدف	محتوی
اول	برقراری ارتباط، معرفی مختصر روش مداخله، ارزیابی و پیوستگی	آشنایی افراد با یکدیگر، ایجاد اتحاد درمانی، بررسی انگیزه درمان و انگیزه‌دادن برای درمان و بهبود ویژگی‌های روان‌شناختی
دوم	تنش‌زدایی و شناخت چرخه تعامل منفی	کشف تعامل‌های مشکل‌دار و شناخت چرخه منفی آنها، ارزیابی مسائل و نشان‌گرهای جراحات دلبستگی، دسترسی به هیجان‌های شناسایی‌نشده و بهبود هیجان‌ها
سوم	تحلیل و تغییر هیجان‌ها	تشریح تجربه‌های برجسته مربوط به دلبستگی، پذیرش احساس‌ها و هیجان‌های تصدیق‌نشده بنیادی درباره بیماری و پذیرش چرخه تعامل از سوی زوجین
چهارم	بازسازی پیوند	شناخت آسیب‌پذیری‌ها، نیازهای پنهان، ترس‌ها و مدل‌های آنها، ارتقای پذیرش از سوی همسر و بازسازی و بهبود روابط زناشویی ضمن توجه به بیماری
پنجم	بازسازی پیوند	درگیرشدن عاطفی زوجین در بیماری و پیامدهای بیماری یکدیگر و حساس‌شدن نسبت به درد همسر
ششم	درگیری هیجانی عمیق	آموزش ابزار مناسب هیجان‌ها، افزایش شناسایی نیازهای دلبستگی، پذیرش هیجان‌ها و عمق‌بخشی به درگیری تجربه هیجانی
هفتم	تحکیم و یکپارچه‌سازی	بازسازی تعامل‌های زوجین، کشف راه‌حل‌های جدید برای مشکلات قدیم، پاسخ‌دهی عاطفی به همسر بیمار به شیوه مراقبت‌گونه
هشتم	تحکیم، یکپارچه‌سازی و مرور و تمرین مهارت‌های جلسه‌های قبل	درگیری صمیمانه با همسران بیمار، پذیرش وضعیت موجود، ایجاد دلبستگی ایمن و تبدیل رابطه زناشویی به پناهگاه ایمن، ساخت روایتی جدید از رابطه زناشویی، مرور و تمرین مهارت‌های یادگرفته‌شده در جلسه‌های قبل و کاربست آنها در زندگی واقعی

پس از پایان هر جلسه تکلیفی مرتبط با آن جلسه به زوجین گروه آزمون ارائه گردید و در ابتدای جلسه بعد ضمن بررسی، به آنان بازخورد سازنده داده شد. در این پژوهش علاوه بر فرم اطلاعات جمعیت‌شناختی شامل سن و تحصیلات، از مقیاس‌های کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان‌شناختی برای گردآوری داده‌ها استفاده شد. میانگین نمره زوجین در هر یک از مقیاس‌ها به‌عنوان نمره کل آنها مورد تحلیل قرار گرفت. مقیاس کیفیت زندگی زناشویی توسط ژانگ و همکاران (۲۰۱۳) طراحی شد. این ابزار ۳۹ گویه دارد و با استفاده از مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت (نمره ۱، بسیار ناراضی تا نمره ۵، بسیار راضی) نمره‌گذاری می‌شود. برخی گویه‌ها به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند و نمره این ابزار با مجموع نمره گویه‌ها به‌دست می‌آید. بنابراین، دامنه نمرات بین ۳۹ تا ۱۹۵ و نمره بالاتر به معنای کیفیت زندگی زناشویی مطلوب‌تر است. ژانگ و همکاران (۲۰۱۳) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش کردند. در ایران، مؤذن جامی و همکاران (۱۳۹۶) پایایی ابزار را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ گزارش کردند. در پژوهش حاضر، روایی صوری مقیاس کیفیت زندگی زناشویی توسط ۱۰ نفر از متخصصان روان‌شناسی بررسی و تایید و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۷ محاسبه شد.

