

# The Effectiveness of Couple-Based Cognitive Behavioral Therapy on Conflict Management Styles and Covert Relational Aggression in Couples with Marital Conflict

1. Khatereh Jafari<sup>✉</sup>: M.A., Department of Personality Psychology, Ka.C., Islamic Azad University, Karaj, Iran
2. Alireza Kakavand<sup>\*✉</sup>: Professor, Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, Imam Khomeini International University, Qazvin, Iran

\*Corresponding Author's Email: ar.kakavand@soc.ikiu.ac.ir

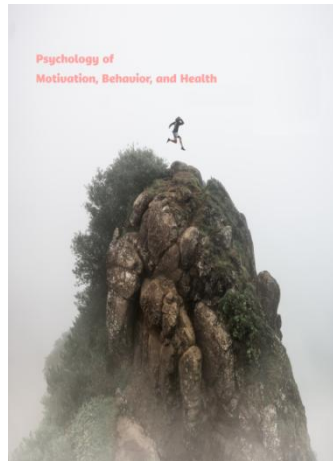
Received: 2026-02-22

Revised: 2026-05-23

Accepted: 2026-05-30

Initial Publish: 2026-06-27

Final Publish: 2026-12-22



## Abstract

**Introduction and Aim:** Marital conflict and maladaptive interaction patterns are among the most important factors threatening couples' relationship quality and are often associated with covert relational aggression and ineffective conflict management styles. The present study aimed to investigate the effectiveness of couple-based cognitive behavioral therapy on conflict management styles and covert relational aggression among couples with marital conflict who referred to counseling centers in Alborz city.

**Methodology:** This study employed a quasi-experimental design with pretest–posttest and a control group. The statistical population consisted of couples with marital conflict who referred to counseling centers in Alborz city in 2025. A total of 18 couples were selected through convenience sampling and randomly assigned to experimental and control groups. The experimental group participated in 11 sessions of couple-based cognitive behavioral therapy, while the control group received no intervention. Research instruments included the Revised Marital Conflict Questionnaire, Nelson and Carroll's Covert Relational Aggression Scale (2006), and Rahim's Conflict Management Styles Questionnaire (1983). Data were analyzed using Multivariate Analysis of Covariance (MANCOVA) in SPSS version 26.

**Findings:** The results of multivariate covariance analysis demonstrated that couple-based cognitive behavioral therapy had a significant effect on the study variables ( $P < 0.001$ ). The findings revealed a significant increase in integrative and compromising conflict management styles and a significant decrease in obliging and avoiding styles in the experimental group compared to the control group. Moreover, covert relational aggression, including emotional withdrawal and social image damaging, significantly decreased following the intervention. However, no significant change was observed in the dominating conflict management style. The obtained effect sizes indicated the substantial effectiveness of the intervention in explaining changes in the dependent variables.

**Conclusion:** The findings suggest that couple-based cognitive behavioral therapy can improve adaptive conflict management styles and reduce covert relational aggression among couples with marital conflict through modifying dysfunctional cognitions, enhancing communication skills, strengthening empathy, and improving problem-solving abilities. Therefore, implementing this therapeutic approach in counseling and psychological service centers may provide an effective evidence-based intervention for reducing marital conflicts and improving couples' relationship quality.

**Keywords:** covert relational aggression, marital conflict, conflict management styles, couple-based cognitive behavioral therapy, couple therapy

**How to Cite:** Jafari, K. & Kakavand, A. (2026). The Effectiveness of Couple-Based Cognitive Behavioral Therapy on Conflict Management Styles and Covert Relational Aggression in Couples with Marital Conflict. *Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 4(5), 1-15.



**Copyright:** © 2026 by the authors. Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

## Extended Abstract

### Introduction and Aim

Marital conflict is one of the most important indicators of relational distress and can affect emotional intimacy, communication quality, and family functioning. Dysfunctional conflict management styles and covert relational aggression may intensify marital dissatisfaction and weaken couples' emotional security (Bucsea et al., 2025; Dargahi et al., 2024). Conflict management styles include integrating, dominating, obliging, avoiding, and compromising patterns, among which integrating and compromising styles are generally considered more adaptive, whereas avoiding and obliging styles may maintain unresolved tensions (Haghighi et al., 2012; Zarei et al., 2023). Covert relational aggression, including emotional withdrawal and damaging the partner's social image, is a subtle but destructive form of aggression that can gradually reduce trust and relationship quality (Ruchkin et al., 2026; Sandhu et al., 2025). Cognitive-behavioral couple therapy is designed to modify dysfunctional cognitions, improve communication skills, enhance emotional regulation, and promote collaborative problem-solving (Bouchard et al., 2024; Shimizu et al., 2026). Therefore, the present study aimed to investigate the effectiveness of couple-based cognitive-behavioral therapy on conflict management styles and covert relational aggression among couples with marital conflict.

### Methodology

This quasi-experimental study used a pretest–posttest design with an experimental group and a control group. The statistical population included couples with marital conflict who referred to counseling centers in Alborz city in 2025. A total of 18 couples were selected through convenience sampling and randomly assigned to experimental and control groups, with 9 couples in each group. The inclusion criteria were a score of 150 or higher on the Marital Conflict Questionnaire, at least five years of marriage, no psychiatric medication use during the previous year, and informed consent to participate. The exclusion criteria were absence from more than two intervention sessions, failure to complete therapeutic assignments, and unwillingness to continue participation. The instruments included the Revised Marital Conflict Questionnaire, Nelson and Carroll's Covert Relational Aggression Scale, and Rahim's Conflict Management Styles Questionnaire. The experimental group received 11 weekly 90-minute sessions of couple-based cognitive-behavioral

therapy, while the control group received no intervention. Data were analyzed using multivariate analysis of covariance and univariate analysis of covariance in SPSS version 26.

### Findings

The mean age of couples in the experimental group was 31.43 years with a standard deviation of 4.21, and the mean age of couples in the control group was 32.08 years with a standard deviation of 4.13. Descriptive findings showed that the experimental group's mean score for the integrating style increased from 18.47 at pretest to 22.03 at posttest, while the control group changed from 18.69 to 18.61. The dominant style remained almost unchanged, with the experimental group changing from 17.89 to 17.86 and the control group from 17.80 to 17.72. The obliging style decreased in the experimental group from 20.55 to 18.32, whereas it increased in the control group from 20.14 to 20.47. The avoiding style decreased in the experimental group from 20.61 to 18.03, while it increased slightly in the control group from 20.44 to 20.57. The compromising style increased in the experimental group from 12.75 to 15.08, whereas the control group changed from 12.39 to 12.52. Emotional withdrawal decreased in the experimental group from 17.80 to 15.94, while the control group changed from 17.52 to 17.64. Social image damaging decreased in the experimental group from 18.08 to 16.47, whereas the control group changed from 17.81 to 17.92.

The assumptions of covariance analysis were confirmed. Levene's test was not significant for integrating style ( $F=3.15$ ,  $P=0.085$ ), dominating style ( $F=0.38$ ,  $P=0.649$ ), obliging style ( $F=0.02$ ,  $P=0.891$ ), avoiding style ( $F=0.41$ ,  $P=0.528$ ), compromising style ( $F=2.83$ ,  $P=0.101$ ), emotional withdrawal ( $F=0.43$ ,  $P=0.523$ ), and social image damaging ( $F=0.36$ ,  $P=0.654$ ). Box's M test was also not significant for conflict management styles (Box's  $M=9.67$ ,  $F=0.54$ ,  $P=0.919$ ) and covert relational aggression components (Box's  $M=5.41$ ,  $F=1.69$ ,  $P=0.167$ ). Multivariate covariance analysis showed significant group differences in conflict management styles at posttest based on Pillai's trace (value=0.94,  $F=85.26$ ,  $P=0.001$ ), Wilks' lambda (value=0.06,  $F=85.26$ ,  $P=0.001$ ), Hotelling's trace (value=17.05,  $F=85.26$ ,  $P=0.001$ ), and Roy's largest root (value=17.05,  $F=85.26$ ,  $P=0.001$ ). Significant group differences were also found for covert relational aggression components based on Pillai's trace (value=0.83,  $F=78.80$ ,  $P=0.001$ ), Wilks' lambda (value=0.16,  $F=78.80$ ,  $P=0.001$ ), Hotelling's trace (value=5.08,

$F=78.80$ ,  $P=0.001$ ), and Roy's largest root (value=5.08,  $F=78.80$ ,  $P=0.001$ ).

Univariate covariance analysis showed that couple-based cognitive-behavioral therapy had a significant effect on the integrating style ( $SS=107.89$ ,  $df=1$ ,  $MS=107.89$ ,  $F=153.91$ ,  $P=0.001$ ,  $\eta^2=0.841$ ), obliging style ( $SS=56.30$ ,  $df=1$ ,  $MS=56.30$ ,  $F=144.22$ ,  $P=0.001$ ,  $\eta^2=0.833$ ), avoiding style ( $SS=65.57$ ,  $df=1$ ,  $MS=65.57$ ,  $F=144.20$ ,  $P=0.001$ ,  $\eta^2=0.832$ ), and compromising style ( $SS=48.78$ ,  $df=1$ ,  $MS=48.78$ ,  $F=121.27$ ,  $P=0.001$ ,  $\eta^2=0.807$ ). However, the effect on the dominating style was not significant ( $SS=0.075$ ,  $df=1$ ,  $MS=0.075$ ,  $F=1.36$ ,  $P=0.253$ ,  $\eta^2=0.045$ ). The intervention also had a significant effect on emotional withdrawal ( $SS=27.40$ ,  $df=1$ ,  $MS=27.40$ ,  $F=47.08$ ,  $P=0.001$ ,  $\eta^2=0.595$ ) and social image damaging ( $SS=24.70$ ,  $df=1$ ,  $MS=24.70$ ,  $F=134.40$ ,  $P=0.001$ ,  $\eta^2=0.808$ ). These results indicate that the intervention increased adaptive conflict management styles and reduced maladaptive conflict styles and covert relational aggression components.

