



## فرا تحلیل اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی

مینا بابایی

دانش آموخته کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه آزاد واحد تهران شمال، تهران، ایران

رضا حسین پور\*

عضو هیئت علمی گروه علوم تربیتی دانشگاه جامع امام حسین (ع)، تهران، ایران - نویسنده مسئول

چکیده:

زمینه و هدف: زوج درمانی رفتاری - ارتباطی تا حدی مبتنی بر زوج درمانی رفتاری سنتی است، اما اثربخشی این نوع از رویکرد درمانی در بین زوجین مهم است. اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی در کارآزمایی بالینی ها بررسی و تایید شده است مطالعه حاضر با هدف فرا تحلیل مطالعات انجام شده در خصوص اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی انجام شد. در همین خصوص یک جستجوی مرور سیستماتیک به صورت آنلاین از اینترنت با استفاده از پایگاه ها و موتورهای جستجوی داده فارسی از جمله پایگاه داده نورمگز، سیویلیکا، سامانه علمی جهاد دانشگاهی و موتور جستجوی گوگل از سال 1390 تا 1402 انجام شد و غالب تحقیقات انجام شده حول محور موضوع اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی بررسی شد. جستجوی سیستماتیک منجر به یافته شدن 88 مقاله شد. پس از حذف موارد تکراری و غربالگری عنوان و چکیده مقالات، متن کامل 30 مطالعه باقی مانده از نظر واجد شرایط بودن به دقت بررسی شد. در نهایت 17 مقاله برای بررسی سیستماتیک انتخاب شدند. فرا تحلیل برای 17 مطالعه با پیامد اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی انجام شد نتایج نشان داد که اثر تمامی مطالعات مربوط به اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی تأثیر معنادار دارد ( $p > 0.001$ ) بدین صورت که این آموزش توانسته بود منجر به کاهش تعارضات زناشویی در بین زوجین شود.

کلیدواژه ها: اثربخشی، زوج درمانی رفتاری - ارتباطی، تعارضات زناشویی، فرا تحلیل

### 1-مقدمه و بیان مسئله

در میان همه نهادها، سازمان ها و نهادهای اجتماعی، خانواده مهم ترین، ارزشمندترین و مؤثرترین نقش ها را بر عهده دارد و اهمیت تربیتی و اجتماعی دارد. افراد از طریق خانواده وارد عرصه هستی می شوند و جامعه موجودیت و قوام خود را از شکل گیری افراد می گیرد و از آنجا که نهاد خانواده مولد نیروی انسانی و بیانگر سایر نهادهای اجتماعی است، اصلاح ساختار خانواده است. یکی از ارکان اساسی و نهادهای اصلی هر جامعه محسوب می شود. به گونه ای



که به رضایت زناشویی کمک کند، یکی از دغدغه های مهم پژوهشگران خانواده است (دهنوی، یوسفی و فرهادی<sup>۱</sup>، 2023). خانواده به عنوان مهمترین واحد جوامع شناخته می شود و ازدواج اساسی ترین رابطه انسانی است. زیرا ساختار اولیه روابط خانوادگی و رشد نسل های بعدی را تشکیل می دهد (نوابی نژاد، رستمی و پارساکیا<sup>۲</sup>، 2023). نظریه سیستم های خانواده پیشنهاد می کند که سیستم خانواده از زیر سیستم های مختلف مرتبط با یکدیگر تشکیل شده است: زناشویی، والدینی و دوستانه. این خرده سیستم ها را نمی توان به عنوان موجودیت های مستقل درک کرد، اما برای درک بافت خانواده و رشد افراد آن ها، باید به روابط و تأثیرات بین زیرسیستم ها پرداخت (مینوچن<sup>۳</sup>، 2018). به طور خاص، زیر سیستم زناشویی یا بین والدینی به روابط بین مراقبین کودک اشاره دارد. این زیرسیستم قبل از تولد کودک وجود دارد و در دوران کودکی و نوجوانی حفظ می شود. در مقایسه با زیرسیستم والدین، انتظار می رود که زیرسیستم بین والدینی با تقارن در رابطه مشخص شود. بنابراین، روابط زوجین باید عملکردی را ارائه دهد که توسط اعضای زوج مذاکره می شود (کارلسون و لول<sup>۴</sup>، 2016). این هنجارها نحوه درک این افراد از خود و یکدیگر را تعیین می کنند. وقتی رفتاری با مدل الگوی تعامل برقرار شده متفاوت باشد، می تواند تنش و تقابل را در زوج ایجاد کند. سازگاری زناشویی و رضایت زوجین از عوامل مهم در ایجاد یک رابطه خوب و پایدار تلقی می شود. در واقع رضایت زناشویی به معنای احساس شادی و نشاط زوجین از زندگی مشترک است. برای اکثر زوج ها، رضایت زناشویی حتی می تواند به عنوان منبع اصلی حمایت اجتماعی و محافظت در برابر بیماری های جسمی و روحی تلقی شود و موجب رضایت از زندگی و موفقیت در جامعه شود (دریک<sup>۵</sup> و همکاران، 2016). سطح بالای رضایت زناشویی بین زوجین منجر به افزایش توانایی سازگاری و برقراری روابط اجتماعی، افزایش امید به زندگی و کاهش خطر افسردگی و اختلالات روانی می شود. همچنین فرزندان این خانواده ها با توانایی سازگاری بیشتر به سطح تحصیلات بالاتری دست می یابند (واقعی، میری و قاسمی پور<sup>۶</sup>، 2009). اما اینکه تا چه مدت روابط بین زوجین می تواند پایدار بماند به نحوه تعامل زوجین بستگی دارد. اعضای خانواده از آنجایی که تعاملات زیادی با یکدیگر دارند، ممکن است باعث بروز تعارضات زناشویی در بین آنها شود تا بدین ترتیب زوجین عواطف بهتری نسبت به یکدیگر داشته باشند و در نتیجه تعارضات زناشویی کمتر رخ دهد (دهنوی و همکاران، 2023). تأثیر بین زیر سیستم والدین و خرده سیستم زناشویی دو طرفه است (کاکس، پیلی و هارتر<sup>۷</sup>، 2001). به این ترتیب تعارضات زوجین می تواند پیامدهایی در روابط والدین و سازگاری نوجوانانی که در این خانواده ها رشد می کنند داشته باشد. در واقع، شناسایی ابعاد متاثر از تعارض