مقیاس پرخاشگری ارتباطی پنهان توسط نلسون و کارول (۲۰۰۶) طراحی شده است. این ابزار ۱۲ گویه دارد و با استفاده از مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت (نمره ۱، خیلی کم تا نمره ۷، خیلی زیاد) نمره‌گذاری و نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها به‌دست می‌آید. بنابراین، دامنه نمرات بین ۱۲ تا ۸۴ و نمره بالاتر به معنای پرخاشگری ارتباط پنهان بیشتر است. کارول و همکاران (۲۰۱۰) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی تایید و پایایی آن را در مردان و زنان بالاتر از ۰/۸۰ گزارش کردند. در ایران، خزاعی و همکاران (۱۳۹۵) روایی همگرایی مقیاس را با مقیاس تعارض زناشویی ثنائی (۱۳۸۷) ۰/۴۷ و روایی واگرایی آن را با مقیاس سازگاری زناشویی اسپاینر (۱۹۷۶) ۰/۴۲- محاسبه کردند که در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار بودند و پایایی را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش کردند. در پژوهش حاضر روایی صوری مقیاس پرخاشگری ارتباطی پنهان توسط ۱۰ نفر از متخصصان روان‌شناسی بررسی و تایید و پایایی آن

با روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۲ محاسبه شد.

مقیاس سلامت روان شناختی توسط نجاریان و داودی (۱۳۸۰) طراحی شده است. این ابزار ۲۵ گویه دارد و با استفاده از مقیاس پنج-درجه‌ای لیکرت (نمره صفر برای گزینه "هیچ" تا نمره ۴ برای گزینه "به شدت") نمره‌گذاری و نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها به دست می‌آید. بنابراین، دامنه نمرات بین صفر تا ۱۰۰ و نمره بالاتر به معنای سلامت روان شناختی کمتر است. نجاریان و داودی (۱۳۸۰) روایی همگرایی ابزار را با فرم تجدیدنظرشده ۹۰ گویه‌ای فهرست مشکلات روانی، ۰/۹۵ و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۷ گزارش کردند که در سطح ۰/۰۰۱ معنی‌دار بودند. در پژوهش حاضر، روایی صوری مقیاس سلامت روان شناختی توسط ۱۰ نفر از متخصصان روان‌شناسی بررسی و تایید شد و مقدار پایایی آن با روش آلفای کرونباخ، ۰/۹۱ محاسبه شد. داده‌های این مطالعه با آزمون کای اسکور، آزمون تی مستقل و تحلیل کوواریانس چندمتغیری در نرم‌افزار SPSS-26 تحلیل شدند.

یافته‌ها

تحلیل‌ها برای ۲۶ زوج (هر گروه ۱۳ زوج) انجام شد. برخی مشخصات شرکت‌کنندگان در پژوهش در جدول شماره ۱ آمده است. با مقایسه متغیرهای دموگرافیک و بالینی بین دو گروه مشخص شد بین بیماران قلبی-عروقی گروه‌های آزمون و کنترل از نظر سن، تحصیلات، مدت بیماری و نوع بیماری زوجین تفاوت معنی‌داری وجود ندارد و دو گروه از نظر این متغیرها همگن بودند.

جدول شماره ۲: توزیع فراوانی مطلق و نسبی برخی متغیرهای دموگرافیک و بالینی به تفکیک گروه‌های آزمون و کنترل

گروه	آزمون	کنترل	
متغیر	تعداد (درصد)	تعداد (درصد)	نتیجه آزمون
سن (سال)			
۵۱ تا ۵۵	۱۰ (۳۸/۴)	۹ (۳۴/۶)	df=۲, $\chi^2=۰/۱۱۱$, P=۰/۹۴۶
۵۶ تا ۶۰	۸ (۳۰/۸)	۹ (۳۴/۶)	
۶۱ تا ۶۵	۸ (۳۰/۸)	۸ (۳۰/۷)	
تحصیلات			
دیپلم	۱۲ (۴۶/۱)	۹ (۳۴/۶)	df=۲, $\chi^2=۰/۷۲۸$, P=۰/۶۹۵
فوق دیپلم	۸ (۳۰/۸)	۱۰ (۳۸/۴)	
لیسانس	۶ (۲۳/۱)	۷ (۲۷/۰)	
مدت بیماری (سال)			
۲ تا ۴	۱۳ (۵۰/۰)	۱۳ (۵۰/۰)	df=۲, $\chi^2=۰/۶۱۹$, P=۰/۷۳۴
۵ تا ۷	۶ (۲۳/۱)	۸ (۳۰/۸)	
۸ تا ۱۰	۷ (۲۷/۰)	۵ (۱۹/۲)	
نوع بیماری زوجین			
پرفشاری خون	۵ (۲۸/۵)	۵ (۲۸/۵)	df=۴, $\chi^2=۰/۰۰۰$, P=۱/۰
سندرم کرونری حاد	۲ (۱۵/۴)	۲ (۱۵/۴)	
انفارکتوس	۲ (۱۵/۴)	۲ (۱۵/۴)	
آنژین صدری	۲ (۱۵/۴)	۲ (۱۵/۴)	
پریکاردیت فشارنده	۲ (۱۵/۴)	۲ (۱۵/۴)	

بر اساس نتایج مندرج در جدول شماره ۳ و طبق آزمون تی مستقل، بین گروه‌ها در مرحله پیش‌آزمون از نظر میانگین نمره کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان شناختی تفاوت معنی‌داری وجود نداشت، اما در مرحله پس‌آزمون، بین گروه آزمون و کنترل از نظر میانگین نمره هر سه متغیر تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($P \leq 0.001$).

