



اثربخشی مشاوره سیستمی بوئن بر رفتارهای کنترل گرایانه و احساس انسجام در زنان آسیب دیده از خیانت همسر

سحر صنیعی^۱

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی مشاوره سیستمی بوئن بر رفتارهای کنترل گرایانه و احساس انسجام در زنان آسیب دیده از خیانت همسر شهر تهران در سال ۱۴۰۰ انجام شد. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی است و برای جمع‌آوری داده‌ها از طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش را کلیه زنان مواجه شده با خیانت همسر که به مراکز مشاوره منطقه ۵ شهر تهران مراجعه نمودند تشکیل دادند که از بین آن‌ها، ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌طور تصادفی در گروه آزمایش (هر گروه ۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) گمارده شدند. گروه آزمایش مشاوره سیستمی بوئن ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش قرار گرفتند و گروه کنترل در لیست انتظار ماندند. ابزارهای مورد استفاده در پژوهش حاضر شامل پرسشنامه رفتارهای کنترل گرایانه (گراهام کوان و آرچر، ۲۰۰۵) و پرسشنامه احساس انسجام (کیمیایی و همکاران، ۱۳۹۲) بودند که در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون مورد استفاده قرار گرفتند. تجزیه و تحلیل اطلاعات به‌دست‌آمده از اجرای پرسشنامه از طریق نرم‌افزار SPSS24 در دو بخش توصیفی و استنباطی (تحلیل کوواریانس) انجام گرفت. یافته‌ها نشان داد که مشاوره سیستمی بوئن باعث کاهش رفتارهای کنترل گرایانه در زنان آسیب دیده از خیانت همسر شده است. همچنین نتایج نشان داد که درمان هیجان مدار باعث افزایش احساس انسجام در زنان آسیب دیده از خیانت همسر شده است. بر اساس نتایج این پژوهش، مشاوره سیستمی بوئن، مداخله موثری در کاهش رفتارهای کنترل گرایانه و افزایش احساس انسجام در زنان آسیب دیده از خیانت همسر است.

واژگان کلیدی: رفتارهای کنترل گرایانه، احساس انسجام، مشاوره سیستمی بوئن، خیانت

^۱ دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

saharsaniei459@gmail.com



مقدمه

خیانت زناشویی مسئله‌ای تکان‌دهنده برای زوجین و خانواده‌ها و پدیده‌ای رایج برای مشاورین و درمانگران است (کارگر خرم‌آبادی، خدابخش و کیانی، ۱۳۹۵). روابط فرا زناشویی، آشفتگی‌های زیادی را برای زوجین به وجود می‌آورد. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد، اکثر افراد انتظار تک‌همسری و پرهیز از روابط فرا زناشویی را از همسران خود دارند (کروچ و دیکز^۱، ۲۰۱۶). وقتی همسر فردی نسبت به او خیانت می‌کند فرد بر سر دوراهی است؛ از سویی جدایی موجب تخریب خانواده و از دست دادن همسری می‌شود که شاید هنوز دوستش دارد و رفع اختلافات به معنای این است که هنوز باید با زخم‌های خیانت زندگی کند و خطر رخ دادن خیانتی دیگر را بپذیرد (ویت ولیت، هافلیچ مهر، هینمن و نول^۲، ۲۰۱۵). در مطالعات اخیر با نمونه‌های انتخابی وسیع تقریباً ۲۲ تا ۲۵ درصد مردان و ۱۱ تا ۱۵ درصد زنان در ایالات متحده آمریکا گزارش دادند که حداقل یک‌بار خارج از چارچوب زناشویی‌شان رابطه جنسی داشته‌اند. بین ۱/۵ تا ۴ درصد از افراد متأهل سالانه به رابطه جنسی خارج از چارچوب زناشویی اقدام می‌کنند و در طی یک سال گذشته، مردان در مقایسه با زنان دو برابر به رابطه جنسی نامشروع می‌پردازند (هریس^۳، ۲۰۱۸). بعد از کشف خیانت همسر، افراد هیجانات شدیدی مثل انکار، خشم، عصبانیت و افسردگی نشان می‌دهند. زنانی که استرس خیانت همسر را تجربه می‌کنند ۶ بار بیشتر احتمال دارد که دچار افسردگی مآزور شوند تا زمانی که این نوع استرس را تجربه نمی‌کنند (داویس، نوروزی، قنگولی، نامرکوا، تاپر و لینر^۴، ۲۰۲۱). خیانت زناشویی همچنین باعث بروز احساس تردید و تخریب باورهای ارتباطی می‌گردد (اوکه^۵، ۲۰۱۸). از نظر آیدلسون و اپستاین^۶ (۱۹۸۲)، باورهای تخریب‌کنندگی به معنای عدم پذیرش اختلاف‌نظرها و تفسیر منفی و ناراحت‌کننده از اختلاف‌ها می‌باشد. باور به عدم تغییرپذیری همسر به معنای عدم قابلیت همسر در تغییر رفتارها و انتظار اینکه رفتارهای موردنظر در آینده نیز تکرار خواهند شد (جوزفس^۷، ۲۰۱۸). تحقیقات مختلف نشان داده‌اند که یکی از مهم‌ترین عوامل مشکل‌ساز، اختلال در ارتباط یا به عبارتی اختلال در فرایند تفهیم و تفاهم است. به‌عنوان مثال در گزارشی که توسط یک آژانس مشاوره خانواده در سال ۱۹۷۰ تهیه شده است ۸۷ درصد زوج‌های شرکت‌کننده در پژوهش نشان دادند که مشکل اصلی آن‌ها پیامدهای منفی بعد از شکست است (میعادی، ۱۳۹۴).