### Discussion and Conclusion

The results of the present study support the theoretical assumptions underlying cognitive-behavioral couple therapy and are consistent with prior empirical findings demonstrating the effectiveness of cognitive-behavioral interventions in improving marital relationships. The increase in integrating and compromising conflict management styles may be attributed to the intervention's emphasis on communication skills, empathy, collaborative problem-solving, and cognitive restructuring. Couples who participated in therapy learned to express emotions more constructively, identify maladaptive cognitive distortions, and interpret their partners'

behaviors more realistically. Consequently, they became more capable of resolving disagreements through dialogue and mutual understanding rather than avoidance or passive submission. Similarly, the reduction in covert relational aggression may reflect increased emotional awareness, improved emotion regulation, and enhanced interpersonal transparency. By learning healthier methods of expressing dissatisfaction and emotional needs, couples were less likely to rely on indirect aggressive behaviors such as emotional withdrawal or social image damaging. Although the intervention did not significantly affect the dominating conflict management style, this finding may suggest that dominance-oriented interaction patterns are more deeply rooted in personality traits or long-standing relational dynamics and therefore may require more intensive or longer-term interventions.

Overall, the findings suggest that couple-based cognitive-behavioral therapy is an effective intervention for improving conflict management styles and reducing covert relational aggression among couples with marital conflict. Through modifying maladaptive cognitions, enhancing emotional regulation, strengthening communication skills, and improving collaborative problem-solving abilities, this therapeutic approach can help couples establish healthier and more adaptive interaction patterns. Given the importance of conflict management and covert relational aggression in the maintenance of marital distress, implementing cognitive-behavioral couple therapy in counseling centers and psychological services may contribute significantly to improving marital functioning, strengthening emotional intimacy, and preventing the escalation of chronic relational conflicts.

# اثربخشی درمان شناختی رفتاری زوج‌محور بر سبک‌های کنترل تعارض و پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین دارای تعارض زناشویی

۱. خاطره جعفری<sup>ID</sup>: کارشناس ارشد، گروه روان‌شناسی شخصیت، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران  
۲. علیرضا کاکاوند<sup>ID\*</sup>: استاد، گروه روان‌شناسی، دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره)، قزوین، ایران

\*ایمیل نویسنده مسئول: ar.kakavand@soc.ikiu.ac.ir

انتشار نهایی: ۱۴۰۵/۱۰/۰۱

انتشار اولیه: ۱۴۰۵/۰۴/۰۶

پذیرش: ۱۴۰۵/۰۳/۰۹

بازنگری: ۱۴۰۵/۰۳/۰۲

دریافت: ۱۴۰۴/۱۲/۰۳

## چکیده

**مقدمه و هدف:** تعارض زناشویی و الگوهای ارتباطی ناسازگار از مهم‌ترین عوامل تهدیدکننده کیفیت روابط زوجین محسوب می‌شوند و می‌توانند با افزایش پرخاشگری ارتباطی پنهان و استفاده از سبک‌های ناکارآمد مدیریت تعارض همراه باشند. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری زوج‌محور بر سبک‌های کنترل تعارض و پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین دارای تعارض زناشویی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر البرز انجام شد.

**روش‌شناسی:** پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه گواه بود. جامعه آماری شامل تمامی زوجین دارای تعارض زناشویی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر البرز در سال ۲۰۲۵ بود که از میان آن‌ها ۱۸ زوج به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. گروه آزمایش طی ۱۱ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت درمان شناختی رفتاری زوج‌محور قرار گرفت، در حالی که گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه تجدیدنظر شده تعارضات زناشویی، مقیاس پرخاشگری ارتباطی پنهان نلسون و کارول (۲۰۰۶) و پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم (۱۹۸۳) بود. داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیره در نرم‌افزار SPSS-۲۶ تحلیل شدند.

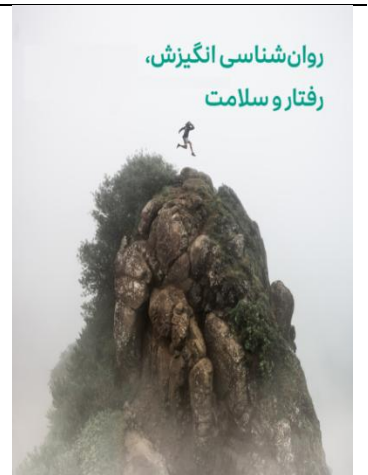
**یافته‌ها:** نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد که درمان شناختی رفتاری زوج‌محور تأثیر معناداری بر متغیرهای پژوهش داشته است ( $P < 0.001$ ). یافته‌ها حاکی از افزایش معنادار سبک‌های ادغام‌یافته و مصالحه و کاهش معنادار سبک‌های ملزم‌شده و اجتنابی در گروه آزمایش نسبت به گروه گواه بود. همچنین میزان پرخاشگری ارتباطی پنهان، شامل کناره‌گیری عاطفی و خراب کردن وجه اجتماعی، در گروه آزمایش به‌طور معناداری کاهش یافت. با این حال، تفاوت معناداری در سبک مسلط مشاهده نشد. اندازه اثرهای به‌دست‌آمده نشان‌دهنده قدرت بالایی مداخله در تبیین تغییرات متغیرهای وابسته بود.

**نتیجه‌گیری:** یافته‌های پژوهش نشان داد که درمان شناختی رفتاری زوج‌محور می‌تواند از طریق اصلاح الگوهای شناختی ناکارآمد، آموزش مهارت‌های ارتباطی، تقویت همدلی و بهبود راهبردهای حل مسئله، موجب ارتقای سبک‌های سازگارانه مدیریت تعارض و کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین دارای تعارض زناشویی شود. بنابراین، استفاده از این رویکرد درمانی در مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی می‌تواند به عنوان یک مداخله مؤثر و مبتنی بر شواهد در کاهش تعارضات زناشویی و بهبود کیفیت روابط زوجین مورد استفاده قرار گیرد.

**کلیدواژه‌گان:** پرخاشگری ارتباطی پنهان، تعارض زناشویی، سبک‌های کنترل تعارض، درمان شناختی رفتاری زوج‌محور، زوج‌درمانی



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۵ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC) صورت گرفته است. (4.0)



**نحوه استناددهی:** جعفری، خاطره، و کاکاوند، علیرضا. (۱۴۰۵). اثربخشی درمان شناختی رفتاری زوج‌محور بر سبک‌های کنترل تعارض و پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین دارای تعارض زناشویی. *روان‌شناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، ۴(۵)، ۱-۱۵.

## مقدمه

رابطه زناشویی یکی از بنیادی‌ترین روابط انسانی و هسته اصلی شکل‌گیری، تداوم و کارکرد نظام خانواده است. کیفیت این رابطه نه تنها بر رضایت فردی و زوجی اثر می‌گذارد، بلکه با سلامت روان، تنظیم هیجان، کارکرد اجتماعی و حتی کیفیت روابط والد-فرزند نیز پیوند دارد. در سال‌های اخیر، پژوهش‌های حوزه خانواده نشان داده‌اند که تجربه فشارهای روانی، مسئولیت‌های خانوادگی، تعارضات روزمره و الگوهای ارتباطی ناکارآمد می‌توانند به فرسودگی زوجی، کاهش صمیمیت و افزایش تنش‌های پایدار در روابط زناشویی منجر شوند (Ozguluk Ucok et al., 2026). از سوی دیگر، رابطه زناشویی سالم صرفاً به معنای نبود تعارض نیست، بلکه به معنای توانایی زوجین در مدیریت اختلاف‌ها، حفظ احترام متقابل، گفت‌وگوی سازنده و بازسازی رابطه پس از موقعیت‌های تنش‌زا است. در همین راستا، برخی مطالعات تأکید کرده‌اند که حتی تعارض نیز در صورت مدیریت مناسب می‌تواند فرصتی برای رشد رابطه، افزایش شناخت متقابل و تقویت پیوند عاطفی باشد (Cole et al., 2025). بنابراین، آنچه رابطه زناشویی را آسیب‌پذیر می‌کند، اصل وجود تعارض نیست، بلکه شیوه مواجهه زوجین با تعارض و نوع راهبردهایی است که برای کنترل یا حل آن به کار می‌گیرند.

