

The Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Marital Commitment and Communication Patterns in Women Affected by Marital Infidelity

1. Atefeh Arabshahi[✉]: Department of Clinical Psychology, Ash.C., Islamic Azad University, Ashtian, Iran
2. Seyed Ali Aleyasin^{✉*}: Department of Clinical Psychology, Ash.C., Islamic Azad University, Ashtian, Iran

*Corresponding Author's Email: Ali.Aleyasin@iau.ac.ir

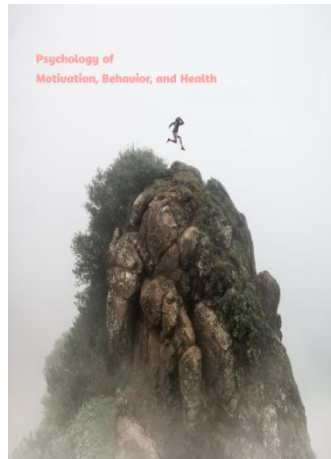
Received: 2026-02-25

Revised: 2026-06-07

Accepted: 2026-06-15

Initial Publish: 2026-07-12

Final Publish: 2026-12-22



Abstract

Introduction and Aim: Marital infidelity is one of the most damaging interpersonal experiences, often resulting in diminished marital commitment and disrupted communication patterns between partners. The present study aimed to investigate the effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy (EFCT) in enhancing marital commitment and improving communication patterns among women affected by marital infidelity.

Methodology: This study employed a quasi-experimental design with pretest-posttest measurements and a control group. The statistical population consisted of women affected by marital infidelity who attended counseling centers in District 3 of Tehran during 2025. Thirty participants were selected through convenience sampling and randomly assigned to either an experimental group ($n = 15$) or a control group ($n = 15$). The experimental group participated in eight 90-minute EFCT sessions, while the control group received no intervention. Data were collected using the Dimensions of Commitment Inventory (DCI) and the Communication Patterns Questionnaire (CPQ). Multivariate and univariate analyses of covariance were conducted to analyze the data.

Findings: Multivariate analysis of covariance revealed a significant difference between the experimental and control groups in the combined outcomes of marital commitment and communication patterns after controlling for pretest scores ($p < .001$, $\eta^2 = .71$). Univariate analyses further demonstrated that EFCT significantly increased marital commitment ($p < .001$, $\eta^2 = .64$) and significantly improved communication patterns ($p < .001$, $\eta^2 = .68$) among women affected by marital infidelity.

Conclusion: The findings indicate that Emotionally Focused Couple Therapy is an effective intervention for rebuilding marital commitment and improving communication patterns in women affected by marital infidelity. Therefore, EFCT may serve as a valuable therapeutic approach in counseling and family therapy settings to facilitate relationship recovery and strengthen marital functioning following infidelity.

Keywords: Emotionally Focused Couple Therapy, Marital Commitment, Communication Patterns, Marital Infidelity, Affected Women.

How to Cite: Arabshahi, A. & Aleyasin, S. A. (2026). The Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Marital Commitment and Communication Patterns in Women Affected by Marital Infidelity. *Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 4(5), 1-14.



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 relationships constitute one of the most influential interpersonal bonds in adult life and play a central role in individuals' psychological well-being, emotional security, and social adjustment. The quality and stability of marital relationships depend largely on trust, commitment, intimacy, and effective communication between partners. However, contemporary social changes, technological developments, and shifting relational norms have contributed to increasing challenges within intimate relationships, among which marital infidelity has emerged as one of the most destructive experiences for couples (Erber & Erber, 2024). Marital infidelity is generally defined as the violation of emotional, sexual, or relational exclusivity within a committed relationship and is recognized as a major predictor of marital dissatisfaction, psychological distress, and family instability.

Experiencing a partner's infidelity often triggers profound emotional reactions, including anger, betrayal, anxiety, shame, sadness, and hopelessness. Such experiences frequently undermine the injured partner's sense of emotional security and disrupt attachment bonds that are fundamental to healthy intimate relationships (Febe Sumbaga & Lapian, 2023). Women affected by marital infidelity often experience severe emotional distress, difficulties in emotion regulation, decreased self-esteem, and deterioration in interpersonal functioning. These consequences can negatively influence both marital commitment and communication patterns, making relationship recovery particularly challenging (Talaieizadeh et al., 2023; Teymouri et al., 2021).

Marital commitment represents a multidimensional construct involving an individual's desire to maintain a relationship, emotional investment in the partnership, and sense of responsibility toward the continuation of the marriage. Following infidelity, commitment is often significantly weakened because trust and relational security are compromised. Research has shown that lower marital commitment is associated with increased marital conflict, emotional disengagement, and a greater likelihood of separation or divorce (Ghasemi et al., 2022; Samani et al., 2026). Consequently, rebuilding commitment after infidelity becomes a critical therapeutic objective.

Communication patterns constitute another key relational factor affected by infidelity. Constructive communication facilitates emotional understanding,

conflict resolution, and intimacy, whereas dysfunctional communication patterns such as criticism, avoidance, withdrawal, and hostility contribute to relational deterioration. Studies have consistently demonstrated that communication quality is closely linked to marital satisfaction, adjustment, and long-term relationship stability (Chen & Liao, 2021; Mohammadzadeh, 2024). Following infidelity, couples frequently become trapped in negative interaction cycles that reinforce emotional distance and relational dissatisfaction.

Emotionally Focused Couple Therapy (EFCT) has emerged as one of the most empirically supported approaches for addressing relationship distress and attachment injuries. Grounded in attachment theory, EFCT conceptualizes relational difficulties as manifestations of unmet attachment needs and maladaptive emotional interactions. The primary goal of the therapy is to help partners identify and express core emotions, restructure negative interaction patterns, and create secure emotional bonds (Greenman & Johnson, 2022; Patel, 2021). By facilitating emotional accessibility, responsiveness, and engagement, EFCT seeks to promote healthier relational functioning and stronger attachment security.

A growing body of international research supports the effectiveness of EFCT in improving relationship outcomes. A comprehensive meta-analysis conducted by Spengler and colleagues demonstrated significant positive effects of EFCT on relationship satisfaction, intimacy, and relational adjustment (Spengler et al., 2024). Similarly, Tseng and colleagues reported improvements in depressive symptoms and relationship distress among couples receiving EFCT (Tseng et al., 2024). Timulak and colleagues further highlighted the effectiveness of emotion-focused interventions in couples experiencing both relational and emotional difficulties (Timulak et al., 2025). Additional evidence from Nigeria and multicultural case studies confirms the cross-cultural applicability of EFCT in strengthening marital bonds and emotional connection (Sunmonu et al., 2025; Zhao et al., 2025).

In Iran, numerous studies have demonstrated the positive effects of EFCT on various marital outcomes. Research has reported improvements in marital satisfaction, emotional regulation, forgiveness, communication patterns, attachment security, intimacy, and relationship quality following EFCT interventions (Bazyari et al., 2024; Birak et al., 2023; Imanirad et al., 2021; Jahandehideh & Ehlalzei, 2024;

Karimi, 2020; Masoudi & Esmakhani Akbarinejad, 2024; Momeni et al., 2022; Momtaz, 2021; Mousavinejad & Nourbakhsh, 2023; Navidi Ghaziani, 2023; Nouri & Iranmanesh, 2022; Rahimi Lord & Ahmadi, 2023; Sajjadi, 2023; Sedighi Arfaei et al., 2024; Zarei & Ghaderi, 2022). Despite these promising findings, relatively few studies have simultaneously examined the effects of EFCT on both marital commitment and communication patterns among women affected by marital infidelity. Considering that infidelity directly damages both constructs, investigating them concurrently may provide a more comprehensive understanding of therapeutic effectiveness. Therefore, the present study aimed to examine the effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on marital commitment and communication patterns among women affected by marital infidelity.

Methodology

The present study employed a quasi-experimental design with pretest-posttest measurements and a control group. The statistical population consisted of women affected by marital infidelity who sought counseling services at a counseling center located in District 3 of Tehran during 2025. Thirty eligible participants were selected through convenience sampling and randomly assigned to an experimental group ($n = 15$) and a control group ($n = 15$).

Inclusion criteria included residence in Tehran, age between 25 and 45 years, minimum marriage duration of three years, adequate physical and psychological health, and possession of at least a bachelor's degree. Exclusion criteria consisted of severe psychiatric disorders, significant physical illnesses, participation in concurrent psychological interventions, psychotropic medication changes during the study period, and absence from more than two treatment sessions.

Data were collected using a demographic questionnaire, the Dimensions of Commitment Inventory (DCI), and the Communication Patterns Questionnaire (CPQ). The DCI assessed personal, moral, and structural dimensions of marital commitment, whereas the CPQ evaluated constructive communication, demand-withdraw interaction, and mutual avoidance patterns.

The experimental group participated in eight weekly 90-minute sessions of Emotionally Focused Couple Therapy. The intervention focused on identifying negative interaction cycles, exploring attachment needs, processing emotional experiences, restructuring emotional responses, improving

emotional accessibility and responsiveness, and strengthening secure attachment bonds. The control group received no intervention during the study period.

Data were analyzed using descriptive statistics, including means and standard deviations, as well as inferential statistical procedures. Assumptions of normality, homogeneity of regression slopes, and homogeneity of variances were evaluated prior to hypothesis testing. Univariate analyses of covariance (ANCOVA) were conducted to examine treatment effects while controlling for pretest scores. Statistical analyses were performed using SPSS software.

Findings

Descriptive analyses indicated substantial improvements in both marital commitment and communication patterns among participants in the experimental group. The mean marital commitment score increased from 45.20 at pretest to 67.40 at posttest, whereas the control group demonstrated only a negligible increase from 46.10 to 47.30. Similarly, communication pattern scores increased from 30.40 to 54.60 in the experimental group, while the control group exhibited only a slight increase from 31.20 to 32.50.

Preliminary analyses confirmed that all statistical assumptions required for covariance analysis were adequately satisfied. Normality tests indicated no significant deviations from normal distribution. Homogeneity of regression slopes was established, demonstrating that the relationship between pretest and posttest scores was similar across groups. Although variance equality was not fully supported for communication patterns, the balanced group sizes ensured the robustness of subsequent analyses.

The results of ANCOVA revealed a significant effect of the intervention on marital commitment after controlling for pretest scores, $F(1,27) = 65.84$, $p < .001$, with an effect size of $\eta^2 = .64$. This finding indicates that approximately 64% of the variance in posttest marital commitment scores could be attributed to participation in Emotionally Focused Couple Therapy.

Similarly, a significant treatment effect was observed for communication patterns, $F(1,27) = 58.23$, $p < .001$, with an effect size of $\eta^2 = .68$. This result suggests that approximately 68% of the variance in communication pattern scores was explained by the intervention.

Overall, the findings demonstrated that Emotionally Focused Couple Therapy produced substantial improvements in both marital commitment and communication patterns among women affected by marital infidelity.

Discussion and Conclusion

The present study sought to evaluate the effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy in enhancing marital commitment and improving communication patterns among women affected by marital infidelity. The findings demonstrated significant improvements in both outcome variables, indicating that EFCT is a highly effective intervention for addressing the relational consequences of infidelity.

The increase in marital commitment observed among participants may be understood through the therapeutic emphasis on emotional accessibility, responsiveness, and attachment security. Infidelity often disrupts individuals' sense of trust and emotional safety, leading to diminished investment in the relationship. Through guided exploration of vulnerable emotions and unmet attachment needs, participants were able to process painful experiences and reconstruct a sense of relational security. As emotional safety increased, willingness to remain invested in the relationship also appeared to strengthen.

The improvement in communication patterns further highlights the value of EFCT for couples experiencing relational distress. Negative communication cycles often become entrenched following experiences of betrayal, creating patterns of criticism, defensiveness, avoidance, and emotional withdrawal. The intervention helped participants recognize these maladaptive cycles and replace them with more constructive forms of emotional expression and

interpersonal responsiveness. As a result, communication became more open, supportive, and emotionally engaged.

The relatively large effect sizes obtained in the present study suggest that EFCT not only produces statistically significant outcomes but also generates clinically meaningful improvements. These findings indicate that emotional processes and attachment dynamics constitute central mechanisms underlying relationship recovery after infidelity. Addressing these deeper emotional dimensions may be more effective than focusing exclusively on behavioral or cognitive aspects of relationship functioning.

The findings also emphasize the importance of considering marital commitment and communication patterns as interconnected relational constructs. Improvements in communication likely facilitated greater emotional understanding and trust, which in turn strengthened commitment. Likewise, increased commitment may have encouraged participants to engage more constructively in communication and relationship repair efforts. The reciprocal relationship between these variables highlights the comprehensive impact of emotion-focused interventions.

In conclusion, Emotionally Focused Couple Therapy appears to be a powerful therapeutic approach for women affected by marital infidelity. By promoting emotional processing, strengthening attachment bonds, enhancing communication quality, and rebuilding trust, EFCT contributes significantly to relationship recovery. The findings support the use of this intervention in counseling and family therapy settings and underscore its potential for addressing some of the most challenging consequences of marital infidelity.

اثربخشی آموزش زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی در زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی

۱. عاطفه عربشاهی^{ID}: گروه روانشناسی بالینی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی، آشتیان، ایران
۲. سید علی آل یاسین^{ID}: گروه روان‌شناسی بالینی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی، آشتیان، ایران

*ایمیل نویسنده مسئول: Ali.Aleyasin@iau.ac.ir

انتشار نهایی: ۱۴۰۵/۱۰/۰۱

انتشار اولیه: ۱۴۰۵/۰۴/۲۱

پذیرش: ۱۴۰۵/۰۳/۲۵

بازنگری: ۱۴۰۵/۰۳/۱۷

دریافت: ۱۴۰۴/۱۲/۰۶

چکیده

مقدمه و هدف: خیانت زناشویی یکی از آسیب‌زاترین رویدادهای بین‌فردی است که می‌تواند تعهد زناشویی و کیفیت الگوهای ارتباطی زوجین را به‌طور جدی تضعیف کند. پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر افزایش تعهد زناشویی و بهبود الگوهای ارتباطی در زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی انجام شد.

روش‌شناسی: این پژوهش با روش نیمه‌آزمایشی و طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه گواه انجام شد. جامعه آماری شامل زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره منطقه ۳ تهران در سال ۱۴۰۴ بود. تعداد ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شدند. گروه آزمایش در هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش زوج‌درمانی هیجان‌مدار شرکت کرد، در حالی که گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه ابعاد تعهد زناشویی و پرسشنامه الگوهای ارتباطی گردآوری و از طریق تحلیل کوواریانس چندمتغیری و تک‌متغیری تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که پس از کنترل اثر پیش‌آزمون، بین دو گروه در ترکیب خطی متغیرهای تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی تفاوت معناداری وجود دارد ($p < 0.001$; $\eta^2 = 0.71$). همچنین تحلیل‌های تک‌متغیری نشان داد که آموزش زوج‌درمانی هیجان‌مدار موجب افزایش معنادار تعهد زناشویی ($p < 0.001$; $\eta^2 = 0.64$) و بهبود معنادار الگوهای ارتباطی ($p < 0.001$ ، $\eta^2 = 0.68$) در زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی شده است.

نتیجه‌گیری: یافته‌ها نشان داد که زوج‌درمانی هیجان‌مدار مداخله‌ای مؤثر برای بازسازی تعهد زناشویی و اصلاح الگوهای ارتباطی در زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی است. بر این اساس، استفاده از این رویکرد در مراکز مشاوره و درمان خانواده می‌تواند به ارتقای کیفیت روابط زناشویی و تسهیل فرایند ترمیم پس از خیانت کمک کند.

کلیدواژه‌گان: زوج‌درمانی هیجان‌مدار، تعهد زناشویی، الگوهای ارتباطی، خیانت زناشویی، زنان آسیب‌دیده.

روان‌شناسی انگیزش،
رفتار و سلامت



نحوه استناددهی: عربشاهی، عاطفه، و آل یاسین، سید علی. (۱۴۰۵). اثربخشی آموزش زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی در زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی. *روان‌شناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، ۴(۵)، ۱۴-۱.



مجاز 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)

مقدمه

خانواده به عنوان بنیادی ترین نهاد اجتماعی، نقش محوری در تأمین سلامت روانی، عاطفی و اجتماعی افراد ایفا می کند. پایداری خانواده تا حد زیادی به کیفیت روابط زناشویی، احساس امنیت عاطفی، اعتماد متقابل و تعهد میان همسران وابسته است. با این حال، در دهه های اخیر تحولات گسترده اجتماعی، فرهنگی و فناوری موجب تغییر الگوهای تعاملات زوجین شده و چالش های جدیدی را در روابط زناشویی ایجاد کرده است. یکی از مهم ترین این چالش ها، پدیده خیانت زناشویی است که امروزه به عنوان یکی از جدی ترین تهدیدها برای انسجام خانواده شناخته می شود. خیانت زناشویی نه تنها اعتماد میان زوجین را متزلزل می سازد، بلکه می تواند پیامدهای عمیقی بر سلامت روان، رضایت زناشویی و کیفیت زندگی افراد برجای گذارد (Erber & Erber, 2024; Navabinejad et al., 2023).

خیانت زناشویی معمولاً به عنوان نقض تعهدات عاطفی، جنسی یا هر دو در چارچوب رابطه زناشویی تعریف می شود و یکی از مهم ترین عوامل فروپاشی روابط صمیمانه به شمار می آید. پژوهش ها نشان داده اند که تجربه خیانت اغلب با احساسات شدیدی همچون خشم، اندوه، شرم، اضطراب، ناامیدی و بی اعتمادی همراه است و می تواند ساختار دلبستگی ایمن میان زوجین را به شدت مختل کند (Febe Sumbaga & Lapian, 2023; Samadi Kashan, 2022). زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی به دلیل ماهیت هیجانی و بین فردی این تجربه، در معرض سطوح بالاتری از آشفتگی روان شناختی، کاهش عزت نفس، نشخوار فکری و مشکلات ارتباطی قرار دارند (Talaieizadeh et al., 2023; Teymouri et al., 2021). در چنین شرایطی، بازسازی رابطه زناشویی مستلزم مداخلاتی است که بتوانند همزمان به ترمیم آسیب های هیجانی و اصلاح الگوهای تعاملی زوجین بپردازند.

یکی از مهم ترین پیامدهای خیانت زناشویی، تضعیف تعهد زناشویی است. تعهد زناشویی سازه ای چندبعدی است که تمایل فرد به حفظ و تداوم رابطه، احساس مسئولیت اخلاقی نسبت به همسر و سرمایه گذاری روانی در رابطه را منعکس می کند. هنگامی که خیانت رخ می دهد، احساس امنیت و اعتماد متقابل آسیب می بیند و در نتیجه،

انگیزه حفظ رابطه نیز کاهش می یابد. پژوهش ها نشان داده اند که کاهش تعهد زناشویی با افزایش تعارضات، نارضایتی زناشویی و احتمال جدایی همراه است (Ghasemi et al., 2022; Samani et al., 2026). از سوی دیگر، بازسازی تعهد پس از خیانت نیازمند ایجاد مجدد احساس امنیت، درک متقابل و پیوند عاطفی میان زوجین است؛ فرایندی که صرفاً از طریق توصیه های رفتاری یا شناختی حاصل نمی شود و مستلزم مداخلات عمیق هیجانی است (Greenman & Johnson, 2022; Timulak et al., 2025).

در کنار تعهد زناشویی، الگوهای ارتباطی نیز از جمله متغیرهایی هستند که به شدت تحت تأثیر خیانت قرار می گیرند. الگوهای ارتباطی به شیوه های نسبتاً پایدار تعامل زوجین در مواجهه با مسائل و تعارضات اشاره دارند. زوج هایی که پس از خیانت وارد چرخه های انتقاد، سرزنش، اجتناب و کناره گیری می شوند، معمولاً در بازسازی رابطه با دشواری بیشتری مواجه هستند. در مقابل، ارتباطات مبتنی بر همدلی، بیان هیجان ها و گوش دادن فعال می تواند زمینه ترمیم رابطه را فراهم سازد (Chen & Liao, 2021; Mohammadzadeh, 2024). تحقیقات نشان داده اند که کیفیت الگوهای ارتباطی یکی از قوی ترین پیش بینی کننده های رضایت زناشویی، صمیمیت و ثبات خانواده است (Momeni et al., 2022; Navidi Ghaziani, 2023).

در سال های اخیر، نظریه دلبستگی به عنوان یکی از مهم ترین چارچوب های نظری برای تبیین مشکلات زناشویی و مداخلات درمانی مورد توجه قرار گرفته است. بر اساس این نظریه، نیاز به امنیت عاطفی و پیوند هیجانی یکی از نیازهای بنیادین انسان محسوب می شود و اختلال در این پیوند می تواند منجر به شکل گیری الگوهای ناکارآمد ارتباطی و هیجانی شود. خیانت زناشویی از منظر دلبستگی نوعی «آسیب دلبستگی» تلقی می شود که احساس امنیت فرد را تهدید کرده و واکنش های شدیدی را در نظام هیجانی او برمی انگیزد (Greenman & Johnson, 2022; Samadi Kashan, 2022). در

نتیجه، درمان هایی که بر بازسازی پیوند دلبستگی و اصلاح چرخه های هیجانی تمرکز دارند، می توانند نقش مؤثری در درمان پیامدهای خیانت ایفا کنند.

زوج درمانی هیجان مدار یکی از شناخته شده ترین رویکردهای مبتنی بر نظریه دلبستگی است که توسط جانسون توسعه یافته است. این

اثربخشی این درمان را بر بهبود الگوهای ارتباطی، صمیمیت و معنای زندگی زنان آسیب‌دیده از روابط زناشویی گزارش کرده است (Momtaz, 2021).

مطالعات دیگری نیز بر آثار مثبت زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر متغیرهای مختلف زناشویی تأکید کرده‌اند. زارعی و قادری بهبود مهارت‌های تنظیم هیجان را در زنان دارای تعارض مزمن گزارش کردند (Zarei & Ghaderi, 2022). نوری و ایرانمنش نشان دادند که آموزش هیجان‌مدار موجب بهبود سبک‌های دلبستگی و افزایش صمیمیت جنسی می‌شود (Nouri & Iranmanesh, 2022). قاسمی و همکاران کاهش فرسودگی زناشویی و تعارضات زناشویی را گزارش کردند (Ghasemi et al., 2022). مومنی و همکاران نیز تأثیر مثبت این درمان بر کاهش افسردگی و بهبود الگوهای ارتباطی زوجین را تأیید کردند (Momeni et al., 2022). موسوی‌نژاد و نوربخش نیز نقش آن را در تقویت پیوند عاطفی پس از بحران‌های زناشویی نشان دادند (Mousavinejad & Nourbakhsh, 2023).

در حوزه خیانت زناشویی نیز نتایج امیدوارکننده‌ای گزارش شده است. مسعودی و اسمخانی اکبرینژاد نشان دادند که زوج‌درمانی هیجان‌مدار موجب افزایش بخشش و رضایت جنسی زنان آسیب‌دیده از خیانت می‌شود (Masoudi & Esmakhani Akbarinejad, 2024). صدیقی ارفعی و همکاران نیز افزایش بخشایشگری بین‌فردی و انعطاف‌پذیری شناختی را در زوجین دریافت‌کننده این درمان گزارش کردند (Sedighi Arfaei et al., 2024). جهان‌دیده و احلال‌زهی نشان دادند که این رویکرد می‌تواند آشفته‌گی رابطه و سبک‌های تصمیم‌گیری ناکارآمد را در زنان در آستانه طلاق کاهش دهد (Jahandehideh & Ehlalzehi, 2024). افزون بر این، مطالعات رحیمی لرد و احمدی و نیز سجادی حاکی از بهبود صمیمیت جنسی، رضایت جنسی و ارتباط عاطفی زوجین پس از دریافت زوج‌درمانی هیجان‌مدار بوده است (Rahimi Lord & Ahmadi, 2023; Sajjadi, 2023).

همچنین مطالعات بیرک و همکاران، بازیاری و همکاران و محمدزاده نشان داده‌اند که این رویکرد در افزایش رضایت زناشویی، بهبود تنظیم هیجان، کاهش آشفته‌گی رابطه‌ای و ارتقای سازگاری زناشویی مؤثر است (Bazyari et al., 2024; Birak et al., 2023).

رویکرد بر شناسایی، تجربه و بازسازی هیجان‌های بنیادین زوجین تأکید دارد و تلاش می‌کند چرخه‌های منفی تعامل را به تعاملات ایمن و پاسخگو تبدیل کند. در زوج‌درمانی هیجان‌مدار، مشکلات زناشویی نه به عنوان نقص فردی، بلکه به عنوان محصول چرخه‌های ناکارآمد ارتباطی و هیجانی در نظر گرفته می‌شوند. هدف اصلی درمان، ایجاد پیوندهای عاطفی ایمن و افزایش دسترس‌پذیری، پاسخ‌دهی و درگیری هیجانی میان زوجین است (Greenman & Johnson, 2022; Patel, 2021).

شواهد پژوهشی گسترده‌ای اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار را در حوزه‌های مختلف روابط زناشویی تأیید کرده‌اند. فراتحلیل جامع اسپنگلر و همکاران نشان داد که این رویکرد تأثیر قابل توجهی بر بهبود رضایت زناشویی، کاهش تعارضات و افزایش کیفیت روابط زوجین دارد (Spengler et al., 2024). همچنین مطالعه تسنگ و همکاران نشان داد که زوج‌درمانی هیجان‌مدار علاوه بر بهبود کیفیت رابطه، می‌تواند علائم افسردگی و آشفته‌گی رابطه‌ای را نیز کاهش دهد (Tseng et al., 2024). پژوهش تیمولاک و همکاران نیز اثربخشی این رویکرد را در زوج‌هایی که همزمان با مشکلات خلقی و اضطرابی مواجه بودند تأیید کرده است (Timulak et al., 2025). در مطالعه سانمونو و همکاران نیز نقش این رویکرد در تقویت پیوند زناشویی و انسجام عاطفی زوجین برجسته شده است (Sunmonu et al., 2025). افزون بر این، مطالعه موردی ژائو و همکاران نشان داد که زوج‌درمانی هیجان‌مدار حتی در شرایط پیچیده و چندفرهنگی نیز قابلیت ایجاد تغییرات عمیق در روابط زناشویی را دارد (Zhao et al., 2025).

در ایران نیز پژوهش‌های متعددی به بررسی اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار پرداخته‌اند. نتایج پژوهش کریمی نشان داد که این رویکرد می‌تواند کیفیت روابط زناشویی را به طور معناداری ارتقا دهد (Karimi, 2020). تیموری و همکاران گزارش کردند که زوج‌درمانی هیجان‌مدار در مقایسه با درمان مبتنی بر شفقت، تأثیر بیشتری بر تنظیم هیجان زنان آسیب‌دیده از خیانت دارد (Teymouri et al., 2021). همچنین ایمانیراد و همکاران نشان دادند که این رویکرد موجب افزایش بخشش و اصلاح باورهای ارتباطی در زوج‌های درگیر خیانت می‌شود (Imanirad et al., 2021). ممتاز نیز

داشتن تحصیلات دانشگاهی در سطح کارشناسی یا بالاتر و تجربه خیانت زناشویی از سوی همسر بود. همچنین ابتلا به اختلالات شدید روان پزشکی، بیماری های جسمی مزمن و ناتوان کننده، دریافت همزمان سایر مداخلات روان درمانی یا دارویی تخصصی و غیبت بیش از دو جلسه از فرایند درمان به عنوان ملاک های خروج در نظر گرفته شدند.

به منظور سنجش تعهد زناشویی از پرسشنامه ابعاد تعهد زناشویی آدامز و جونز (۱۹۹۷) استفاده شد. این ابزار شامل ۴۴ گویه بوده و سه بعد اصلی تعهد شخصی، تعهد اخلاقی و تعهد ساختاری را ارزیابی می کند. پاسخ دهی به گویه ها بر اساس طیف پنج درجه ای لیکرت از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم انجام می شود و نمره بالاتر نشان دهنده سطح بالاتر تعهد زناشویی است. تعهد شخصی به تمایل فرد برای حفظ رابطه، تعهد اخلاقی به احساس مسئولیت و الزام اخلاقی نسبت به تداوم ازدواج و تعهد ساختاری به عوامل بیرونی و محدودیت های ترک رابطه اشاره دارد. مطالعات مختلف ویژگی های روان سنجی مطلوب این ابزار را تأیید کرده اند و برای کل مقیاس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش شده است که نشان دهنده پایایی مناسب آن در سنجش تعهد زناشویی است.

برای ارزیابی الگوهای ارتباطی زوجین از پرسشنامه الگوهای ارتباطی کریستنسن و سالوی (۱۹۸۴) استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۳۵ سؤال است و سه خرده مقیاس ارتباط سازنده متقابل، الگوی توقع-کناره گیری و الگوی اجتناب متقابل را اندازه گیری می کند. گویه های این ابزار نحوه تعامل زوجین هنگام مواجهه با مسائل و تعارضات زناشویی را مورد ارزیابی قرار می دهند. نمرات بالاتر در خرده مقیاس ارتباط سازنده متقابل نشان دهنده کیفیت بهتر تعاملات ارتباطی و نمرات بالاتر در خرده مقیاس های اجتناب متقابل و توقع-کناره گیری نشان دهنده الگوهای ارتباطی ناکارآمد هستند. بررسی های روان سنجی انجام شده در مطالعات مختلف حاکی از روایی و پایایی مناسب این ابزار بوده و ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس های آن بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۴ گزارش شده است.

مداخله پژوهش بر اساس رویکرد زوج درمانی هیجان مدار و با تکیه بر نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۸۸) و الگوی درمانی جانسون (۲۰۱۲) طراحی و اجرا شد. گروه آزمایش در هشت جلسه ۹۰ دقیقه ای

در کنار این یافته ها، پژوهش های طالعی زاده و همکاران و نیز قلی پور فیروزجایی و همکاران نشان داده اند که مداخلات مبتنی بر هیجان و معنا نیز می توانند بر پیامدهای ناشی از خیانت اثرگذار باشند، هرچند زوج درمانی هیجان مدار به دلیل تمرکز مستقیم بر پیوند دلبستگی از مزیت نظری و عملی ویژه ای برخوردار است (Gholipour Firozjaei et al., 2023; Talaeizadeh et al., 2023).

با وجود پیشینه نسبتاً گسترده پژوهش در زمینه زوج درمانی هیجان مدار، بررسی ادبیات نشان می دهد که بیشتر مطالعات بر متغیرهایی نظیر رضایت زناشویی، تنظیم هیجان، صمیمیت، بخشش یا تعارضات زناشویی تمرکز داشته اند و پژوهش های اندکی به طور همزمان دو مؤلفه بنیادی تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی را در زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی بررسی کرده اند. از آنجا که خیانت مستقیماً این دو سازه اساسی را تحت تأثیر قرار می دهد و تعهد و الگوهای ارتباطی نیز به صورت متقابل بر یکدیگر اثر می گذارند، بررسی همزمان آن ها می تواند درک جامع تری از اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار فراهم آورد. بنابراین، هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش زوج درمانی هیجان مدار بر تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی در زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی بود.

روش شناسی

پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون همراه با گروه گواه بود. در این پژوهش، آموزش زوج درمانی هیجان مدار به عنوان متغیر مستقل و تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی به عنوان متغیرهای وابسته مورد بررسی قرار گرفتند. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی و روابط فرازناشویی همسر بود که در سال ۱۴۰۴ برای دریافت خدمات مشاوره و روان شناختی به یکی از مراکز مشاوره منطقه ۳ شهر تهران مراجعه کرده بودند. از میان افراد واجد شرایط، تعداد ۳۰ نفر به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و پس از احراز ملاک های ورود و خروج، به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه، هر گروه شامل ۱۵ نفر، گمارده شدند. ملاک های ورود شامل سکونت در شهر تهران، قرار داشتن در دامنه سنی ۲۵ تا ۴۵ سال، برخوردار بودن از سلامت جسمانی و روانی، گذشت حداقل سه سال از ازدواج،

بررسی تأثیر مداخله بر هر یک از متغیرهای وابسته به‌طور جداگانه از تحلیل کوواریانس تک‌متغیری استفاده شد. تمامی آزمون‌ها در سطح معناداری ۰/۰۵ انجام گرفت. همچنین ملاحظات اخلاقی پژوهش شامل اخذ رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان، محرمانه ماندن اطلاعات، امکان انصراف آزادانه از پژوهش در هر مرحله و ارائه نتایج به آزمودنی‌ها پس از پایان مطالعه به‌طور کامل رعایت شد.

یافته‌ها

پس از گردآوری داده‌ها، ابتدا ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان مورد بررسی قرار گرفت. از مجموع ۳۰ زن آسیب‌دیده از خیانت زناشویی که در پژوهش شرکت داشتند، میانگین سنی افراد ۳۲/۴۲ سال با انحراف معیار ۲/۶۰ سال بود و دامنه سنی آنان بین ۲۵ تا ۴۰ سال قرار داشت. از نظر تعداد فرزند، ۵۰ درصد از شرکت‌کنندگان فاقد فرزند، ۴۵ درصد دارای یک تا دو فرزند و ۵ درصد دارای سه فرزند یا بیشتر بودند. از لحاظ تحصیلات، ۵۳/۳ درصد دارای مدرک کارشناسی، ۳۰ درصد کارشناسی ارشد و ۱۶/۷ درصد دارای مدرک دکتری بودند. همچنین بیشترین فراوانی شغلی مربوط به زنان خانه‌دار با ۴۵ درصد و پس از آن مشاغل آزاد با ۳۲/۵ درصد بود. بررسی سابقه زندگی مشترک نشان داد که بیشترین میزان وقوع خیانت زناشویی در فاصله دو تا چهار سال پس از ازدواج رخ داده است که ۴۲/۵ درصد از نمونه را شامل می‌شد.

به‌صورت هفتگی شرکت کرد. در جلسات اولیه، اعضا با اهداف و ساختار درمان آشنا شدند و مهارت‌های پایه ارتباط مؤثر و بازخورددهی را فرا گرفتند. در ادامه، چرخه‌های تعاملی منفی میان زوجین شناسایی شد و شرکت‌کنندگان به درک عمیق‌تری از تأثیر رفتارها و واکنش‌های خود بر رابطه دست یافتند. بخش مهمی از جلسات به شناسایی هیجانات بنیادین، ترس‌های دلبستگی، نیازهای عاطفی ارضانده و ارتباط میان هیجان‌ها، افکار و رفتارها اختصاص داشت. همچنین شرکت‌کنندگان نحوه ابراز هیجان‌های آسیب‌پذیر، گوش دادن همدلانه، پاسخ‌دهی ایمن و ایجاد پیوندهای دلبستگی سالم را تمرین کردند. در جلسات پایانی نیز بر تقویت صمیمیت، بازسازی اعتماد، ارتقای کیفیت رابطه زناشویی و پرداختن به باورها و نگرش‌های مرتبط با رابطه جنسی تأکید شد. در طول دوره درمان، تکالیف خانگی متناسب با محتوای هر جلسه برای تعمیم آموخته‌ها به محیط واقعی زندگی ارائه گردید.

پس از جمع‌آوری داده‌ها، اطلاعات حاصل از پرسشنامه‌ها در نرم‌افزار SPSS وارد و تحلیل شد. در بخش آمار توصیفی از شاخص‌هایی نظیر میانگین و انحراف معیار برای توصیف ویژگی‌های نمونه و متغیرهای پژوهش استفاده گردید. پیش از آزمون فرضیه‌ها، مفروضه‌های آماری شامل نرمال بودن توزیع داده‌ها، همگنی شیب‌های رگرسیون و برابری واریانس‌ها بررسی شد. به‌منظور آزمون فرضیه اصلی پژوهش از تحلیل کوواریانس چندمتغیری و برای

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیر	مرحله	گروه آزمایش میانگین $\pm$ انحراف معیار	گروه گواه میانگین $\pm$ انحراف معیار
تعهد زناشویی	پیش‌آزمون	۵/۶۰ $\pm$ ۴۵/۲۰	۵/۲۰ $\pm$ ۴۶/۱۰
تعهد زناشویی	پس‌آزمون	۶/۳۰ $\pm$ ۶۷/۴۰	۵/۵۰ $\pm$ ۴۷/۳۰
الگوهای ارتباطی	پیش‌آزمون	۴/۹۰ $\pm$ ۳۰/۴۰	۵/۱۰ $\pm$ ۳۱/۲۰
الگوهای ارتباطی	پس‌آزمون	۵/۷۰ $\pm$ ۵۴/۶۰	۵/۳۰ $\pm$ ۳۲/۵۰

به‌صورت اولیه نشان‌دهنده تأثیر مثبت آموزش زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر بهبود تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی است.

پیش از آزمون فرضیه‌های پژوهش، مفروضه‌های آماری مورد بررسی قرار گرفت. نتایج آزمون کولموگرووف-اسمیرنوف نشان داد که توزیع نمرات تمامی متغیرها در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون از

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، میانگین نمرات تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی در گروه آزمایش از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون افزایش قابل توجهی داشته است. به‌طوری‌که میانگین تعهد زناشویی از ۴۵/۲۰ به ۶۷/۴۰ و میانگین الگوهای ارتباطی از ۳۰/۴۰ به ۵۴/۶۰ افزایش یافت. در مقابل، در گروه گواه تغییرات بسیار اندکی در هر دو متغیر مشاهده شد. این الگوی تغییرات

تعهد زناشویی عدم تفاوت معنادار واریانس ها را نشان داد. هرچند در متغیر الگوهای ارتباطی فرض برابری واریانس ها نقض شد، اما با توجه به برابری حجم نمونه در دو گروه و مقاومت تحلیل کوواریانس در برابر این وضعیت، اجرای آزمون های پارامتریک و تحلیل کوواریانس بلامانع تشخیص داده شد.

نرمالیت کافی برخوردار است و هیچ یک از مقادیر سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ نبود. همچنین بررسی همگنی شیب های رگرسیون نشان داد که تعامل گروه با نمرات پیش آزمون برای متغیرهای تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی معنادار نیست و بنابراین فرض همگنی شیب های رگرسیون برقرار است. افزون بر این، آزمون لون برای متغیر جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیره برای متغیرهای وابسته

متغیر وابسته	منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F	سطح معناداری	اندازه اثر (η^2)
تعهد زناشویی	گروه (آموزش)	۱۷۹/۷۹۸	۱	۱۷۹/۷۹۸	۶۵/۸۴	$p < ۰/۰۰۱$	۰/۶۴
الگوهای ارتباطی	گروه (آموزش)	۱۹۵/۶۳۴	۱	۱۹۵/۶۳۴	۵۸/۲۳	$p < ۰/۰۰۱$	۰/۶۸

یک مداخله مؤثر برای کاهش پیامدهای روان شناختی و رابطه ای ناشی از خیانت زناشویی مورد استفاده قرار گیرد.

نخستین یافته پژوهش نشان داد که آموزش زوج درمانی هیجان مدار موجب افزایش تعهد زناشویی در زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی شده است. این نتیجه با مبانی نظری رویکرد هیجان مدار همسو است. از منظر نظریه دلبستگی، خیانت زناشویی نوعی آسیب دلبستگی محسوب می شود که احساس امنیت، اعتماد و دسترس پذیری هیجانی را در رابطه مختل می کند. در چنین شرایطی فرد آسیب دیده نه تنها نسبت به همسر خود احساس ناامنی می کند، بلکه انگیزه لازم برای سرمایه گذاری عاطفی در رابطه را نیز از دست می دهد. زوج درمانی هیجان مدار با فراهم کردن فضایی ایمن برای ابراز هیجان های آسیب پذیر، بازشناسی نیازهای دلبستگی و بازسازی تعاملات هیجانی، زمینه احیای اعتماد و تعهد را فراهم می سازد (Greenman & Johnson, 2022; Timulak et al., 2025). در واقع هنگامی که زنان آسیب دیده فرصت می یابند ترس ها، خشم ها، احساس طردشدگی و ناامیدی های خود را در یک چارچوب درمانی ایمن بیان کنند، امکان شکل گیری مجدد پیوند عاطفی با همسر افزایش می یابد و این امر در نهایت به بازسازی تعهد زناشویی منجر می شود.

این یافته با نتایج مطالعات پیشین نیز همسو است. برای مثال، سامانی و همکاران گزارش کردند که زوج درمانی هیجان مدار موجب کاهش فرسودگی زناشویی و افزایش صمیمیت در زوج های دارای تعارض می شود (Samani et al., 2026). از آنجا که صمیمیت و تعهد دو مؤلفه اساسی روابط پایدار محسوب می شوند، افزایش صمیمیت

به منظور بررسی اثر آموزش زوج درمانی هیجان مدار بر متغیرهای وابسته، تحلیل کوواریانس تک متغیره با کنترل اثر نمرات پیش آزمون اجرا شد. نتایج جدول ۲ نشان داد که تفاوت بین گروه آزمایش و گواه در متغیر تعهد زناشویی معنادار است ($F = ۶۵/۸۴, p < ۰/۰۰۱$) و اندازه اثر ۰/۶۴ بیانگر آن است که ۶۴ درصد از تغییرات تعهد زناشویی به مداخله آموزشی نسبت داده می شود. همچنین در متغیر الگوهای ارتباطی نیز تفاوت معناداری بین دو گروه مشاهده شد ($F = ۵۸/۲۳, p < ۰/۰۰۱$) و اندازه اثر ۰/۶۸ نشان داد که آموزش زوج درمانی هیجان مدار تأثیر قابل توجهی بر بهبود الگوهای ارتباطی داشته است. بر این اساس، می توان نتیجه گرفت که آموزش زوج درمانی هیجان مدار به طور معناداری موجب افزایش تعهد زناشویی و بهبود الگوهای ارتباطی در زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی شده است.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش زوج درمانی هیجان مدار بر تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی در زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی انجام شد. نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش زوج درمانی هیجان مدار به طور معناداری موجب افزایش تعهد زناشویی و بهبود الگوهای ارتباطی در زنان شرکت کننده در گروه آزمایش شده است. اندازه اثرهای به دست آمده نیز نشان دادند که مداخله حاضر از قدرت تأثیرگذاری بالایی برخوردار بوده و بخش قابل توجهی از تغییرات متغیرهای وابسته را تبیین می کند. این یافته ها بیانگر آن است که زوج درمانی هیجان مدار می تواند به عنوان

شناسایی این چرخه‌ها و کمک به زوجین برای ابراز هیجان‌های بنیادین به جای واکنش‌های ثانویه، زمینه شکل‌گیری تعاملات سازنده‌تر را فراهم می‌سازد (Patel, 2021; Greenman & Johnson, 2022).

نتیجه حاضر با یافته‌های ممتاز، مومنی و همکاران، نویدی قاضیانی و محمدزاده همسو است که همگی اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار را بر بهبود الگوهای ارتباطی گزارش کرده‌اند (Mohammadzadeh, 2024; Momeni et al., 2022; Momtaz, 2021; Navidi Ghaziani, 2023). همچنین پژوهش کریمی نشان داد که این درمان کیفیت روابط زناشویی را ارتقا می‌دهد که یکی از مهم‌ترین شاخص‌های آن ارتباط مؤثر میان زوجین است (Karimi, 2020). نتایج مطالعه موسوی‌نژاد و نوربخش نیز نشان داد که این رویکرد در بازسازی پیوندهای عاطفی پس از بحران‌های زناشویی نقش مهمی دارد (Mousavinejad & Nourbakhsh, 2023). از آنجا که پیوند عاطفی سالم بدون ارتباط مؤثر شکل نمی‌گیرد، این یافته‌ها در راستای نتایج پژوهش حاضر قابل تفسیر هستند.

از سوی دیگر، یافته‌های پژوهش حاضر را می‌توان در پرتو نظریه‌های تنظیم هیجان نیز تبیین کرد. پژوهش چن و لیاو نشان داد که کیفیت روابط نزدیک تا حد زیادی تحت تأثیر توانایی افراد در تنظیم هیجان‌های خود قرار دارد (Chen & Liao, 2021). زنان آسیب‌دیده از خیانت معمولاً هیجان‌های شدیدی نظیر خشم، اندوه، ترس و ناامیدی را تجربه می‌کنند و در صورت ناتوانی در تنظیم این هیجان‌ها، احتمال بروز الگوهای ارتباطی ناکارآمد افزایش می‌یابد. زوج‌درمانی هیجان‌مدار از طریق آموزش شناسایی، پذیرش و ابراز سازگاران هیجان‌ها، به افراد کمک می‌کند تا پاسخ‌های ارتباطی مؤثرتری را جایگزین واکنش‌های دفاعی و مخرب کنند. این تبیین با یافته‌های زارعی و قادری درباره تأثیر این رویکرد بر مهارت‌های تنظیم هیجان و نیز با نتایج تیموری و همکاران درباره بهبود تنظیم هیجان در زنان آسیب‌دیده از خیانت سازگار است (Teymouri et al., 2021; Zarei & Ghaderi, 2022).

همچنین نتایج این پژوهش با مطالعات انجام‌شده در زمینه پیامدهای روان‌شناختی خیانت زناشویی همخوانی دارد. نوابی‌نژاد و همکاران نشان دادند که تعارضات زناشویی و ضعف در هوش هیجانی

می‌تواند زمینه ارتقای تعهد را فراهم سازد. همچنین نتایج پژوهش بازاریاری و همکاران نشان داد که این رویکرد به کاهش آشفتگی رابطه‌ای و بهبود تنظیم هیجان منجر می‌شود (Bazyari et al., 2024). از آنجا که آشفتگی رابطه‌ای و بی‌ثباتی هیجانی از مهم‌ترین عوامل تضعیف تعهد زناشویی هستند، کاهش این عوامل می‌تواند نقش مهمی در افزایش تعهد داشته باشد. افزون بر این، یافته حاضر با نتایج پژوهش‌های بیرک و همکاران، رحیمی لرد و احمدی و نیز سجادی که افزایش رضایت زناشویی، صمیمیت و کیفیت رابطه را پس از زوج‌درمانی هیجان‌مدار گزارش کرده‌اند، هماهنگ است (Birak et al., 2023; Rahimi Lord & Ahmadi, 2023; Sajjadi, 2023).

از منظر تبیینی می‌توان گفت که تعهد زناشویی صرفاً یک تصمیم شناختی نیست، بلکه ریشه‌ای عمیق در تجربه‌های هیجانی افراد دارد. زمانی که خیانت رخ می‌دهد، فرد آسیب‌دیده نه تنها به رفتار همسر بلکه به ارزشمندی خود، امنیت رابطه و آینده مشترک نیز تردید پیدا می‌کند. زوج‌درمانی هیجان‌مدار تلاش می‌کند این آسیب‌های عمیق هیجانی را مورد توجه قرار دهد و از طریق بازسازی تجربه‌های هیجانی اصلاح‌کننده، زمینه بازگشت اعتماد و تعهد را فراهم آورد. این تبیین با نتایج پژوهش صمدی کاشان درباره نقش آسیب‌های دلبستگی در زوجین دارای تجربه خیانت همسو است (Samadi Kashan, 2022). همچنین مطالعه فیه سومباگا و لاپیان نشان داد که ناایمنی دلبستگی نقش مهمی در کاهش رضایت زناشویی و افزایش آسیب‌پذیری رابطه ایفا می‌کند (Febe Sumbaga & Lapien, 2023). بنابراین می‌توان استدلال کرد که زوج‌درمانی هیجان‌مدار از طریق اصلاح ناایمنی دلبستگی و بازسازی پیوند هیجانی، تعهد زناشویی را افزایش داده است.

یافته دوم پژوهش نشان داد که آموزش زوج‌درمانی هیجان‌مدار موجب بهبود الگوهای ارتباطی زنان آسیب‌دیده از خیانت زناشویی شده است. این نتیجه نیز با اصول نظری رویکرد هیجان‌مدار مطابقت دارد. در این رویکرد فرض بر آن است که مشکلات زناشویی عمدتاً در قالب چرخه‌های منفی تعامل بروز می‌کنند؛ چرخه‌هایی که در آن هر یک از زوجین در پاسخ به رفتار طرف مقابل واکنش‌های دفاعی، انتقادی یا اجتنابی نشان می‌دهد. این الگوها به تدریج تثبیت شده و مانع برقراری ارتباط مؤثر می‌شوند. زوج‌درمانی هیجان‌مدار با

از زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران انتخاب شد؛ بنابراین تعمیم نتایج به سایر مناطق جغرافیایی و فرهنگی باید با احتیاط انجام شود. دوم، حجم نمونه نسبتاً محدود بود و استفاده از نمونه های بزرگ تر می تواند قدرت تعمیم پذیری یافته ها را افزایش دهد. سوم، داده ها بر اساس ابزارهای خود گزارشی گردآوری شدند که احتمال تأثیر سوگیری های پاسخ دهی و مطلوبیت اجتماعی را افزایش می دهد. همچنین نبود مرحله پیگیری، امکان بررسی پایداری اثرات درمان در بلندمدت را محدود ساخت.

پیشنهاد می شود پژوهش های آینده با استفاده از طرح های آزمایشی کامل و حجم نمونه بزرگ تر انجام شوند تا امکان تعمیم نتایج افزایش یابد. همچنین اجرای دوره های پیگیری سه ماهه، شش ماهه و یک ساله می تواند اطلاعات ارزشمندی درباره ماندگاری اثرات درمان فراهم سازد. مقایسه زوج درمانی هیجان مدار با سایر رویکردهای درمانی مانند درمان شناختی - رفتاری، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و طرحواره درمانی نیز می تواند به روشن تر شدن مزایا و ویژگی های اختصاصی این رویکرد کمک کند. علاوه بر این، بررسی نقش متغیرهای میانجی مانند سبک دلبستگی، تنظیم هیجان، بخشش و اعتماد زناشویی در فرایند تغییرات درمانی پیشنهاد می شود.

با توجه به نتایج پژوهش حاضر، استفاده از زوج درمانی هیجان مدار در مراکز مشاوره خانواده، کلینیک های روان شناسی و مراکز مداخله در بحران های زناشویی توصیه می شود. مشاوران و درمانگران می توانند از این رویکرد برای کمک به زنان و زوج هایی که با پیامدهای خیانت زناشویی مواجه هستند بهره بگیرند. برگزاری کارگاه های آموزشی مبتنی بر اصول دلبستگی و مهارت های هیجان محور برای زوجین نیز می تواند در پیشگیری از تعارضات شدید و ارتقای کیفیت روابط زناشویی مؤثر باشد. همچنین آموزش این رویکرد به متخصصان سلامت روان و توسعه برنامه های مداخله ای مبتنی بر زوج درمانی هیجان مدار می تواند به ارتقای سلامت خانواده و کاهش آسیب های ناشی از خیانت زناشویی در جامعه 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.

می توانند گرایش به خیانت را افزایش دهند (Navabinejad et al., 2023). از این منظر، مداخلاتی که موجب بهبود مدیریت هیجان ها و کیفیت تعاملات زوجین می شوند، نه تنها به ترمیم پیامدهای خیانت کمک می کنند، بلکه می توانند از تکرار آن نیز پیشگیری نمایند. همچنین مطالعات ایمانیراد و همکاران، مسعودی و اسمخانی اکبرینژاد و صدیقی ارفعی و همکاران نشان داده اند که زوج درمانی هیجان مدار موجب افزایش بخشش، انعطاف پذیری شناختی و اصلاح باورهای ارتباطی می شود (Imanirad et al., 2021; Masoudi & Sedighi Arfaei et al., 2024; Esmakhani Akbarinejad, 2024). این متغیرها نقش مهمی در بازسازی روابط پس از خیانت دارند و می توانند بخشی از سازوکارهای مؤثر در بهبود تعهد و ارتباطات باشند.

علاوه بر این، نتایج مطالعه حاضر با پژوهش های بین فرهنگی نیز همسو است. تسنگ و همکاران در تایوان و سانمونو و همکاران در نیجریه گزارش کردند که زوج درمانی هیجان مدار صرف نظر از زمینه فرهنگی، موجب کاهش آشفتگی رابطه ای و افزایش پیوند عاطفی می شود (Sunmonu et al., 2025; Tseng et al., 2024). همچنین مطالعه موردی ژائو و همکاران در زمینه زوج های چند فرهنگی نشان داد که این رویکرد حتی در شرایط پیچیده و همراه با عوامل استرس زای متعدد نیز اثربخش است (Zhao et al., 2025). این یافته ها بیانگر آن است که نیاز به امنیت هیجانی و دلبستگی ایمن، نیازهایی جهان شمول هستند و مداخلات مبتنی بر این اصول می توانند در فرهنگ های مختلف نتایج مشابهی ایجاد کنند.

در مجموع، یافته های پژوهش حاضر نشان می دهد که زوج درمانی هیجان مدار با تمرکز بر بازسازی پیوندهای دلبستگی، اصلاح چرخه های منفی تعامل، ارتقای تنظیم هیجان و تقویت ارتباطات عاطفی، توانسته است به طور معناداری تعهد زناشویی و الگوهای ارتباطی زنان آسیب دیده از خیانت زناشویی را بهبود بخشد. این نتایج نه تنها از مبانی نظری رویکرد هیجان مدار حمایت می کند، بلکه شواهد تجربی بیشتری را برای کاربرد این رویکرد در مداخلات مرتبط با خیانت زناشویی فراهم می آورد.

پژوهش حاضر با وجود نتایج ارزشمند، دارای محدودیت هایی بود که باید در تفسیر یافته ها مدنظر قرار گیرد. نخست، نمونه پژوهش تنها

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.

References

- the Verge of Divorce from a Cultural Perspective. *Cultural Psychology of Women*, 11(61), 47-62.
- Karimi, M. (2020). Investigating the Effect of Emotion-Focused Therapy on Improving the Quality of Marital Relationships in Couples. *Journal of Family Psychology*, 23(4), 57-73.
- Masoudi, Z., & Esmakhani Akbarinejad, H. (2024). Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Forgiveness and Sexual Satisfaction among Women Affected by Marital Infidelity. *Journal of Psychology*, 28(2), 162-170.
- Mohammadzadeh, H. (2024). *Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Communication Problems and Marital Adjustment among Married Students* [Shandiz Institute of Higher Education].
- Momeni, A., Ramezani, K., & Mardpour, A. (2022). Investigating the Effect of Emotionally Focused Couple Therapy on Reducing Depression and Improving Communication Patterns among Couples Working in Government Offices in Ramhormoz County. *Social Psychology Journal*, 10(66), 85-93.
- Momtaz, M. (2021). *Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Communication Patterns, Intimacy, and Meaning in Life among Women Harmed in Marital Relationships in Isfahan University of Isfahan*.
- Mousavinejad, M., & Nourbakhsh, S. (2023). The Role of Emotion-Focused Therapy in Improving Emotional Bond after Marital Crisis Counseling. *Family Research Journal*, 17(1), 58-69.
- Navabinejad, S., Rostami, M., & Parsakia, K. (2023). The Mediating Role of Emotional Intelligence in the Relationship between Marital Conflicts and Tendency to Marital Infidelity in Couples. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling*, 5(1), 1-8. <https://doi.org/10.61838/kman.jarac.5.1.1>
- Navidi Ghaziani, A. (2023). *Investigating the Effectiveness of Emotion-Focused Therapy on Sexual Satisfaction and Communication Patterns among Couples Working in Hospitals in Rasht University of Guilan*.
- Nouri, M., & Iranmanesh, S. (2022). Emotion-Focused Training and Its Effect on Attachment Styles and Sexual Intimacy. *Journal of Family Psychology*, 16(3), 75-90.
- Patel, S. Y. (2021). *Developing a Model of Enactment in Emotion-Focused Therapy for Couples: A Task Analytic Study* [The Chicago School of Professional Psychology].
- Rahimi Lord, F., & Ahmadi, F. (2023). Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy Training in Increasing Sexual Intimacy and Reducing Couple Distress. *New Advances in Psychology*, 11(61), 209-224.
- Sajjadi, S. S. (2023). *Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Sexual Satisfaction and Emotional Communication among Couples in Sari County University of Mazandaran*.
- Samadi Kashan, S. (2022). *A Phenomenology of Attachment Injuries in Couples with Experience of Marital Infidelity and the Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Changes in Attachment, Sexual Satisfaction, and Couples' Thinking Styles* [University of Hormozgan].
- Samani, H., Goudarzi, M., & Moradi, A. (2026). Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Burnout, Conflicts, and Marital Intimacy in Conflicted Couples. *Journal of Psychological Science*, 25(158), 10-23. <https://doi.org/10.61186/jps.25.158.15>
- Sedighi Arfaei, F., Mahmoudi, R., & Karimi, S. (2024). The Effect of Emotionally Focused Couple Therapy on Interpersonal Forgiveness and Cognitive Flexibility in Couples. *Psychological Research Journal*, 20(1), 25-45.
- Bazyari, K., Hooman, F., Shoushtari, M. T., & Saadi, Z. E. (2024). Effectiveness of Emotionally Focused Therapy for Couples in Improving Emotion Regulation and Relationship Distress of Emotionally Divorced Couples. *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences*, 26(2). <https://doi.org/10.5812/zjrms-142128>
- Birak, F., Dokaneifard, F., & Jahangir, P. (2023). The Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy Based on Emotional Management Strategies on Improving Marital Satisfaction. *Journal of counseling research*, 22(85), 212-239. <https://doi.org/10.18502/qjcr.v22i85.12541>
- Chen, W. L., & Liao, W. T. (2021). Emotion Regulation in Close Relationships: The Role of Individual Differences and Situational Context. *Frontiers in psychology*, 12, 697901. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.697901>
- Erber, R., & Erber, M. W. (2024). *Intimate Relationships: Issues, Theories, and Research*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003356790>
- Febe Sumbaga, M., & Lapian, M. E. (2023). Attachment Insecurity and Marital Satisfaction as a Mediator to See the Tendency of Partner's Infidelity. *International Conference on Indigenous Psychology and Culture*.
- Ghasemi, F., Afsharinia, K., & Amiri, H. (2022). Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy on Marital Burnout and Marital Conflict in Couples. *Applied Family Therapy*, 3(1), 672-686.
- Gholipour Firozjaei, M., Dokaneifard, F., & Jahangir, P. (2023). Comparison of the Effectiveness of Reality Therapy and Logotherapy on the Components of Forgiveness and Marital Trust of Women Affected by Marital Infidelity Seeking Divorce. *Journal of Psychological Science*, 22(124), 791-807.
- Greenman, P. S., & Johnson, S. M. (2022). Emotionally Focused Therapy: Attachment, Connection, and Health. *Current opinion in psychology*, 43, 146-150. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.06.015>
- Imanirad, M., Mohammadi, A., & Hosseini, F. (2021). The Effect of Emotionally Focused Couple Therapy on Forgiveness and Relationship Beliefs in Couples Involved in Infidelity. *Journal of Family Psychology*, 15(2), 100-115.
- Jahandehideh, J., & Ehlalzei, K. (2024). Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy Training on Decision-Making Styles and Relationship Distress among Women on

- Spengler, P. M., Lee, N. A., Wiebe, S. A., & Wittenborn, A. K. (2024). A Comprehensive Meta-Analysis on the Efficacy of Emotionally Focused Couple Therapy. *Couple and family psychology: Research and practice*, 13(2), 81. <https://doi.org/10.1037/cfp0000233>
- Sunmonu, H. O., Tihamiyu, K. A., Yusuf, J., & Ahmed, M. S. (2025). Emotionally-Focused Therapy and Marital Bonding: Counselling Implications for Nigerian Couples. *Coution: Journal Counseling and Education*, 6(2), 83-97. <https://doi.org/10.47453/coution.v6i2.3533>
- Talaeizadeh, M., Saadi, Z. E., Heidari, A., & Fard, R. J. (2023). The Effectiveness of Hypnotherapy and Schema Therapy in Improving Emotional Control in People Affected by Marital Infidelity. *Journal of Clinical Research in Paramedical Sciences*, 12(1). <https://doi.org/10.5812/jcrps-136463>
- Teymouri, Z., Mojtabaei, M., & Rezazadeh, S. M. R. (2021). Comparing the Effectiveness of Emotionally Focused Couple Therapy and Self-Compassion-Based Therapy on Emotion Regulation in Women Affected by Spousal Infidelity. *Journal of Applied Psychology*, 15(2), 101-118.
- Timulak, L., Dailey, J., Lunn, J., & McKnight, J. (2025). Transdiagnostic Emotion-Focused Therapy for Couples with Co-Morbid Relational and Mood, Anxiety and Related Difficulties. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 55(1), 1-10. <https://doi.org/10.1007/s10879-024-09645-7>
- Tseng, C., Wittenborn, A. K., Morgan, P. C., & Liu, T. (2024). Exploring the Effectiveness of Emotionally Focused Therapy for Depressive Symptoms and Relationship Distress among Couples in Taiwan: A Single-Arm Pragmatic Trial. *Journal of marital and family therapy*, 50(1), 202-217. <https://doi.org/10.1111/jmft.12681>
- Zarei, M., & Ghaderi, A. (2022). The Effect of Emotion-Focused Therapy on Emotion Regulation Skills in Married Women with Chronic Conflict. *Journal of Clinical Psychology*, 24(2), 137-148.
- Zhao, J., Sohn, A., & Tadros, E. (2025). Disability and infidelity with a cross-cultural couple: An emotionally focused therapy case study. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 24(2), 130-152. <https://doi.org/10.1080/14779757.2024.2402694>