شواهد بسیار واضحی وجود دارد که زوجین در جامعه معاصر ما مشکلات شدید و فراگیری را هنگام برقراری روابط عاشقانه و صمیمی تجربه می‌کنند، یکی از این مشکلات کنترل گری است. کنترل گری از آسیب‌های اجتماعی پنهان است که معمولاً در محیط بسته خانه شکل می‌گیرد و سبب عدم اطمینان و ازهم‌گسیختگی کانون خانواده می‌شود. قربانیان اصلی این پدیده در محیط خانواده در مرحله اول زنان و پس‌از آن کودکان و سرانجام مردان هستند (ضیایی، ۱۳۹۴). کنترل گری معضلی است که در قرون اخیر بیش از هر زمان دیگری در جوامع موردتوجه قرار گرفته است. فرض اصلی کنترل گری این است که چنانچه ما

¹ - Crouch & Dickes

² - Witvliet, Hofelich Mohr, Hinman & Knoll

³ - Harris

⁴ - Davies, Nouruzi, Ganguli, Namekawa, Thaper & Linder

⁵ - Oke

⁶ - Idelson & Epstein

⁷ - Josephs



از رابطه‌ای احساس ناخرسندی می‌کنیم خود را مسئول چنین احساسی نمی‌دانیم بلکه دیگران و عوامل خارج از کنترل را مقصر می‌دانیم. درواقع فرافکنی^۱ ناآگاهانه و ناخودآگاه علت ایجاد مشکل به دیگران، از لحاظ روان‌شناختی برای فرد بهتر بوده و فرد کمتر آسیب می‌بیند. هفت عادت تخریب‌گر خصلت کنترل‌گری عبارت‌اند از: ۱. عیب‌جویی یا انتقاد^۲، ۲. سرزنش^۳، ۳. شکوه و گلایه^۴، ۴. نق و غر^۵، ۵. تهدید^۶، ۶. تنبیه^۷، ۷. دادن حق حساب یا باج^۸ برای تحت کنترل درآوردن رفتار دیگران (گلاس و گلاس، ۱۹۲۵؛ به نقل از عباسی اصیل، ۱۳۹۳). تنها کسی که می‌تواند بر رفتار ما کنترل داشته باشد خود ما هستیم اگر ارتباط ناموفقی داریم به‌جای تغییر دیگران باید ببینیم چه کاری می‌توانیم انجام دهیم که ارتباط ما بهبود بخشد تقریباً در تمامی موارد هنگامی که دست از کنترل‌گری برمی‌داریم همسرمان نیز تغییر می‌کند. برای رسیدن به این هدف باید ۶ عادت مهرورزی را جایگزین رفتارهایمان سازیم: ۱. گوش سپردن، ۲. حمایت، ۳. تشویق، ۴. احترام، ۵. اعتماد و ۶. پذیرش (محشم‌دی و حسنی، ۱۳۹۶). نتایج پژوهش امیدیان (۱۳۹۳) نشان داد خانواده‌هایی که رفتار کنترل‌گرایانه در آن‌ها دیده می‌شود فرزندان بدون اعتمادبه‌نفس و نابهنجار پرورش می‌دهند. همچنین نتایج پژوهش حسنی (۱۳۹۵) نشان داد رفتارهای کنترل‌گرایانه از عواملی است که می‌تواند سلامت خانواده را به خطر انداخته و زمینه را برای گرایش به خیانت ایجاد کند. یکی از عواملی که می‌تواند در کاهش آسیب‌ها و رفتارهای کنترل‌گرایانه زوجین مواجهه شده با خیانت همسر نقش مؤثر داشته باشد احساس انسجام است. آنتونوفسکی در حالی مفهوم احساس انسجام را تعریف کرد که به‌جای کار بر روی عواملی که باعث بیماری می‌شوند، به مدلی روی آورد که از عواملی حمایت می‌کنند که منجر به سلامت و بهزیستی انسان می‌شود (بوکس استنس، واس، ساتر، آجولات، ون پاتربرگ^۹ و همکاران، ۲۰۱۶). احساس انسجام درونی از نظر آنتونوفسکی (۱۹۸۷) شامل سه مؤلفه می‌باشد، ۱. درک‌پذیری: توسعه درک فرد از این‌که جهان قابل پیش‌بینی و قابل فهم است. ۲. توانایی مدیریت: توسعه درک فرد از دسترسی به منابع مقابله‌ای و توانایی برای دست‌کاری واقعیت‌ها، ۳. معناداری: توسعه این‌که فرد معانی هیجانی، چالش‌ها و علائقی در زندگی خود بیابد (نگایی و نگو^{۱۰}، ۲۰۱۶). اگرچه این مفهوم دارای سه بعد است، اما به‌طور عملیاتی، آن‌ها در یک مقیاس واحد مشخص می‌شوند که به‌طور نظری منعکس‌کننده جهت‌گیری کلی زندگی است (آنتونوفسکی، ۱۹۹۳؛ به نقل از فرگاسون، براون، تیلور و داویس^{۱۱}، ۲۰۱۶). احساس انسجام درونی قوی، با ظرفیت بالا برای مقابله روانی و جسمانی سالم با استرس‌ها و چالش‌هایی که در طول زندگی فرد رخ می‌دهند، ارتباط دارد (الفاسی، بارن-لیونسون، کورمر-نو و ساگی^{۱۲}، ۲۰۱۶). در این راستا پژوهش‌ها نشان داده است افراد با احساس انسجام قوی با موفقیت بیشتری در برابر استرس

¹ - Projection

² - Criticism

³ - Reproach

⁴ - Complaint

⁵ - Nagging

⁶ - Threat

⁷ - Punishment

⁸ - Tax or imposition

⁹ - Boeckxstaens, Vaes, De Sutter, Aujoulat, Van Pottelbergh

¹⁰ - Ngai & Ngu

¹¹ - Ferguson, Browne, Taylor & Davis

¹² - Elfassi, Braun-Lewensohn, Krumer-Nevo & Sagy



مقابله می کنند (گلدبرگ^۱، ۲۰۱۵).