تعارض زناشویی پدیده‌ای چندبعدی است که می‌تواند در حوزه‌های عاطفی، شناختی، رفتاری، جنسی، اقتصادی، فرزندپروری و تعاملات روزمره بروز یابد. در روابطی که تعارض به شکل مکرر و حل‌نشده باقی می‌ماند، احتمال شکل‌گیری چرخه‌های منفی تعامل افزایش می‌یابد؛ چرخه‌هایی که در آن‌ها سوءبرداشت، واکنش هیجانی شدید، کناره‌گیری، سرزنش و رفتارهای دفاعی یکدیگر را تقویت می‌کنند. مطالعات جدید نشان داده‌اند که تعارض زناشویی می‌تواند پیامدهای فراتر از رابطه زوجی داشته باشد و حتی بر روابط خواهر و برادرها و فضای کلی خانواده اثر بگذارد (Bucsea et al., 2025). همچنین پژوهش‌ها درباره تعارضات زناشویی در دوران بحران‌هایی مانند همه‌گیری کووید-۱۹ نشان داده‌اند که مدیریت ارتباط، نحوه گفت‌وگو و حفظ شأن رابطه نقش مهمی در کاهش پیامدهای منفی تنش‌های خانوادگی دارد (Mbisike, 2024). در بافت ایرانی نیز تعارض زناشویی یکی از موضوعات مهم مداخلات روان‌شناختی و

زوج‌درمانی است و مطالعات داخلی نشان داده‌اند که رویکردهای درمانی گوناگون، از جمله طرحواره‌درمانی، شفقت‌درمانی، درمان آدلری و درمان‌های سیستمی، می‌توانند در کاهش تعارض و بهبود کیفیت رابطه مؤثر باشند (Mesbahi et al., 2026; Rouhani-Otaghsara et al., 2025).

یکی از متغیرهای مهم در فهم کیفیت روابط زوجین، سبک‌های کنترل یا حل تعارض است. سبک‌های کنترل تعارض به الگوهای نسبتاً پایدار شناختی و رفتاری اشاره دارند که افراد هنگام مواجهه با اختلاف، تنش یا ناسازگاری بین فردی به کار می‌گیرند. این سبک‌ها معمولاً شامل سبک ادغام‌یافته، سبک مصالحه، سبک اجتنابی، سبک ملزم‌شده و سبک مسلط هستند. سبک‌های ادغام‌یافته و مصالحه عموماً سازگارانه‌تر تلقی می‌شوند، زیرا بر گفت‌وگو، همکاری، توجه همزمان به نیازهای خود و طرف مقابل و دستیابی به راه‌حل مشترک تأکید دارند. در مقابل، سبک‌های اجتنابی، ملزم‌شده و مسلط می‌توانند در شرایط خاص به تداوم نارضایتی، پنهان‌سازی هیجان‌ات، سلطه‌گری، انفعال یا تشدید تعارض منجر شوند. بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم در بین زوجین ایرانی نشان داده است که این ابزار می‌تواند ابعاد اصلی سبک‌های حل تعارض را با ساختار عاملی قابل قبول ارزیابی کند (Haghighi et al., 2012). همچنین یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که سبک‌های حل تعارض با تعهد زناشویی، شفقت به خود و ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی ارتباط دارند (Zarei et al., 2023). بر همین اساس، آموزش و اصلاح سبک‌های ناکارآمد حل تعارض می‌تواند یکی از مسیرهای مهم ارتقای کیفیت رابطه زوجین باشد.

در کنار سبک‌های کنترل تعارض، پرخاشگری ارتباطی پنهان یکی دیگر از متغیرهای کلیدی در روابط زناشویی پرتنش است. برخلاف پرخاشگری آشکار که در قالب توهین، تهدید، خشونت کلامی یا رفتارهای مستقیم بروز می‌کند، پرخاشگری ارتباطی پنهان معمولاً به صورت غیرمستقیم، مبهم و گاه پوشیده ظاهر می‌شود. این نوع پرخاشگری می‌تواند شامل کناره‌گیری عاطفی، سکوت خصمانه، بی‌اعتنایی عمدی، تخریب وجهه اجتماعی، طعنه، کنایه، قطع ارتباط، یا رفتارهای منفعلانه - پرخاشگرانه باشد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که پرخاشگری ارتباطی با عوامل هیجانی، رفتاری و بین‌فردی مرتبط

درمان شناختی - رفتاری زوج محور یکی از رویکردهای شواهدمحور در مداخلات زوجی است که بر ارتباط متقابل افکار، هیجانات و رفتارها تأکید دارد. این رویکرد تلاش می‌کند از طریق شناسایی و اصلاح باورهای ناکارآمد، بازسازی شناختی، آموزش مهارت‌های ارتباطی، تنظیم هیجان، حل مسئله، افزایش همدلی و تغییر الگوهای رفتاری ناسازگار، کیفیت تعامل زوجین را بهبود بخشد. در این چارچوب، زوجین می‌آموزند که به جای واکنش‌های هیجانی فوری، افکار خودکار و تفسیرهای منفی خود را شناسایی کنند، هیجانات خود را به شیوه‌ای سالم‌تر بیان نمایند و در مواجهه با تعارض از راهبردهای مشارکتی استفاده کنند. پژوهش‌های جدید درباره مداخلات شناختی - رفتاری زوج محور نشان داده‌اند که این رویکرد از نظر اجرایی و درمانی ظرفیت قابل توجهی برای بهبود مشکلات زوجی دارد (Bouchard et al., 2024). همچنین پروتکل‌های جدید کارآزمایی بالینی در حوزه درمان شناختی - رفتاری زوجی نشان می‌دهند که این رویکرد همچنان به عنوان یکی از محورهای مهم پژوهش‌های مداخله‌ای در روابط صمیمانه مورد توجه است (Shimizu et al., 2026). در ایران نیز نتایج مطالعات نشان داده‌اند که درمان شناختی - رفتاری می‌تواند بر کیفیت روابط زناشویی، رضایت جنسی و کاهش تعارض زناشویی اثرگذار باشد (Kia & Mahmoudian Dastnaei, 2024; Kiani Khuzestani & Mahmoud Fakheh, 2024).

پژوهش‌های مرتبط با سبک‌های حل تعارض نیز اهمیت مداخله در این حوزه را تأیید کرده‌اند. برای مثال، مشاوره گروهی مبتنی بر نظریه انتخاب توانسته است سبک‌های حل تعارض ناکارآمد افراد متأهل را کاهش دهد و نشان دهد که الگوهای تعارض‌ورزی قابلیت تغییر از طریق مداخله روان‌شناختی را دارند (Mohammad Farajpour et al., 2023). همچنین درمان مبتنی بر شفقت بر سبک‌های حل تعارض و متغیرهای هیجانی مانند خودسرزنشگری و تحمل پزیشانی اثرگذار گزارش شده است (Yavari et al., 2024). در حوزه شناختی - رفتاری نیز مطالعه‌ای نیمه‌تجربی نشان داد که درمان شناختی - رفتاری می‌تواند سبک‌های حل تعارض را در زوجین تغییر دهد (Moradi et al., 2022). افزون بر این، پژوهش‌های بین‌المللی نشان داده‌اند که سبک‌های مدیریت تعارض با متغیرهایی مانند هوش هیجانی، اقلیم روانی - اجتماعی و کیفیت تعاملات بین‌فردی ارتباط دارند (Alanazy

است و می‌تواند زمینه‌ساز آسیب در روابط صمیمانه شود (Ruchkin et al., 2026). در مطالعه‌ای دیگر، صفات شخصیت تاریک و فرسودگی به عنوان پیش‌بینی‌کننده‌های پرخاشگری ارتباطی معرفی شده‌اند که نشان می‌دهد این سازه با ویژگی‌های عمیق‌تر شخصیت و فشار روانی نیز ارتباط دارد (Sandhu et al., 2025). در بافت روابط زوجین، پرخاشگری ارتباطی پنهان می‌تواند به کاهش اعتماد، افزایش فاصله عاطفی و فرسایش تدریجی صمیمیت منجر شود. مطالعات داخلی نیز نشان داده‌اند که پرخاشگری ارتباطی پنهان در زنان متعارض با تمایز یافتگی، طلاق عاطفی و تعارض زناشویی ارتباط دارد (Dargahi et al., 2024) و می‌تواند در مسیر تأثیر برخی مشکلات روان‌شناختی و رفتاری بر دلزدگی زناشویی و کیفیت رابطه زوجی نقش میانجی داشته باشد (Fatehi et al., 2024).

از منظر نظری، بسیاری از تعارضات زناشویی و رفتارهای پرخاشگرانه پنهان را می‌توان بر اساس الگوهای شناختی ناکارآمد تبیین کرد. زوجین در روابط پر تنش اغلب رفتارهای یکدیگر را از دریچه باورهای منفی، طرحواره‌های ناسازگار و انتظارات غیرواقعیانه تفسیر می‌کنند. چنین تفسیرهایی سبب می‌شود که رفتارهای خشن یا مبهم همسر به عنوان نشانه بی‌توجهی، طرد، خیانت، سلطه‌گری یا بی‌محبی برداشت شود. در نتیجه، واکنش‌های هیجانی مانند خشم، اضطراب، ناامیدی یا دلخوری افزایش می‌یابد و رفتارهایی مانند کناره‌گیری، سرزنش، انتقاد یا تخریب غیرمستقیم فعال می‌شود. مطالعات مربوط به طرحواره‌درمانی و درمان‌های متمرکز بر روابط زناشویی نشان داده‌اند که اصلاح طرحواره‌ها، حساسیت به طرد و الگوهای ناکارآمد رابطه می‌تواند به کاهش گرایش به خیانت، بهبود کیفیت رابطه و بازسازی هویت زوجی کمک کند (Karimi & Lali, 2024; Kashipezha & Karimi & Lali, 2024; Safdari, 2024; Mohammadrahimi Esfarjani & Amiri, 2025).

همچنین پژوهش‌ها نشان می‌دهند که زوج‌درمانی شناختی - رفتاری مبتنی بر هیجان می‌تواند در کاهش فرسودگی و بهبود صمیمیت زناشویی زوجین متعارض مؤثر باشد (Nadri et al., 2025). بنابراین، الگوهای شناختی، هیجانی و رفتاری نه تنها در شکل‌گیری تعارض نقش دارند، بلکه اهداف اصلی مداخلات درمانی زوج محور نیز محسوب می‌شوند.

کاربردی، نتایج چنین پژوهشی می‌تواند برای مراکز مشاوره خانواده، روان‌شناسان بالینی، زوج‌درمانگران و برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج یا مداخلات پس از ازدواج سودمند باشد. همچنین از منظر پژوهشی، بررسی اثربخشی این مداخله می‌تواند به روشن‌تر شدن سازوکارهای تغییر در روابط زوجین دارای تعارض کمک کند و نشان دهد که آیا تغییر در شناخت‌ها و مهارت‌های ارتباطی می‌تواند به کاهش رفتارهای پنهان آسیب‌زا و افزایش راهبردهای سازگارانه حل تعارض منجر شود یا خیر. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی درمان شناختی - رفتاری زوج‌محور بر سبک‌های کنترل تعارض و پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین دارای تعارض زناشویی انجام شد.

### روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه آزمایش و گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر البرز در سال ۱۴۰۴ بود که به دلیل تعارضات زناشویی به مراکز مشاوره روان‌شناختی مهر، رهنمون و البرز مراجعه کرده بودند. از میان جامعه آماری، ۱۸ زوج به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و پس از احراز شرایط ورود به مطالعه، به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند؛ به گونه‌ای که هر گروه شامل ۹ زوج بود. با توجه به توصیه دلاور (۲۰۱۴) مبنی بر مناسب بودن حداقل ۱۵ نفر برای هر گروه در پژوهش‌های آزمایشی، حجم نمونه حاضر برای اجرای مداخله مناسب در نظر گرفته شد. گروه آزمایش طی ۱۱ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت درمان شناختی-رفتاری زوج‌محور قرار گرفت، در حالی که گروه گواه هیچ‌گونه مداخله درمانی دریافت نکرد. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل کسب نمره ۱۵۰ و بالاتر در پرسشنامه تعارضات زناشویی، گذشت حداقل پنج سال از زمان ازدواج، عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی طی یک سال گذشته و رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش بود. همچنین ملاک‌های خروج شامل غیبت بیش از دو جلسه، انجام ندادن تکالیف درمانی و عدم تمایل به ادامه مشارکت در جلسات درمانی بود. در این پژوهش تمامی ملاحظات اخلاقی از جمله رضایت آگاهانه، محرمانه

روان‌شناسی انگیزش، رفتار و سلامت، دوره ۴، شماره ۵، صفحات ۱۵-۱  
 همچنین در سطح خانواده، نحوه حل تعارض والدین می‌تواند با مهارت‌های اجتماعی - هیجانی فرزندان و کیفیت فرزندپروری پیوند داشته باشد (Gong et al., 2023). این شواهد نشان می‌دهد که سبک‌های کنترل تعارض نه‌تنها برای کیفیت رابطه زوجی، بلکه برای سلامت کلی خانواده نیز اهمیت دارند.

در زمینه پرخاشگری ارتباطی پنهان، مطالعات داخلی و خارجی نشان داده‌اند که این نوع پرخاشگری یکی از نشانگرهای مهم آشفتگی رابطه و تعاملات ناسالم است. پژوهش بشیری و همکاران نشان داد که زوج‌درمانی شناختی - رفتاری و زوج‌درمانی هیجان‌مدار می‌تواند بر کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین دارای تعارضات زناشویی مؤثر باشد (Bashiri et al., 2024). از سوی دیگر، مطالعه سورج‌دی و همکاران نشان داد که تعارض زناشویی می‌تواند در مسیر پیش‌بینی پیامدهای بعدی ازدواج نقش میانجی ایفا کند و بنابراین، تداوم تعارض و دوسوگرایی زوجی می‌تواند کیفیت رابطه را در طول زمان تحت تأثیر قرار دهد (Surjadi et al., 2023). این یافته‌ها اهمیت توجه همزمان به تعارض زناشویی، سبک‌های حل تعارض و پرخاشگری ارتباطی پنهان را برجسته می‌سازند. با وجود این، بخش زیادی از پژوهش‌های پیشین بیشتر بر متغیرهای کلی مانند رضایت زناشویی، کیفیت رابطه، تعارض آشکار یا صمیمیت تمرکز کرده‌اند و بررسی همزمان سبک‌های کنترل تعارض و ابعاد پرخاشگری ارتباطی پنهان در قالب یک مداخله شناختی - رفتاری زوج‌محور کمتر مورد توجه قرار گرفته است. این خلأ پژوهشی به‌ویژه از آن جهت اهمیت دارد که رفتارهای پرخاشگرانه پنهان و سبک‌های ناکارآمد حل تعارض معمولاً به صورت همزمان در روابط متعارض عمل می‌کنند و می‌توانند یکدیگر را تقویت کنند.

بر این اساس، ضرورت دارد مداخلاتی بررسی شوند که بتوانند همزمان بر سطح شناختی، هیجانی و رفتاری رابطه زوجین اثر بگذارند. درمان شناختی - رفتاری زوج‌محور به دلیل تمرکز بر بازسازی شناختی، آموزش مهارت‌های ارتباطی، اصلاح چرخه‌های تعاملی معیوب، مدیریت خشم و هیجان، و تقویت حل مسئله مشترک، می‌تواند رویکردی مناسب برای کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان و بهبود سبک‌های کنترل تعارض باشد. از نظر

ماندن اطلاعات، حفظ حریم خصوصی و حق خروج آزادانه از مطالعه رعایت شد.

پرسشنامه تجدیدنظر شده تعارضات زناشویی (MCQ) توسط ثنایی و همکاران در سال ۱۳۷۵ با هدف سنجش میزان تعارضات زناشویی طراحی شد. این ابزار شامل ۵۴ گویه است که بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت از «هرگز» تا «همیشه» نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات پرسشنامه بین ۵۴ تا ۲۷۰ متغیر است و نمرات بالاتر نشان‌دهنده شدت بیشتر تعارضات زناشویی می‌باشد. نمرات بین ۷۹ تا ۱۴۹ نشان‌دهنده روابط زناشویی بهنجار، نمرات ۱۵۰ تا ۱۸۶ بیانگر تعارض بیش از حد بهنجار و نمرات ۱۸۷ و بالاتر حاکی از تعارض شدید و آسیب‌پذیر در روابط زوجین است. روایی این ابزار توسط سازندگان آن از طریق تحلیل عاملی تأییدی مورد تأیید قرار گرفته و پایایی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۶ گزارش شده است. در پژوهش حاضر نیز از این پرسشنامه به منظور غربالگری زوجین دارای تعارض زناشویی و احراز شرایط ورود به مطالعه استفاده شد.

مقیاس پرخاشگری ارتباطی پنهان توسط نلسون و کارول در سال ۲۰۰۶ به منظور سنجش رفتارهای پرخاشگرانه غیرمستقیم در روابط زوجین تدوین شد. این مقیاس شامل ۱۲ سؤال و دو مؤلفه «کناره‌گیری عاطفی» و «خراب کردن وجهه اجتماعی» است که به ترتیب سؤالات ۱ تا ۶ و ۷ تا ۱۲ را در بر می‌گیرد. پاسخ‌ها بر اساس طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از «خیلی کم» تا «خیلی زیاد» نمره‌گذاری می‌شوند. در نسخه اصلی ابزار، ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه کناره‌گیری عاطفی ۰/۸۱ و برای خراب کردن وجهه اجتماعی ۰/۷۸ گزارش شده و شاخص‌های روایی سازه نیز برای هر دو مؤلفه در سطح مطلوب قرار داشته است. همچنین شریف‌خزومی و همکاران (۱۳۹۵) در مطالعه‌ای ایرانی، ضرایب پایایی این مقیاس را برای مؤلفه‌های مختلف بین ۰/۸۶ تا ۰/۸۸ گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه کناره‌گیری عاطفی ۰/۶۹ و برای مؤلفه خراب کردن وجهه اجتماعی ۰/۷۵ به دست آمد که بیانگر پایایی قابل قبول ابزار بود.

پرسشنامه سبک‌های حل تعارض رحیم (ROCI-II) توسط رحیم در سال ۱۹۸۳ با هدف ارزیابی سبک‌های مختلف حل تعارض بین‌فردی طراحی شد. در این پژوهش از نسخه B این پرسشنامه که

شامل ۲۸ ماده و پنج خرده‌مقیاس است استفاده شد. این خرده‌مقیاس‌ها شامل سبک ادغام‌یافته، سبک مسلط، سبک ملزم‌شده، سبک اجتنابی و سبک مصالحه بودند. گویه‌های پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» نمره‌گذاری می‌شوند. روایی نسخه اصلی این ابزار از طریق تحلیل عاملی تأییدی تأیید شده و ضرایب آلفای کرونباخ آن بین ۰/۷۱ تا ۰/۸۸ گزارش شده است. همچنین حقیقی و همکاران (۱۳۹۱) این پرسشنامه را در ایران هنجاریابی کرده و نتایج تحلیل عاملی اکتشافی آنان وجود پنج خرده‌مقیاس اصلی را تأیید کرده است. در پژوهش حاضر ضرایب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه بین ۰/۷۴ تا ۰/۸۱ محاسبه شد که نشان‌دهنده همسانی درونی مطلوب ابزار بود.

پروتکل مداخله درمان شناختی رفتاری زوج‌محور در ۱۱ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به صورت هفتگی اجرا شد. در جلسه نخست، فرایند سنجش، ارزیابی اولیه و آشنایی زوجین با اهداف درمان انجام شد. جلسه دوم به آموزش روانی مدل ABC و نقش افکار در شکل‌گیری هیجانات و رفتارها اختصاص یافت. در جلسه سوم باورهای زناشویی و طرحواره‌های ناسازگار مورد بررسی قرار گرفت و در جلسه چهارم مشکلات ارتباطی و شیوه‌های ناکارآمد حل تعارض شناسایی شد. جلسه پنجم بر شناسایی چرخه‌ها و الگوهای معیوب ارتباطی میان زوجین تمرکز داشت. در جلسات ششم و هفتم مهارت‌های ارتباطی، گوش دادن فعال، همدلی و نقش آن‌ها در بهبود تعاملات زوجین آموزش داده شد. جلسه هشتم به تمرین شکستن الگوهای معیوب ارتباطی اختصاص یافت و در جلسه نهم فنون بازسازی شناختی و مواجهه با طرحواره‌های ناکارآمد آموزش داده شد. همچنین در جلسه دهم مهارت‌های مدیریت خشم و تنظیم هیجان به زوجین ارائه شد و در نهایت جلسه یازدهم به جمع‌بندی مباحث، مرور مهارت‌ها و ارائه راهکارهای پیشگیری از عود تعارضات زناشویی اختصاص یافت.

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها، ابتدا شاخص‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار برای متغیرهای پژوهش محاسبه شد. سپس به منظور بررسی پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس چندمتغیره، آزمون‌های شاپیرو-ویلک برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها، آزمون لوین برای همگنی واریانس‌ها و آزمون باکس برای همگنی ماتریس‌های کوواریانس اجرا شد. پس از تأیید پیش‌فرض‌ها، داده‌ها

شامل ۹ زوج بود. میانگین و انحراف معیار سن زوج‌های گروه آزمایش به ترتیب ۳۱.۴۳ و ۴.۲۱ و در گروه گواه ۳۲.۰۸ و ۴.۱۳ بود. تمامی شرکت‌کنندگان دارای تعارض زناشویی بوده و به مراکز مشاوره شهر البرز مراجعه کرده بودند. همچنین هیچ‌یک از آزمودنی‌ها در طول اجرای پژوهش از مطالعه خارج نشدند و تمامی زوجین جلسات درمانی و مراحل ارزیابی را تا پایان پژوهش تکمیل کردند.

با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره (MANCOVA) و تحلیل کوواریانس تک‌متغیره در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. سطح معناداری در تمامی آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

### یافته‌ها

شرکت‌کنندگان پژوهش شامل ۱۸ زوج بودند که به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند؛ به گونه‌ای که هر گروه جدول ۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه‌ها

متغیر	گروه	وضعیت	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
سبک ادغام‌یافته	آزمایش	پیش‌آزمون	۱۸.۴۷	۲.۴۵	۰.۷۱	-۰.۸۲
		پس‌آزمون	۲۲.۰۳	۲.۶۲	-۰.۴۰	۰.۳۹
گواه	گواه	پیش‌آزمون	۱۸.۶۹	۲.۶۱	-۰.۹۴	-۰.۱۲
		پس‌آزمون	۱۸.۶۱	۲.۷۴	-۰.۲۵	۰.۳۸
سبک مسلط	آزمایش	پیش‌آزمون	۱۷.۸۹	۳.۰۱	-۰.۳۳	۰.۸۳
		پس‌آزمون	۱۷.۸۶	۲.۹۸	-۰.۲۱	۱.۴۰
گواه	گواه	پیش‌آزمون	۱۷.۸۰	۲.۹۱	۰.۶۴	۰.۲۳
		پس‌آزمون	۱۷.۷۲	۲.۹۸	۰.۱۵	۰.۶۶
سبک ملزم‌شده	آزمایش	پیش‌آزمون	۲۰.۵۵	۳.۱۳	-۰.۴۵	۰.۴۷
		پس‌آزمون	۱۸.۳۲	۳.۰۹	۰.۴۱	-۰.۱۱
گواه	گواه	پیش‌آزمون	۲۰.۱۴	۳.۱۶	۱.۳۰	-۰.۰۷
		پس‌آزمون	۲۰.۴۷	۳.۰۷	۱.۱۱	-۰.۸۵
سبک اجتنابی	آزمایش	پیش‌آزمون	۲۰.۶۱	۲.۶۴	۰.۱۹	-۱.۱۹
		پس‌آزمون	۱۸.۰۳	۲.۵۹	-۰.۲۳	-۰.۸۱
گواه	گواه	پیش‌آزمون	۲۰.۴۴	۲.۷۱	۰.۴۴	-۰.۷۵
		پس‌آزمون	۲۰.۵۷	۲.۷۴	۰.۱۷	-۱.۲۴
سبک مصالحه	آزمایش	پیش‌آزمون	۱۲.۷۵	۱.۸۹	۱.۰۳	-۰.۵۰
		پس‌آزمون	۱۵.۰۸	۱.۸۴	-۰.۷۱	۰.۲۲
گواه	گواه	پیش‌آزمون	۱۲.۳۹	۱.۹۱	-۰.۱۱	۰.۷۷
		پس‌آزمون	۱۲.۵۲	۱.۹۳	۰.۶۱	-۰.۳۰
شیوه کناره‌گیری عاطفی	آزمایش	پیش‌آزمون	۱۷.۸۰	۲.۲۲	-۰.۱۷	-۰.۱۸
		پس‌آزمون	۱۵.۹۴	۲.۳۱	۱.۰۲	-۰.۶۷
گواه	گواه	پیش‌آزمون	۱۷.۵۲	۲.۲۷	۰.۳۷	-۰.۲۸
		پس‌آزمون	۱۷.۶۴	۲.۳۴	-	-
خراب کردن وجهه اجتماعی	آزمایش	پیش‌آزمون	۱۸.۰۸	۲.۴۱	۰.۴۲	۰.۶۹
		پس‌آزمون	۱۶.۴۷	۲.۳۷	۰.۵۶	-۰.۲۵
گواه	گواه	پیش‌آزمون	۱۷.۸۱	۲.۲۹	-۰.۲۸	۱.۱۵
		پس‌آزمون	۱۷.۹۲	۲.۳۶	۰.۹۴	-۰.۷۱

وجه اجتماعی به ترتیب برابر با ۰.۰۸۵، ۰.۶۴۹، ۰.۸۹۱، ۰.۵۲۸، ۰.۱۰۱، ۰.۵۲۳ و ۰.۶۵۴ بود. افزون بر این، نتایج آزمون باکس برای همگنی ماتریس‌های کوواریانس نیز برای سبک‌های کنترل تعارض (P=۰.۹۱۹) و مؤلفه‌های پرخاشگری ارتباطی پنهان (P=۰.۱۶۷) معنادار نبود و در نتیجه مفروضه همگنی ماتریس‌های کوواریانس نیز تأیید شد.

پس از تأیید مفروضه‌ها، از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری زوج محور بر سبک‌های کنترل تعارض و پرخاشگری ارتباطی پنهان استفاده شد. نتایج آزمون چندمتغیره نشان داد که اثر گروه در مرحله پس‌آزمون برای سبک‌های کنترل تعارض معنادار است؛ به گونه‌ای که مقادیر اثر پیلائی، لامبدای ویلکز، اثر هتلینگ و بزرگ‌ترین ریشه روی همگی در سطح ۰.۰۰۱ معنادار بودند. همچنین در مورد مؤلفه‌های پرخاشگری ارتباطی پنهان نیز نتایج تحلیل چندمتغیره معنادار بود و نشان داد که بین گروه آزمایش و گواه حداقل در یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد. بنابراین، نتایج تحلیل چندمتغیره حاکی از آن است که درمان شناختی رفتاری زوج محور توانسته است به طور کلی بر سبک‌های کنترل تعارض و پرخاشگری ارتباطی پنهان زوجین دارای تعارض زناشویی اثرگذار باشد.

جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری برای سبک‌های کنترل تعارض و مؤلفه‌های پرخاشگری ارتباطی پنهان در مرحله پس‌آزمون

متغیر وابسته	مجموع مجزورات	df	میانگین مجزورات	F	P	مجذور اتا
سبک ادغام‌یافته	۱۰۷.۸۹	۱	۱۰۷.۸۹	۱۵۳.۹۱	۰.۰۰۱	۰.۸۴۱
سبک مسلط	۰.۰۷۵	۱	۰.۰۷۵	۱.۳۶	۰.۲۵۳	۰.۰۴۵
سبک ملزم‌شده	۵۶.۳۰	۱	۵۶.۳۰	۱۴۴.۲۲	۰.۰۰۱	۰.۸۳۳
سبک اجتنابی	۶۵.۵۷	۱	۶۵.۵۷	۱۴۴.۲۰	۰.۰۰۱	۰.۸۳۲
سبک مصالحه	۴۸.۷۸	۱	۴۸.۷۸	۱۲۱.۲۷	۰.۰۰۱	۰.۸۰۷
شیوه کناره‌گیری عاطفی	۲۷.۴۰	۱	۲۷.۴۰	۴۷.۰۸	۰.۰۰۱	۰.۵۹۵
خراب کردن وجه اجتماعی	۲۴.۷۰	۱	۲۴.۷۰	۱۳۴.۴۰	۰.۰۰۱	۰.۸۰۸

بر اساس نتایج جدول ۱، میانگین نمرات متغیرهای پژوهش در مرحله پیش‌آزمون در دو گروه آزمایش و گواه نسبتاً نزدیک و همسان بود که نشان‌دهنده همگنی اولیه گروه‌ها پیش از اجرای مداخله است. با این حال، در مرحله پس‌آزمون، گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه افزایش محسوسی در سبک‌های ادغام‌یافته و مصالحه و کاهش قابل توجهی در سبک‌های ملزم‌شده، اجتنابی و ابعاد پرخاشگری ارتباطی پنهان نشان داد. همچنین میانگین سبک مسلط در دو گروه تقریباً بدون تغییر باقی ماند. مقادیر کجی و کشیدگی نیز نشان داد که توزیع داده‌های تمامی متغیرها در محدوده طبیعی قرار دارد و از نرمال بودن داده‌ها حمایت می‌کند.

پیش از اجرای آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره، مفروضه‌های این آزمون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج آزمون شاپیرو-ویلک نشان داد که توزیع تمامی متغیرهای پژوهش نرمال بوده و استفاده از آزمون‌های پارامتریک بلا مانع است. همچنین بررسی مفروضه همگنی شیب رگرسیون نشان داد که تعامل بین متغیر مستقل و پیش‌آزمون برای تمامی متغیرها معنادار نیست ( $P > ۰.۰۵$ )؛ بنابراین این مفروضه رعایت شد. نتایج آزمون لوین نیز نشان داد که همگنی واریانس‌ها برای تمامی متغیرهای پژوهش برقرار است؛ به طوری که مقادیر سطح معناداری برای سبک ادغام‌یافته، سبک مسلط، سبک ملزم‌شده، سبک اجتنابی، سبک مصالحه، شیوه کناره‌گیری عاطفی و خراب کردن

مداخله، در مقایسه با گروه گواه، افزایش معناداری در سبک‌های ادغام‌یافته و مصالحه و کاهش معناداری در سبک‌های ملزم‌شده و اجتنابی نشان دادند. با این حال، تأثیر مداخله بر سبک مسلط معنادار

بر اساس نتایج جدول ۲، درمان شناختی رفتاری زوج محور تأثیر معناداری بر سبک‌های ادغام‌یافته، ملزم‌شده، اجتنابی و مصالحه داشت ( $P < ۰.۰۰۱$ ). نتایج نشان داد که زوجین گروه آزمایش پس از دریافت

نمود (P=۰.۲۵۳). همچنین نتایج نشان داد که درمان شناختی رفتاری زوج محور موجب کاهش معنادار مؤلفه‌های شیوه کناره‌گیری عاطفی و خراب کردن وجهه اجتماعی شده است. مقادیر مجذور اتا نیز بیانگر اندازه اثر بالای مداخله بود؛ به طوری که ۸۴.۱ درصد از تغییرات سبک ادغام یافته، ۸۳.۳ درصد از تغییرات سبک ملزم شده، ۸۳.۲ درصد از تغییرات سبک اجتنابی، ۸۰.۷ درصد از تغییرات سبک مصالحه، ۵۹.۵ درصد از تغییرات شیوه کناره‌گیری عاطفی و ۸۰.۸ درصد از تغییرات خراب کردن وجهه اجتماعی توسط عضویت گروهی تبیین شد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که درمان شناختی رفتاری زوج محور توانسته است به طور مؤثری الگوهای سازگارانه مدیریت تعارض را تقویت و رفتارهای پرخاشگرانه پنهان را در زوجین دارای تعارض زناشویی کاهش دهد.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری زوج محور بر سبک‌های کنترل تعارض و پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین دارای تعارض زناشویی انجام شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که درمان شناختی رفتاری زوج محور موجب افزایش معنادار سبک‌های سازگارانه حل تعارض شامل سبک ادغام یافته و سبک مصالحه و همچنین کاهش سبک‌های ناسازگارانه شامل سبک ملزم شده و سبک اجتنابی در زوجین شد. علاوه بر این، نتایج نشان داد که مداخله مذکور توانسته است به طور معناداری ابعاد پرخاشگری ارتباطی پنهان، شامل کناره‌گیری عاطفی و خراب کردن وجهه اجتماعی را کاهش دهد. با این حال، درمان شناختی رفتاری زوج محور تأثیر معناداری بر سبک مسلط نداشت. به طور کلی، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که مداخله شناختی رفتاری زوج محور می‌تواند الگوهای تعاملی زوجین را در شرایط تعارض بهبود بخشد و زمینه را برای تعامل سازگارانه‌تر و کاهش رفتارهای آسیب‌زا فراهم سازد.

یافته‌های مربوط به بهبود سبک‌های کنترل تعارض با نتایج مطالعات پیشین همسو است. پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند که سبک‌های حل تعارض یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های تعیین‌کننده کیفیت روابط زوجین هستند و شیوه مدیریت تعارض می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در رضایت زناشویی و ثبات خانواده داشته باشد (Alanazy &

Alzamil, 2026; Zarei et al., 2023). در پژوهش حاضر، زوجین پس از دریافت درمان شناختی رفتاری زوج محور توانستند بیشتر از راهبردهای مبتنی بر همکاری، گفت‌وگوی متقابل و مصالحه استفاده کنند و در مقابل، از الگوهای اجتنابی و انفعالی فاصله بگیرند. این یافته با نتایج پژوهش محمد فرج‌پور و همکاران مبنی بر اثربخشی مداخلات روان‌شناختی بر کاهش سبک‌های ناکارآمد حل تعارض همسو است (Mohammad Farajpour et al., 2023). همچنین مطالعه مرادی و همکاران نشان داد که درمان شناختی رفتاری می‌تواند سبک‌های حل تعارض زوجین را تغییر دهد و رفتارهای سازگارانه‌تری را در موقعیت‌های تنش‌زا تقویت کند (Moradi et al., 2022). افزون بر این، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج مطالعه یآوری و همکاران نیز همخوانی دارد که نشان داد مداخلات مبتنی بر شفقت می‌توانند سبک‌های حل تعارض را بهبود بخشند و موجب افزایش تنظیم هیجان و کاهش واکنش‌های ناسازگارانه شوند (Yavari et al., 2024).

در تبیین این یافته می‌توان به مبانی نظری درمان شناختی رفتاری زوج محور اشاره کرد. در این رویکرد، فرض بر آن است که بسیاری از مشکلات ارتباطی زوجین ناشی از افکار خودکار منفی، طرحواره‌های ناسازگار و تفسیرهای تحریف شده از رفتار همسر است. زمانی که زوجین رفتارهای یکدیگر را از دریچه باورهای منفی تفسیر می‌کنند، احتمال بروز واکنش‌های هیجانی شدید، سوءبرداشت و استفاده از سبک‌های ناکارآمد تعارض افزایش می‌یابد. درمان شناختی رفتاری تلاش می‌کند این الگوهای شناختی را از طریق بازسازی شناختی اصلاح کند و به زوجین پیامورد که به جای واکنش‌های دفاعی یا اجتنابی، از مهارت‌های گفت‌وگوی سازنده و حل مسئله مشترک استفاده کنند. در جلسات درمان، زوجین مهارت‌هایی مانند گوش دادن فعال، همدلی، ابراز مناسب احساسات و مدیریت هیجان را فرا می‌گیرند که می‌تواند تعاملات آنان را سازگارانه‌تر سازد. در واقع، افزایش سبک ادغام یافته و مصالحه را می‌توان ناشی از تقویت توانایی زوجین در درک متقابل، مشارکت در حل مسئله و کاهش تفسیرهای منفی دانست. از سوی دیگر، کاهش سبک اجتنابی و ملزم شده نیز احتمالاً ناشی از افزایش جرأت‌مندی، ارتقای مهارت‌های ارتباطی و کاهش ترس از بیان نیازها و هیجانات بوده است.

یکی دیگر از یافته‌های مهم پژوهش حاضر، عدم تأثیر معنادار درمان شناختی رفتاری زوج محور بر سبک مسلط بود. این یافته ممکن است به ماهیت پایدارتر این سبک و ارتباط آن با ویژگی‌های شخصیتی، باورهای قدرت محور یا الگوهای دیرپای تعاملی مربوط باشد. سبک مسلط معمولاً با سلطه‌گری، کنترل‌گری و تأکید بر نیازهای شخصی همراه است و ممکن است تغییر آن نیازمند مداخلات طولانی‌تر یا عمیق‌تر باشد. همچنین احتمال دارد برخی زوجین به دلیل ویژگی‌های شخصیتی یا الگوهای فرهنگی، سبک مسلط را به عنوان راهبردی قابل قبول برای حفظ کنترل در رابطه تلقی کنند. بنابراین، هرچند درمان شناختی رفتاری توانست سبک‌های اجتنابی و ملزم شده را کاهش دهد، اما در تغییر سبک مسلط به اندازه سایر مؤلفه‌ها موفق نبود. این یافته نشان می‌دهد که همه ابعاد حل تعارض به یک اندازه نسبت به مداخلات کوتاه‌مدت حساس نیستند و برخی الگوهای رفتاری ممکن است نیازمند درمان‌های ترکیبی یا طولانی‌مدت‌تر باشند.

یافته‌های پژوهش حاضر را می‌توان در چارچوب نظریه‌های شناختی و رفتاری روابط زوجی نیز تبیین کرد. بر اساس این دیدگاه‌ها، تعارضات زناشویی زمانی تشدید می‌شوند که زوجین فاقد مهارت‌های حل مسئله، تنظیم هیجان و ارتباط مؤثر باشند. در چنین شرایطی، چرخه‌ای از سوءبرداشت، واکنش هیجانی و رفتارهای ناکارآمد شکل می‌گیرد که به مرور زمان رابطه را فرسوده می‌کند. درمان شناختی رفتاری با مداخله در این چرخه و اصلاح افکار، هیجانات و رفتارها می‌تواند موجب بازسازی الگوهای تعاملی زوجین شود. پژوهش‌های مرتبط با کیفیت روابط زناشویی نیز نشان داده‌اند که درمان‌های مبتنی بر شناخت و رفتار می‌توانند کیفیت رابطه، رضایت زناشویی و صمیمیت زوجین را افزایش دهند (Kia & Mahmoudian Dastnaei, 2024; Kiani Khuzestani & Mahmoud Fakheh, 2024). همچنین مطالعات جدید در حوزه زوج‌درمانی شناختی رفتاری بر اثربخشی این رویکرد در مشکلات متنوع روابط صمیمانه تأکید کرده‌اند (Bouchard et al., 2024; Shimizu et al., 2026). بنابراین، نتایج پژوهش حاضر در امتداد شواهد موجود قرار می‌گیرد و بر اثربخشی این رویکرد در کاهش تعارض و پرخاشگری ارتباطی پنهان تأکید می‌کند.

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که درمان شناختی رفتاری زوج محور موجب کاهش معنادار پرخاشگری ارتباطی پنهان در زوجین دارای تعارض زناشویی شد. این یافته با نتایج مطالعات داخلی و خارجی همسو است که نشان داده‌اند پرخاشگری ارتباطی پنهان یکی از شاخص‌های مهم روابط زناشویی ناسالم است و مداخلات زوج‌درمانی می‌توانند در کاهش آن مؤثر باشند (Bashiri et al., 2024; Dargahi et al., 2024; Sandhu et al., 2025). در مطالعه بشیری و همکاران نیز زوج‌درمانی شناختی رفتاری توانست پرخاشگری ارتباطی پنهان را در زوجین متعارض کاهش دهد (Bashiri et al., 2024). همچنین پژوهش درگامی و همکاران نشان داد که پرخاشگری ارتباطی پنهان با طلاق عاطفی و تعارض زناشویی رابطه دارد و می‌تواند نقش مهمی در فرسایش تدریجی روابط زوجی ایفا کند (Dargahi et al., 2024). یافته‌های پژوهش حاضر این دیدگاه را تأیید می‌کند که اصلاح تعاملات شناختی و هیجانی زوجین می‌تواند از شدت رفتارهای پرخاشگرانه غیرمستقیم بکاهد و کیفیت ارتباط را بهبود دهد.

در تبیین کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان می‌توان گفت که زوجین دارای تعارض زناشویی اغلب هیجانات منفی خود را به شکل غیرمستقیم و پنهان ابراز می‌کنند. رفتارهایی مانند سکوت خصمانه، کناره‌گیری عاطفی، بی‌اعتنایی، تخریب غیرمستقیم وجهه همسر یا اجتناب از گفت‌وگوی مستقیم معمولاً زمانی شکل می‌گیرند که افراد فاقد مهارت‌های مؤثر ارتباطی و تنظیم هیجان باشند. درمان شناختی رفتاری زوج محور با آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان، شناسایی افکار ناکارآمد و تقویت ارتباط مستقیم، به زوجین کمک می‌کند هیجانات و نیازهای خود را به شکل سالم‌تری بیان کنند. از این رو، زوجین به جای استفاده از رفتارهای غیرمستقیم و پرخاشگرانه، می‌آموزند که احساسات، انتظارات و نارضایتی‌های خود را از طریق گفت‌وگو و تعامل سازنده مطرح سازند. همچنین افزایش همدلی و درک دیدگاه طرف مقابل می‌تواند از سوءبرداشت‌ها و واکنش‌های خصمانه جلوگیری کند. یافته‌های مطالعه سورجدی و همکاران نیز نشان داده است که تعارض زناشویی می‌تواند در شکل‌گیری پیامدهای منفی بلندمدت روابط نقش میانجی ایفا کند و بنابراین کاهش تعارض و الگوهای پرخاشگرانه می‌تواند پیامدهای مثبتی برای آینده رابطه داشته باشد (Surjadi et al., 2023).

دلبستگی، ویژگی‌های شخصیتی، تنظیم هیجان و شفقت به خود نیز به عنوان متغیرهای میانجی یا تعدیل‌گر بررسی شود. مقایسه اثربخشی درمان شناختی رفتاری زوج‌محور با سایر رویکردهای درمانی مانند درمان هیجان‌مدار، طرحواره‌درمانی یا درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد نیز می‌تواند به غنای دانش موجود در حوزه زوج‌درمانی کمک کند.

با توجه به نتایج پژوهش حاضر، استفاده از درمان شناختی رفتاری زوج‌محور در مراکز مشاوره خانواده و خدمات روان‌شناختی توصیه می‌شود. آموزش مهارت‌های ارتباطی، حل مسئله، همدلی و تنظیم هیجان به زوجین می‌تواند نقش مهمی در کاهش تعارضات زناشویی و جلوگیری از شکل‌گیری الگوهای پرخاشگرانه پنهان داشته باشد. همچنین برگزاری کارگاه‌های آموزشی پیش از ازدواج و برنامه‌های ارتقای مهارت‌های زندگی مشترک می‌تواند در پیشگیری از بروز تعارضات شدید و ارتقای کیفیت روابط زوجین مؤثر باشد. بهره‌گیری از این رویکرد در برنامه‌های درمانی خانواده‌محور می‌تواند به بهبود سلامت روان خانواده، افزایش رضایت زناشویی و کاهش آسیب‌های ناشی از تعارضات مزمن کمک کند.

#### تعارض منافع

بین نویسندگان هیچ تعارض منافی وجود نداشت.

#### حامی مالی

این پژوهش بدون هیچ حمایت مالی و با هزینه شخصی انجام شد.

#### ملاحظات اخلاقی

در این مطالعه، اهمیت و ضرورت پژوهش برای نمونه‌ها تشریح و درباره رعایت ملاحظات اخلاقی مانند رازداری، محرمانگی، حفظ حریم نمونه‌ها، آزادی جهت شرکت در پژوهش و انصراف از آن و غیره به آنان اطمینان داده شد.

#### مشارکت نویسندگان

نویسندگان این مقاله با یکدیگر مشارکت داشتند.

#### تشکر و قدردانی

بدین وسیله از تمامی افرادی که در مراحل پژوهش همکاری و یاری نمودند تقدیر و تشکر می‌شود.

افزون بر این، نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بهبود سبک‌های حل تعارض و کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان می‌تواند فراتر از رابطه زوجی، بر کارکرد کلی خانواده نیز اثرگذار باشد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که تعارضات زوجین و نحوه حل آن‌ها می‌تواند بر سلامت روان فرزندان، مهارت‌های اجتماعی - هیجانی و فضای هیجانی خانواده تأثیر بگذارد (Bucsea et al., 2025; Gong et al., 2023). از این منظر، مداخلات زوج‌محور نه تنها در کاهش مشکلات زناشویی مؤثرند، بلکه می‌توانند به ارتقای سلامت روان خانواده در سطح گسترده‌تر نیز کمک کنند. همچنین مطالعاتی که بر نقش تعارض در فرسودگی زوجی و مشکلات رابطه تأکید کرده‌اند نشان می‌دهند که مدیریت صحیح تعارض می‌تواند از فرسایش تدریجی روابط جلوگیری کند (Cole et al., 2025; Ozguluk Ucok et al., 2026). بنابراین، درمان شناختی رفتاری زوج‌محور را می‌توان رویکردی مؤثر برای پیشگیری از تداوم چرخه‌های منفی تعامل در خانواده دانست.

با وجود نتایج ارزشمند پژوهش حاضر، این مطالعه با محدودیت‌هایی نیز همراه بود. نخست آنکه حجم نمونه نسبتاً محدود بود و شرکت‌کنندگان تنها از میان زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر البرز انتخاب شدند؛ بنابراین تعمیم نتایج به سایر گروه‌های جمعیتی باید با احتیاط انجام شود. همچنین استفاده از ابزارهای خودگزارشی ممکن است با سوگیری پاسخ‌دهی و تمایل آزمودنی‌ها به ارائه تصویری مطلوب از خود همراه بوده باشد. علاوه بر این، پژوهش حاضر فاقد مرحله پیگیری بود و پایداری اثرات درمان در بلندمدت مورد بررسی قرار نگرفت. برخی متغیرهای فردی و زمینه‌ای مانند ویژگی‌های شخصیتی، سبک دلبستگی، وضعیت اقتصادی و مدت ازدواج نیز به طور کامل کنترل نشدند که ممکن است بر نتایج پژوهش اثر گذاشته باشند.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با استفاده از حجم نمونه بزرگ‌تر و در شهرها و بافت‌های فرهنگی متفاوت انجام شوند تا امکان تعمیم‌پذیری بیشتر یافته‌ها فراهم شود. همچنین اجرای طرح‌های طولی و پیگیری چندماهه یا چندساله می‌تواند اطلاعات دقیق‌تری درباره پایداری اثرات درمان شناختی رفتاری زوج‌محور ارائه دهد. پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی، نقش متغیرهایی مانند سبک

## References

- Lockdown. *Ijamrs*, 4(2), 1-5. <https://doi.org/10.62225/2583049x.2024.4.2.2429>
- Mesbahi, M., Ghazanfari, F., & Rezaei, F. (2026). Comparison of the Effectiveness of Adlerian and Integrative Systemic Couple Therapy on Cognitive Flexibility, Adjustment, and Quality of Marital Relationships in Couples with Marital Conflict. *Rooyesh-e Ravanshenasi*, 15(1), 115-128.
- Mohammad Farajpour, K., Mohammadi, K., & Zarei, E. (2023). The Effect of Group Counseling Based on Choice Theory on Dysfunctional Conflict Resolution Styles of Married Individuals. *Quarterly Journal of Knowledge and Research in Applied Psychology*, 23(90), 39-50.
- Mohammadrahimi Esfarjani, Z., & Amiri, M. (2025). Effectiveness of Schema Therapy on Couple Identity and Relationship Orientation in Women Affected by Infidelity. *Rooyesh-e Ravanshenasi*, 14(7), 201-210.
- Mohd Rahim, S. S. Z., Thangiah, N., Baharudin, F., Rosely, M. F., & Hoe, V. C. W. (2026). Psychosocial Safety Climate and Conflict Management Styles as Predictors of Workplace Bullying among House Officers in Malaysian Public Hospitals: A Multicentre Cross-Sectional Study. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 38(2-3), 220-227. <https://doi.org/10.1177/10105395261425351>
- Moradi, M., Kalarouzi, F., Nezamzadeh, M., Pishgooie, S. A. H., & Marzban, A. (2022). The Effect of Cognitive Behavioral Therapy (CBT) on Changing Conflict Resolution Styles among Military Personnel and Their Spouses during the Global COVID-19 Pandemic: A Randomized Quasi-Experimental Study. *Journal of Military Medicine*, 24(4), 1270-1278.
- Nadri, R., Sadeghi, M., & Ghazanfari, F. (2025). A Clinical Trial of the Effectiveness of Emotion-Based Cognitive-Behavioral Couple Therapy in Reducing Burnout and Improving Marital Intimacy among Conflicted Couples. *Journal of Psychology*, 29(4), 9.
- Ozguluk Ucok, S. B., Oztemur, G., & Yilanci, O. (2026). From Childhood Burdens to Relationship Strains: Exploring Partner Parentification and Couple Burnout. *Behavioral Sciences*, 16(2), 177. <https://doi.org/10.3390/bs16020177>
- Rouhani-Otaghsara, M., Khajavandkhoshli, A., & Pourahmadi, E. (2025). Comparison of the Effectiveness of Schema Therapy and Compassion Therapy on Marital Conflict and Differentiation in Women Affected by Marital Infidelity. *Quarterly Journal of Research in Psychological Health*, 19(1), 126-140.
- Ruchkin, V., Stickle, A., Kuposov, R., Sukhodolsky, D. G., & Isaksson, J. (2026). Relational Aggression in Russian Adolescents: Gender, Age, and Behavior and Emotional Correlates. *Journal of interpersonal violence*. <https://doi.org/10.1177/08862605251412353>
- Sandhu, S., Chouhan, A., Singh, A., Niranjana, V., & Pandey, M. (2025). Dark Personality Traits and Burnout as Predictors of Relational Aggression: A Study in Young Adults. *Cureus*, 17(8), e89758. <https://doi.org/10.7759/cureus.89758>
- Shimizu, J. P. K., Bouchard, K. N., Bergeron, S., Girouard, A., Popova, N., & Rosen, N. O. (2026). Helping with Outcomes for Low Desire (HOLD): Study Protocol for a Randomized Clinical Trial Assessing a Cognitive Behavioral Couple Therapy for Sexual Interest/Arousal Disorder. *Trials*, 27(1), 315. <https://doi.org/10.1186/s13063-026-09619-1>
- Surjadi, F. F., Wickrama, K. A., & Lorenz, F. O. (2023). Do Couple- and Individual-Level Ambivalence Predict Later Marital Outcomes? The Mediating Role of Marital Conflict. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(2).
- Yavari, Y., Khoshakhlagh, H., & Sharbafchizadeh, M. (2024). Effectiveness of Compassion-Based Therapy on Self-Blame, Alanazy, W., & Alzamil, S. K. S. (2026). The Impact of Emotional Intelligence on Conflict Management Styles Used by Saudi Nurse Managers: A Cross-Sectional Correlational Study. *Frontiers in psychology*, 16, 1630530. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1630530>
- Bashiri, S., Bagheri, N., & Taheri, A. (2024). Comparison of the Effectiveness of Cognitive-Behavioral Couple Therapy and Emotion-Focused Couple Therapy on Covert Relational Aggression in Couples with Marital Conflicts. *Quarterly Journal of New Psychological Research*, 19(76), 244-259.
- Bouchard, K. N., Bergeron, S., & Rosen, N. O. (2024). Feasibility of a Cognitive Behavioral Couple Therapy Intervention for Sexual Interest/Arousal Disorder. *The Journal of Sex Research*, 1(1), 1-11.
- Buceasa, O., Flora, D., Browne, D. T., & Prime, H. (2025). Reciprocal Processes Linking Marital Conflict and Sibling Relationship Challenges during the COVID-19 Pandemic. *Journal of Family Psychology*, 39(6), 756-766. <https://doi.org/10.1037/fam0001336>
- Cole, T., Teboul, J. C. B., & Bishop Royse, J. (2025). Loving Conflict in Marital Relationships: An Approach Motivation Perspective. *Couple and family psychology: Research and practice*. <https://doi.org/10.1037/cfp0000258>
- Dargahi, S., Eyadi, N., & Khabbazi, M. (2024). Causal Relationships among Differentiation, Covert Relational Aggression, and Emotional Divorce in Conflicted Women with the Mediation of Marital Conflict. *Family Psychology Journal*, 11(1), 48-61.
- Fatehi, N., Kachouei, M., & Joharifard, F. (2024). The Underlying Psychological Mechanism of Internet Addiction on Marital Boredom: The Mediating Role of Covert Relational Aggression and Couple Relationship Quality. *Journal of Psychology*, 28(3), 333-343.
- Gong, Q., Kramer, K. Z., & Tu, K. M. (2023). Fathers' Marital Conflict and Children's Socioemotional Skills: A Moderated Mediation Model of Conflict Resolution and Parenting. *Journal of Family Psychology*, 37(7), 1048-1059. <https://doi.org/10.1037/fam0001102>
- Haghighi, H., Zarei, E., & Ghaderi, F. (2012). Examining the Factor Structure and Psychometric Properties of the Rahim Organizational Conflict Inventory-II (ROCI-II) among Iranian Couples. *Family Counseling and Psychotherapy*, 1(2), 534-562.
- Karimi, H., & Lali, M. (2024). Effectiveness of Schema Therapy-Based Couple Therapy on Rejection Sensitivity and Tendency toward Marital Infidelity in Married Women. *Family Psychology Journal*, 11(1), 94-107.
- Kashipezha, E., & Safdari, G. (2024). Comparison of the Effectiveness of Schema Therapy and Emotion-Focused Therapy on Marital Relationship Quality in Women Affected by Spousal Infidelity. *Rooyesh-e Ravanshenasi*, 13(4), 235-244.
- Kia, A., & Mahmoudian Dastnaei, T. (2024). *Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy on Sexual Satisfaction and Marital Conflict among Couples in Gorgan County Islamic Azad University, Behshahr Branch, Department of Psychology*.
- Kiani Khuzestani, M., & Mahmoud Fakheh, H. (2024). Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy on the Quality of Marital Relationships among Couples in Tehran. *Journal of Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 2(1), 2.
- Mbisike, R. C. (2024). Relevance of Rapport Management in Marital Conflicts: Issues from COVID-19 Pandemic

Distress Tolerance, Self-Conscious Affect, and Conflict Resolution Styles in Patients with Cancer in Isfahan. *Quarterly Journal of Knowledge and Research in Applied Psychology*, 25(95), 234-251.

Zarei, M., Taghavi, M., & Aflakseir, A. (2023). Predicting Marital Commitment Based on Couples' Conflict Resolution Styles, Self-Compassion, and Satisfaction of Basic Psychological Needs. *Quarterly Journal of Clinical Psychology Studies*, 14(50), 1-36.