بررسی پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که پیش‌فرض نرمال بودن متغیرهای کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان شناختی گروه‌های آزمون و کنترل در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون بر اساس آزمون‌های

کولموگروف-اسمیرنوف و شاپیرو-ویلک، پیش فرض همگنی واریانس‌های متغیرهای کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان‌شناختی بر اساس آزمون لون، پیش فرض همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس بر اساس آزمون ام‌باکس و پیش فرض همگنی شیب خط رگرسیون بر اساس آزمون اثر تعاملی متغیر مستقل و پیش‌آزمون برای متغیرهای کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان‌شناختی رد نشد. در نتیجه، شرایط استفاده از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری وجود داشت. بر اساس آزمون‌های چندمتغیری، بین نمونه‌های گروه‌های آزمون و کنترل حداقل از نظر یکی از متغیرهای کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان‌شناختی تفاوت معنی‌داری وجود داشت که با توجه به اندازه اثر ۹۶/۴ درصد، تغییر در متغیرها نتیجه روش مداخله زوج‌درمانی هیجان‌محور بود ($F=171/598$, $p \leq 0/001$) (جدول شماره ۴).

جدول شماره ۳: مقایسه میانگین نمره کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان‌شناختی در گروه‌های آزمون و کنترل

مراحل	متغیرها	میانگین (انحراف معیار)	گروه آزمون	میانگین (انحراف معیار)	گروه کنترل	نتیجه آزمون
پیش‌آزمون	کیفیت زندگی زناشویی	۸۲/۹۲ (۸/۲۴)	۸۴/۱۵ (۶/۳۱)	$df=24$, $t=-0/428$, $P=0/673$		
	پرخاشگری ارتباطی پنهان	۴۲/۰۰ (۵/۲۶)	۴۵/۱۰ (۴/۱۵)	$df=24$, $t=-1/655$, $P=0/111$		
	سلامت روان‌شناختی	۲۵/۶۲ (۳/۶۲)	۲۵/۴۶ (۳/۴۱)	$df=24$, $t=0/112$, $P=0/912$		
پس‌آزمون	کیفیت زندگی زناشویی	۹۴/۳۱ (۷/۲۳)	۸۴/۱۰ (۶/۲۷)	$df=24$, $t=3/857$, $P=0/001$		
	پرخاشگری ارتباطی پنهان	۳۳/۳۱ (۴/۴۸)	۴۵/۵۴ (۴/۱۲)	$df=24$, $t=-7/250$, $P=0/001$		
	سلامت روان‌شناختی	۲۰/۱۰ (۲/۹۶)	۲۶/۱۰ (۳/۰۱)	$df=24$, $t=-5/125$, $P=0/001$		

جدول شماره ۴: آزمون‌های چندمتغیری برای تعیین تاثیر زوج درمانی هیجان‌محور بر کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان‌شناختی

آزمون‌ها	ارزش	آماره F	df فرضیه	df خطا	P-value	اندازه اثر	توان آزمون
اثر پیلایی	۰/۹۶۴	۱۷۱/۵۹۸	۳/۰۰۰	۱۹/۰۰۰	۰/۰۰۱	۰/۹۶۴	۰/۰۰۰۱
لامبدای ویلکز	۰/۰۳۶	۱۷۱/۵۹۸	۳/۰۰۰	۱۹/۰۰۰	۰/۰۰۱	۰/۹۶۴	۰۰۰/۱
اثر هاتلینگ	۲۷/۰۹۴	۱۷۱/۵۹۸	۳/۰۰۰	۱۹/۰۰۰	۰/۰۰۱	۰/۹۶۴	۰۰۰/۱
بزرگ‌ترین ریشه روی	۲۷/۰۹۴	۱۷۱/۵۹۸	۳/۰۰۰	۱۹/۰۰۰	۰/۰۰۱	۰/۹۶۴	۰۰۰/۱

جدول شماره ۵: تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین تاثیر زوج درمانی هیجان‌محور بر کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان‌شناختی