افزایش طلاق و ناراضی زناشویی از یک سو و تقاضای همسران برای پرباری و بهبود روابط زناشویی از سوی دیگر، نشان دهنده نیاز همسران به مداخله ها و آموزش های تخصصی در این زمینه است (حقانی، عابدی، فاتح زاده و آقایی، ۲۰۱۹). پژوهشگران به منظور بهبود روابط زناشویی از رویکردهای متعددی نظیر مداخله شناختی رفتاری و آموزش شیوه های حل مساله هیجان محور و راه حل محور (کارخانه، فرهنگ، جزایری، سیمانی، بهرامی و فاتح زاده، ۲۰۱۶) و رویکردهای متعدد دیگری جهت درمان مشکلات خانواده و زوج ها ارائه شده است. یکی از روش های مشاوره ای پرکاربرد در این زمینه، روش مشاوره سیستمی بوئن است. اساس مشاوره سیستمی بوئن بر متعادل سازی احساس با هم بودن و تفکیک است و زیربنا و پایه این نظریه بر اساس مفهوم تفرد است. از نظر بوئن نوعی نظام عاطفی بر ساختار خانواده حاکم است که قابلیت انتقال بین نسلی دارد و سلامت روانی فرد در گروه تفکیک و جدایی وی از این نظام است (بوئن^۲، ۱۹۷۸). زیربنای نظریه همه این مفاهیم آن است که تصور می شود همیشه نوعی اضطراب مزمن در زندگی وجود دارد. این اضطراب مزمن بخش اجتناب ناپذیری از طبیعت به شمار می آید، هر چند امکان دارد به شیوه ای متفاوت و به درجات مختلف، بسته به موقعیت خاص خانواده و ملاحظات فرهنگی متعدد، خود را متجلی سازد، پدیده ای زیستی که اعتقاد بوئن وجه مشترک انسان با تمامی صورت های دیگر زندگی است. به نظر او، اضطراب مزمن از طریق نسل های قبل، که تاثیر و نفوذشان کماکان در حال حاضر وجود دارد، منتقل می شود، بدین شکل که خانواده دائما در حال کشمکش بر سر متعادل سازی میان احساس با هم بودن و وحدت و تفکیک خود در اعضاست (گلدبرگ و گلدنبرگ^۳، ۲۰۱۳). نظریه بوئن نقش مهمی در زمینه رشد و نظری و کار بالینی خانواده مشاوره ای داشته است. در خصوص اثربخشی این درمان بر رفتارهای کنترل گرایانه و احساس انسجام به طور مستقیم پژوهشی انجام نشده ولی (مجرد، قمری گیوی و کیانی، ۲۰۱۹؛ یکتا طالب، صدیق اسکویی و سودانی، ۲۰۱۷؛ مسینا، کولبرت، بوندیک، کروترز و استرانو^۴، ۲۰۱۸؛ نیلاب، قنبری هاشم آبادی و کیمیایی، ۲۰۱۹؛ هیلی و آلن^۵، ۲۰۲۰) در پژوهش پژوهش های مشابه، اثربخشی این روش را بر متغیرهای مختلف روان شناختی در حوزه خانواده نشان داده اند.

با توجه به این که زنان مواجه شده با خیانت های همسر با مشکلات و آسیب های روانی، اجتماعی و عاطفی بسیاری روبه رو هستند که مجموع این فشارها موجبات تنش در ابعاد گوناگون را فراهم می آورد، تنظیم هیجان ها و باورها و افکار و روابط بین شخصی آن ها با مشکل مواجه می گردد. شایان ذکر است مشاوره سیستمی بوئن می تواند در جهت کاهش مشکلات این زنان بسیار مؤثر واقع گردد زیرا این رویکرد درمانی باعث آرام سازی و کاهش تنش های ناشی از مشکلات می گردد؛ بنابراین با فراهم نمودن شرایط مناسب می توان تنش ناشی از مشکلات را کنترل نمود و در ابعاد مختلف بر توانمندی های درونی مثبت آن ها اثر گذاشت و میزان قدرت تحمل و سازگاری فرد در برخورد با مشکلات را تقویت نمود. در نهایت می تواند عملکرد مفید و روابط بین فردی را در آن ها تقویت و هیجانات عاطفی این زنان را تنظیم کرد. پژوهش های صورت گرفته در این زمینه مؤید این نظر

¹ - Goldberg

² - Bowen

³ - Goldenberg & Goldenberg

⁴ - Messina, Kolbert, Bundick, Crothers & Strano

⁵ - Healy & Allen



است که رویکرد درمانی اثربخش بر مشکلات زنان مواجهه شده با خیانت‌های همسر می‌تواند اثرات مفیدی بر احساس انسجام این زوجین در جامعه ایجاد کند لذا تحقیق در این راستا مهم و ضروری تلقی می‌گردد؛ بنابراین در پژوهش حاضر این مسئله مدنظر است که آیا مشاوره سیستمی بوئن به شیوه گروهی بر رفتارهای کنترل‌گرایانه و احساس انسجام زنان مواجهه شده با خیانت همسر موثر است؟

روش

روش مورد استفاده در این پژوهش برحسب هدف کاربردی و از نظر گردآوری داده‌ها از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل و گمارش تصادفی آزمودنی‌ها بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، کلیه خانم‌های داوطلبی بودند که به فراخوان اعلام‌شده پاسخ داده و ثبت‌نام نمودند. این خانم‌ها به دلیل تعارضات زناشویی، مشکلات مربوط به رضایت و نیاز به بهبود روابط زناشویی به مراکز مشاوره منطقه ۵ شهر تهران در سال ۱۴۰۰ مراجعه نمودند و خواستار دریافت خدمات مشاوره‌ای بودند. نمونه پژوهش حاضر شامل ۳۰ خانم بود. روش نمونه‌گیری غیر تصادفی از نوع در دسترس بود. چون پژوهش از نوع مداخله‌ای بود، حداقل نمونه در هر یک از گروه‌ها ۱۵ نفر در نظر گرفته شد (خدایاری فرد و همکاران، ۲۰۰۲). به این ترتیب که برای انتخاب نمونه ابتدا اطلاعیه تشکیل جلسات و شرایط ثبت‌نام اولیه به اطلاع مراجعین و همکاران مشاور در مراکز مشاوره منطقه ۳ رسانده شد. پس از ثبت‌نام متقاضیان از بین ۱۰۵ مراجعه کننده، از طریق مصاحبه مقدماتی خانم‌های واجد شرایط انتخاب شدند، سپس از بین ۷۳ خانم متقاضی دارای شرایط پژوهش (طبق شرایط ورودی و غربالگری از طریق پرسشنامه‌های پژوهش صورت گرفت)، ۳۰ خانم بر اساس مصاحبه‌های تشخیصی صورت گرفته و با روش تصادفی و بر اساس معیارهای ورود و خروج از پژوهش در یک گروه مداخله و یک گروه کنترل قرار گرفت. گروه آزمایش به صورت گروهی شرکت کردند و فنون و روش‌های درمان مشاوره سیستمی بوئن ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به صورت گام‌به‌گام و از طریق تکالیف هفتگی و تمرینات منظم توسط پژوهشگر ارائه شد. علاوه بر این خانم‌های جامعه آماری شرایط زیر را داشتند: (شرایط ورود به مطالعه) وجود تعارضات و مشکلات مربوط به رضایت در روابط زوجی آن‌ها، مواجهه‌شدن با خیانت اینترنتی همسر (شامل گفتگو و تبادل تصاویر و مشخصات همسر با فرد دیگری که همسر قانونی وی نبود. از طریق اینترنت و چت و پیام که محتوای گفتگوها و تبادل تصاویر و مشخصات عموماً در رابطه با مسائل جنسی و صمیمانه) بود، مایل به ادامه رابطه زناشویی با همسر خود، عدم مراجعه به مراجع قانونی و دادگاه جهت شکایت یا جدایی، عدم آگاهی همسر از اینکه وی متوجه روابط پنهانی او شده است و ادامه روال عادی زندگی، عدم دریافت درمان‌های روان‌شناختی تا قبل از جلسات گروه‌درمانی یا در حین جلسات گروه‌درمانی، علاقه به شرکت در جلسات آموزشی و متعهد شدن به حضور در تمام جلسات آموزشی درمانی (به صورت فردی)، نداشتن اعتیاد و مشکلات روانی حاد، داشتن تحصیلات حداقل دیپلم، میانگین سنی ۲۵ تا ۴۰ سال و با مدت ازدواج ۲ تا ۱۰ سال. شرایط خروج از مطالعه: وجود اختلالات روان‌شناختی یا سابقه بیماری روانی و بستری (طبق مصاحبه اولیه که انجام شد).