1. Dehnavi, T. G., Yousefi, Z., & Farhadi,

2. Navabinejad, S., Rostami, M., & Parsakia

3. Minuchin

4. Carlson, J., & Lorelle,

5. Derrick

6. Wagheiy Miri & Ghasemipour,

7. Cox, M. J., Paley, B., & Harter,



زناشویی می تواند برای توسعه مداخلات و درمان ها در سطح خانواده و فردی و در نهایت محافظت از کودکان و نوجوانان در برابر تعارضات زناشویی مورد توجه قرار گیرد (مایا، فونتس، آركوس-رومرو و جیمز<sup>1</sup>، 2024). با این حال، تعارض همچنین می تواند به عنوان منبع استرس بین شرکا تفسیر شود، زمانی که به طور منفی با کیفیت زندگی آنها تداخل داشته باشد (استرج-اپل و پاتریک<sup>2</sup>، 2006). درگیری مخرب زمانی استفاده می شود که اختلاف بین شرکا با بروز احساسات و رفتارهای منفی مانند خشم، خصومت کلامی و غیرکلامی و/یا پرخاشگری فیزیکی مشخص شود. شاخص های اصلی به مشاجره، توهین، تهدید، تحقیر، فریاد زدن و/یا بدرفتاری بین والدین اشاره دارد (کامینگز<sup>3</sup> و همکاران، 2010). این تضادها در رفتارهای حل ناکارآمد، ارزیابی های شناختی منفی، انتظارات ناسازگار و راهبردهای مقابله ای سازگارانه ضعیف نهفته است. دلایل این تعارض می تواند بسیار متنوع باشد: اقتصاد، کار خانه، روابط خانوادگی، تفاوت در ارزش ها، انتظارات در مورد رابطه آنها، تمایلات جنسی، یا تحصیلات کودکان و غیره باشد (دوبرا<sup>4</sup>، 2017).

از جمله عواملی که تحت تأثیر تعارضات زناشویی می تواند آسیب ببیند و زوجین را از هم دور کند، کاهش رضایت زناشویی است. در واقع وقوع چنین شرایطی باعث می شود که زوج یا یکی از آنها احساس بزرگی داشته باشند. فاصله بین وضعیت موجود و وضعیت ایده آل و تلاش برای پر کردن این شکاف. رضایت زناشویی را می توان نتیجه رضایت کلی از زندگی مشترک، رضایت از روابط جنسی و رضایت عاطفی دانست (اوترو<sup>5</sup> و همکاران، 2020). تاکنون روش های مختلفی برای اصلاح ساختار خانواده شکل گرفته و مورد استفاده قرار گرفته است همچنین رویکردهای مختلفی در زمینه زوج درمانی وجود دارد که محققان خانواده درمانی در طول سال ها به دنبال سنجش اعتبار و کارایی آنها بوده اند. یکی از این رویکردها، رویکرد رفتاری-ارتباطی برنشتاین است (سودانی و همکاران، 1389). رویکرد زوج درمانی رفتاری است که توسط برنشتاین تدوین شده است. رویکرد زوج درمانی رفتاری آمیزه ی نظری و عملی رویکردهای نظام نگر شناختی و رفتاری است. این رویکرد مبتنی بران دسته از شیوه های درمانی است که برای حل مشکلات مربوط به ارتباط زوجین به کار میرود. مشکلاتی که میتواند ناشی از پرازیت های ادراکی بین زوجین باشد و آنان فاقد آگاهی و مهارت لازم جهت درک و حل مشکلات ناشی از چگونگی ارتباط باشد (افشاری و هوشیار، 1399). رویکرد رفتاری، ارتباطی آمیزه های نظری و عملی از رویکردهای نظام نگر شناختی و رفتاری است. الگوی رفتاری ارتباطی مجموعه ای از روشهای درمانی بالینی را ارائه می دهد و وجه تمایز آن، در هم ریختن سه نظام نظری (رفتاری، ارتباطی و شناختی) است که در دهه گذشته مورد پذیرش بوده اند. این رویکرد مبتنی بر آن دسته

<sup>1</sup> . Maya, Fuentes, Arcos-Romero & Jiménez

<sup>2</sup> . Sturge-Apple, M. L., & Patrick

<sup>3</sup> . Cummings

<sup>4</sup> . Dubra

<sup>5</sup> . Otero



از شیوه های درمانی است که برای حل مشکلات مربوط به ارتباط همسران به کار می رود (برتنشتاین و برتنشتاین، 1389)

