



# The Effectiveness of Emotion-Based Couple Therapy on Anger Rumination, Communicative Covert aggression and Emotional Styles of Couples with Domestic Violence Experience

1. Zhila. Ghelich Khani Cherouri  Master's Degree Graduate in Clinical Psychology, Department of Psychology, Ga.C., Islamic Azad University, Garmsar, Iran.
2. Akbar. Mohammadi\*  Assistant Professor, Department, of Psychology, Ga.C., Islamic Azad Uuniversity, Garmsar, Iran.

\*Corresponding Author's Email: akbarmohammai@iau.ac.ir

Received: 2025-04-08

Revised: 2025-05-29

Accepted: 2025-05-31

Publish: 2025-06-10



## Abstract

**Introduction and Aim:** Couples with domestic violence experience have many emotional and communication problems. Therefore, the present study was conducted with the aim of determine the effectiveness of emotion-based couple therapy on anger rumination, communication covert aggression and emotional styles of couples with domestic violence experience.

**Methodology:** The present research was a quasi-experimental study with a pre-test and post-test design with a control group. The population of the present research was couples with domestic violence experience in Tehran city in 2023 year, which 16 couples were selected using purposive sampling method and randomly assigned to two equal groups. The experimental group underwent 8 sessions of 90 minute (one session per week) of emotion-based couple therapy, and the control group remained on the waiting list for training. The research instruments included the Anger Rumination Scale (Sukhodolski et al., 2001), Communication Covert Aggression Scale (Nelson and Carroll, 2006), Emotional Styles Questionnaire (Kesebir et al., 2019), and Violence Against Women Questionnaire (Haj-Yahia, 2000). The data of this study were analyzed using multivariate analysis of covariance in SPSS version 26.

**Findings:** The results of this study showed that emotion-based couple therapy reduced anger rumination and communication covert aggression and increased emotional styles of couples with domestic violence experience ( $P < 0.001$ ).

**Conclusion:** According to the results of this study, health professionals and therapists can use emotion-based couple therapy alongside other therapeutic methods to improve couples' emotional and communication characteristics, especially reducing anger rumination and communication covert aggression, and increasing emotional styles.

**Keywords:** Emotion-Based Couple Therapy, Anger Rumination, Communicative Covert aggression, Emotional Styles, Domestic Violence.



**Copyright:** © 2025 by the authors. Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

**How to Cite:** Ghelich Khani Cherouri, Z. & Mohammadi, A. (2025). The Effectiveness of Emotion-Based Couple Therapy on Anger Rumination, Communicative Covert aggression and Emotional Styles of Couples with Domestic Violence Experience. *Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 3(1), 1-12.

## Extended Abstract

### Introduction and Aim

Domestic violence is a form of violence against others, and victims of violence face many psychological and physical problems. Also, more than 35% of women in the world and 66% of Iranian women have experienced one type of domestic violence at least once (Hosaini et al., 2021). People subjected to domestic violence have some physical (pain, allergies, digestive disorders, etc.) and psychological (anxiety, depression, stress, sleep disorders, etc.) symptoms associated with it (You & Kwon, 2023).

One of the problems of those affected by domestic violence is increased anger rumination (Hosie et al., 2022). Anger is an emotion, and anger rumination is thinking about anger, which appears as an inevitable and repetitive cognitive process during the experience of anger and causes the continuation and increase of anger (Qu et al., 2024). Anger rumination by increasing the intensity and duration of the anger experience, increases the negative consequences of anger, such as anger flare-ups and psychological helplessness, and reduces self-control and self-management, and predisposes to more severe emotional and psychological disorders (Yang et al., 2022).

Another problem for those affected by domestic violence is the increase in communication covert aggression (Moron & Jonason, 2025). This type of aggression occurs in marital relationships and refers to behaviors that damage relationships or feelings of social acceptance and destroy friendships in marital life (Gallagher et al., 2024). Communication covert aggression provides the basis for the development of uncompromising social behaviors and low understanding of interpersonal situations, and causes increased distrust, jealousy, and frustration in marital life and a decrease in the quality of marital life (Li et al., 2024).

Another problem of those affected by domestic violence is emotional decline (Palmer et al., 2024). One of the dimensions of emotion is emotional styles, which refer to fixed and specific patterns that each person uses to experience, regulate, and express emotion (Bird et al., 2022). Emotional styles indicate how individuals respond specifically and uniquely to emotional events and affect various aspects of life, including health and quality of life (Bilucaglia et al., 2022). This construct is influenced by environmental and genetic factors and has its roots in early childhood experiences; in such a way that it plays an effective

role in relationship quality, conflict management, and interpersonal intimacy (Ilgem et al., 2021).

One of the methods of improving the emotional and communication characteristics of couples is the emotion-based couple therapy method (Beasley et al., 2019). This therapy method is a short-term, step-by-step and structured method that emphasizes the integration of emotion with motivation and behavior in the lives of couples; in a way that can reduce depression and impaired cognitive, emotional and communication functions and increase marital adjustment, marital satisfaction, quality of marital life and marital intimacy (Timulak et al., 2025). Emotion-based couple therapy assesses the communication styles of couples and, after the defenses are revealed, their consequences for the couple are explained. Therefore, couples succeed in identifying the repressed and unexpressed emotions that perpetuate this negative communication cycle and stopping their vicious cycle so that couples can improve their relationship (Senol et al., 2023).

Couples with domestic violence experience have many emotional and communication problems. Therefore, the present study was conducted with the aim of determine the effectiveness of emotion-based couple therapy on anger rumination, communication covert aggression and emotional styles of couples with domestic violence experience.

### Methodology

The present research was a quasi-experimental study with a pre-test and post-test design with a control group. The population of the present research was couples with domestic violence experience in Tehran city in 2023 year, which 16 couples were selected using purposive sampling method and randomly assigned to two equal groups.

The inclusion criteria included willingness to participate in the study, minimum high school diploma, at least one year of married life, no addiction or use of psychiatric medications, no history of divorce, and no stressful events such as divorce or death of a loved one in the past three months. The exclusion criteria included withdrawal from further participation and absence of two or more sessions.