متغیرها	منبع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	P-value	اندازه اثر	توان آزمون
کیفیت زندگی زناشویی	پیش‌آزمون	۹۳۰/۳۶۲	۱	۹۳۰/۳۶۲	۱۵۱/۹۴۷	۰/۰۰۱	۰/۸۷۹	۱/۰۰۰
	گروه	۷۶۷/۶۱۰	۱	۷۶۷/۶۱۰	۱۲۵/۳۶۶	۰/۰۰۱	۰/۸۵۷	۱/۰۰۰
	خطا	۱۲۸/۵۸۲	۲۱	۶/۱۲۳				
پرخاشگری ارتباطی پنهان	پیش‌آزمون	۳۶۶/۷۳۲	۱	۳۶۶/۷۳۲	۱۴۱/۲۷۶	۰/۰۰۱	۰/۸۷۱	۱/۰۰۰
	گروه	۵۳۶/۳۰۶	۱	۵۳۶/۳۰۶	۲۰۶/۶۰۱	۰/۰۰۱	۰/۹۰۸	۱/۰۰۰
	خطا	۵۴/۵۱۳	۲۱	۲/۵۹۶				
سلامت روان‌شناختی	پیش‌آزمون	۱۸۳/۸۴۶	۱	۱۸۳/۸۴۶	۱۳۷/۶۲۴	۰/۰۰۱	۰/۸۶۸	۱/۰۰۰
	گروه	۲۳۳/۸۴۴	۱	۲۳۳/۸۴۴	۱۷۵/۰۵۲	۰/۰۰۱	۰/۸۹۳	۱/۰۰۰
	خطا	۲۸/۰۵۳	۲۱	۱/۳۳۶				

تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد زوج درمانی هیجان محور باعث افزایش کیفیت زندگی زناشویی ($F=125/366, p\leq 0/001$)، کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان ($F=206/601, p\leq 0/001$) و بهبود سلامت روان شناختی ($F=175/052, p\leq 0/001$) در افراد مبتلا به بیماری قلبی عروقی شد که با توجه به اندازه اثر، $85/7$ درصد تغییر در کیفیت زندگی زناشویی، $90/8$ درصد تغییر در پرخاشگری ارتباطی پنهان، و $89/3$ درصد تغییر در سلامت روان شناختی، نتیجه روش مداخله زوج درمانی هیجان محور بود.

بحث

بیماری قلبی عروقی شیوع بالایی دارد و بیماران مبتلا به آن با مشکل های فراوانی مواجه هستند. این مطالعه با هدف تعیین تاثیر زوج درمانی هیجان محور بر کیفیت زندگی زناشویی، پرخاشگری ارتباطی پنهان و سلامت روان شناختی بیماران قلبی عروقی انجام شد. یافته های این مطالعه نشان داد که زوج درمانی هیجان محور باعث افزایش کیفیت زندگی زناشویی بیماران قلبی عروقی می شود که این نتیجه با نتایج پژوهش های ون دیست و همکاران (2023)، ال - امروسی و همکاران (2021) و پرهام (1401) همسو بود. در تبیین این یافته ها بر مبنای پژوهش ون دیست و همکاران (2023) می توان گفت که بخش زیادی از روابط سازگار و ناسازگار زوجین ریشه در مسائل عاطفی و هیجانی دارد و ناتوانی در ابراز به موقع و مناسب این هیجان ها منجر به کناره گیری عاطفی و از دست رفتن صمیمیت زناشویی و طلاق عاطفی بین زوجین می شود. به عبارت دیگر، بسیاری از مسئله ها و مشکل های زوجین ریشه در چگونگی ابراز هیجان های زیربنایی آنها دارد و درمانگران با کم توجهی به این مهم از حل مسائل درونی زوجین غافل می شوند. روش زوج درمانی هیجان محور با ایجاد صمیمیت زناشویی در خلال ابراز هیجان ها به طریق سالم و بر اساس نمایش هیجان های سازگار و به موقع می تواند سبب بهبود روابط زوجین گردد. این روش درمانی حتی می تواند زوجین را فارغ از اضطراب های ناشی از دلبستگی ناایمن به سوی ابراز مناسب هیجانی، تجربه صمیمیت واقعی، مدیریت هیجان ها، بهبود الگوهای تعاملی انعطاف پذیر میان زوجین، گرایش به ابراز رفتارهای امنیت خواهانه در راستای احساس امنیت در روابط زناشویی و کاهش اضطراب جدایی بین زوجین هدایت کند و سبب بهبود روابط آنان با یکدیگر گردد. بنابراین، منطقی است که روش زوج درمانی هیجان محور بتواند سبب افزایش کیفیت زندگی زناشویی بیماران قلبی عروقی شود.