ابزارهای پژوهش:

پرسشنامه رفتارهای کنترل‌گرایانه گراهام-کوان و آرچر (۲۰۰۵): مقیاس رفتارهای کنترل‌گرایانه زن و شوهر در سال ۲۰۰۵ توسط گراهام-کوان و آرچر به منظور ارزیابی رفتارهای کنترل‌گرایانه ساخته شده است. این ابزار یک مقیاس ۲۴ عبارتی است که رفتارهای کنترل‌گرایانه زوجین را در زندگی زناشویی موردبررسی قرار می‌دهد. برای زوج‌هایی که دارای فرزند هستند



۵ عبارت دیگر به مقیاس اضافه شده است. مقیاس رفتارهای کنترل گرایانه بر اساس اطلاعاتی که از یک برنامه مداخله‌ای علیه خشونت که در انگلیس اجرا شده و نتایج آن نشان داده بود، رفتارهای کنترل گرایانه رفتاری کلیدی در این گونه خانواده‌ها است، ساخته شد. این مقیاس فقط به مقوله رفتاری می‌پردازد و پرخاشگری بدنی (که می‌توان آن را به صورت جداگانه مورد ارزیابی قرارداد) را در بر نمی‌گیرد. پرسشنامه رفتاری کنترل گرایانه طوری طراحی شده که در آن فرد می‌تواند هم رفتارهای کنترل کننده خود و هم رفتارهای کنترل کننده همسرش را گزارش کند. آزمودنی باید در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (از ۰ تا ۴) مشخص کند که خودش و همسرش به چه میزان هر یک از رفتارهای موردنظر را انجام می‌دهند. این پرسشنامه دارای ۵ زیر مقیاس (با در نظر گرفتن عبارات مربوط به کودکان، ۶ زیرمقیاس)، کنترل اقتصادی (عبارات ۱ تا ۴)، کنترل تهدیدآمیز (عبارات ۵ تا ۸)، کنترل از طریق ترساندن (عبارات ۹ تا ۱۳)، کنترل هیجانی (عبارات ۱۴ تا ۱۸) و کنترل از طریق منزوی کردن (عبارات ۱۹ تا ۲۴) است. پرسشنامه رفتارهای کنترل گرایانه همسانی درونی خوبی دارد و در ایران ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس ۰/۹۵، برای خرده مقیاس عبارات مربوط به کودکان ۰/۸۲، برای خرده مقیاس کنترل اقتصادی ۰/۷۱، برای خرده مقیاس کنترل تهدیدآمیز ۰/۸۸، برای خرده مقیاس کنترل از طریق ترساندن ۰/۶۹، برای کنترل هیجانی ۰/۸۴ و برای خرده مقیاس کنترل از طریق منزوی کردن ۰/۹۰ می‌باشد (شهامت دار، ۱۳۹۵).

پرسشنامه انسجام درونی کیمیایی و همکاران (۱۳۹۲): یک پرسشنامه‌ی ۵۰ سؤالی است که توسط کیمیایی، ارقبایی و جوزی (۱۳۹۲) ساخته شده است. این پرسشنامه دارای سه مؤلفه برای سنجش میزان ۱. قابل درک بودن، ۲. قابل مدیریت بودن و ۳. معنادار بودن وقایع از نظر فرد می‌باشد. مقیاس معناداری شامل ۲۴ سؤال، مقیاس قابل مدیریت بودن ۶ سؤال و مقیاس قابل درک بودن ۲۰ سؤال را دارا است و در یک طیف ۵ درجه‌ای از خیلی کم (۱) تا خیلی زیاد (۵) به روش لیکرت درجه‌بندی می‌شود. سؤالات ۴۸، ۴۷، ۴۶، ۴۱، ۳۹، ۲۷، ۲۲، ۲۱، ۱۶، ۹، ۸ به صورت معکوس درجه‌بندی می‌شود به طوری که در طیف ۵ نمره‌ای خیلی زیاد (۱) تا خیلی کم (۵) نمره‌گذاری می‌شود. نمرات بالاتر نشانگر انسجام درونی بیشتر (۲۵۰) و نمرات پایین‌تر بیانگر انسجام درونی کمتر (۵۰) است. در هنجاریابی این پرسشنامه از ۴۱۰ آزمودنی که به شیوه خوشه‌ای چندمرحله‌ای نمونه‌گیری شده بودند، تعداد ۴۰۴ پرسشنامه به دست آمد که دامنه سنی ۱۸ تا ۴۰ سال و میانگین ۲۲/۵ سال داشتند. پرسشنامه انسجام درونی همسانی درونی خوبی دارد و ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس ۰/۹۳۵، برای خرده مقیاس معناداری ۰/۹۲۷، برای خرده مقیاس قابل مدیریت بودن ۰/۶۵۰، برای خرده مقیاس قابل درک بودن ۰/۸۸۶ می‌باشد. روایی صوری با استفاده از نظر ۴ دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده و دکتر کیمیایی استادیار دانشگاه فردوسی تأیید شده است. پایایی به دست آمده نتیجه اجرای آزمون بر روی ۳۰ دانشجوی دختر و پسر بوده است که به روش آلفای کرونباخ اجرا شده است و آلفای به دست آمده ۰/۸۵ را نشان می‌دهد و نشان دهنده پایایی بالای آزمون می‌باشد. اعتبار همزمان پرسشنامه انسجام درونی از طریق همبستگی معنی‌دار ۰/۵۵۶- با پرسشنامه GHQ^۱ به دست آمد. هم‌چنین تمام خرده مقیاس همبستگی معنی‌داری با سایر مقیاس‌های سلامت عمومی دارد.