The experimental group underwent 8 sessions of 90 minute (one session per week) of emotion-based couple therapy, and the control group remained on the waiting list for training. The research instruments included the Anger Rumination Scale (Sukhodolski et al., 2001), Communication Covert Aggression Scale

(Nelson and Carroll, 2006), Emotional Styles Questionnaire (Kesebir et al., 2019), and Violence Against Women Questionnaire (Haj-Yahia, 2000). The data of this study were analyzed using multivariate analysis of covariance in SPSS version 26 at a significant level of 0.05.

### Findings

In this study, 16 couples were divided into two equal groups (8 couples in each group). The mean and standard deviation of the age of the experimental group was  $35 \pm 8.33$  and the control group was  $35 \pm 6.72$  years.

The results of this study showed that emotion-based couple therapy reduced anger rumination and communication covert aggression and increased emotional styles of couples with domestic violence experience ( $P < 0.001$ )

### Discussion and Conclusion

The most important limitations of the present study included the use of purposive sampling method, the

use of self-report instruments to collect data, and the lack of other intervention methods to compare the effectiveness of emotion-based couple therapy with it. Therefore, further research is recommended to compare the effectiveness of emotion-based couple therapy with other couple therapy methods such as well-being-based couple therapy, compassion-based couple therapy, acceptance and commitment-based couple therapy, etc. Another research suggestion is to use simple random sampling methods to reduce sampling error and use other reporting tools. In general, the results of this study showed that emotion-based couple therapy reduced anger rumination and communication covert aggression and increased emotional styles of couples with domestic violence experience. According to the results of this study, health professionals and therapists can use emotion-based couple therapy alongside other therapeutic methods to improve couples' emotional and communication characteristics, especially reducing anger rumination and communication covert aggression, and increasing emotional styles.

# اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان بر نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی

۱. ژیلا قلیچ خانی چروری<sup>1</sup>: کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی، واحد گرمسار، دانشگاه آزاد اسلامی، گرمسار، ایران  
۲. اکبر محمدی\*<sup>2</sup>: استادیار گروه روان‌شناسی، واحد گرمسار، دانشگاه آزاد اسلامی، گرمسار، ایران

\*ایمیل نویسنده مسئول: akbarmohammai@iau.ac.ir

دریافت: ۱۴۰۴/۰۱/۱۹ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۳/۰۸ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۳/۱۰ انتشار: ۱۴۰۴/۰۳/۲۰

## چکیده

**مقدمه و هدف:** زوجین دارای خشونت خانگی دارای مشکل‌های زیادی در زمینه هیجانی و ارتباطی هستند. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان بر نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی انجام شد.

**روش‌شناسی:** پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه پژوهش حاضر زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شهر تهران در سال ۱۴۰۲ بودند که تعداد ۱۶ زوج با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه مساوی جایگزین شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای یک جلسه) تحت زوج درمانی مبتنی بر هیجان قرار گرفت و گروه گواه در لیست انتظار برای آموزش ماند. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس نشخوار خشم (ساخودولوسکی و همکاران، ۲۰۰۱)، مقیاس پرخاشگری پنهان ارتباطی (نلسون و کارول، ۲۰۰۶)، پرسشنامه سبک‌های هیجانی (کسبیر و همکاران، ۲۰۱۹) و پرسشنامه خشونت علیه زنان (حاج - یحیی، ۲۰۰۰) بودند. داده‌های این مطالعه با روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج این مطالعه نشان داد که زوج درمانی مبتنی بر هیجان باعث کاهش نشخوار خشم و پرخاشگری پنهان ارتباطی و افزایش سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شد ( $P < 0.001$ ).

**نتیجه‌گیری:** طبق نتایج این مطالعه، درمانگران و متخصصان حوزه سلامت می‌توانند از روش زوج درمانی مبتنی بر هیجان در کنار سایر روش‌های درمانی برای بهبود ویژگی‌های هیجانی و ارتباطی زوجین به‌ویژه کاهش نشخوار خشم و پرخاشگری پنهان ارتباطی و افزایش سبک‌های هیجانی استفاده کنند.

**کلیدواژه‌گان:** زوج درمانی مبتنی بر هیجان، نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی، سبک‌های هیجانی، خشونت خانگی.



**نحوه استناددهی:** قلیچ خانی چروری، ژیلا، و محمدی، اکبر. (۱۴۰۴). اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان بر نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی. *روان‌شناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، ۳(۱)، ۱-۱۲.



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۴ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

## مقدمه

خشونت خانگی نوعی به کرسی‌نشاندن حرف و نظر عامل خشونت به دیگران است و قربانیان خشونت با مشکل‌های روانی و جسمی فراوانی مواجه هستند. همچنین، بیش از ۳۵ درصد از زنان جهان و ۶۶ درصد از زنان ایرانی حداقل یک بار یکی از انواع خشونت‌های خانگی را تجربه کردند (Hosaini et al., 2021). این خشونت در محیط خصوصی خانوادگی بین افرادی که ارتباط خونی یا قانونی دارند، اتفاق می‌افتد و بیشترین خشون خانگی در خانواده‌ها علیه کودکان و زنان می‌باشد (Walter et al., 2024). افراد تحت خشونت خانگی دارای برخی علائم جسمی (درد، آلرژی، اختلال هاضمه و غیره) و روانی (اضطراب، افسردگی، استرس، اختلال خواب و غیره) مرتبط با آن هستند (You & Kwon, 2023).

یکی از مشکلات مبتلایان به خشونت خانگی، افزایش نشخوار خشم است (Hosie et al., 2022). خشم یک هیجان و نشخوار خشم تفکر درباره خشم می‌باشد که به‌عنوان یک فرآیند شناختی اجتناب‌ناپذیر و تکرارشونده در جریان تجربه خشم ظاهر و سبب تداوم و افزایش خشم می‌شود (Qu et al., 2024). پدیده نشخوار خشم شامل سه فرآیند بازبازی خاطره‌های اتفاق افتاده گذشته و مرتبط با تجربه کنونی، توجه به تجربه کنونی خشم و افکار شرطی خلاق واقع درباره تجربه خشم است (Cho et al., 2022). نشخوار خشم از طریق افزایش شدت و مدت تجربه خشم باعث افزایش پیامدهای منفی خشم مانند شعله‌وری خشم و درماندگی روان‌شناختی و کاهش خودکنترلی و خودمدیریتی و زمینه‌ساز اختلال‌های شدیدتر هیجانی و روان‌شناختی می‌گردد (Yang et al., 2022).