همچنین، یافته های این مطالعه نشان داد که زوج درمانی هیجان محور باعث کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان بیماران قلبی عروقی می شود که این نتیجه با نتایج پژوهش های حیدرپور اسکندری و همکاران (2021) و هدایتی و همکاران (1399) همسو بود. در تبیین این یافته ها بر مبنای پژوهش حیدرپور اسکندری و همکاران (2021) می توان گفت که در زوج درمانی هیجان محور، هر یک از زوجین با حساسیت ها و نیازهای جنسی، عاطفی و روان شناختی خود و همسر بیشتر آشنا می شوند و سوء تفاهم های ایجاد شده را برطرف می نمایند. در این روش درمانی، درمانگر می تواند مشکل های زوجین درگیر را بازسازی کند و از زوجین بخواهد که فعالانه جهت کاهش و رفع مشکل ها به صورت فعالانه همکاری نمایند و به دنبال ساختن یک رابطه زوجی خوب و رضایت بخش باشند. تغییر در روش زوج درمانی هیجان محور به این صورت اتفاق می افتد که پاسخ های هیجانی زیربنای تعامل و ارتباط کشف، تجربه و دوباره پردازش و بازسازی می شود و تعامل های مناسب و سازگار جدیدی شکل می گیرد. بنابراین، آشکار سازی هیجان ها و شناخت نیازهای دلبستگی شریک صمیمی برای برقراری پیوند هیجانی مناسب بین زوجین ضرورت دارد و اساس تغییر در این شیوه درمانی است. به عبارت دیگر، ساختارهای جدید هیجان ها از طریق آشکار سازی و کشف نیازهای دلبستگی به هر یک از زوجین کمک می کند تا به سمت بهبود وضعیت جدید در روابط زناشویی خود و کاهش خشونت و پرخاشگری حرکت نمایند. در نتیجه، می توان انتظار داشت که روش زوج درمانی هیجان محور نقش موثری در کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان بیماران قلبی عروقی داشته باشد.

یافته های این مطالعه نشان داد که زوج درمانی هیجان محور باعث بهبود سلامت روان شناختی بیماران قلبی عروقی می شود که این نتیجه با نتایج پژوهش های انصار و همکاران (2023)، ازندریانی و همکاران (1401) و بنی هاشمی (1400) همسو بود. در تبیین این یافته ها بر مبنای پژوهش بنی هاشمی (1400) می توان گفت که درمان هیجان محور اجرا شده به صورت زوجی یا زوج درمانی هیجان محور یکی از روش های درمانی است که به زوجین در اصلاح روابط نامناسب و تنش زا کمک می کند و باعث کاهش درگیری هیجانی در روابط زوجی و رشد و توسعه دلبستگی می شود. مداخله با این روش سبب می شود که زوجین مرزهای امن تری را در روابط بین فردی خود ایجاد نمایند و این مرزها تطابق بیشتری با موضوع های مختلف مثل دوره های گذر را فراهم آورده و برخی مشکل های روان شناختی مثل اضطراب، افسردگی و بحران های عاطفی را کاهش دهد. افزون بر آن، روش زوج درمانی

هیجان محور با به چالش کشیدن افکار زوجین و کاهش خطاهای شناختی در روابط زناشویی سعی در تغییر و اصلاح باورها و نگرش های فرد دارد و از طریق افزایش فعالیت های لذت بخش و تاثیر بر گستره و کیفیت روابط زوجین موجب افزایش سلامت و سازگاری روان شناختی آنان می گردد. بنابراین، منطقی است که روش زوج درمانی هیجان محور بتواند سبب بهبود سلامت روان شناختی بیماران قلبی عروقی شود.

از محدودیت های این مطالعه می توان به استفاده از ابزارهای خودگزارشی برای گردآوری داده ها و عدم پیگیری نتایج در بلندمدت اشاره کرد. بنابراین، در تعمیم یافته ها باید به این محدودیت ها توجه داشت. پیشنهاد می شود که پژوهشگران در پژوهش های بعدی نتایج تاثیر روش مداخله را در بلندمدت با استفاده از پیگیری های دو ماهه و حتی بیشتر بررسی کنند. پیشنهاد پژوهشی دیگر اینکه تاثیر روش زوج درمانی هیجان محور با سایر روش های زوج درمانی مانند شفقت محور، پذیرش و تعهد محور، ذهن آگاهانه محور و غیره مقایسه نمایند.