برنامه های آموزش مهار خشم در پی نیاز جامعه برای کاهش پرخاشگری ناشی از خشم در حال رشد هستند. تا به امروز ارزیابی برنامه های مهار خشم نشاندهنده اثربخشی آنان بر مشکلات و تعارضات افراد بوده است. از سوی دیگر مدیریت خشم در زوج درمانی از اهمیت بالایی برخوردار است. توانایی مهار خشم منجر به کاهش پرخاشگری و بهبود کیفیت روابط زوجین می گردد؛ بنابراین، زوجین برای جلوگیری از اثرات منفی خشم و پرخاشگری در سلامت روان و افزایش رضایتمندی در زندگی زناشویی خود، بیش از گروههای دیگر نیازمند به مداخلات تخصصی و برنامه های آموزشی هستند (استراوب بارینتوس<sup>1</sup>، 2017). در همین خصوص افشاری نیا و هوشیار (1399) در تحقیقی نشان دادند بین این دو درمان از لحاظ تاثیر بر کیفیت روابط زناشویی زوجین ناسازگار تفاوت معنادار وجود دارد، زوج درمانی رفتاری اثر بیشتری در افزایش کیفیت روابط زناشویی داشت. بنابراین می توان نتیجه گرفت، زوج درمانی رفتاری در افزایش کیفیت روابط زناشویی زوجین ناسازگار موثر است. لذا می توان برای کاهش مشکلات ارتباطی زوجین ناسازگار و بهبود روابط زناشویی آن ها در مراکز زوج درمانی استفاده نمود. نتایج تحقیق سودانی و همکاران (1389) نیز نشان می دهد نتایج تحلیل فرضیه ها با استفاده از روش آماری تحلیل کواریانس تک متغیری و چند متغیری نشان داد که زوج درمانی رفتاری - ارتباطی برنشتاین باعث کاهش تعارضات زناشویی و مؤلفه های آن، شده است. با توجه به مبانی نظری و تجربی بحث شده، هدف از انجام این پژوهش آن است که با بهره گیری از فراتحلیل، ضمن حل تناقضهای احتمالی اندازه اثر ترکیبی تاثیر مداخلات مبتنی بر اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی اثربخشی روش زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر تعارضات زناشویی نیز بررسی می شود. اگرچه مطالعات متعددی در مورد اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی با یافته های مختلف انجام شده است، اما مطالعه مروری برای نتیجه گیری مبتنی بر شواهد در این زمینه انجام نشده است. بنابراین، این مرور سیستماتیک و فراتحلیل با هدف بررسی اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی انجام شد. که بر مبنای این هدف سوال اصلی پژوهش آن است که زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی چه تاثیری دارد؟

## 2-مروری بر مبانی نظری تحقیق

### تعارضات زناشویی

اختلافات زناشویی و طلاق از جمله استرس زاترین شرایطی است که افراد با آن مواجه می شوند. تعارض زناشویی را می توان به عنوان حالت تنش یا استرس بین زوج ها در حین انجام نقش های زناشویی خود توصیف کرد. به عبارت

<sup>1</sup> . Straub Barrientos



دیگر، تعارض زناشویی به عنوان تعامل بین همسرانی فرض می شود که دارای امور، دیدگاه ها و نظرات ناسازگار هستند (استرانگ<sup>۱</sup> و همکاران، 2011).

## رضایت زناشویی

رضایت زناشویی عبارت است از سازگاری رفتارهای زناشویی زوجین با یکدیگر و وجود تفاهم، همدلی و محبت بین آنها. به عبارت دیگر رضایت زناشویی عبارت است از وجود رابطه دوستانه همراه با منطق، تفاهم، درک متقابل، ارضای نیازهای مادی و معنوی زن و مرد. در واقع، برای بسیاری، جلب رضایت از رابطه زناشویی مهم ترین منبع رضایت تلقی می شود، حتی مهم تر از منابعی مانند کار، دوستان و حتی فرزندان (دهنوی و همکاران، 2023). از سوی دیگر باید توجه داشت که رضایت زناشویی یک ارزیابی کلی از وضعیت رابطه زناشویی یا رابطه عاشقانه فعلی فرد است. بنابراین، رضایت زناشویی را می توان یک وضعیت روانی دانست که به خودی خود به وجود نمی آید، بلکه نیازمند تلاش هر دو زوج است. بر این اساس، رضایت زناشویی حاصل سازگاری زن و شوهر در ابعاد مختلف زندگی مشترک است که استحکام بنیان خانواده را تضمین می کند (هو، جیانگ و وانگ<sup>۲</sup>، 2019).

## زوج درمانی رفتاری - ارتباطی

رویکرد زوج درمانی رفتاری - ارتباطی، تلفیقی از رویکرد درمانی شناختی و رویکرد درمانی رفتاری و دربردارنده تمامی مبانی نظری این دو رویکرد است. درمانگر استراتژی های تغییر رفتاری از قبیل آموزش مهارت های برقراری ارتباط را با بازسازی شناختی ترکیب می کند. در این شیوه به مراجع کمک می شود تا الگوهای تفکر مخرب و رفتار ناکارآمد خود را تشخیص دهد و سپس برای کسب توانایی تغییر آنها از بحث های منظم و تکالیف رفتاری سازمان یافته ای استفاده نماید (باکوم<sup>۳</sup> و اپشتاین، 2002).

## فرا تحلیل

متاآنالیز ترکیبی آماری از نتایج دو یا چند مطالعه مجزا است. مزایای بالقوه متاآنالیزها شامل بهبود دقت، توانایی پاسخگویی به سؤالاتی است که توسط مطالعات فردی مطرح نشده است، و فرصتی برای حل و فصل اختلافات ناشی از ادعاهای متضاد است (نوردمن، کاسندا و بریل<sup>۴</sup>، 2012). متاآنالیزها می توانند یک اثر خلاصه کلی ارائه دهند که به تعیین اینکه آیا زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات موثر است که ارزش هدف قرار دادن در مداخلات را دارد یا خیر کمک می کند. نکته مهم، نقطه قوت یک متاآنالیز این است که مکمل کاملی از ابزارهای آماری را برای ارزیابی واریانس اندازه اثر بین مطالعات فراهم می کند (کاوانا، برت و بریگنل<sup>۵</sup>، 2023). در مقابل، بدون چنین

<sup>1</sup> . Strong

<sup>2</sup> . Hou, Jiang & Wang

<sup>3</sup> Baucom

<sup>4</sup> . Nordmann, Kasenda & Briel

<sup>5</sup> . Kavanagh, Brett & Brignell



تحلیل‌های آماری، یک بازبین روایت در توانایی خود برای ارزیابی دقیق الگوی واریانس و خطرات سوگیری تفسیر از طریق روش‌هایی مانند شمارش آرای  $p$ -value محدود است. بنابراین، این مطالعه با هدف استفاده از ابزارهای آماری یک متاآنالیز برای درک اثر خلاصه، اما مهمتر از آن، کمی کردن بهتر میزان واریانس اندازه اثر و در نظر گرفتن پیامدهای این واریانس بود.