یکی دیگر از مشکلات مبتلایان به خشونت خانگی، افزایش پرخاشگری پنهان ارتباطی است (Moron & Jonason, 2025). این نوع پرخاشگری در ارتباط زناشویی ایجاد و به رفتارهایی اشاره دارد که باعث صدمه زدن به روابط یا احساس پذیرش اجتماعی و تخریب روابط دوستانه در زندگی زناشویی می‌شود (Gallagher et al., 2024). پدیده پرخاشگری پنهان ارتباطی شامل دو بخش کناره‌گیری عاطفی (اجتناب از ابراز محبت عاطفی یا صمیمیت جنسی) و خراب کردن وجهه اجتماعی (استفاده از بدگویی، شایعه‌پراکنی و اشتراک اطلاعات خصوصی) همسر است (Carreras et al., 2023). پرخاشگری پنهان ارتباطی زمینه را برای رشد رفتارهای اجتماعی سازش‌نیافته و درک پایین موقعیت‌های میان‌فردی مهیا می‌سازد و باعث افزایش بی‌اعتمادی، حسادت و ناامیدی در زندگی زناشویی و افت کیفیت زندگی زناشویی می‌گردد (Li et al., 2024).

یکی دیگر از مشکلات مبتلایان به خشونت خانگی، افت هیجانی است (Palmer et al., 2024). یکی از ابعاد هیجان، سبک‌های هیجانی می‌باشد که به الگوهای ثابت و مشخصی اشاره دارند و هر فرد برای تجربه، تنظیم و ابراز هیجان مورد استفاده قرار می‌دهد (Bird et al., 2022). سبک‌های هیجانی نشان‌دهنده چگونگی واکنش خاص و منحصربه‌فرد افراد به رویدادهای هیجانی است و بر جنبه‌های مختلف زندگی از جمله سلامت و کیفیت زندگی تاثیر می‌گذارد (Bilucaglia et al., 2022). سازه سبک‌های هیجانی شامل شش بخش نگرش به زندگی (توانایی حفظ هیجان‌های مثبت)، انعطاف‌پذیری (توانایی خروج از هیجان‌های منفی)، شهود اجتماعی (توجه به نشانه‌های غیر کلامی هیجان)، خودآگاهی (توجه به نشان‌های جسمی هیجان)، حساسیت به محیط (توجه به تاثیر پاسخ‌های هیجانی و رفتاری بر محیط) و توجه (توانایی تمیز و تفکیک محرک‌های هیجانی) هستند (Kesebir et al., 2019). این سازه متاثر از عوامل محیطی و ژنتیکی بوده و ریشه در تجربه‌های اولیه در دوران کودکی داشته است؛ به طوری که نقش موثری در کیفیت رابطه، مدیریت تعارض و صمیمیت بین‌فردی ایفا می‌کند (Ilgen et al., 2021).

یکی از روش‌های بهبود ویژگی‌های هیجانی و ارتباطی زوجین، روش زوج درمانی مبتنی بر هیجان است (Beasley et al., 2019). این روش درمانی یک روش کوتاه‌مدت، مرحله به مرحله و ساختارمند می‌باشد که بر یکپارچه‌سازی هیجان با انگیزش و رفتار در زندگی زوجین تاکید می‌کند؛ به طوری که می‌تواند باعث کاهش افسردگی و کارکردهای مختل شناختی، هیجانی و ارتباطی و افزایش سازگاری زناشویی، رضایت زناشویی، کیفیت زندگی زناشویی و صمیمیت زناشویی شود (Timulak et al., 2025). زوج درمانی مبتنی بر هیجان ترکیبی از درمان سیستمی و تجربی است که نقش موثری در کاهش مشکل‌ها و تعارض‌های روان‌شناختی زوجین دارد (Kula et al., 2024). این روش دارای سه مرحله آگاهی و پیوستگی، فراخوانی و کشف و بازسازی هیجانی است در طول فرآیند درمان به مراجع به‌عنوان یک متخصص درباره تجربه خود و به

درمانگر به عنوان یک راهنما درباره تجربه مراجع نگاه می‌شود (Bodenmann et al., 2020). زوج درمانی مبتنی بر هیجان به ارزیابی سبک‌های ارتباطی زوجین پرداخته و پس از آنکه دفاع‌ها آشکار شدند، پیامدهای آنها برای زوجین تشریح می‌شود. بنابراین، زوجین موفق می‌شوند که هیجان‌های سرکوب‌شده و ناآشکاری که این چرخه منفی ارتباطی را تداوم می‌بخشد، شناسایی کردند و چرخه معیوب آنها متوقف شوند تا زوجین رابطه خود را بهبود بخشند (Senol et al., 2023).

پژوهش‌های اندکی درباره اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان انجام شده است. برای مثال، Mohasseli (2024) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسید که زوج درمانی هیجان‌مدار باعث کاهش نشخوار فکری زوجین شد. در پژوهشی دیگر Nadri et al (2023) گزارش کردند که درمان شناختی رفتاری مبتنی بر هیجان باعث کاهش نشخوار ذهنی خشم در زوجین شد. همچنین، نتایج پژوهش Fooladi et al (2025) نشان داد که زوج درمانی هیجان‌محور باعث بهبود کیفیت روابط زناشویی و کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان و طلاق عاطفی زوجین متقاضی طلاق شد. Esmaceli et al (2023) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که زوج درمانی هیجان‌محور باعث کاهش پرخاشگری ارتباطی پنهان زنان دارای تعارضات زناشویی شد. علاوه بر آن، نتایج پژوهش Alimohammadi & Mohammadi Frud (2024) حاکی از آن بود که زوج درمانی مبتنی بر مدل گاتمن باعث کاهش آشفتگی هیجانی و افزایش کیفیت روابط زناشویی زنان خیانت‌دیده شد. در پژوهشی دیگر Khojasteh Mehr et al (2013) گزارش کردند که زوج درمانی هیجان‌مدار باعث کاهش نشانه‌های افسردگی و بهبود تنظیم هیجانی زوجین آشفته شد.