نتیجه گیری

نتایج این مطالعه حاکی از تاثیر زوج درمانی هیجان محور بر افزایش کیفیت زندگی زناشویی، کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان و بهبود سلامت روان شناختی بیماران قلبی عروقی بود. زوج درمانی روشی برای کاهش تعارض ها و آشفتگی های زندگی زناشویی، ارتقای وضعیت روان شناختی زوجین، یادگیری مهارت های ارتباط موثرتر در روابط زناشویی و بهبود شرایط زندگی است. درمان هیجان محور از طریق شناخت چرخه تعامل منفی، تحلیل و تغییر هیجان ها، بازسازی پیوند، درگیری هیجانی عمیق و تحکیم و یکپارچه سازی روابط به دنبال بهبود ویژگی های روان شناختی است. بنابراین، مشاوران و درمانگران می توانند از روش زوج درمانی هیجان محور در کنار سایر روش های درمانی موثر برای بهبود متغیرهای مرتبط با زندگی زناشویی و سلامت روان شناختی به ویژه برای افزایش کیفیت زندگی زناشویی، کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان و بهبود سلامت روان شناختی گروه های آسیب پذیر از جمله بیماران قلبی عروقی بهره ببرند.

تقدیر و تشکر

نویسندگان بدین وسیله تشکر و قدردانی خود را از مسئولان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، بیمارستان رازی شهر اهواز، و زوجین مبتلا به بیماری های قلبی عروقی شرکت کننده در این پژوهش اعلام می نمایند.

منابع فارسی

- ازندریانی، م.، خویی نژاد، غ.، و اکبری امرغان، ح. ۱۴۰۱. مقایسه اثربخشی درمان هیجان محور و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر خودتنظیمی هیجانی و بهزیستی روان شناختی زوجین. فصلنامه خانواده درمانی کاربردی، ۳(۱)، ۲۴۲-۲۲۳.
- بنی هاشمی، ع. ۱۴۰۰. تاثیر درمان هیجان مدار بر سلامت روان شناختی و عزت نفس افراد در معرض طلاق. مجله علوم پزشکی رازی، ۲۸(۱۱)، ۶۵-۵۶.
- پرهام، ر. ۱۴۰۱. اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر شادکامی و کیفیت زندگی زناشویی زوجین هر دو شاغل. مجله رویش روان شناسی، ۱۱(۷)، ۲۲۰-۲۰۹.
- خزاعی، س.، نوایی نژاد، ش.، فرزاد، و. و زهراکار، ک. ۱۳۹۵. بررسی ویژگی های روان سنجی مقیاس پرخاشگری ارتباطی پنهان. فصلنامه پژوهش در سلامت روان شناختی، ۱۰(۲)، ۸۷-۷۵.
- شجاعی کلاته بالی، ن.، ثمری، ع. و اکبرزاده، م. ۱۴۰۰. تاثیر زوج درمانی به شیوه بهزیستی درمانی بر افسردگی، کیفیت زندگی زناشویی، خوش بینی و بهزیستی اجتماعی در افراد با بیماری های قلبی عروقی. نشریه پرستاری قلب و عروق، ۱۰(۱)، ۱۰۱-۹۰.
- محمدی هریس، و.، شاکردولق، ع.، خادمی، ع.، زینالی، ع. و صفایی، ن. ۱۴۰۱. مقایسه تاثیر "درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد" و "آموزش تنظیم هیجان" بر درد مزمن و خودمراقبتی زنان مبتلا به بیماری عروق کرونر. نشریه پرستاری قلب و عروق، ۱۱(۱)، ۹۶-۱۰۷.
- مودن جامی، ع.، محمدی، ک. و فلاح چای، ر. ۱۳۹۶. پیش بینی کیفیت زندگی زناشویی بر اساس جهت گیری معنوی. مجله دین و سلامت، ۵(۲)، ۴۰-۳۱.
- نجاریان، ب. و داودی، ای. ۱۳۸۰. ساخت و اعتباریابی SCL-۲۵ (فرم کوتاه شده (SCL-۹۰-R)). مجله روان شناسی، ۵(۲)، ۱۴۹-۱۳۶.

نظریور، د.، زهراکار، ک.، پوریچی، س. م.، و داورنیا، ر. ۱۳۹۸. اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر تصویرسازی ارتباطی: تاثیر آن بر دلزدگی زناشویی. شغای خاتم، ۷(۴)، ۵۱-۶۰.

هدایتی، م.، حاجی علیزاده، ک.، هدایتی، م.، و فتحی، ا. ۱۳۹۹. بررسی اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار به شیوه گروهی بر پرخاشگری ارتباطی زوج‌های دارای زنان مبتلا به سرطان پستان: یک مطالعه نیمه تجربی. فصلنامه بیماری‌های پستان ایران، ۱۳(۴)، ۴۰-۵۶.