### 3-روش تحقیق

روش این پژوهش از نوع فراتحلیل است. روش فراتحلیل به پژوهشگر امکان می‌دهد که در مقایسه با انجام پژوهش با یک روش، به شناختی بیشتر از پدیده‌ها برسد، زیرا با ترکیب مطالعات انجام شده نتیجه‌گیری کلی حاصل می‌شود پژوهشگر سعی بر ثبت ویژگیها و یافته‌های پژوهشها در قالب مفاهیم کمی دارد و آنها را آماده استفاده، از روشهای نیرومند آماری می‌سازد تا از این طریق به نتایج منسجم و یکپارچه برسد. این پژوهش از نظر نوع پژوهش، همبستگی و از نظر روش پژوهش، توصیفی محسوب میشود.

برای گردآوری اطلاعات در قسمت ادبیات و مبانی تئوریک از منابع کتابخانه‌ای و برای قسمت اصلی تحقیق که شامل مرور مطالعات بود از منابع مرتبط و در دسترس (مقالات) استفاده شد.

مطالعه منابع دست اول در زمینه موضوع تحقیق، ابزار اصلی جمع‌آوری اطلاعات این پژوهش را تشکیل می‌دهد، زیرا در روش فراتحلیل تمامی پژوهشهای مربوط یا تعداد قابل توجهی از آنها باید مورد بررسی قرار گیرد. منظور از منابع دست اول، اصل پژوهشهای انجام شده در زمینه مورد نظر است، زیرا در روش فراتحلیل گزارشهای پژوهشی مختصر قابل استفاده نیست. علاوه بر آن، برای افزایش اعتبار نتایج پژوهشی، همگام انتخاب پژوهشها، بررسیهای زیر مورد توجه قرار گرفت:

(الف) آیا با توجه به آماره‌های موجود امکان محاسبه اندازه اثر وجود دارد؟

(ب) آیا پژوهشهای مورد نظر حاوی اطلاعات کافی برای ترکیب کمی هستند؟

(ج) آیا از روش نمونه‌گیری مناسب استفاده شده است؟

(د) آیا از روشهای آماری صحیح استفاده شده است؟

(ه) ابزار گردآوری اطلاعات در هر پژوهش چه بوده و آیا روایی و پایایی آن بررسی شده است؟

در صورتی که ملاکهای فوق در پژوهش صادق بوده آن پژوهش در فراتحلیل گنجانده شده است.

ترکیب نتایج روش اصلی فراتحلیل است که پس از تبدیل آماره‌ها به برآورد اندازه اثر، روش هُدجس مورد استفاده قرار خواهد گرفت. روش هُدجس یکی از سه روشی است که در سالهای اخیر در میان پژوهشگران عمومیت یافته است (استرنیر، 2003). رایجترین شاخص‌های مورد استفاده در فراتحلیل  $d$  و  $r$  است که در پژوهشهای همبستگی و  $d$  برای تفاوت‌های گروهی به کار می‌رود. همان‌طور که گفته شد، هدف اساسی فراتحلیل ترکیب





اطلاعات پژوهشهای متعددی است که احتمالاً با روشهای گوناگون انجام شده است. برای مثال، اگر در یک پژوهش در سطح مقیاسهای اسمی، فراوانی گزارش شده باشد باید از مجذور خی و اگر در پژوهش دیگر مقایسه دو گروهی انجام شده باشد باید از آزمون  $\chi^2$  استفاده شود. همچنین، اگر پژوهش رابطه ای باشد باید از ضریب همبستگی و اگر مقایسه چند گروهی باشد باید از تحلیل واریانس استفاده نمود. موضوع فراتحلیل این است که چگونه این نتایج که با روشهای گوناگون انجام شده است با یکدیگر ترکیب می گردد در این تحقیق از تحلیل واریانس استفاده شد. اندازه اثر نشان دهنده میزان یا درجه حضور پدیده در جامعه است. هر چه اندازه اثر بزرگتر باشد، درجه حضور پدیده بیشتر است. بر اساس تفسیر اندازه اثر کم، اگر  $r=0/1$  و  $d=0/2$  باشد، اندازه اثر کوهن، اگر  $r=0/3$  و  $d=0/5$  باشد، اندازه اثر متوسط و اگر  $r=0/5$  و  $d=0/8$  باشد، اندازه اثر زیاد است.

اطلاعات جمع آوری شده، شامل اعداد و ارقامی بدون معنی می باشند، تجزیه و تحلیل اطلاعات به عنوان بخشی از فرآیند روش تحقیق علمی یکی از پایه های اصلی هر مطالعه و پژوهش به شمار می رود، که به وسیله آن کلیه فعالیتهای تحقیقی تا رسیدن به یک نتیجه، کنترل می شوند. ابتدا باید داده ها را تجزیه و تحلیل نمود و سپس نتایج این تجزیه و تحلیل را مورد تعبیر و تفسیر قرار داد. اطلاعات لازم برای تحقیق حاضر بعد از جمع آوری در محیط نرم افزاری SPSS با اعمال آزمونهای آماری مناسب با توجه به سؤالات تحقیق، تجزیه و تحلیل گردید و در این فصل نتایج گردآوری شده و تجزیه و تحلیل های صورت گرفته داده ها بر مبنای استنباط آماری و به کمک فنون آماری مناسب ارائه می شود. در ادامه، ابتدا اطلاعات تفصیلی تحقیقات مورد بررسی توصیف و تحلیل می شوند.