جدول ۱. خلاصه جلسات مشاوره سیستمی بوئن

جلسات	اهداف و روند جلسات
اول	معارفه و آشنایی اعضا با یکدیگر و رهبر گروه، بیان اهداف گروه، ذکر منشور مشاوره گروهی و گرفتن تعهد از اعضا
دوم	ارزیابی خانواده، ترسیم ژنوگرام و بررسی الگوهای آن ها
سوم	آشنایی و کار روی مفهوم احساس انسجام و رفتارهای کنترل گرایانه، توضیح در مورد جدایی افکار از احساس و جدایی فرد از خانواده و ارزیابی افراد در این خصوص
چهارم	آشنا کردن اعضا با مفهوم هم وابستگی و چگونگی بهبود در آن
پنجم	آشنایی اعضا با مفاهیم مثلث سازی و نظام عاطفی خانواده هسته ای و تاثیر آنها در ایجاد و تداوم مشکل
ششم	آشنایی اعضا با مفاهیم فرایند فراقهرمانی خانوادگی، گسلس عاطفی و تاثیر آنها در مشکلات خانواده
هفتم	آشنایی اعضا با جایگاه هم شیرها و فرایند انتقال چند نسلی
هشتم	مروری بر تمامی جلسات و راهبردهای نهایی برای بهبود وضعیت و اجرای پس آزمون

تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از اجرای پرسشنامه ها از طریق نرم افزار SPSS24 در دو بخش توصیفی و استنباطی (تحلیل کوواریانس) انجام پذیرفت.

یافته ها

در این بخش میانگین و انحراف معیار نمرات رفتارهای کنترل گرایانه و احساس انسجام در مراحل پیش آزمون، پس آزمون در گروه های آزمایش و گروه کنترل گزارش می شود.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار رفتارهای کنترل گرایانه و احساس انسجام به تفکیک مرحله سنجش در گروه ها

گروه	متغیر	شاخص	پیش آزمون	پس آزمون
آزمایش	رفتارهای کنترل گرایانه	میانگین	۵۳.۶۷	۱۳.۶۷
		انحراف معیار	۶.۴۴	۳.۷۲
کنترل		میانگین	۵۳.۶۰	۵۲.۹۳
		انحراف معیار	۷.۴۰	۷.۴۴
آزمایش	کنترل اقتصادی	میانگین	۹.۴۰	۲.۱۳
		انحراف معیار	۲.۸۵	۱.۴۶
کنترل		میانگین	۸.۸۷	۹.۰۰
		انحراف معیار	۲.۵۰	۲.۴۸
آزمایش	کنترل تهدیدآمیز	میانگین	۸.۰۰	۱.۶۷
		انحراف معیار	۲.۲۰	۱.۱۸
کنترل		میانگین	۹.۰۰	۸.۷۳
		انحراف معیار	۲.۲۴	۲.۳۴
آزمایش	کنترل از طریق ترساندن	میانگین	۷.۰۷	۲.۲۷
		انحراف معیار	۱.۵۳	۱.۱۰



۷.۲۷	۷.۲۰	میانگین	کنترل
۱.۸۷	۱.۵۷	انحراف معیار	
۳.۰۰	۹.۰۷	میانگین	آزمایش کنترل هیجانی
۱.۱۳	۱.۳۹	انحراف معیار	
۹.۲۷	۹.۵۳	میانگین	کنترل
۲.۵۲	۲.۴۵	انحراف معیار	
۲.۵۳	۱۰.۰۷	میانگین	آزمایش کنترل از طریق منزوی کردن
۱.۰۶	۱.۹۱	انحراف معیار	
۸.۸۰	۹.۱۳	میانگین	کنترل
۲.۰۱	۲.۱۷	انحراف معیار	
۲.۰۷	۱۰.۰۷	میانگین	آزمایش کنترل مربوط به کودکان
۱.۰۳	۲.۱۹	انحراف معیار	
۹.۸۷	۹.۸۷	میانگین	کنترل
۲.۰۳	۲.۰۳	انحراف معیار	
۱۴۹.۸۷	۱۱۰.۸۷	میانگین	ایماگو تراپی احساس انسجام
۲۶.۸۲	۱۳.۷۷	انحراف معیار	
۱۰۴.۸۰	۱۰۶.۱۳	میانگین	کنترل
۶.۶۵	۹.۴۰	انحراف معیار	
۷۱.۷۳	۵۸.۷۳	میانگین	آزمایش قابل درک بودن
۱۲.۶۸	۹.۱۸	انحراف معیار	
۵۴.۲۰	۵۶.۴۷	میانگین	کنترل
۷.۳۰	۸.۳۲	انحراف معیار	
۱۸.۱۳	۱۱.۱۳	میانگین	آزمایش قابل مدیریت بودن
۵.۲۱	۲.۸۵	انحراف معیار	
۱۲.۰۰	۱۰.۴۷	میانگین	کنترل
۲.۳۶	۲.۴۷	انحراف معیار	
۶۰.۰۰	۴۱.۰۰	میانگین	آزمایش معنادار بودن
۱۳.۲۲	۶.۶۷	انحراف معیار	
۳۸.۶۰	۳۹.۲۰	میانگین	کنترل
۴.۴۲	۶.۰۶	انحراف معیار	

همچنان که ملاحظه می شود میانگین در دو گروه آزمایش در مرحله پس آزمون، نسبت به پیش آزمون افزایش نشان می دهد. بر اساس نتایج مندرج در جدول، می توان به این توصیف دست زد که مشاوره سیستمی بوئن باعث بهبود رفتارهای کنترل گرایانه و احساس انسجام شده است.



برای مقایسه تفاوت بین گروهی در رفتارهای کنترل گرایانه با استفاده از آزمون تعقیبی لامتریکس به مقایسه تفاوت میانگین میزان رفتارهای کنترل گرایانه در گروه های مشاوره سیستمی بوئن و گروه کنترل پرداخته شد تا مشخص شود که مشاوره سیستمی بوئن در کاهش میزان رفتارهای کنترل گرایانه مؤثر است یا خیر. نتایج در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون تعقیبی لامتریکس برای مقایسه میانگین های نمرات رفتارهای کنترل گرایانه در دو گروه مشاوره

سیستمی بوئن و کنترل

شاخص آماری متغیرها	منبع تغییر	SS	Df	MS	F	سطح معناداری	ضریب ایتا
کنترل اقتصادی	بین گروهی	۳۵۳.۶۳	۱.۰۰	۳۵۳.۶۳	۸۵.۵۶	۰.۰۰۱	۰.۸۲
	درون گروهی	۱۱۵.۷۳	۲۸.۰۰	۴.۱۳			
کنترل تهدید آمیز	بین گروهی	۳۷۴.۵۳	۱.۰۰	۳۷۴.۵۳	۱۰۸.۹۴	۰.۰۰۱	۰.۹۲
	درون گروهی	۹۶.۲۷	۲۸.۰۰	۳.۴۴			
کنترل از طریق ترساندن	بین گروهی	۱۸۷.۵۰	۱.۰۰	۱۸۷.۵۰	۷۹.۷۱	۰.۰۰۱	۰.۸۰
	درون گروهی	۶۵.۸۷	۲۸.۰۰	۲.۳۵			
کنترل هیجانی	بین گروهی	۲۹۴.۵۳	۱.۰۰	۲۹۴.۵۳	۷۷.۱۲	۰.۰۰۱	۰.۷۹
	درون گروهی	۱۰۶.۹۳	۲۸.۰۰	۳.۸۲			
کنترل از طریق منزوی کردن	بین گروهی	۲۹۴.۵۳	۱.۰۰	۲۹۴.۵۳	۱۱۴.۳۳	۰.۰۰۱	۰.۹۳
	درون گروهی	۷۲.۱۳	۲۸.۰۰	۲.۵۸			
کنترل مربوط به کودکان	بین گروهی	۴۵۶.۳۰	۱.۰۰	۴۵۶.۳۰	۱۷۵.۸۲	۰.۰۰۱	۰.۹۶
	درون گروهی	۷۲.۶۷	۲۸.۰۰	۲.۶۰			

همان گونه که در جدول ملاحظه می شود، تفاوت بین مشاوره سیستمی بوئن با گروه کنترل در سطح $0/05$ معنی دار می باشد؛ بنابراین با در نظر گرفتن میانگین ها می توان گفت روش مشاوره سیستمی بوئن نسبت به گروه کنترل تأثیر بیشتری بر کاهش مؤلفه های رفتارهای کنترل گرایانه داشته است.

برای مقایسه تفاوت بین گروهی در احساس انسجام با استفاده از آزمون تعقیبی لامتریکس به مقایسه تفاوت میانگین میزان انسجام درونی در گروه های مشاوره سیستمی بوئن و گروه کنترل پرداخته شد تا مشخص شود که مشاوره سیستمی بوئن در بهبود میزان احساس انسجام مؤثر است یا خیر. نتایج در جدول ۴ گزارش شده است.

جدول ۴. نتایج آزمون تعقیبی لامتریکس برای مقایسه میانگین های نمرات انسجام درونی در دو گروه مشاوره سیستمی

بوئن و کنترل

شاخص آماری متغیرها	منبع تغییر	SS	Df	MS	F	سطح معناداری	ضریب ایتا
قابل درک بودن	بین گروهی	۲۳۰۵.۶۳	۱.۰۰	۲۳۰۵.۶۳	۲۱.۵۴	۰.۰۰۱	۰.۲۸



۲۳	۰.۰۰۱	۱۷.۲۶	۲۸۲.۱۳	۱.۰۰	۲۸۲.۱۳	۲۹۹۷.۳۳	۲۸.۰۰	۱۰۷.۰۵	درون گروهی
۴۳	۰.۰۰۱	۳۵.۳۴	۳۴۳۴.۷۰	۱.۰۰	۳۴۳۴.۷۰	۴۵۷.۷۳	۲۸.۰۰	۱۶.۳۵	درون گروهی
									معدن دار بودن
									بین گروهی
									درون گروهی
									معدن دار بودن
									بین گروهی
									درون گروهی

همان گونه که در جدول ملاحظه می شود، تفاوت بین مشاوره سیستمی بوئن با گروه کنترل در سطح ۰/۰۵ معنی دار می باشد؛ بنابراین با در نظر گرفتن میانگین ها می توان گفت روش مشاوره سیستمی بوئن نسبت به گروه کنترل تأثیر بیشتری بر افزایش مؤلفه های احساس انسجام داشته است.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی مشاوره سیستمی بوئن بر رفتارهای کنترل گرایانه و احساس انسجام در زنان آسیب دیده از خیانت همسر انجام شد. نتایج نشان داد که مشاوره سیستمی بوئن باعث کاهش رفتارهای کنترل گرایانه در زنان آسیب دیده از خیانت همسر شده است. نتایج پژوهش با یافته های (مجرد و همکاران، ۲۰۱۹؛ یکتا طالب و همکاران، ۲۰۱۷؛ مسینا و همکاران، ۲۰۱۸) همسویی دارند. در تبیین نتایج بدست آمده می توان چنین بیان کرد که این درمان موجب می شود زنان به نقطه نظرات همسر خود توجه بالایی کنند و به این نکته به عنوان وسیله ای برای پایا نگه داشتن و جلوگیری از سردی روابط و در نهایت افزایش کیفیت روابط و به طبع آن کاهش اختلافات زناشویی خواهد شد. همچنین، اعتقاد بر آن است که این درمان باعث می شود تا زوج ها به تدریج واکنش های متفاوت تری با افزایش بینش طرفین نسبت به خود، یکدیگر و رابطه ارائه دهند و باعث تسریع پردازش بین فردی باعث کاهش رفتارهای کنترل گرایانه و افزایش همکاری شفاف تر و خود به خودی تر در رابطه آنها می شود و پردازش زوجین از موقعیت ها را آرام تر می کند و با تمایلات خود محورانه برای در نظر گرفتن رابطه بر حسب منافع شخصی مقابله می کند. زنانی که تا دیروز فکر می کردند، مشکل آنها پیچیده و وحشتناک است و راهی به جز طلاق ندارند، اکنون با شرکت در جلسات درمانی امیدوار شده و متوجه خواهند شد که توانایی های لازم برای حل مشکل خویش را دارند. علاوه بر این، با اجرای فنونی چون اتخاذ دیدگاه و اجتناب، زنان متوجه خواهد شد که اگر قادرند تعارض را ایجاد کنند به همان صورت قادرند آن را متوقف کنند و راه حل های مختلفی برای حل تعارضات خود استفاده می کنند. در جلسات درمانی زنان با استفاده از فنون تغییر جهت گیری از انتقاد و شکایت به سوی مشارکت فعال و رسیدن به رابطه ایده آل به بحث و گفت و گو درباره مشکل تشویق شدند و با بهبود ارتباط بین افراد در بعد ابراز، هر کدام از زنان مواردی را بیان کردند که در ارتباط برای آنها اهمیت دارد و آن چه آنها را ناراحت می کند، در نتیجه میزان رضایت آنها از رابطه زناشویی افزایش پیدا کرده و از میزان گرایش به طلاق آنها کاسته شد. در بحث روابط زناشویی و وفاداری، زنان گزارش دادند که نسبت به همسر خود احساس تعهد بیشتری دارند. با توجه به نتایج مثبت زوج درمانی سیستمی بوئن در فرهنگ ایرانی، به زنان در جهت بیان هیجاناتی کمک کرد که به نارضایتی و افزایش رفتارهای کنترل گرایانه در روابط زناشویی منجر شده است، تا با فراموش کردن اشتباهات و صدمات گذشته و تاکید بر نقشی که هیجانات منفی گذشته از رویدادهای زندگی



در افزایش رفتارهای کنترل گرایانه بین زوجین دارند در جهت بازسازی راه حل های کارآمد برای کاهش رفتارهای کنترل گرایانه در روابط زناشویی استفاده کرد.

همچنین نتایج نشان داد که مشاوره سیستمی بوئن باعث افزایش احساس انسجام در زنان آسیب دیده از خیانت همسر شده است. نتایج پژوهش با یافته های (نیلاب و همکاران، ۲۰۱۹؛ هیلی و آلن، ۲۰۲۰) همخوانی دارد. اختلال در روابط زناشویی ناشی از برداشتی است که زن و شوهر درباره رفتار همسر خود دارند و نه خود رفتار. با توجه به این که آموزش مشاوره سیستمی بوئن می تواند منجر به رشد فکری افراد شود و منظور از رشد فکری توانایی شخص در تصمیم گیری عاقلانه است، بنابراین می توان انتظار داشت که این پژوهش، فرصتی باشد تا افراد شرکت کننده در آن، راجع به خود و روابطشان، بیشتر بیاموزند، نگاه متفاوتی به طرز رفتارشان با همسر و فرزندانشان داشته باشند، به طوری که بتوانند مسئولیت مشکلات خودشان را به عهده بگیرند و از سرزنش کردن دیگران و دنبال مقصر گشتن دست بردارند و به نقش های خودشان در مشکلات خانوادگی و فرایندهای میان فردی، پی ببرند. همچنین آموزش رویکرد بوئن می تواند منجر به افزایش احساس انسجام و رشد عاطفی نیز شود. حس انسجام به معنای تسلط داشتن روی نکات مثبت و منفی است و زمینه ارتباطات بین فردی و اجتماعی افراد را فراهم می کند. بنابراین با آموزش مشاوره سیستمی بوئن و به تبع آن رشد حس انسجام و پختگی روانی باعث می شود که همسران معایب و نقایص یکدیگر را بپذیرند و آنها را به رخ هم نکشند و در حالت مختلف انعطاف پذیری داشته و واکنش مناسب نشان دهند. در مسائل مختلف زندگی به طور مستقل تصمیم های منطقی گرفته و با افراد با تجربه و صلاحیت دار مشورت کنند، انتقادهای سازنده را در جهت تغییر و اصلاح رفتار خود بپذیرند، احساس تعلق خاطر کنند و بتوانند به دیگران محبت نمایند. از سوی دیگر، مشاوره سیستمی بوئن به زنان کمک می کند تا بین خود و فرزندان، شغل، خانواده مبدا و ... مرزهای روشن و مشخصی را ایجاد نمایند و سعی کنند تا با رسیدگی به نیازهای خود و جلوگیری از دخالت اطرافیان در زندگی مشترک و گرفتن تصمیمات مستقل، زمینه را برای رضایت بیشتر و احساس انسجام در زندگی زناشویی خویش فراهم آورند.

از جمله محدودیت های این پژوهش محدود بودن نمونه مورد بررسی از زنان مواجه شده با خیانت همسر است که این تعداد نمی تواند معرف خوب و کافی برای جامعه باشد. بنابراین تعمیم دادن نتایج فقط به جامعه موردنظر منطقی و امکان پذیر است، و برای سطوح دیگر باید با رعایت احتیاط این کار را انجام دهیم. از محدودیت های دیگر این پژوهش می توان به استفاده از روش نمونه گیری در دسترس به علت محدود بودن امکانات و دشواری اجرای پژوهشی گسترده با روش نمونه گیری کاملاً تصادفی در رابطه با موضوع این پژوهش اشاره کرد که موجب سوگیری ناخواسته در نتایج بدست آمده می شود. پیشنهاد می گردد در پژوهش های آتی آموزش به صورت زوجی و با مشارکت زن و شوهر در دوره های آموزشی باشد. پیشنهاد می گردد که شرکت کنندگان در این پژوهش پس از دریافت محتوی آموزشی جلسات قادر به کسب آن مهارت ها باشند. یک دلیل بر این مدعا این است که در مرحله پس از آزمون نه تنها سطح انسجام روانی خانم ها افزایش یافته بود، بلکه سطح سلامت روان نیز از بهبود قابل ملاحظه ای برخوردار گردید. بنابراین با توجه به این که خیانت از مسائل دردناکی است که در سال های اخیر به بسیاری از خانواده ها، صدمات جبران ناپذیری وارد کرده است، لازم است پژوهشکده های زنان، آموزش و پرورش، خانه های سلامت شهرداری، دانشگاه ها، سازمان ملی جوانان در جهت گیری پژوهش های خود به این امر توجه ویژه ای مبذول کنند تا

زمینه پیشگیری از آن فراهم آید.

منابع

- امیدیان، مونا. (۱۳۹۳). *رابطه رفتارهای مهارگرایانه زوجین و کارکرد خانواده*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه بین المللی امام خمینی.
- حسینی، آسو. (۱۳۹۵). *رابطه ملاک های همسرگزینی، ویژگی های جمعیت شناختی و رفتارهای کنترل گرایانه با نگرش به خیانت*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- ضیایی، مریم. (۱۳۹۴). *تبیین ویژگی های روان سنجی مقیاس رفتارهای کنترل گرایانه زن و شوهر*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- عباسی اصیل، صفیه. (۱۳۹۳). *مقایسه رفتارهای کنترل گرایانه و عملکرد جنسی در زوجین با ازدواج سنتی و مدرن در زوجین مراجعه کننده به مراکز خدمات بهداشتی درمانی شهر زاهدان*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- کارگر خرم آبادی، حکمت، خدابخش، محمدرضا، و کیانی، فریبا. (۱۳۹۵). *اثربخشی مشاوره گروهی بخشش محور مبتنی بر دیدگاه اسلامی بر ترمیم رابطه زناشویی بعد از خیانت همسر*. *مجله اخلاق پزشکی*، ۱۰ (۳۸)، ۳۶-۲۹.
- محشمادی، ریحانه و حسینی، فریبا. (۱۳۹۶). *اعتباریابی پرسشنامه رفتارهای کنترل گرایانه زن و شوهر*. *چهارمین کنفرانس بین المللی نوآوری های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری، تهران*.
- میعادی، ه. (۱۳۹۴). *اثربخشی آموزش مبتنی بر درمان راه حل مدار بر باورهای ارتباطی زناشویی زنان متأهل*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه خوارزمی.
- Boeckxstaens, P., Vaes, B., De Sutter, A., Aujoulat, I., Van Pottelbergh, G., Matheï, C., & Degryse, J. M. (2016). A high sense of coherence as protection against adverse health outcomes in patients aged 80 years and older. *The Annals of Family Medicine*, 14(4), 337-343.
- Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. New York: Aronson.
- Crouch, E., & Dickes, L. (2016). Economic repercussions of marital infidelity. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 36(1/2), 53-65. P 8
- Davies, A., Nouruzi, S., Ganguli, D., Namekawa, T., Thaper, D., Linder, S., ... & Zoubeydi, A. (2021). An androgen receptor switch underlies lineage infidelity in treatment-resistant prostate cancer. *Nature Cell Biology*, 23(9), 1023-1034.
- Elfassi, Y., Braun-Lewensohn, O., Krumer-Nevo, M., & Sagy, S. (2016). Community sense of coherence among adolescents as related to their involvement in risk behaviors. *Journal of Community Psychology*, 44(1), 22-37.
- Ferguson, S., Browne, J., Taylor, J., & Davis, D. (2016). Sense of coherence and women' s birthing outcomes: A longitudinal survey. *Midwifery*, 34, 158-165.
- Goldberg, A. (2015). Sense of coherence and resolution with diagnosis among parents of adolescents with type 1 diabetes. *Journal of Pediatric Nursing: Nursing Care of Children and Families*, 30(6), 862-867.
- Goldenberg, I. & Goldenberg, H. (2013). *Family Therapy*. Translation: Hoseinshahi Baravati, H.R. Naqshbandi, S. & Arjomand, E. Tehran: Ravan Publishing, 12th Edition. [Persian]

- Haghani, M., Abedi, A., Fatehizade, M., & Aghaei, A. (2019). A Comparison of the Effectiveness of Combined Systemic Couple Therapy (Bowen) and Emotion-focused Therapy (Johnson) Packages and Integrated Couple Therapy on the Quality of Marital Life of Couples Affected by Infidelity. *Sadra Medical Journal*, 8(1), 11-28.
- Harris, C. (2018). *Characteristics of Emotional and Physical Marital Infidelity That Predict Divorce* (Doctoral dissertation, Alliant International University).
- Healy, R. W., & Allen, L. R. (2020). Bowen family systems therapy with transgender minors: A case study. *Clinical Social Work Journal*, 48(4), 402-411.
- Josephs, L. (2018). *The dynamics of infidelity: Applying relationship science to psychotherapy practice*. American Psychological Association.
- Karkhaneh, P., Farhang, M., Jazayeri, R., Soleimani, R., Bahrami, F., & Fatehizade, M. (2016). The Study of the effectiveness of the Bowen self-differentiation counseling on marital conflicts on married women in Isfahan. *Life*, 50, 12.
- Messina, K. C., Kolbert, J. B., Bundick, M. J., Crothers, L. M., & Strano, D. A. (2018). The impact of counseling on Bowen's differentiation of self. *The Family Journal*, 26(2), 150-155.
- Mojarrad, A., Ghamarigivi, H., & Kiani, A. (2019). Effectiveness Bowen Systemic Consulting on forgiveness and marital burnout in maladaptive women. *Quarterly Journal of Women and Society*, 9(36), 275-290.
- Ngai, F. W., & Ngu, S. F. (2016). Family sense of coherence and family and marital functioning across the perinatal period. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 7, 33-37.
- Nilab, R., Ghanbari Hashem Abadi, B., & Kimiaee, S. (2019). The Effectiveness of Bowen's Approach on Self-Differentiation and Marital Satisfaction among Turkish and Turkmen Women. *Research in Clinical Psychology and Counseling*, 9(1), 34-50.
- Oke, O. P. (2018). The Socio Religious Significance of Edi Festival Song in Controlling Marital Infidelity in Traditional Marriage Institution in Oriigbo Meje, Osun state Nigeria. *Global Journal of Human-Social Science Research*.
- Witvliet, C. V., Hofelich Mohr, A. J., Hinman, N. G., & Knoll, R. W. (2015). Transforming or restraining rumination: The impact of compassionate reappraisal versus emotion suppression on empathy, forgiveness, and affective psychophysiology. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 248-261.
- Yektatalab, S., Seddigh Oskouee, F., & Sodani, M. (2017). Efficacy of Bowen theory on marital conflict in the family nursing practice: A randomized controlled trial. *Issues in mental health nursing*, 38(3), 253-260.