منابع انگلیسی

- Ansar, N., Lie, H. A. N., & Stiegler, J. R. 2023. The effects of emotion-focused skills training on parental mental health, emotion regulation and self-efficacy: Mediating processes between parents and children. *Psychotherapy Research*, 34(4), 518-537.
- Assouline-Reinmann, M., Chytas, V., Coen, M., Prada, P., & Degrauwe, S. 2021. Psychological health and cardiovascular disease: Interdependency and therapeutic opportunities. *Revue Medical Suisse*, 17(740), 1015-1020.
- Bennett-Britton, I., Teyhan, A., Macleod, J., Sattar, N., Smith, G. D., & Ben-Shlomo, Y. 2017. Changes in marital quality over 6 years and its association with cardiovascular disease risk factors in men: findings from the ALSPAC prospective cohort study. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 71(11), 1094-1100.
- Bodenmann, G., Kessler, M., Kuhn, R., Hocker, L., & Randall, A. K. 2020. Cognitive-behavioral and emotion-focused couple therapy: Similarities and differences. *Clinical Psychology in Europe*, 2(3), e2741, 1-12.
- 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.
- Casper, D. M., Card, N. A., & Barlow, C. 2020. Relational aggression and victimization during adolescence: A meta-analytic review of unique associations with popularity, peer acceptance, rejection, and friendship characteristics. *Journal of Adolescence*, 80, 41-52.
- Chen, R., & Austin, J. P. 2019. Depression as a moderator and a mediator of marital quality's effect on older adults' self-rated physical health. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 83, 50-54.
- Coccaro, E. F., Drossos, T., Kline, D., Lazarus, S., Joseph, J., & De Groot, M. 2022. Diabetes distress, emotional regulation, HbA1c in people with diabetes and A controlled pilot study of an emotion-focused behavioral therapy intervention in adults with type 2 diabetes. *Primary Care Diabetes*, 16(3), 381-386.
- El-Amrosy, S. H., Nady, S. E., & El-Berry, K. I. 2021. Emotion-focused couple-based interventions on wives emotional abuse and marital satisfaction. *Egyptian Journal of Health Care*, 12(1), 262-283.
- Facchin, F., Buggio, L., Roncella, E., Somigliana, E., Ottolini, F., Dridi, D., & et al. 2021. Sleep disturbances, fatigue and psychological health in women with endometriosis: a matched pair case-control study. *Reproductive BioMedicine Online*, 43(6), 1027-1034.
- Gentina, T., Bailly, S., Jounieaux, F., Verkindre, C., Broussier, P. M., Guffroy, D., & et al. 2019. Marital quality, partner's engagement and continuous positive airway pressure adherence in obstructive sleep apnea. *Sleep Medicine*, 55, 56-61.
- Goldman, R., & Goldstein, Z. 2022. Case formulation in emotion-focused therapy. *Journal of Clinical Psychology*, 78(3), 436-453.
- Heidarpour Eskandari, M., Amini, N., & Jafarinia, G. 2021. The comparison of effectiveness of emotion-focused couple therapy and mindfulness-based stress reduction program on covert relational aggression of couples. *Iranian Evolutionary and Educational Psychology*, 3(4), 583-595.
- Huang, Q., Wang, Y., Yuan, K., & Liu, H. 2022. How role overload affects physical and psychological health of low-ranking government employees at different ages: The mediating role of burnout. *Safety and Health at Work*, 13(2), 207-212.
- Knight, N. M., Dahlen, E. R., Bullock-Yowell, E., & Madson, M. B. 2018. The HEXACO model of personality and dark triad in relational aggression. *Personality and Individual Differences*, 122, 109-114.
- Lin, L., Lin, J., Qiu, J., Liufu, N., Lin, S., Wei, F., & et al. 2023. Genetic liability to multi-site chronic pain increases the risk of cardiovascular disease. *British Journal of Anaesthesia*, 131(2), 373-384.
- Martins, N., & Weaver, A. 2019. The role of media exposure on relational aggression: A meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 47, 90-99.
- Meyer, K., Attar, C. H., Fiebig, J., Stamm, T., Bassett, T. R., Bauer, M., & et al. 2023. Daring to feel: Emotion-focused psychotherapy increases amygdala activation and connectivity in euthymic bipolar disorder—A randomized controlled trial. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*, 8(7), 750-759.
- Nelson D. A., & Carroll, J. S. 2006. Couples relational aggression and victimization scale (CRAS). Provo, UT: Relate Institute.
- Park, G. R., & Seo, B. K. 2023. Multidimensional housing insecurity and psychological health: how do