خشونت خانگی به عنوان یک مسئله پیچیده و چندوجهی تأثیر عمیقی بر روابط زوجین دارد و تجربه خشونت نه تنها به صدمات جسمی منجر می‌شود، بلکه بر سلامت روان و کیفیت ارتباط‌های زناشویی نیز تأثیر منفی می‌گذارد. زوجین با سابقه خشونت خانگی با طیف گسترده‌ای از چالش‌ها و مشکل‌های هیجانی و ارتباطی مانند نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی ناسالم مواجه هستند. بنابراین، باید به دنبال راهکارهای درمانی زوجی جهت بهبود ویژگی‌های مذکور بود که به نظر می‌رسد روش زوج درمانی مبتنی بر هیجان در این زمینه مفید واقع شود. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان بر نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی انجام شد.

## روش‌شناسی

پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه پژوهش حاضر زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شهر تهران در سال ۱۴۰۲ بودند که تعداد ۱۶ زوج با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه مساوی جایگزین شدند. ملاک‌های ورود به مطالعه شامل تمایل جهت شرکت در پژوهش، حداقل تحصیلات دیپلم، گذشت حداقل یک سال از زندگی مشترک زناشویی، عدم اعتیاد و مصرف داروهای روان‌پزشکی، عدم سابقه طلاق و عدم رخداد‌های تنش‌زا مانند طلاق و مرگ نزدیکان در سه ماه گذشته بودند. همچنین، ملاک‌های خروج از مطالعه شامل انصراف از ادامه همکاری و غیبت دو جلسه و بیشتر از آن بودند.

پس از انتخاب نمونه‌ها برای آنان اهمیت و ضرورت پژوهش تشریح و به آنان درباره رعایت موازین اخلاقی تعهد داده شد. در مرحله بعد، نمونه‌ها به روش تصادفی ساده با کمک قرعه‌کشی به دو گروه مساوی (هر گروه ۸ زوج) شامل گروه‌های آزمایش و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای یک جلسه) تحت زوج درمانی مبتنی بر هیجان قرار گرفت و گروه گواه در لیست انتظار برای آموزش ماند. عنوان و محتوای زوج درمانی مبتنی بر هیجان به تفکیک جلسه‌ها در جدول ۱ گزارش شد.

جدول ۱. عنوان و محتوای زوج درمانی مبتنی بر هیجان به تفکیک جلسه‌ها

جلسه	عنوان	محتوا
اول	ایجاد ارتباط اولیه	هدف از تشکیل جلسه‌ها و مسئولیت حضور در آنها تشریح، قوانین جلسه‌ها تبیین، ارائه توضیح مختصر درباره

زوج درمانی مبتنی بر هیجان و روابط خانوادگی و تشریح مفاهیم خشم، نشخوار خشم و پرخاشگری	تشکیل جلسه فردی با زوجین دارای تجربه خشونت خانگی، کشف حوادث برجسته، کشف اطلاعاتی که در حضور همسر امکان‌پذیر نیست، ارزیابی میزان تعهد نسبت به ازدواج، روابط زناشویی و ترومای دل‌بستگی که در روابط فعلی تأثیر گذار است	آشنایی با شخصیت هیجان‌مدار و	دوم	ارزیابی میزان تعهد و روابط زناشویی
تشخیص الگوهای تعاملی مانند پذیرش احساس تصدیق‌شده، کشف ناایمنی دل‌بستگی و خودافشایی و ارائه تکلیف شناسایی و یادداشت ترس‌های دوران کودکی و ترس‌هایی که الان احساس می‌کنند	تشخیص الگوهای تعاملی مانند پذیرش احساس تصدیق‌شده، کشف ناایمنی دل‌بستگی و خودافشایی و ارائه تکلیف شناسایی و یادداشت ترس‌های دوران کودکی و ترس‌هایی که الان احساس می‌کنند	تشخیص الگوهای تعاملی خودافشایی افراد دارای تجربه خشونت خانگی	سوم	تشخیص الگوهای تعاملی خودافشایی افراد دارای تجربه خشونت خانگی
بررسی تکلیف جلسه قبل، بازسازی پیوند اولیه همسران شامل روشن کردن پاسخ‌های هیجانی کلیدی و گسترش تجربه هیجانی برای رهایی از احساس تنهایی توسط هر یک از زوجین و تکلیف شناسایی پاسخ‌های هیجانی مرتبط با ترس‌ها	بررسی تکلیف جلسه قبل، بازسازی پیوند اولیه همسران شامل روشن کردن پاسخ‌های هیجانی کلیدی و گسترش تجربه هیجانی برای رهایی از احساس تنهایی توسط هر یک از زوجین و تکلیف شناسایی پاسخ‌های هیجانی مرتبط با ترس‌ها	تشریح پاسخ‌های هیجانی	چهارم	تشریح پاسخ‌های هیجانی
بررسی تکلیف جلسه قبل، عمق‌بخشی به درگیری عاطفی زوجین بر مبنای دل‌بستگی شامل شناسایی نیازهای دل‌بستگی، عمق‌بخشی ارتباط شخصی با تجربه هیجانی، بهبود وضعیت درون‌روانی و بهبود وضعیت تعاملی و تکلیف یادداشت نیازهای دل‌بستگی و وضعیت تعامل با همسر	بررسی تکلیف جلسه قبل، عمق‌بخشی به درگیری عاطفی زوجین بر مبنای دل‌بستگی شامل شناسایی نیازهای دل‌بستگی، عمق‌بخشی ارتباط شخصی با تجربه هیجانی، بهبود وضعیت درون‌روانی و بهبود وضعیت تعاملی و تکلیف یادداشت نیازهای دل‌بستگی و وضعیت تعامل با همسر	آشنایی با درگیری عاطفی زوجین	پنجم	آشنایی با درگیری عاطفی زوجین
یافتن راه‌حل‌های جدید برای مشکل‌های قدیمی شامل بازسازی تعامل‌ها، تغییر رفتار، ایجاد هماهنگی در حس درونی نسبت به خود و رابطه و تغییر تعامل‌های غلبه بر موانع واکنش مثبت	یافتن راه‌حل‌های جدید برای مشکل‌های قدیمی شامل بازسازی تعامل‌ها، تغییر رفتار، ایجاد هماهنگی در حس درونی نسبت به خود و رابطه و تغییر تعامل‌های غلبه بر موانع واکنش مثبت	راه‌حل‌های جدید برای حل مشکل با همسر	ششم	راه‌حل‌های جدید برای حل مشکل با همسر
استفاده از دستاوردهای درمانی در زندگی روزانه شامل ماندن بر خط درمان و خارج‌نشدن، هماهنگی وضعیت‌های جدید ایجادشده و تکلیف شناسایی و یادداشت عوامل موثر بر صمیمیت	استفاده از دستاوردهای درمانی در زندگی روزانه شامل ماندن بر خط درمان و خارج‌نشدن، هماهنگی وضعیت‌های جدید ایجادشده و تکلیف شناسایی و یادداشت عوامل موثر بر صمیمیت	استفاده از دستاوردهای درمانی	هفتم	استفاده از دستاوردهای درمانی
بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش درگیری هیجانی برای تقویت دل‌بستگی زوجین	بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش درگیری هیجانی برای تقویت دل‌بستگی زوجین	حفظ درگیری هیجانی	هشتم	حفظ درگیری هیجانی

ابزارهای پژوهش حاضر شامل موارد زیر بودند.

**مقیاس نشخوار خشم (Anger Rumination Scale):** مقیاس نشخوار خشم توسط [Sukhodolsky et al \(2001\)](#) با ۱۹ گویه طراحی شد. برای پاسخگویی به هر گویه از اندازه‌های چهار درجه‌ای لیکرت از نمره یک (خیلی کم) تا نمره چهار (خیلی زیاد) استفاده شد. نمره مقیاس نشخوار خشم با مجموع نمره گویه‌های آن محاسبه و بر همین اساس حداقل و حداکثر نمره در آن به ترتیب شامل ۱۹ و ۷۶ بودند و نمره بالاتر نشان‌دهنده نشخوار خشم بیشتر است. [Sukhodolsky et al \(2001\)](#) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و نتایج حاکی از وجود چهار عامل پس‌فکرهای خشم، افکار تلافی‌جویانه، خاطره‌های خشم و شناختن علل بودند و پایایی را با روش‌های آلفای کرونباخ و بازآزمایی یک ماهه به ترتیب ۰/۷۷ و ۰/۹۳ گزارش کردند. [Marashi et al \(2022\)](#) پایایی مقیاس نشخوار خشم را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ محاسبه نمودند. در این پژوهش، مقدار پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ به دست آمد.

**مقیاس پرخاشگری پنهان ارتباطی (Communication Covert Aggression Scale):** مقیاس پرخاشگری پنهان ارتباطی توسط [Nelson & Carroll \(2006\)](#) با ۱۲ گویه طراحی شد. برای پاسخگویی به هر گویه از اندازه‌های هفت درجه‌ای لیکرت از نمره یک (خیلی کم) تا نمره هفت (خیلی زیاد) استفاده شد. نمره مقیاس پرخاشگری پنهان ارتباطی با مجموع نمره گویه‌های آن محاسبه و بر همین اساس حداقل و حداکثر نمره در آن به ترتیب شامل ۱۲ و ۸۴ بودند و نمره بالاتر نشان‌دهنده پرخاشگری پنهان ارتباطی بیشتر است. [Carroll et al \(2010\)](#) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی بررسی و تایید و پایایی را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۰ گزارش کردند. [Fooladi et al \(2025\)](#) پایایی مقیاس پرخاشگری پنهان ارتباطی را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ محاسبه نمودند. در این پژوهش، مقدار پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمد.

**پرسشنامه سبک‌های هیجانی (Emotional Style Questionnaire):** پرسشنامه سبک‌های هیجانی توسط [Kesebir et al \(2019\)](#) با ۲۴ گویه طراحی شد. برای پاسخگویی به هر گویه از اندازه‌های هفت درجه‌ای لیکرت از نمره یک (کاملاً مخالفم) تا نمره هفت (کاملاً موافقم) استفاده شد. نمره پرسشنامه سبک‌های هیجانی با مجموع نمره گویه‌های آن محاسبه و بر همین اساس حداقل و حداکثر نمره در آن به ترتیب شامل

۲۴ و ۱۶۸ بودند و نمره بالاتر نشان دهنده سبک‌های هیجانی مطلوب‌تر است. Kesebir et al (2019) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و نتایج حاکی از شش عامل نگرش به زندگی، انعطاف پذیری، شهود اجتماعی، خودآگاهی، حساسیت به محیط و توجه بودند و پایایی را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش کردند. Samadzade et al (2022) پایایی پرسشنامه سبک‌های هیجانی را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ محاسبه نمودند. در این پژوهش، مقدار پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

**پرسشنامه خشونت علیه زنان (Violence Against Women Questionnaire):** پرسشنامه خشونت علیه زنان توسط Haj-Yahia (2000) با ۳۲ گویه طراحی شد. برای پاسخگویی به هر گویه از اندازه‌های سه درجه‌ای لیکرت از نمره یک (هرگز) تا نمره سه (بیش از دو بار) استفاده شد. نمره پرسشنامه خشونت علیه زنان با مجموع نمره گویه‌های آن محاسبه و بر همین اساس حداقل و حداکثر نمره در آن به ترتیب شامل ۳۲ و ۹۶ بودند و نمره بالاتر نشان دهنده خشونت بیشتر علیه زنان است. Haj-Yahia (2000) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و نتایج حاکی از چهار عامل خشونت جسمی، خشونت روانی، خشونت مالی و خشونت جنسی بودند و پایایی را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ گزارش کردند. Latifian et al (2016) پایایی پرسشنامه خشونت علیه زنان را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ محاسبه نمودند. در این پژوهش، مقدار پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد.

داده‌های این مطالعه پس از گردآوری با ابزارهای فوق با روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند.

## یافته‌ها

در این پژوهش ۱۶ زوج در دو گروه مساوی (هر گروه ۸ زوج) حضور داشتند که میانگین و انحراف معیار سنی گروه آزمایش  $35 \pm 8/33$  و گروه کنترل  $35 \pm 6/72$  سال بود. نتایج میانگین و انحراف معیار نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی در جدول ۲ ارائه شد.

جدول ۲. نتایج میانگین و انحراف معیار نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
نشخوار خشم	آزمایش	۷۴/۱۳	۱۰/۹۴	۵۰/۵۳	۹/۶۹
	گواه	۶۷/۶۰	۱۱/۷۲	۶۶/۸۶	۱۰/۲۷
پرخاشگری پنهان ارتباطی	آزمایش	۶۰/۱۳	۸/۳۴	۴۵/۲۶	۷/۹۷
	گواه	۵۶/۵۳	۹/۱۴	۵۸/۶۶	۷/۴۱
سبک‌های هیجانی	آزمایش	۵۹/۲۵	۷/۵۸	۷۶/۵۸	۹/۳۰
	گواه	۶۴/۱۸	۸/۱۰	۶۴/۴۶	۸/۲۵

طبق نتایج جدول ۲، میانگین نشخوار خشم و پرخاشگری پنهان ارتباطی گروه آزمایش نسبت به گروه گواه از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون کاهش بیشتر و میانگین سبک‌های هیجانی گروه آزمایش نسبت به گروه گواه از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون افزایش بیشتری یافته است. همچنین، نتایج آزمون شاپیرو-ویلک نشان داد که فرض نرمال بودن متغیرهای نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی رد نشد ( $P > 0/05$ ). همچنین، نتایج آزمون ام‌باکس نشان داد که فرض همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس بر اساس آزمون لوین فرض همگنی واریانس‌ها رد نشد ( $P > 0/05$ ). در نتیجه، استفاده از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری مجاز می‌باشد. نتایج آزمون‌های چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان بر نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی در جدول ۳ ارائه شد.

جدول ۳. نتایج آزمون‌های چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان بر نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی

آزمون	ارزش	F	df فرضیه	df خطا	Sig	ضریب اتا
اثر پیلائی	۰/۶۱	۱۲/۳۴	۳	۲۳	۰/۰۰۰	۰/۶۱
لامبدای ویلکز	۰/۳۸	۱۲/۳۴	۳	۲۳	۰/۰۰۰	۰/۶۱
اثر هتلینگ	۱/۶۱	۱۲/۳۴	۳	۲۳	۰/۰۰۰	۰/۶۱
بزرگ‌ترین ریشه روی	۱/۶۱	۱۲/۳۴	۳	۲۳	۰/۰۰۰	۰/۶۱

طبق نتایج جدول ۳، زوج درمانی مبتنی بر هیجان حداقل باعث تغییر معنادار یکی از متغیرهای نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شده است ( $P < ۰/۰۰۱$ ). نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان بر هر یک از متغیرهای نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی در جدول ۴ ارائه شد.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان بر هر یک از متغیرهای نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	Sig	ضریب اتا
نشخوار خشم	اثر پیش‌آزمون	۱۰۸۶/۰۲	۱	۱۰۸۶/۰۲	۸/۱۳	۰/۰۰۷	۰/۰۴
	اثر درمان	۲۳۶۰/۰۵	۱	۲۳۶۰/۰۵	۱۷/۶۸	۰/۰۰۰	۰/۴۱
	خطا	۳۳۳۶/۱۰	۲۵	۱۳۳/۴۴			
پرخاشگری پنهان ارتباطی	اثر پیش‌آزمون	۲۱۷/۵۰	۱	۲۱۷/۵۰	۲/۳۵	۰/۱۳	۰/۰۸
	اثر درمان	۱۹۴۸/۹۵	۱	۱۹۴۸/۹۵	۲۱/۱۳	۰/۰۰۰	۰/۴۵
	خطا	۲۳۰۴/۹۵	۲۵	۹۲/۱۹			
سبک‌های هیجانی	اثر پیش‌آزمون	۱۱۰/۸۸	۱	۱۱۰/۸۸	۲/۰۷	۰/۱۵	۰/۰۷
	اثر درمان	۱۲۱۷/۳۱	۱	۱۲۱۷/۳۱	۲۴/۸۵	۰/۰۰۰	۰/۵۰
	خطا	۱۳۳۱/۴۳	۲۵	۵۳/۲۵			

طبق نتایج جدول ۴ و جدول میانگین‌ها، زوج درمانی مبتنی بر هیجان باعث کاهش نشخوار خشم و پرخاشگری پنهان ارتباطی و افزایش سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شد ( $P < ۰/۰۰۱$ ). نتیجه با نتایج پژوهش‌های Mohasseli (2024) و Nadri et al (2023) همسو بود که در تبیین آن می‌توان استنباط کرد که نشخوار خشم یعنی تفکر مداوم به موقعیت‌هایی که باعث عصبانیت می‌شوند که این پدیده نه تنها بر فرد تاثیر منفی می‌گذارد، بلکه می‌تواند به روابط نیز آسیب جدی وارد کند. زوج درمانی مبتنی بر هیجان روشی درمانی است که به‌طور خاص بر شناسایی، درک و مدیریت هیجان‌های منفی در روابط متمرکز می‌باشد. این شیوه درمانی از طریق شناسایی الگوهای فکری منفی، درک ریشه‌های هیجانی، تغییر

طبق نتایج جدول ۴ و جدول میانگین‌ها، زوج درمانی مبتنی بر هیجان باعث کاهش نشخوار خشم و پرخاشگری پنهان ارتباطی و افزایش سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شد ( $P < ۰/۰۰۱$ ).

### بحث و نتیجه‌گیری

خشونت خانگی پیامدهای جسمی، هیجانی و روان‌شناختی منفی زیادی برای خانواده در پی دارد. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان بر نشخوار خشم، پرخاشگری پنهان ارتباطی و سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی انجام شد.

عوامل سبب می‌شوند که زوج درمانی مبتنی بر هیجان باعث افزایش یا بهبود سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شوند.

مهم‌ترین محدودیت‌های پژوهش حاضر شامل استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند، بهره‌گیری از ابزارهای خودگزارشی جهت گردآوری داده‌ها و عدم وجود روش مداخله دیگر برای مقایسه اثربخشی روش زوج درمانی مبتنی بر هیجان با آن بودند. بنابراین، انجام پژوهش‌های بیشتر درباره مقایسه اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر هیجان با سایر روش‌های زوج درمانی مانند زوج درمانی مبتنی بر بهزیستی، مبتنی بر شفقت، مبتنی بر پذیرش و تعهد و غیره پیشنهاد می‌شود. پیشنهاد پژوهشی دیگر استفاده از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی ساده برای کاهش خطای نمونه‌گیری و بهره‌گیری از ابزارهای دیگر گزارشی است.

به‌طور کلی نتایج این مطالعه نشان داد که زوج درمانی مبتنی بر هیجان باعث کاهش نشخوار خشم و پرخاشگری پنهان ارتباطی و افزایش سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شد. طبق نتایج این مطالعه، درمانگران و متخصصان حوزه سلامت می‌توانند از روش زوج درمانی مبتنی بر هیجان در کنار سایر روش‌های درمانی برای بهبود ویژگی‌های هیجانی و ارتباطی زوجین به‌ویژه کاهش نشخوار خشم و پرخاشگری پنهان ارتباطی و افزایش سبک‌های هیجانی استفاده کنند.

#### 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.

پاسخ‌های هیجانی، تقویت ارتباط، افزایش همدلی باعث بهبود روابط زناشویی، حل تعارض‌های زناشویی، مقابله با مشکل‌ها و چالش‌های زندگی زناشویی می‌شوند. در نتیجه، این عوامل سبب می‌شوند که زوج درمانی مبتنی بر هیجان باعث کاهش نشخوار خشم زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شوند.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که زوج درمانی مبتنی بر هیجان باعث کاهش پرخاشگری پنهان ارتباطی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های Fooladi et al (2025) و Esmaeili et al (2023) همسو بود که در تبیین آن می‌توان استنباط کرد که زوج درمانی مبتنی بر هیجان یک روش درمانی قدرتمند است که به زوجین کمک می‌کند تا ریشه‌های عمیق احساس‌ها و تعارض‌های خود را شناسایی کنند، ارتباط‌های زناشویی خود را بهبود بخشند و خشونت و پرخاشگری را در خانواده کاهش دهند. روش زوج درمانی مبتنی بر هیجان از طریق شناسایی و درک هیجان‌های زیرین، تقویت پیوند عاطفی، آموزش مهارت‌های ارتباطی موثر، تغییر الگوهای فکری منفی و افزایش همدلی باعث بهبود ارتباط زناشویی و برقراری تعامل‌های مثبت میان آنان می‌شود که این عوامل می‌توانند سبب کاهش پرخاشگری پنهان ارتباطی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شوند.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که زوج درمانی مبتنی بر هیجان باعث کاهش نشخوار خشم و پرخاشگری پنهان ارتباطی و افزایش سبک‌های هیجانی زوجین دارای تجربه خشونت خانگی شد. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های Alimohammadi & Mohammadi Frud (2024) و Khojasteh Mehr et al (2013) همسو بود که در تبیین آن می‌توان استنباط کرد که زوج درمانی مبتنی بر هیجان بر شناسایی و پردازش هیجان‌ها تأکید دارد و این روش درمانی به زوجین کمک می‌کند تا آنها احساس‌های خود را بهتر درک و با آنها مواجه شوند. در این شیوه درمانی به زوجین کمک می‌شود تا هیجان‌های خود را بهتر درک و بشناسند و زندگی عاطفی سالم‌تری داشته باشند و بهتر بتوانند به تنظیم هیجانی در زندگی زناشویی خود بپردازند. زوج درمانی مبتنی بر هیجان به زوجین کمک می‌کند تا زوجین توانایی تنظیم هیجان خود را بهتر کنترل و مدیریت نمایند و از طریق آن احساس حمایت، امنیت و آسایش بیشتری داشته باشند. در نتیجه، این

## تشکر و قدردانی

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

## References

- Haj-Yahia, M. M. (2000). Implications of wife abuse and battering for self-esteem, depression, and anxiety as revealed by the second Palestinian national survey on violence against women. *Journal of Family Issues*, 21(4), 435-463. <https://doi.org/10.1177/019251300021004002>
- Hosaini, N., Safiri, Kh., & Seyedmirezai, S. M. (2021). Sociological analysis of the social and individual contexts and factors of domestic violence (Case study of victims of domestic violence in the cities of Zadeh, Tazeh, Abad and Javanrood). *Contemporary Sociological Research*, 9(17), 27-49. <https://doi.org/10.22084/csr.2021.21632.1796>
- Hosic, J., Simpson, K., Dunne, A., & Daffern, M. (2022). A study of the relationships between rumination, anger rumination, aggressive script rehearsal, and aggressive behavior in a sample of incarcerated adult males. *Journal of Clinical Psychology*, 78(9), 1925-1939. <https://doi.org/10.1002/jclp.23341>
- Ilgen, H., Israelashvili, J., & Fischer, A. (2021). Personal nonverbal repertoires in facial displays and their relation to individual differences in social and emotional styles. *Cognition & Emotion*, 35(5), 999-1008. <https://doi.org/10.1080/02699931.2021.1877118>
- Kesebir, P., Gasiorowska, A., Goldman, R., Hirshberg, M. J., & Davidson, R. J. (2019). Emotional style questionnaire: A multidimensional measure of healthy emotionality. *Psychological Assessment*, 31(10), 1234-1246. <https://doi.org/10.1037/pas0000745>
- Khojasteh Mehr, R., Shiralinia, Kh., Rajabi, Gh., & Beshlideh, K. (2013). The effects of emotion-focused couple therapy on depression symptoms reduction and enhancing emotional regulation in distressed couples. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 3(1), 1-18. [https://jac.scu.ac.ir/article\\_10668.html?lang=en](https://jac.scu.ac.ir/article_10668.html?lang=en)
- Kula, O., Machluf, R., Shahar, B., Greenberg, L. S., & Bar-Kalifa, E. (2024). The effect of therapists' enactment interventions in promoting vulnerability sharing in emotion focused couple therapy. *Psychotherapy Research*, 34(6), 748-759. <https://doi.org/10.1080/10503307.2023.2245961>
- Latifian, M., Arshi, M., Alipour, F., & Ghaedamini Harouni, G. (2016). Study on relationship of domestic violence with emotional divorce among married females in Tehran. *Social Work*, 5(2), 5-12. <https://socialworkmag.ir/article-1-183-en.html>
- Li, X., Wheeler, B. E., James, S. L., Le-Baron-Black, A. B., Holmes, E. K., & Yorgason, J. B. (2024). For richer, for poorer: Financial behaviors, power (im)balance, and relational aggression among different-gender newlyweds in the U.S. *Family Process*, 63(1), 176-191. <https://doi.org/10.1111/famp.12886>
- Marashi, S. H., Shehni Yailagh, M., & Omidian, M. (2022). The relationship between trait anger, moral disengagement, anger rumination and aggression in high school student: Test of a moderating mediator model. *Contemporary Psychology*, 17(2), 127-139. <https://doi.org/10.29252/bjcp.17.2.127>
- Mohasseli, F. (2024). A study on the effectiveness of emotion-oriented couple therapy and strategies based on emotion-oriented therapy on reducing rumination in couples and aggression in preschool students. *Journal of New Approaches to Children's Education*, 6(1), 47-60. <https://doi.org/10.22034/naes.2024.453260.1396>
- Moron, M., & Jonason, P. (2025). Relational aggression and interpersonal influence tactics. *Journal of Individual Differences*, 46(2), 77-88. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000438>
- Nadri, R., Sadeghi, M., & Ghazanfari, F. (2023). The effectiveness of emotion-based cognitive-behavioral therapy
- Alimohammadi, S., & Mohammadi Frud, H. (2024). The effectiveness of couple therapy based on Guttman's model on emotional distress and quality of marital relationships in betrayed women. *Journal of Research in Behavioral Sciences*, 21(4), 624-636. <https://rbs.mui.ac.ir/article-1-1672-en.html>
- Beasley, C. C., & Ager, R. (2019). Emotionally focused couples therapy: A systematic review of its effectiveness over the past 19 years. *Journal of Evidence-Based Social Work*, 16(2), 144-159. <https://doi.org/10.1080/23761407.2018.1563013>
- Bird, R. T., Hickey, H. K., Leavitt, M. J., & Robinson, J. L. (2022). The dark authoritarians: Profiling the personality, emotional style, and authoritarian attitudes of the major American parties. *Personality and Individual Differences*, 186(2), 111298. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111298>
- Bilucaglia, M., Laureanti, R., Circi, R., Zito, M., Bellati, M., Fici, A., & et al. (2022). Spectral differences in resting-state EEG associated to individual emotional styles. *Annual International Conference of the IEEE Engineering in Medical and Biology Society*, 2022, 4052-4055. <https://doi.org/10.1109/embc48229.2022.9871191>
- Bodenmann, G., Kessler, M., Kuhn, R., Hocker, L., & Randall, A. K. (2020). Cognitive-behavioral and emotion-focused couple therapy: Similarities and differences. *Clinical Psychology in Europe*, 2(3), e2741. <https://doi.org/10.32872/cpe.v2i3.2741>
- Carreras, R., Martin, A., Ruiz-Ortiz, R., Pascual-Sagastizabal, E., Del Puerto-Golzarri, N., & et al. (2023). Fathering and children's relational aggression: Moderating effects of children's temperament and gender. *Aggressive Behavior*, 49(4), 359-370. <https://doi.org/10.1002/ab.22078>
- Carroll, J. S., Nelson, D. A., Yorgason, J. B., Harper, J. M., Ashton, R. H., & Jensen, A. C. (2010). Relational aggression in marriage. *Aggressive Behavior*, 36(5), 315-329. <https://doi.org/10.1002/ab.20349>
- Cho, G. Y., Waite, E. E., Ammerman, B. A., & Dixon-Gordon, K. L. (2022). Testing the influence of brooding and anger rumination on the association between suicidal outcomes and BPD features in undergraduate students. *Archives of Suicide Research*, 26(1), 290-303. <https://doi.org/10.1080/13811118.2020.1755920>
- Esmaili, M., Maredpour, A. R., & Zadeh Bagheri, Gh. (2023). The comparison of effectiveness of emotion-focused couple therapy and acceptance and commitment therapy on covert relational aggression among women with marital conflicts. *Journal of Modern Psychological Researches*, 18(72), 49-60. <https://doi.org/10.22034/jmpr.2024.17496>
- Fooladi, A., Nourian, Z., Jameinezhad, F., Radaci, M., & Jalalian Sedaghati, M. (2025). Effectiveness of emotion-focused couple therapy on marital relationship quality, covert relational aggression and emotional divorce in couples seeking divorce. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 2(4), 1-13. <https://quarterlyecp.com/index.php/ecp/article/view/292>
- Gallagher, A., Updegraff, K. A., Padilla, J., & McHale, S. M. (2024). Sibling relational aggression: Developmental change and associations with family relationships across adolescence. *Journal of Family Psychology*, 38(7), 1063-1074. <https://doi.org/10.1037/fam0001258>

- in mental rumination of anger and marital virtues in conflicted couples. *Iranian Journal of Family Psychology*, 10(2), 104-119. <https://doi.org/10.22034/ijfp.2024.2014107.1272>
- Palmer, M. L., Keilholtz, B. M., Vail, S. L., & Spencer, C. M. (2024). The relationship between emotional intimate partner violence and other forms of violence: A metaanalytic review. *Family Process*, 63(4), 2291-2307. <https://doi.org/10.1111/famp.12992>
- Qu, W., Liu, M., & Ge, Y. (2024). Mindfulness decreases driving anger expression: The mediating effect of driving anger and anger rumination. *Accident, Analysis and Prevention*, 203, 107642. <https://doi.org/10.1016/j.aap.2024.107642>
- Samadzade, N., Hashemi Nosrat Abad, T., Mahmoud Alilou, M., & Bayrami, M. (2022). Evaluation of psychometric properties of emotional styles questionnaire (ESQ). *Journal of Psychological Science*, 21(109), 19-32. <http://dx.doi.org/10.52547/JPS.21.109.19>
- Senol, A., Akcay, F. G., & Dost, M. T. (2023). Emotion-focused couple therapy: A review of theory and practice. *Current Approaches in Psychology*, 15(1), 146-160. <https://doi.org/10.18863/pgy.1090793>
- Sukhodolsky, D. G., Golub, A., & Cromwell, E. N. (2001). Development and validation of the anger rumination scale. *Personality and Individual Differences*, 31(5), 689-700. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00171-9](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00171-9)
- 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, 1-10. <https://doi.org/10.1007/s10879-024-09645-7>
- Walter, B., Chung, D., Waters, R., & Watts, L. (2024). Exploring lived experience of family and domestic violence against women with disability: A scoping review. *Trauma, Violence & Abuse*, 25(3), 1925-1937. <https://doi.org/10.1177/15248380231201813>
- Yang, T., Chen, G., & Bi, C. (2022). Interpersonal mindfulness and forgiveness: Examining the mediating roles of anger rumination and state anger. *Aggressive Behavior*, 48(5), 466-474. <https://doi.org/10.1002/ab.22031>
- You, S., & Kwon, M. (2023). Influence of direct and indirect domestic violence on dating violence victimization. *Journal of Interpersonal Violence*, 38(5-6), 5092-5110. <https://doi.org/10.1177/08862605221120904>