جدول 1- اطلاعات تفصیلی پیرامون پژوهشهای مورد استفاده در فراتحلیل

شماره	عنوان تحقیق	سال برآ	شیوه مطالعه	تعداد فرضیه	حجم نمونه	شیوه نمونه گیری	ابزار جمع آوری	آزمون
1	اثربخشی زوج درمانی رفتاری - تلفیقی و زوج درمانی گاتمن بر کیفیت روابط زناشویی و صمیمیت زناشویی	1402	طرح آزمایشی تک موردی، از نوع خط پایه چندگانه ناهمزمان	2	شش زوج	نمونه گیری غیر تصادفی در	پرسشنامه	ترسیم دیداری، شاخص تغییر پایا و درصد بهبودی
2	مقایسه اثربخشی زوج درمانی شناختی مک کی و طرحواره درمانی بر تکانشگری و بهبود عملکرد رابطه در زوجین دارای تعارض زناشویی شهر قم	1401	مه آزمایشی با گروه کنترل و آزمایش	4	45 زوج	تصادفی ساده	پرسشنامه	تحلیل واریانس چندراهه
3	مقایسه اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و زوج درمانی به شیوه گاتمن بر صمیمیت زناشویی زوج های دارای تعارض زناشویی	1401	پیش آزمون - پس آزمون با پیگیری	4	18 زوج	گمارش تصادفی	پرسشنامه	تحلیل واریانس مختلط
4	تعیین اثربخشی زوج درمانی شناختی- رفتاری بر تعارضات زناشویی، دلزدگی زناشویی و خودنظم جویی هیجانی زوجین در معرض طلاق شهرستان بانه	1401	پیش آزمون - پس آزمون با پیگیری	4	30 زوج	تصادفی در دسترس	پرسشنامه	تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و آزمون تعقیبی بونفرونی





آنالیز واریانس با اندازه گیری مکرر	پرسشنامه	تصادفی در دسترس	60 نفر	4	پیش آزمون - پس آزمون با پیگیری	1401	مقایسه اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد با زوج درمانی شناختی-رفتاری بر تعارض زناشویی و انعطاف پذیری شناختی در زنان متأهل دارای دلزدگی زناشویی	5
تحلیل کوواریانس	پرسشنامه	تصادفی ساده	30 زوج	3	شبیه آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون همراه با گروه کنترل	1401	کارآمدی زوج درمانی شناختی - رفتاری مبتنی بر آموزه های اسلامی بر تعارضات زناشویی، صمیمیت زناشویی و بخشایشگری زوجین	6
تحلیل کوواریانس	پرسشنامه	تصادفی ساده	30 زن	3	شبیه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون و پیگیری	1400	اثر بخشی زوج درمانی شناختی - رفتاری گروهی بر کیفیت روابط زناشویی، صمیمیت زناشویی، افسردگی زناشویی زنان خیانت دیده	7
تحلیل کوواریانس	پرسشنامه	تصادفی در دو گروه کنترل و	تعداد ۱۸ زوج (۳۶ نفر) به صورت داوطلبانه	4	مه آزمایشی با گروه کنترل و آزمایش	1400	اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر مولفه های هوش هیجانی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش سازگاری زوجین متقاضی طلاق	8



تحلیل کوواریانس یکراهه و چندراهه	پرسشنامه	تصادفی ساده	30 زوج	2	شبه آزمایشی و از نوع پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل	1400	اثربخشی زوج درمانی گروهی بر صمیمیت جنسی و دلزدگی زناشویی در زوجین دارای تعارضات زناشویی	9
آزمون تحلیل واریانس تک متغیری و چند متغیری	پرسشنامه	نمونه گیری در دسترس	30 زوج	2	مه آزمایشی با گروه کنترل و آزمایش	1399	اثربخشی زوج درمانی رفتاری-ارتباطی بر تعارضات زناشویی و عملکرد خانواده	10
(تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و آزمون تعقیبی بن فرونی	پرسشنامه	نمونه گیری تصادفی	14 زوج	3	مه آزمایشی با گروه کنترل و آزمایش	1399	اثربخشی آموزش مبتنی بر واقعیت درمانی بر فرسودگی زناشویی زوجین دارای تعارض زناشویی	11
ترسیم دیداری، شاخص تغییر پایه و فرمول درصد بهبودی تحلیل	پرسشنامه	تصادفی ساده	6 زوج	2	طرح آزمایشی تک موردی از نوع خط پایه چندگانه ناهمزمان	1398	اثربخشی زوج درمانی متمرکز بر هیجان (EFCT) و زوج درمانی رفتاری یکپارچه نگر (IBCT) بر بازسازی الگوهای ارتباطی زوجین دارای تعارض زناشویی	12
تحلیل کوواریانس چند متغیری	پرسشنامه	تصادفی ساده	45 زوج ناسازگار	2	در پیش آزمون و پس آزمون	1398	بررسی تطبیقی اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار و زوج درمانی روایتی بر تعارضات زناشویی.	13



تحلیل کوواریانس چند متغیری	پرسشنامه	نمونه گیری در دسترس	20 زوج	2	پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با گروه کنترل نیمه آزمایشی با طرح	1397	بررسی اثربخشی زوج درمانی کوتاه مدت بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین در آستانه طلاق	14
تحلیل کواریانس تک متغیری و چند متغیری	پرسشنامه	تصادفی ساده	20 زوج	2	طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل	1394	بررسی اثربخشی آموزش مهارت های ارتباطی به شیوه شناختی رفتاری بر نقش افزایش صمیمیت و زناشویی زوجین	15
تحلیل کوواریانس	پرسشنامه	تصادفی ساده	30 زوج	1	طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل	1393	اثر بخشی زوج درمانی گروهی شناختی- رفتاری (GCBCT) بر کاهش دلزدگی زناشویی	16
تحلیل کوواریانس	پرسشنامه	تصادفی ساده	14 زوج	2	طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل	1392	اثربخشی آموزش گروهی مهارت های ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین	17

همانطوری که مشاهده می شود در مجموعه 17 مطالعه برای این تحقیق انتخاب شد که خلاصه ای اطلاعات این مطالعات در جدول بالا ارائه شده است. در ادامه اطلاعات توصیفی مقالات تشریح شده است

#### 4- یافته های تحقیق

همانطوری که مشاهده می شود از بین 17 مطالعه بررسی شده 1 مطالعه مربوط به سال 1402، 5 مطالعه برای سال 1401، تعداد 3 مطالعه مربوط به سال 1400، 2 مطالعه برای سال 1399، 2 مطالعه برای سال 1398 و به ترتیب 1 مطالعه برای سال 97، 94، 93 و 92 است.

یافته ها نشان داد تمامی مطالعات از نوع نیمه تجربی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. همچنین در خصوص تعداد فرضیه های 8 مطالعه برابر با 2 فرضیه بود، پنج مطالعه دارای 4 فرضیه، سه مطالعه دارای 3 فرضیه و یک مطالعه نیز دارای یک فرضیه بود.

تمامی مطالعات بررسی شده برای گردآوری داده های تحقیق از پرسشنامه استفاده کرده بودند. غالب روش نمونه گیری نیز به صورت تصادفی ساده و در دسترس بوده است و در نهایت اکثر مطالعات از تحلیل کوواریانس استفاده کرده اند

بر اساس نتایج بدست آمده می توان بیان کرد سطح معناداری برای تمامی مطالعات (0.001) کوچکتر از سطح استاندارد (0.005) است لذا می توان گفت ضمن اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی این تاثیرات متفاوتی دارند.

جدول 2- اطلاعات مربوط به فرضیه های مورد استفاده در تحقیق

شماره مطالعه	میانگین مجزورات	f مقدار	سطح	اندازه اثر
1	74/79	30/31	0/001	0/587
2	2907/05	473/90	0/001	0/418
3	397/26	16/57	0/001	0/50
4	38/56	247/864	0/001	0/541
5	127/321	132/932	0/001	0/696
6	247/29	12/29	0/001	0/386
7	175/57	13/07	0/003	0/20
8	49/700	21/23	0/001	0/489
9	846/51	226/43	0/001	0/86
10	1638/25	82/86	0/001	0/421
11	79/98	31/18	0/001	0/430
12	43/55	45/53	0/001	0/341
13	742/061	21/825	0/001	0/303
14	42/11	17/25	0/001	0/25
15	584/39	32/58	0/001	0/475
16	2612/43	54/93	0/001	0/69
17	68/81	14/70	0/001	0/39



با توجه به نتایج یافته های این تحقیق مشاهده می شود میزان سهم تبیین کنندگی تاثیر اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی در هر یک از مطالعات را نشان می دهد. بررسی این اثرات مبنی بر اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی در مطالعات مختلف در سطح ( $\text{sig}=0.001$ ) دارای تأثیر معناداری است

## 5- نتیجه گیری و پیشنهادات

در طول دهه گذشته، پذیرش و کاربرد زوج درمانی به شدت افزایش یافته است. ارتباط پریشانی رابطه با اختلال در بهزیستی عاطفی و جسمی فردی بر اهمیت بهبود و گسترش راهبردهای مبتنی بر تجربی برای درمان پریشانی زوجین تأکید کرد (اسنایدر<sup>۱</sup>، کاستلانی و ویسمن، 2006). تاکنون، اثربخشی شش درمان مبتنی بر زوج مختلف برای پریشانی زوجها مورد حمایت قرار گرفته است: رفتار درمانی سنتی، درمان شناختی-رفتاری، درمان رفتاری یکپارچه، درمان متمرکز بر عاطفه، درمان سیستمیک یکپارچه، و زوج درمانی بینش گرا (اسنایدر و همکاران، 2006). اگرچه زوج درمانی رفتار یک مدل نظری مبتنی بر زوج است، اما ماهیت وابسته به هم به آن اجازه می دهد تا برای درمان مشکلات فردی مانند اختلالات روان شناختی، مشکلات سلامتی، و اختلالات جنسی، و همچنین مشکلات دوتایی مانند تعارض رابطه، ارزش زیادی داشته باشد. عوامل استرس زای خارجی مانند مشکلات مالی می توان آن را به خوبی با درمان های متمرکز بر فردی ادغام کرد. زوج درمانی رفتار ارتباطی به شرکا در دستیابی به ارزیابی های واقع بینانه از عوامل استرس زا و توانایی های آنها کمک می کند (اپیستاین و ژانگ<sup>۲</sup>، 2017).

زوج درمانی رفتاری - ارتباطی نشان می دهد که زوجها اغلب با یک یا دو موضوع گسترده در رابطه خود دست و پنجه نرم می کنند، مانند کشمکش بر سر اینکه چقدر به یکدیگر وابسته یا مستقل باشند. برای درک این موضوع، زوج درمانی رفتاری - ارتباطی د و ایده اصلی را از دیگر تحقیقات روابط نزدیک وام گرفته است (کریستین و داس<sup>۳</sup>، 2017). هدف زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بهبود تعامل زوجین است. زوجها هنگامی به درمان مراجعه می کنند که مشکلات به بحران رسیده است، به نظر میرسد که بیشتر احساس خشم و بی اعتمادی میان آنان حکم فرما باشد تا احساس پذیرش و همکاری، بنابراین وظیفه درمانگر آن است که باید اتهام ها و گلایه های همسران را از یکدیگر به کوشش مشترک برای مشکل گشایی دگرگون کنند.

تحقیق حاضر با هدف فراتحلیل مطالعات انجام شده در خصوص اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی انجام شد در همین خصوص 17 مطالعه انتخاب و بررسی شد یافته ها نشان داد که تمامی مطالعات

<sup>1</sup> . Snyder

<sup>2</sup> . Epstein, N. B., & Zheng

<sup>3</sup> . Christensen & Doss



اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی موثر است. - شیوه های زوج درمانی رفتاری - ارتباطی به منظور بهبود روابط در زوجین می تواند مورد استفاده قرار گیرد. همچنین در جلسات مشاوره پیش از ازدواج نیز می توان از هر یک از فنون و تمرینات دو شیوه مذکور به صورت فیلم و جزوه جهت پیش گیری از مشکلات مورد استفاده قرار گیرد.

پژوهش حاضر نیز مانند هر پژوهش دیگر با محدودیت هایی نظیر شیوه نمونه گیری در دسترس، حجم نمونه کم و اجرای درمان توسط یک درمانگر، روبه رو بوده است. پیشنهاد میشود برای جلوگیری و کنترل هرگونه سوگیری، از درمانگران بیشتری استفاده شود. گروه نمونه پژوهش زوجهای دارای سطح تعارض زناشویی خفیف تا متوسط بودند؛ پیشنهاد می شود پژوهش در زوجهای متعارض که سطح تعارض زناشویی بالاتری دارند نیز انجام شود. تحصیلات آزمودنیهای این پژوهش از دیپلم تا لیسانس بود؛ به این دلیل، احتمال اینکه روشه ای به کار گرفته شده در این پژوهش روی افرادی با این سطح تحصیلات اثر بیشتری داشته باشد، وجود دارد.

### منابع:

- ادبی هیوا، آزموده معصومه، مصرآبادی جواد، حسینی نسب سید داوود (۱۴۰۱). تعیین اثربخشی زوج درمانی شناختی- رفتاری بر تعارضات زناشویی، دلزدگی زناشویی و خودنظم جویی هیجانی زوجین در معرض طلاق شهرستان بانه. مجله مطالعات ناتوانی. ۲۰۷-۱۲:۲۰۷.
- افشاری نیا، کریم و هوشیار، فاطمه. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی زوج درمانی رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت روابط زناشویی زوجین ناسازگار شهر شیراز. فصلنامه زن و جامعه، ۱۱(۴۲)، ۱۸-۱.
- امانی، احمد و لطافتی بريس، رامین. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش گروهی مهارت های ارتباطی بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین. مشاوره کاربردی، ۳(شماره ۲)، ۳۶-۱۷.
- آجری، مارال، امیری، حسن، حسینی، سعیده السادات و افشاری نیا، کریم. (۱۴۰۰). اثر بخشی زوج درمانی شناختی- رفتاری گروهی بر کیفیت روابط زناشویی، صمیمیت زناشویی، افسردگی زناشویی زنان خیانت دیده. خانواده درمانی کاربردی، ۲(۴)، ۷۰-۵۲.
- بلوچ زاده، اکرم و قنبری، زهرا. (۱۴۰۱). کارآمدی زوج درمانی شناختی - رفتاری مبتنی بر آموزه های اسلامی بر تعارضات زناشویی، صمیمیت زناشویی و بخشایشگری زوجین. مطالعات جنسیت و خانواده، ۱۰(۱)، ۱۳۶-۱۱۷.
- پناهی فر سجاد، مومنی آریا (۱۴۰۰). اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر مولفه های هوش هیجانی بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش سازگاری زوجین متقاضی طلاق. مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت. ۸ (۴): ۳۸-۵۰.
- پیرفلک، مهرداد، سودانی، منصور و شفیع آبادی، عبدالله. (۱۳۹۳). اثر بخشی زوج درمانی گروهی شناختی- رفتاری (GCBCT) بر کاهش دلزدگی زناشویی. مشاوره و روان درمانی خانواده، ۴(۲)، ۲۶۹-۲۴۷.



- ترکان علیرضا، فرهادی هادی، گل پرور محسن (۱۳۹۸). بررسی تطبیقی اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار و زوج درمانی روایتی بر تعارضات زناشویی. تحقیقات علوم رفتاری. ۱۳۹۸؛ ۱۷ (۱): ۱۵۹-۱۷۰
- جعفری منش مریم، زهرا کار کیانوش، تقوایی داوود، پیرانی ذبیح (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مبتنی بر واقعیت درمانی بر فرسودگی زناشویی زوجین دارای تعارض زناشویی. تحقیقات علوم رفتاری. ۱۳۹۹؛ ۱۸ (۳): ۲۸۸-۲۹۹.
- جلالوند، داود، گودرزی، کورش، کریمی، جواد و یعقوبی، ابوالقاسم. (1402). اثربخشی زوج درمانی رفتاری - تلفیقی و زوج درمانی گاتمن بر کیفیت روابط زناشویی و صمیمیت زناشویی. خانواده پژوهی، 19(1)، 107-124.
- حسینی سید رحمان، تاجیک اسماعیلی عزیزاله، ثنائی ذاکر باقر، رسولی محسن (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و زوج درمانی به شیوه گاتمن بر صمیمیت زناشویی زوج های دارای تعارض زناشویی مجله علوم روانشناختی. ۲۱ (۱۱۰): ۳۰۴-۲۸۷.
- رفیعی سویری، مریم، چهری، آریتا، حسینی، سعیده السادات و امیری، حسن. (1401). مقایسه اثربخشی زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد با زوج درمانی شناختی-رفتاری بر تعارض زناشویی و انعطاف پذیری شناختی در زنان متأهل دارای دلزدگی زناشویی. خانواده درمانی کاربردی، 3(2)، 317-339.
- رنشتاین، فلیپ. ا؛ برنشتاین، مارس (۱۳۸۹). زناشویی درمانی (از دیدگاه رفتاری/ارتباطی)، ترجمه پورعابدی نائینی، سید حسن؛ منشئی، غلامرضا. تهران: رشد .
- سودانی، منصور، نظری فر، محسن و مهرابی زاده هنرمند، مهناز. (1389). اثربخشی زوج درمانی رفتاری - ارتباطی برنشتاین بر تعارضات زناشویی. روان شناسی بالینی، 2(4)، 1-9.
- طرفی عمیدپور، شمس الدین، عطاری، یوسفعلی و حمید، نجمه. (1394). بررسی اثربخشی آموزش مهارت های ارتباطی به شیوه شناختی رفتاری بر نقش افزایش صمیمیت و زناشویی زوجین. مجله علمی پزشکی جندی شاپور، 14(2)، 223-229.
- متولی، معصومه سادات و پاکدامن، مجید و رستگار، محمدعارف و پیراینده، پروین و رستگار، مرضیه، (۱۳۹۷)، بررسی اثربخشی زوج درمانی کوتاه مدت بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین در آستانه طلاق. مجله مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی، دوره: 3، شماره: 33
- محمودی بختیار، مرادی امید، گودرزی محمود، سید الشهدایی اسرین (۱۴۰۰). اثربخشی زوج درمانی گروهی بر صمیمیت جنسی و دلزدگی زناشویی در زوجین دارای تعارضات زناشویی. روان پرستاری. ۹ (۳): ۷۳-۸۲.
- Carlson, J., & Lorelle, S (2016). The daily dialogue. In Techniques for the Couple Therapist (pp. 62-65). Routledge.
- Maya, J., Fuentes, I., Arcos-Romero A. I., & Jiménez, L. (2024). Parental Attachment and Psychosocial Adjustment in Adolescents Exposed to Marital Conflict. Children, 11(3), 291



- Cox, M. J., Paley, B., & Harter, K. (2001). Interparental conflict and parent-child relationships. *Interparental conflict and child development: Theory, research and applications*, 249-272
- ,Cummings, E. M., Cummings, J. S., Goeke-Morey, M. C., Du Rocher Schudlich :T. D., & Cummings, C. M. (2010). Conflict in the interparental system (CIS) .*Observational coding. Marital conflict and children*, 229-233
- Dehnavi, T. G., Yousefi, Z., & Farhadi, H. (2023). The effectiveness of imago therapy on marital satisfaction and emotional experience towards the spouse among the men with marital conflicts. *Journal of Education and Health .Promotion*, 12(1), 418
- .,Derrick, J. L., Houston, R. J., Quigley, B. M., Testa, M., Kubiak, A., Levitt, A Leonard, K. E. (2016). (Dis) similarity in impulsivity and marital & ... satisfaction: A comparison of volatility, compatibility, and incompatibility .*hypotheses. Journal of research in personality*, 61, 35-49
- Dubra, M. (2017). Relationship between Interparental Conflict, Child Well-Being and Family Climate: A Comparison between Hearing Parents with Deaf Children and with Hearing Children (Doctoral dissertation, University of A .(Coruña
- Hou, Y., Jiang, F., & Wang, X. (2019). Marital commitment, communication and marital satisfaction: An analysis based on actor–partner interdependence .model. *International journal of psychology*, 54(3), 369-376
- Kavanagh, M., Brett, C., & Brignell, C. (2023). What is the reported relationship between self-esteem and gaming disorder? A systematic review and meta- .analysis. *Computers in Human Behavior*, 107776
- .Minuchin, S. (2018). *Families and family therapy*. Routledge
- 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 (JARAC)*, 5(1), 1-8
- Nordmann, A. J., Kasenda, B., & Briel, M. (2012). Meta-analyses: what they can .and cannot do. *Swiss medical weekly*, 142(0910), w13518-w13518

- Otero, M. C., Wells, J. L., Chen, K. H., Brown, C. L., Connelly, D. E., Levenson R. W., & Fredrickson, B. L. (2020). Behavioral indices of positivity resonance .associated with long-term marital satisfaction. *Emotion*, 20(7), 1225
- Straub Barrientos, M. P. (2017). Therapist Common Factors and Changes in Client Anger Management in the Context of Couple Therapy (Doctoral .(dissertation
- Strong, B., DeVault, C., & Cohen, T. F. (2010). The marriage and family :experience: Intimate relationships in a changing society (11th ed.). California .Cengage Learning
- Sturge-Apple, M. L., & Patrick, T. (2006). Davies, and E. Mark Cummings.“Impact of Hostility and Withdrawal in Interpersonal Conflict on .”.Parental Emotional Availability and Children’s Adjustment Difficulties .Child Development, 77(6), 1623-1641
- Wagheiy, Y., Miri, M. R., & Ghasemipour, M. (2009). A survey about effective .factors on the marital satisfaction in employees of two Birjand universities .Journal of Birjand University of Medical Sciences, 16(4), 43-50
- Christensen, A., & Doss, B. D. (2017). Integrative behavioral couple therapy. *Current opinion in psychology*, 13, 111-114.
- Snyder, D. K., Castellani, A. M., & Whisman, M. A. (2006). Current status and future directions in couple therapy. *Annu. Rev. Psychol.*, 57, 317-344.
- Epstein, N. B., & Zheng, L. (2017). Cognitive-behavioral couple therapy. *Current opinion in psychology*, 13, 142-147.

## **Meta-analysis of the effectiveness of behavioral-communicative couple therapy on reducing marital conflicts**

**Mina Babaei**

**Master's degree in Psychology, Azad University, North Tehran Branch, Tehran, Iran**

**Reza Hosseinpour\***

**Faculty member of the Department of Educational Sciences, Imam Hossein (AS) University, Tehran, Iran**

**- Corresponding author**

### **Abstract:**

Background and purpose: Behavioral-communicative couple therapy is partially based on traditional behavioral couple therapy, but the effectiveness of this type of therapeutic approach among couples is important. The effectiveness of behavioral-communicative couple therapy on reducing marital conflicts has been investigated and confirmed in clinical trials. The present study was conducted with the aim of meta-analysis of the studies conducted regarding the effectiveness of behavioral-communicative couple therapy on reducing marital conflicts. In this regard, a systematic review search was conducted online from the Internet using databases and Persian data search engines, including Normex database, Civilica, Academic Jihad Scientific System and Google search engine from 1390 to 1402, and the majority of the research conducted around The focus of the effectiveness of behavioral-communicative couple therapy on reducing marital conflicts was investigated. Systematic search resulted in finding 88 articles. After removing the duplicates and screening the titles and abstracts of the articles, the full text of the remaining 30 studies was carefully checked for eligibility. Finally, 17 articles were selected for systematic review. A meta-analysis was conducted for 17 studies with the results of the effectiveness of behavioral-communicative couple therapy on reducing marital conflicts. The results showed that the effect of all studies related to the effectiveness of behavioral-communicative couple therapy on reducing marital conflicts has a significant effect ( $p > 0.001$ ), so that this training It was able to reduce marital conflicts among couples.

**Keywords:** effectiveness, behavioral-communicative couple therapy, marital conflicts, meta-analysis