- gender and initial psychological health differentiate the association? *Public Health*, 214, 116-123.
- Qi, D., & Wu, Y. 2018. Does welfare stigma exist in China? Policy evaluation of the Minimum Living Security System on recipients' psychological health and wellbeing. *Social Science & Medicine*, 205, 26-36.
- Rosen, N. O., Vaillancourt-Morel, M. P., Corsini-Munt, S., Steben, M., Delisle, I., Baxter, M. L., & Bergeron, S. 2021. Predictors and moderators of provoked vestibulodynia treatment outcome following a randomized trial comparing cognitive-behavioral couple therapy to overnight lidocaine. *Behavior Therapy*, 52(6), 1502-1515.
- Senol, A., Gurbuz, F., & Dost, M. T. 2023. Emotion-focused couple therapy: A review of theory and practice. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 15(1), 146-160.
- Shahar, B. 2020. New developments in emotion-focused therapy for social anxiety disorder. *Journal of Clinical Medicine*, 9(2918), 1-15.
- Teoh, J. P., Li, X., Simoncini, T., Zhu, D., & Fu, X. 2020. Estrogen-mediated gaseous signaling molecules in cardiovascular disease. *Trends in Endocrinology & Metabolism*, 31(10), 773-784.
- Timulak, L., & Keogh, D. 2020. Emotion-focused therapy: A transdiagnostic formulation. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 50, 1-13.
- Van Diest, S. L., Den Ouden, 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.
- Voulgaridou, I., & Kokkinos, C. M. 2019. Measuring relational aggression in children and adolescents: A systematic review of the available instruments. *Aggression and Violent Behavior*, 46, 82-97.
- Wang, W., Wang, M., Hu, Q., Wang, P., Lei, L., & Jiang, S. 2020. Upward social comparison on mobile social media and depression: The mediating role of envy and the moderating role of marital quality. *Journal of Affective Disorders*, 270, 143-149.
- Zhang, H., Xu, X., & Tsang, S. K. 2013. Conceptualizing and validating marital quality in Beijing: A pilot study. *Social Indicators Research*, 113(1), 197-212.
- Zhang, L., Gu, W., Zhang, L., Miao, R., Jing, X., Zhi, S., & et al. 2022. The effects of a nurse-led couples intervention on marital quality of couples with gynecological cancer: A clinical randomized controlled trial. *Gynecologic Oncology*, 165(3), 629-636.

Original Article

The effect of emotion-focused couple therapy on marital life quality, covert relational aggression and psychological health of couples with cardiovascular diseaseSoroosh Golestanifar¹, PhD Student*Zahra DashtBozorgi², PhDParviz Asgari³, PhDAlireza Heidari⁴, PhD**Abstract**

Aim. This study was conducted with the aim of determining the effect of emotion-focused couple therapy on marital life quality, covert relational aggression and psychological health of couples with cardiovascular disease.

Background. Patients with cardiovascular disease face many problems in their marital life and psychological health, and the use of couple therapy methods is necessary to improve them.

Method. This study was a semi-experimental pretest-posttest design with control group. The study population was patients with cardiovascular disease (including hypertension, acute coronary syndrome, infarction, angina pectoris and constrictive pericarditis) referred to Razi Hospital in Ahvaz city, Iran in 2023. The sample size for each group was considered to be 13 couples, and these couples were selected by purposive sampling method based on inclusion criteria. The experimental group received 8 sessions of 90 minutes duration (two sessions per week) in the form of emotion-focused couple therapy and during this time, the control group did not receive any intervention. Data were collected with the scales marital life quality (Zhang et al., 2013), covert relational aggression (Nelsno & Carroll, 2006) and psychological health (Najarian & Davoodi, 2001) and were analyzed with Chi-square test, independent t-test and multivariate analysis of covariance in SPSS-26 software.

Findings. There was no statistically significant difference between the experimental and control groups in terms of age, education, illness duration and type of couple illness. In the pre-test stage, the groups did not differ significantly in terms of the mean score of marital life quality, covert relational aggression and psychological health, but in the post-test stage, there was a statistically significant difference in the mean score of all three variables ($P \leq 0.0001$). In this way, the emotion-focused couple therapy improved married life quality ($F=125.366$, $P \leq 0.0001$), reduced covert relational aggression ($F=206.601$, $P \leq 0.0001$) and improved psychological health ($F=175.052$, $P \leq 0.0001$) in couples with cardiovascular disease.

Conclusion. The results of this study showed the effect of emotion-focused couple therapy on improving the marital life quality, reducing the covert relational aggression, and improving the psychological health of couples with cardiovascular disease. Therefore, counselors and therapists can use emotion-focused couple therapy along with other effective treatment methods to improve variables related to marital life and psychological health.

Keywords: Emotion-focused couple therapy, Marital life quality, Covert relational aggression, Psychological health, Cardiovascular disease

1 PhD Student of Psychology, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

2 Assistant Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

(*Corresponding Author) email: zahradb2000@yahoo.com

3 Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

4 Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran