Evaluating the Impact of Attachment-Based Couple Therapy Intervention on Enhancing Emotional Security in Marital Relationships

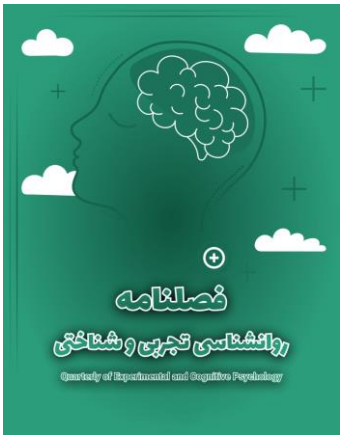
1. Behnaz Esfahani*: Master of Science in Clinical Psychology, Neyshabur Branch, Islamic Azad University, Neyshabur, Iran

2. Roghaye Falihi: Master of Family Counseling, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

3. Arman Jafaripour: Master of Science in Clinical Psychology, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran

4. Shadi Rostapishe: Master of Family Counseling, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

***Corresponding Author's Email Address: Isfahanibehi@gmail.com**



Received: 20 April 2024

Revised: 05 June 2024

Accepted: 13 June 2024

Published: 21 June 2024

Copyright: © 2024 by the authors. Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

Abstract:

Objective: The purpose of this study was to examine the impact of a couple therapy intervention on enhancing the sense of emotional security in marital relationships, with a specific focus on restructuring attachment styles and strengthening emotional bonds.

Methods and Materials: This applied research employed a quasi-experimental design using a pretest-posttest model with a control group. The statistical population consisted of couples who sought services at counseling centers in Tehran in 2024. Participants were selected through purposive and voluntary sampling, and 30 couples were randomly assigned to experimental and control groups after screening. The experimental group participated in ten weekly 90-minute sessions of Emotionally Focused Therapy (EFT), while the control group received no intervention. The research instruments included the Inventory of Secure Emotional Expression (ISES), the ENRICH Marital Satisfaction Questionnaire, and a demographic information form. Data were collected at two time points and analyzed using independent t-tests and analysis of covariance (ANCOVA) via SPSS version 26.

Findings: The results revealed that the intervention had a significant effect on improving the quality of the couples' relationships. The posttest results of the independent t-test indicated that the mean scores of the experimental group were significantly higher than those of the control group across all measured components ($p < .001$). The components showing the greatest differences included trust in the partner, overall marital satisfaction, effective communication, and emotional acceptance and support. Additionally, ANCOVA results, while controlling for pretest effects, confirmed a significant difference between the groups in the posttest stage ($p < .01$). The highest F values were related to fundamental components of marital relationships such as trust, perceived partnership, and overall marital satisfaction. Overall, the findings demonstrated that the intervention effectively enhanced multiple dimensions of couple relationships.

Conclusion: The findings indicated that the proposed intervention had a significant and positive impact on improving the quality of couple relationships, such that the experimental group showed significantly better performance than the control group in all examined components. These results confirm the efficacy of the intervention in enhancing various aspects of marital relationships, including trust, overall satisfaction, emotional support, and effective communication.

Keywords: Couple therapy, Attachment theory, Emotional security, Marital relationships

How to Cite: Esfahani, B., Falihi, R., Jafaripour, A., & Rostapishe, S. (2024). Evaluating the Impact of Attachment-Based Couple Therapy Intervention on Enhancing Emotional Security in Marital Relationships. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 1(1), 222-236.

ارزیابی تاثیر مداخله زوج درمانی بر مبنای نظریه دلبستگی بر افزایش امنیت هیجانی در روابط زناشویی

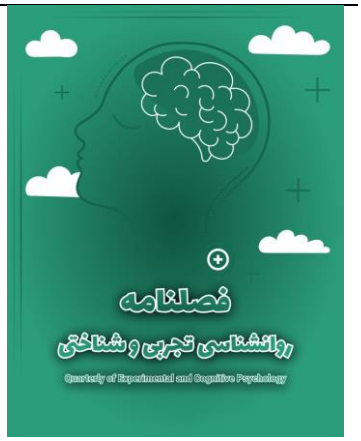
۱. بهناز اصفهانی*: کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، واحد نیشابور، دانشگاه آزاد اسلامی، نیشابور، ایران

۲. رقیه فلیحی: کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۳. آرمان جعفری پور: کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران

۴. شادی روستا پیشه: کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران ایران

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: Isfahanibehi@gmail.com



تاریخ دریافت: ۳۱ فروردین ۱۴۰۳

تاریخ بازنگری: ۱۵ خرداد ۱۴۰۳

تاریخ پذیرش: ۲۳ خرداد ۱۴۰۳

تاریخ انتشار: ۳۱ خرداد ۱۴۰۳

مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۳ 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.

چکیده

هدف: هدف این تحقیق، بررسی تاثیر مداخله زوج‌درمانی بر افزایش احساس امنیت هیجانی در روابط زناشویی با تمرکز بر بازسازی سبک‌های دلبستگی و تقویت پیوندهای هیجانی بوده است.

مواد و روش: این پژوهش کاربردی به شیوه نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شده است. جامعه آماری شامل زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره تهران در سال ۱۴۰۳ بوده است. نمونه‌گیری به‌صورت هدفمند و داوطلبانه صورت گرفته و ۳۰ زوج پس از غربالگری به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش در ۱۰ جلسه هفتگی ۹۰ دقیقه‌ای درمان EFT شرکت کردند، در حالی که گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس امنیت هیجانی(ISES)، پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (ENRICH) و فرم جمعیت‌شناختی بود. داده‌ها در دو مرحله جمع‌آوری و با آزمون t مستقل و تحلیل کوواریانس (ANCOVA) در نرم‌افزار۲۶ SPSS تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش نشان داد که مداخله اعمال‌شده تأثیر معناداری بر بهبود کیفیت روابط زوجین داشته است. نتایج آزمون تی مستقل در مرحله پس‌آزمون بیانگر آن بود که در تمامی مؤلفه‌های بررسی‌شده، میانگین نمرات گروه آزمایش به‌طور معناداری بالاتر از گروه کنترل بود($p<۰.۰۰۱$). مؤلفه‌هایی مانند اعتماد به شریک زندگی، رضایت کلی از ازدواج، برقراری ارتباط مؤثر، و پذیرش و حمایت عاطفی بیشترین تفاوت را نشان دادند. همچنین تحلیل کوواریانس (ANCOVA) با کنترل اثر پیش‌آزمون نیز مؤید تفاوت معنادار بین دو گروه در مرحله پس‌آزمون بود ($p<۰.۰۱$). بالاترین مقادیر F مربوط به مؤلفه‌های بنیادین روابط زناشویی مانند اعتماد، حس شریک‌زدگی، و رضایت کلی از ازدواج بود. در مجموع، یافته‌ها نشان داد که مداخله موردنظر به‌طور مؤثری توانسته است ابعاد مختلف رابطه زوجی را ارتقا دهد.

نتیجه‌گیری: نتایج به‌دست‌آمده نشان داد که مداخله مورد نظر تأثیر معنادار و مثبتی بر بهبود کیفیت رابطه زوجی داشته است، به‌گونه‌ای که گروه آزمایش در تمامی مؤلفه‌های مورد بررسی، به‌طور معناداری عملکرد بهتری نسبت به گروه کنترل نشان داد. این یافته‌ها نشان‌دهنده کارآمدی مداخله در ارتقای ابعاد مختلف روابط زناشویی از جمله اعتماد، رضایت کلی، حمایت عاطفی و ارتباط مؤثر هستند.

کلیدواژگان: *زوج درمانی، نظریه دلبستگی، امنیت هیجانی، روابط زناشویی.*

نحوه استناددهی: اصفهانی، بهناز، فلیحی، رقیه، جعفری پور، آرمان، و روستا پیشه، شادی. (۱۴۰۳). ارزیابی تاثیر مداخله زوج درمانی بر مبنای نظریه دلبستگی بر افزایش امنیت هیجانی در روابط زناشویی. *فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی*، ۱(۱)، ۲۳۶-۲۲۲.

Extended Abstract

Introduction

Marital relationships are among the most complex and foundational human connections, significantly influencing individual mental health, emotional regulation, and social well-being. Within this relational system, emotional security—the felt sense of trust, safety, and mutual support between partners—emerges as a crucial determinant of relationship satisfaction and stability. Emotional security not only enables partners to express vulnerability and seek comfort in times of distress, but it also serves as a protective buffer against relational dissolution. The concept has been strongly rooted in attachment theory, first conceptualized by Bowlby, which posits that early attachment experiences shape internal working models that guide interpersonal behavior and expectations in adulthood. Individuals with secure attachment styles are more likely to develop emotionally fulfilling and resilient marital bonds, whereas those with insecure styles—namely avoidant and anxious—may struggle with trust, intimacy, and conflict regulation (Costa & Mosmann, 2020; Okonkwo, 2024; Shah et al., 2018).

Recent empirical advances have reinforced the interdependence between attachment configurations and relational outcomes. Studies show that adult attachment is significantly correlated with marital satisfaction, communication patterns, and emotional responsiveness (Farsani, 2021; Lu et al., 2024). Insecure attachment styles have been associated with elevated levels of relational distress, including emotional disengagement, defensive communication, and persistent cycles of blame or withdrawal (Sherly, 2023; Yiğit & Kabasakal, 2022). Interventions rooted in attachment theory—particularly Emotionally Focused Therapy (EFT)—have been designed to target these relational disruptions by facilitating the development of secure emotional bonds. EFT focuses on identifying negative interaction cycles, accessing primary emotions, and restructuring interactions to foster responsive and secure attachments between partners (Ren et al., 2025; Tardast et al., 2024).

Despite growing international evidence on the efficacy of attachment-based couple therapy, there remains a paucity of localized research examining its effectiveness in non-Western settings, especially where family structures and relational expectations are strongly shaped by cultural and social norms. The Iranian context provides a compelling backdrop for such inquiry due to the centrality of family as a cultural institution and the limited access to empirically supported interventions in clinical practice. Previous studies have explored attachment patterns in Iranian couples and their association with marital adjustment, but few have employed experimental designs to evaluate therapeutic outcomes (Asadi et al., 2022; Parsakia et al., 2023; Shahi et al., 2023).

Furthermore, the lack of empirical focus on emotional security as a distinct construct—rather than a derivative of satisfaction—has restricted a more granular understanding of how relational interventions transform foundational aspects of intimacy and trust. Given the existing research gap, this study aimed to assess the effectiveness of attachment-based couple therapy on enhancing emotional security in marital relationships among Iranian couples. Specifically, the study investigated whether a 10-session EFT protocol would produce statistically significant improvements in emotional security and marital satisfaction compared to a control group.

Methods and Materials

This study employed a quasi-experimental pretest-posttest control group design. The population comprised couples who visited family counseling centers in Tehran in 2024. Participants were recruited through purposive and voluntary sampling. After initial screening based on eligibility criteria—including mutual consent, absence of major psychiatric conditions, and a minimum of one year of marriage—30 couples (60 individuals) were randomly assigned to experimental and control groups using a random numbers table.

The experimental group received ten weekly sessions of Emotionally Focused Therapy, each lasting 90 minutes, conducted by a therapist trained in EFT. The sessions followed the three-phase model proposed by Johnson, including the identification of negative interaction patterns, access to primary attachment emotions, and creation of new emotional experiences through secure bonding interactions. The control group did not receive any intervention during the study period.

Data were collected using the Interpersonal Security in Emotional Systems Scale (ISES), the ENRICH Marital Satisfaction Questionnaire, and a demographic questionnaire. The validity and reliability of the instruments had been confirmed in previous studies. Data analysis was performed using SPSS version 26, applying independent t-tests to examine group differences and analysis of covariance (ANCOVA) to control for pretest effects. A significance level of $p < .05$ was established for all statistical tests.

Findings

Results of the independent t-test at the posttest stage revealed that the experimental group significantly outperformed the control group on all assessed variables. Specifically, the emotional security scores were markedly higher in the intervention group ($p < .001$), suggesting substantial gains in trust, emotional comfort, and psychological safety within the marital relationship. Subcomponents such as perceived emotional support, partner responsiveness, and felt security during stress also exhibited notable improvements.

In terms of marital satisfaction, significant differences were observed in domains such as overall relationship satisfaction, emotional intimacy, problem-solving ability, communication efficacy, sexual satisfaction, and role sharing. The largest mean differences between groups were found in components like trust in one's partner, shared life goals, and mutual emotional support. These effects persisted even after controlling for pretest scores via ANCOVA, with F-values remaining significant at $p < .01$. The highest F-values corresponded to core relational aspects such as trust, perceived partnership, and emotional acceptance, underscoring the robustness of the intervention's effect on foundational relationship dimensions.

Discussion and Conclusion

The findings of this study affirm the effectiveness of attachment-based couple therapy—specifically Emotionally Focused Therapy—in enhancing emotional security and improving marital quality among Iranian couples. The observed improvements across multiple relational dimensions suggest that EFT is capable of restructuring not only overt behaviors but also deep-seated emotional and cognitive schemas that influence how partners relate to one another. This is consistent with the central hypothesis of attachment theory, which emphasizes the modifiability of internal working models through corrective emotional experiences in safe relational contexts.

By promoting greater emotional accessibility and responsiveness between partners, the intervention appeared to break maladaptive cycles of emotional withdrawal and reactivity. This transformation likely enabled partners to perceive each other as reliable sources of comfort and support, thereby fostering emotional safety. The pronounced gains in trust and emotional responsiveness align with prior research emphasizing these as hallmarks of secure attachment and predictors of marital resilience. The intervention's impact on complex areas such as sexual satisfaction and conflict resolution further suggests that once foundational emotional security is established, couples can engage more constructively across other domains of intimacy.

Another critical insight from this study is the potential of EFT to effect meaningful change in culturally embedded relational patterns. In societies where emotional expression may be constrained by sociocultural expectations, a structured therapeutic approach grounded in empathy and mutual vulnerability can provide a corrective framework that promotes authentic connection. The intervention's design—which gradually progresses from de-escalating conflict to

building secure bonds—appears especially suitable for contexts where relational hierarchies or avoidant communication norms are prevalent.

Overall, this study contributes to the growing body of evidence supporting the adaptability and cross-cultural efficacy of attachment-based interventions. It highlights the transformative power of emotional safety in reviving strained relationships and reinforces the necessity of incorporating theoretically grounded, evidence-based approaches in marital counseling practices. The findings also underscore the need to recognize emotional security as a distinct, measurable, and modifiable construct that can serve as both an outcome and mechanism of therapeutic change. As such, practitioners and policy-makers in family mental health settings may benefit from integrating EFT protocols into routine services, particularly when addressing relational dysfunctions rooted in attachment injuries.

مقدمه

روابط زناشویی یکی از بنیادی‌ترین و تأثیرگذارترین ابعاد زندگی اجتماعی و روانی انسان به شمار می‌رود. کیفیت این روابط نه‌تنها شاخصی از سلامت روان فردی است، بلکه ارتباط مستقیمی با انسجام خانواده و جامعه دارد. پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و خانواده‌درمانی نشان داده‌اند که رضایت زناشویی و امنیت هیجانی، دو مؤلفه کلیدی در پایداری روابط هستند که تحت تأثیر عوامل مختلفی چون سبک‌های دلبستگی، مهارت‌های ارتباطی، ویژگی‌های شخصیتی و بافت فرهنگی قرار دارند (Costa & Mosmann, 2020; Heidari & Kumar, 2021). در این میان، نظریه دلبستگی که نخستین‌بار توسط بالبی مطرح شد، چارچوبی نظری و بالینی برای درک ریشه‌های تعاملات هیجانی در بزرگسالی فراهم کرده است. سبک دلبستگی بزرگسالان که بازتابی از تجربیات اولیه در روابط والد–کودک است، نقشی تعیین‌کننده در نوع، کیفیت و پایداری روابط زناشویی ایفا می‌کند (Asadi et al., 2022; Shah et al., 2018).

افرادی با سبک دلبستگی ایمن، معمولاً روابطی متعادل و رضایت‌بخش را تجربه می‌کنند؛ درحالی‌که سبک‌های ناایمن مانند دلبستگی اضطرابی یا اجتنابی با نارضایتی زناشویی، احساس ناامنی، و تعارض‌های مکرر همراه‌اند (Shahi et al., 2023; Sherly, 2023). مطالعات متعدد تأیید کرده‌اند که سبک‌های دلبستگی از طریق متغیرهایی مانند حمایت هیجانی، صمیمیت، اعتماد و پاسخ‌گویی هیجانی، کیفیت رابطه زوجی را تحت تأثیر قرار می‌دهند (Mutlu et al., 2018; Okonkwo, 2024). در همین راستا، امنیت هیجانی که به احساس ایمنی روانی در تعامل با شریک زندگی اشاره دارد، به‌عنوان یکی از پیامدهای مهم سبک دلبستگی ایمن در روابط زناشویی مطرح شده است (Lu et al., 2024; Tardast et al., 2024). امنیت هیجانی، توانایی زوجین در ابراز آزادانه احساسات، پذیرش بدون قید و شرط، و اعتماد به حمایت متقابل را در بر می‌گیرد و نقش بسزایی در مقابله با استرس‌ها و بحران‌های رابطه دارد (Ren et al., 2025).

در سال‌های اخیر، زوج‌درمانی مبتنی بر نظریه دلبستگی به‌عنوان رویکردی مؤثر در بهبود پیوندهای عاطفی و ارتقای امنیت هیجانی زوجین معرفی شده است. این رویکرد با تمرکز بر بازسازی الگوهای تعاملی ناکارآمد و فعال‌سازی پاسخ‌های هیجانی ایمن، سعی دارد چرخه‌های منفی روابط زوجی را به تعاملاتی پاسخ‌گو و امن تبدیل کند. تحقیقات انجام‌شده در کشورهای مختلف مؤید اثربخشی درمان متمرکز بر هیجان (EFT) بر افزایش رضایت زناشویی، کاهش تعارض، و بهبود احساس نزدیکی و اعتماد در زوجین بوده‌اند (Li et al., 2023; Sokolova & Bakalova, 2022). به‌ویژه یافته‌های حاصل از مطالعات زوج‌های آسیایی و خاورمیانه‌ای حاکی از آن است که EFT می‌تواند با سازگاری فرهنگی مناسب، نتایج قابل‌توجهی به همراه داشته باشد (Farsani, 2021; Oberoi et al., 2023).

بااین‌حال، بسیاری از پژوهش‌ها نشان می‌دهند که میان سبک دلبستگی و کیفیت رابطه زوجی، متغیرهای میانجی مهمی وجود دارد که از جمله آن‌ها می‌توان به تنظیم هیجان، الگوهای گفت‌وگوی زناشویی، و برداشت‌های شناختی زوجین از رابطه اشاره کرد (Mardani et al., 2021; Parsakia et al., 2023). در این میان، امنیت هیجانی می‌تواند به‌عنوان یک متغیر کلیدی در تبیین چگونگی تأثیر سبک دلبستگی بر رضایت زناشویی و پایداری روابط ایفای نقش کند (Novak & Wilson, 2020; Yiğit & Kabasakal, 2022). از سوی دیگر، متغیرهای فرهنگی و اجتماعی نیز در شکل‌گیری و بیان

دلبستگی و تعاملات زناشویی نقش تعیین‌کننده دارند. در جامعه‌ای مانند ایران که نهاد خانواده هنوز ساختار غالب اجتماعی و روانی محسوب می‌شود، بررسی دقیق اثربخشی رویکردهای درمانی نوین در بستر فرهنگی بومی، از اهمیت بالایی برخوردار است (Emadi, 2020; Izadi et al., 2018).

با توجه به فقدان مطالعات بین‌المللی کافی در زمینه ارزیابی مستقیم اثر مداخلات زوج‌درمانی دلبستگی‌محور بر امنیت هیجانی به‌ویژه در بافت‌های فرهنگی خاص، خلأ تحقیقاتی قابل‌توجهی در این حوزه احساس می‌شود. برخی مطالعات ضمن تأکید بر اثرات مثبت مداخلات مبتنی بر دلبستگی، پیشنهاد می‌کنند که بررسی‌های دقیق‌تری در مورد مکانیسم‌های تغییر و اثرات بلندمدت آن‌ها بر ابعاد گوناگون روابط زوجی صورت گیرد (Maxwell et al., 2018; Ying et al., 2023). ازجمله این ابعاد می‌توان به ابراز هیجانی، حل تعارض، تعاملات جنسی و صمیمیت روانی اشاره کرد که به شکل مستقیم با امنیت هیجانی در ارتباط‌اند و معمولاً در زوج‌هایی با سبک دلبستگی ناایمن دچار اختلال می‌شوند (Lu et al., 2024; Okonkwo, 2024).

در پژوهش حاضر، تلاش شده است با تکیه بر رویکرد EFT و چارچوب نظری دلبستگی، میزان اثربخشی یک مداخله زوج‌درمانی ساختارمند بر امنیت هیجانی زوجین ایرانی بررسی شود. این پژوهش درصدد پاسخ به این پرسش است که آیا مداخله‌ای مبتنی بر نظریه دلبستگی می‌تواند موجب افزایش معنادار امنیت هیجانی در روابط زوجی شود و اگر پاسخ مثبت است، کدام مؤلفه‌ها بیشترین تأثیرپذیری را نشان می‌دهند. این مطالعه، در عین حال که بر پایه نظریه‌های معتبر روان‌شناسی رشد و زوج‌درمانی استوار است، از لحاظ کاربردی نیز می‌تواند الگوی مناسبی برای مشاوران خانواده، روان‌درمانگران و سیاست‌گذاران سلامت روان در طراحی برنامه‌های مداخله‌گرانه در زمینه خانواده و ازدواج ارائه دهد (Oberoi et al., 2023; Ren et al., 2025; Tardast et al., 2024).

از آنجا که پیشینه پژوهشی نشان داده است که اصلاح سبک‌های دلبستگی ناکارآمد می‌تواند موجب افزایش رضایت زناشویی، تعامل مؤثر و بهبود الگوهای تنظیم هیجان شود (Asadi et al., 2022; Shah et al., 2018; Sherly, 2023)، انتظار می‌رود مداخله انجام‌شده در این مطالعه نیز بتواند اثرات مشابهی را در نمونه ایرانی به نمایش بگذارد. تأکید ویژه این پژوهش بر امنیت هیجانی به‌عنوان مؤلفه‌ای مغفول‌مانده اما تعیین‌کننده در پویایی رابطه زوجی، آن را از دیگر مطالعات مشابه متمایز می‌سازد.

در مجموع، هدف پژوهش حاضر آن است که با بررسی تغییرات ایجادشده در امنیت هیجانی و سایر مؤلفه‌های کیفیت رابطه زوجی پس از اجرای مداخله، سهم مؤثر EFT را در ارتقای پیوندهای عاطفی و بازسازی روابط زوجی آشکار سازد.

روش‌شناسی پژوهش

در این پژوهش، از روش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون–پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. جامعه آماری این مطالعه شامل کلیه زوجینی بود که در سال ۱۴۰۳ به مراکز مشاوره خانواده شهر تهران مراجعه کرده بودند و دارای مشکلات هیجانی یا ارتباطی در روابط زناشویی خود بودند. با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و داوطلبانه، زوج‌هایی که واجد شرایط ورود به مطالعه بودند (اعم از رضایت هر دو همسر برای شرکت در درمان، عدم ابتلا به اختلالات

شدید روان‌پزشکی، عدم سوءمصرف مواد و الکل، و داشتن حداقل یک سال سابقه ازدواج) شناسایی شدند. پس از غربالگری اولیه توسط روان‌شناس بالینی مرکز، ۳۰ زوج (۶۰ نفر) به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. فرایند تصادفی‌سازی با استفاده از جدول اعداد تصادفی انجام شد تا تعادل آماری میان گروه‌ها حفظ شود. گروه آزمایش در یک مداخله ده‌جلسه‌ای شرکت کرد، در حالی‌که گروه کنترل هیچ مداخله‌ای در این مدت دریافت نکرد.

برای گردآوری داده‌ها، از سه ابزار روان‌سنجی معتبر استفاده شد. نخست، مقیاس امنیت هیجانی بین‌فردی (ISES) که توسط Davila و Cobb در سال ۲۰۰۴ طراحی شد و به ارزیابی سطح امنیت هیجانی در روابط نزدیک می‌پردازد. این مقیاس شامل ۲۲ گویه است که پاسخ‌دهندگان آن‌ها را در طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» ارزیابی می‌کنند. این ابزار دارای سه خرده‌مقیاس اصلی است: ادراک حمایت هیجانی، احساس ایمنی در تعارض‌ها، و توانایی اتکاء هیجانی. نمره بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده احساس بالاتر امنیت هیجانی در روابط زوجی است. اعتبار صوری و محتوایی این ابزار در مطالعات مختلف داخلی و بین‌المللی تأیید شده است و ضریب آلفای کرونباخ آن در پژوهش‌های مختلف بالاتر از ۰.۸۵ گزارش شده است که بیانگر پایایی مطلوب آن است.

دومین ابزار، پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (ENRICH) است که توسط Olson و همکاران در سال ۱۹۸۹ طراحی شده و یکی از جامع‌ترین مقیاس‌ها برای سنجش کیفیت روابط زناشویی محسوب می‌شود. این پرسشنامه شامل ۴۷ گویه است که در چهار حوزه اصلی مورد بررسی قرار می‌گیرند: ارتباط زوجین، رضایت از روابط جنسی، حل تعارض‌ها، و رضایت کلی از ازدواج. پاسخ‌دهی به گویه‌ها در یک طیف پنج‌درجه‌ای انجام می‌شود. نمرات بالاتر بیانگر کیفیت بهتر و رضایت بیشتر از رابطه زوجی است. نسخه فارسی این ابزار توسط پژوهشگران متعددی ترجمه و هنجاریابی شده و ضریب پایایی (آلفای کرونباخ) آن در مطالعات داخلی نیز بالای ۰.۸۰ گزارش شده است. اعتبار محتوایی و ساختاری آن نیز در قالب تحلیل عاملی تأیید شده است.

ابزار سوم، پرسشنامه جمعیت‌شناختی محقق‌ساخته بود که برای کنترل متغیرهای مداخله‌گر طراحی شد. این ابزار اطلاعاتی شامل سن زوجین، مدت ازدواج، سطح تحصیلات، تعداد فرزندان، وضعیت اشتغال و سابقه مشاوره پیشین را جمع‌آوری می‌کرد. این اطلاعات با هدف توصیف دقیق نمونه و کنترل آماری متغیرهای زمینه‌ای در تحلیل نهایی مورد استفاده قرار گرفت.

پروتکل مداخله شامل ۱۰ جلسه زوج‌درمانی مبتنی بر رویکرد درمان متمرکز بر هیجان (EFT) بود که به‌صورت هفتگی و هر جلسه به مدت ۹۰ دقیقه اجرا شد. جلسات توسط یک درمانگر آموزش‌دیده در رویکرد EFT و تحت نظارت یک متخصص زوج‌درمانی هدایت گردید. محتوای جلسات مبتنی بر سه مرحله اصلی مدل جانسون (۲۰۰۴) بود که شامل: شناسایی الگوهای منفی تعاملی، تسهیل دسترسی به هیجان‌های اولیه و نیازهای دلبستگی پنهان، و در نهایت شکل‌دهی تعاملات جدید مبتنی بر دلبستگی ایمن و پاسخ‌دهی هیجانی بود. در هر جلسه، درمانگر از تکنیک‌های خاص EFT از جمله بازتاب هیجانی، بازسازی تعاملات هیجانی، و تمرکز بر لحظات عاطفی کلیدی استفاده می‌کرد. ساختار جلسات به‌گونه‌ای طراحی شده بود که به تدریج از اصلاح رفتارهای سطحی به بازسازی فرآیندهای عمیق هیجانی و شناختی در رابطه زوجین منتهی شود. درمانگر در جلسات

تلاش می‌کرد که نقاط ضعف الگوهای دلبستگی ناکارآمد را شناسایی کرده و زوجین را به سوی تعاملاتی مبتنی بر ایمنی، پذیرش و اعتماد هدایت کند.

پس از پایان مداخله، داده‌ها در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون جمع‌آوری شدند و تحلیل آماری با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ انجام گرفت. در مرحله نخست، آزمون تی مستقل برای مقایسه میانگین نمرات پیش‌آزمون گروه‌ها اجرا شد تا هم‌ارزی اولیه گروه‌ها تأیید شود. در ادامه، برای مقایسه نمرات پس‌آزمون با کنترل اثر پیش‌آزمون، از تحلیل کوواریانس (ANCOVA) استفاده شد. سطح معناداری در تمامی آزمون‌ها بر روی مقدار ۰.۰۵ تنظیم گردید. همچنین، برای تأیید پایایی ابزارها، ضریب آلفای کرونباخ در مرحله پیش‌آزمون محاسبه شد و مقادیر بالاتر از ۰.۷۰ مورد پذیرش قرار گرفت. کلیه مراحل تحلیل با رعایت کامل اصول آماری و اخلاق پژوهش انجام پذیرفت.

یافته‌ها

تحلیل نتایج جدول آزمون تی مستقل بین گروه کنترل و گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون نشان می‌دهد که در تمام مؤلفه‌های بررسی‌شده، میانگین نمرات گروه آزمایش به‌طور قابل‌توجهی بالاتر از گروه کنترل بوده است. این اختلاف میانگین‌ها از نظر آماری نیز معنادار است، چرا که در تمامی موارد مقدار p کمتر از ۰/۰۰۱ گزارش شده و بیانگر رد فرضیه صفر و پذیرش فرضیه تحقیق مبنی بر وجود تفاوت معنادار بین دو گروه است. به‌طور خاص، متغیرهایی مانند «اعتماد به شریک زندگی»، «رضایت کلی از ازدواج»، «برقراری ارتباط مؤثر» و «پذیرش و حمایت عاطفی» بالاترین تفاوت میانگین‌ها را بین دو گروه نشان دادند که نشان‌دهنده تأثیر چشمگیر مداخله بر کیفیت روابط زوجین است. همچنین، مؤلفه‌هایی نظیر «رضایت از مسائل جنسی» و «حس امنیت در موقعیت‌های استرس‌زا» نیز افزایش معناداری را تجربه کرده‌اند، که بیانگر تأثیر مداخله حتی بر جنبه‌های پیچیده‌تر و عمیق‌تر روابط است. در مجموع، نتایج آزمون تی به‌خوبی مؤید کارآمدی مداخله در بهبود ابعاد مختلف رابطه زوجی بوده و فرضیه‌های تحقیق را مورد تأیید قرار می‌دهد (جدول ۱).

جدول ۱. نتایج آزمون تی مستقل بین گروه کنترل و گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون برای مؤلفه‌های مختلف کیفیت رابطه زوجی

متغیر وابسته	میانگین کنترل	میانگین آزمایش	t	p-value
رضایت کلی از ازدواج	۵۹.۱	۷۰.۲	-۸.۸۳	۰.۰۰۰
حس هم‌راستایی و تطابق اهداف زندگی	۵۶.۰	۶۵.۷	-۶.۸۹	۰.۰۰۰
رضایت از ارتباطات عاطفی	۵۱.۲	۶۳.۹	-۱۱.۱۹	۰.۰۰۰
رضایت از مسائل جنسی	۵۲.۶	۶۲.۳	-۷.۱۹	۰.۰۰۰
حل تعارض و مشکلات	۴۹.۵	۶۰.۸	-۶.۳۱	۰.۰۰۰
حس حمایت متقابل	۵۴.۰	۶۶.۵	-۷.۵۰	۰.۰۰۰
رضایت از تقسیم نقش‌ها	۵۶.۹	۶۷.۸	-۱۰.۷۷	۰.۰۰۰
حس شریک‌زدگی و همراهی	۵۰.۶	۶۳.۳	-۸.۳۰	۰.۰۰۰

حس استقلال و فردیت در رابطه	۵۲.۰	۶۱.۴	-۹.۷۶	۰.۰۰۰
رضایت از حمایت اجتماعی و خانوادگی	۵۵.۰	۶۶.۰	-۸.۳۵	۰.۰۰۰
اعتماد به شریک زندگی	۵۸.۹	۷۱.۵	-۸.۴۴	۰.۰۰۰
پذیرش و حمایت عاطفی	۵۳.۵	۶۴.۸	-۷.۱۶	۰.۰۰۰
برقراری ارتباط مؤثر	۵۶.۱	۶۷.۲	-۶.۱۹	۰.۰۰۰
حس امنیت در موقعیت‌های استرس‌زا	۵۱.۶	۶۳.۰	-۸.۸۴	۰.۰۰۰

تمام مقادیر p کمتر از ۰.۰۵ بوده‌اند که نشان‌دهنده تفاوت معنادار بین گروه کنترل و آزمایش در همه مؤلفه‌ها در مرحله پس‌آزمون است.

جدول ۲ نتایج آزمون تحلیل کوواریانس (ANCOVA) را برای متغیرهای مختلف مربوط به رضایت زناشویی و ابعاد آن در دو گروه "آزمایش" و "کنترل" نشان می‌دهد. در این پژوهش، تفاوت میانگین نمرات پس‌آزمون با کنترل اثر پیش‌آزمون بررسی شده است تا مشخص شود مداخله (احتمالاً یک برنامه آموزشی یا درمانی) چه تأثیری بر بهبود شاخص‌های زناشویی داشته است. تحلیل به شرح زیر است:

در تمام متغیرها، گروه آزمایش و کنترل در پیش‌آزمون میانگین نسبتاً مشابهی دارند که نشان می‌دهد در ابتدا تفاوت معناداری بین دو گروه وجود نداشته است. اما در پس‌آزمون، میانگین نمرات گروه آزمایش در تمام متغیرها به‌طور چشم‌گیری افزایش یافته و در همه موارد بالاتر از گروه کنترل است. این نشان‌دهنده تأثیر مثبت مداخله بر بهبود شاخص‌های مورد بررسی است. همچنین در تمام موارد، مقدار F مربوط به آزمون کوواریانس معنادار است($p < ۰.۰۱$) ، که نشان می‌دهد تفاوت بین گروه‌ها بعد از کنترل پیش‌آزمون از نظر آماری معنادار بوده است (جدول ۲).

به‌طور خاص، بیشترین تأثیر مداخله در مؤلفه‌هایی مانند "اعتماد به شریک زندگی($F = ۱۳.۱۰$) "، "حس شریک‌زدگی و همراهی ($F = ۱۲.۴۵$) "، و "رضایت کلی از ازدواج ($F = ۱۲.۳۰$) "دیده می‌شود. این به معنای آن است که مداخله بیشترین اثر را بر ابعاد بنیادین و عاطفی رابطه زناشویی داشته است. در مقابل، کمترین F مشاهده‌شده مربوط به رضایت از مسائل جنسی ($F = ۸.۱۰$)و حس استقلال و فردیت در رابطه ($F = ۸.۹۵$) است، که با وجود معناداری، نشان‌دهنده تأثیر نسبتاً کمتر مداخله بر این ابعاد است (جدول ۲).

جدول ۲. تحلیل کوواریانس برای مقایسه گروه‌ها با کنترل اثر پیش‌آزمون

متغیر وابسته	گروه	پیش‌آزمون) میانگین(SD ±	پس‌آزمون) میانگین(SD ±	F کوواریانس	p-value
رضایت کلی از ازدواج	کنترل	۵۸.۲ ± ۶.۵	۵۹.۱ ± ۶.۳	۱۲.۳۰	۰.۰۰۱
	آزمایش	۵۸.۶ ± ۶.۷	۷۰.۲ ± ۵.۹		
حس هم‌راستایی و تطابق اهداف زندگی	کنترل	۵۵.۱ ± ۵.۴	۵۶.۰ ± ۵.۶	۹.۸۵	۰.۰۰۳
	آزمایش	۵۴.۹ ± ۵.۸	۶۵.۷ ± ۶.۱		

رضایت از ارتباطات عاطفی	کنترل	۵۰.۳ ± ۵.۰	۵۱.۲ ± ۵.۱	۱۱.۶۵	۰.۰۰۱
	آزمایش	۵۰.۶ ± ۴.۸	۶۳.۹ ± ۵.۲		
رضایت از مسائل جنسی	کنترل	۵۲.۰ ± ۶.۱	۵۲.۶ ± ۵.۹	۸.۱۰	۰.۰۰۶
	آزمایش	۵۱.۸ ± ۶.۰	۶۲.۳ ± ۵.۷		
حل تعارض و مشکلات	کنترل	۴۸.۷ ± ۵.۷	۴۹.۵ ± ۵.۸	۱۰.۲۵	۰.۰۰۲
	آزمایش	۴۸.۵ ± ۵.۶	۶۰.۸ ± ۵.۳		
حس حمایت متقابل	کنترل	۵۳.۴ ± ۶.۰	۵۴.۰ ± ۶.۲	۱۱.۸۰	۰.۰۰۱
	آزمایش	۵۳.۶ ± ۶.۲	۶۶.۵ ± ۵.۸		
رضایت از تقسیم نقش‌ها	کنترل	۵۶.۱ ± ۵.۲	۵۶.۹ ± ۵.۱	۹.۶۰	۰.۰۰۳
	آزمایش	۵۶.۴ ± ۵.۰	۶۷.۸ ± ۵.۲		
حس شریک‌زدگی و همراهی	کنترل	۴۹.۸ ± ۶.۳	۵۰.۶ ± ۶.۴	۱۲.۴۵	۰.۰۰۱
	آزمایش	۵۰.۱ ± ۶.۱	۶۳.۳ ± ۶.۰		
حس استقلال و فردیت در رابطه	کنترل	۵۱.۲ ± ۴.۹	۵۲.۰ ± ۵.۰	۸.۹۵	۰.۰۰۴
	آزمایش	۵۱.۰ ± ۵.۱	۶۱.۴ ± ۵.۳		
رضایت از حمایت اجتماعی و خانوادگی	کنترل	۵۴.۵ ± ۵.۶	۵۵.۰ ± ۵.۸	۹.۳۰	۰.۰۰۳
	آزمایش	۵۴.۷ ± ۵.۵	۶۶.۰ ± ۵.۶		
اعتماد به شریک زندگی	کنترل	۵۸.۰ ± ۶.۷	۵۸.۹ ± ۶.۶	۱۳.۱۰	۰.۰۰۱
	آزمایش	۵۸.۳ ± ۶.۸	۷۱.۵ ± ۶.۳		
پذیرش و حمایت عاطفی	کنترل	۵۲.۷ ± ۵.۵	۵۳.۵ ± ۵.۶	۱۱.۱۰	۰.۰۰۱
	آزمایش	۵۳.۰ ± ۵.۴	۶۴.۸ ± ۵.۷		
برقراری ارتباط مؤثر	کنترل	۵۵.۳ ± ۶.۲	۵۶.۱ ± ۶.۱	۱۲.۰۰	۰.۰۰۱
	آزمایش	۵۵.۱ ± ۶.۰	۶۷.۲ ± ۶.۴		
حس امنیت در موقعیت‌های استرس‌زا	کنترل	۵۰.۹ ± ۵.۳	۵۱.۶ ± ۵.۴	۹.۸۵	۰.۰۰۳
	آزمایش	۵۱.۲ ± ۵.۵	۶۳.۰ ± ۵.۲		

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش به‌روشنی نشان داد که مداخله زوج‌درمانی مبتنی بر نظریه دلبستگی تأثیر معناداری بر افزایش امنیت هیجانی در روابط زوجین داشته است. نتایج آزمون تی مستقل و تحلیل کوواریانس (ANCOVA) حاکی از آن بود که شرکت‌کنندگان گروه آزمایش در تمامی مؤلفه‌های مورد سنجش، از جمله رضایت کلی از ازدواج، اعتماد به شریک زندگی، حمایت عاطفی، حل تعارض، و حس

امنیت در موقعیت‌های استرس‌زا، عملکرد بالاتری نسبت به گروه کنترل داشتند. این یافته‌ها با مبانی نظری رویکرد متمرکز بر هیجان (EFT) همخوانی دارد که تأکید می‌کند با بازسازی پاسخ‌های هیجانی و اصلاح سبک‌های دلبستگی ناایمن، می‌توان ساختار روابط صمیمانه را تقویت کرد (Ren et al., 2025).

مؤلفه‌هایی مانند «برقراری ارتباط مؤثر» و «پذیرش و حمایت عاطفی» در این پژوهش بیشترین تغییرات معنادار را نشان دادند، که این خود مؤید نقش محوری پاسخ‌گویی هیجانی در روابط زوجی است (Lu et al., 2024; Okonkwo, 2024). نتایج ما با یافته‌های (Costa & Mosmann, 2020) هم‌راستا است که بیان داشتند زوج‌هایی که دلبستگی ایمن دارند، قادرند در موقعیت‌های بحرانی به‌صورت سازنده و حمایتی تعامل کنند. به‌علاوه، نتایج حاصل با مطالعات (Li et al., 2023) و (Farsani, 2021) که بر نقش واسطه‌ای رضایت زناشویی و تفسیرهای هیجانی در پیوند سبک دلبستگی با کیفیت رابطه تأکید داشتند نیز تطابق دارد.

یکی از نکات برجسته در یافته‌ها، بهبود محسوس در مؤلفه «اعتماد به شریک زندگی» بود. همان‌طور که (Shahi et al., 2023) بیان می‌کند، اعتماد به‌عنوان یکی از اجزای بنیادین امنیت هیجانی، مستقیماً تحت تأثیر ساختارهای دلبستگی فرد در روابط صمیمی قرار دارد. نتایج حاضر با پژوهش (Heidari & Kumar, 2021) نیز هماهنگ است که نشان داد تعامل بین سبک دلبستگی و هوش هیجانی در زوج‌ها با رضایت زناشویی رابطه دارد. مداخله EFT در این مطالعه، به نظر می‌رسد توانسته است با هدف قرار دادن ناکارآمدی‌های هیجانی در تعاملات زناشویی، ظرفیت زوج‌ها را در پاسخ‌گویی عاطفی و حل تعارض ارتقاء بخشد، که در نتیجه به بهبود در مؤلفه‌های امنیتی مانند «حس شریک‌زدگی» و «احساس حمایت متقابل» منجر شده است (Mardani et al., 2021; Tardast et al., 2024).

همچنین، بهبود قابل‌توجه در «حس امنیت در موقعیت‌های استرس‌زا» مؤید این فرض است که مداخلات دلبستگی‌محور قادرند با ایجاد پیوندهای عاطفی ایمن، ظرفیت مقابله زوجین با موقعیت‌های فشارزا را افزایش دهند (Sherly, 2023; Ying et al., 2023). این موضوع در مدل EFT نیز پیش‌بینی شده است، جایی که ارتباط درمانی امن میان زوجین، باعث فعال شدن پاسخ‌های تسکین‌دهنده در مواجهه با تنش می‌شود. از سوی دیگر، مطالعات (Sokolova & Bakalova, 2022) بر تعامل بین خشونت زناشویی و سبک دلبستگی تأکید داشته‌اند، که یافته‌های این پژوهش به‌نوعی به نقش پیشگیرانه EFT در کاهش رفتارهای آسیب‌زا و تقویت زمینه‌های ارتباطی سالم اشاره دارد.

نکته حائز اهمیت دیگر، اثربخشی مداخله بر مؤلفه‌های جنسی و صمیمیت روانی است که در بسیاری از مداخلات شناختی-رفتاری، کمتر تحت تأثیر قرار می‌گیرند. پژوهش (Emadi, 2020) نشان داد که رضایت جنسی در زوجین به‌شدت تحت تأثیر رضایت هیجانی و دلبستگی ایمن قرار دارد. همچنین (Mutlu et al., 2018) به‌روشنی بیان کرده است که بین دلبستگی مادران و کیفیت رابطه زناشویی همبستگی مستقیمی وجود دارد. بر همین اساس، بهبود رضایت از مسائل جنسی در این مطالعه، نشان از کارکرد چندلایه EFT در ایجاد پیوندهای پایدارتر دارد.

تحلیل یافته‌ها همچنین نشان داد که «برقراری ارتباط مؤثر» و «پذیرش هیجانی» که اغلب به‌عنوان متغیرهای فرآیندی در نظریه دلبستگی مطرح می‌شوند، از جمله ابعادی هستند که به‌وضوح در اثر

مداخله بهبود یافته‌اند. مطالعات (Oberoi et al., 2023) و (Izadi et al., 2018) تأکید کرده‌اند که مداخلات دلبستگی‌محور می‌توانند توانایی شنیدن، همدلی، و ابراز هیجان را در زوجین بهبود ببخشند. این یافته‌ها هم‌راستا با نظریه دلبستگی بالبی و پژوهش‌های نوین (Ren et al., 2025; Shah et al., 2018) نشان می‌دهد که ایمن‌سازی هیجانی به‌عنوان یک عامل میانجی در فرآیند بازسازی روابط مؤثر است.

در سطح تبیین نظری، می‌توان گفت که این پژوهش با فراهم آوردن شواهد تجربی جدید، مدل‌های موجود درباره نقش سبک دلبستگی در کیفیت روابط را گسترش داده است. پژوهش (Yiğit & Kabasakal, 2022) نیز نشان داد که انتظارات نقش رابطه‌ای در بزرگسالان به‌شدت تحت تأثیر جو خانوادگی و ساختار دلبستگی در دوران رشد قرار دارد. یافته‌های این پژوهش نیز نشان می‌دهد که اصلاح الگوهای دلبستگی نه‌تنها بر روابط فعلی تأثیر می‌گذارد بلکه می‌تواند عوامل زمینه‌ساز انتظارات نقش را نیز دگرگون سازد.

هم‌چنین، مطالعه حاضر از منظر روشی نیز دارای اعتبار است؛ استفاده از ابزارهای استاندارد مانند ISES و ENRICH، انجام تحلیل کوواریانس برای کنترل اثر پیش‌آزمون، و تخصیص تصادفی زوجین در گروه‌ها، موجب افزایش دقت در ارزیابی اثرات مداخله شده‌اند. مطالعات مشابهی نظیر پژوهش (Parsakia et al., 2023) نیز از روش‌شناسی مشابه برای بررسی نقش دلبستگی به‌عنوان متغیر میانجی بهره برده‌اند و یافته‌های مشابهی در خصوص تأثیر مستقیم سبک‌های دلبستگی بر صمیمیت هیجانی و تمایز یافتگی گزارش کرده‌اند.

اگرچه این مطالعه با طراحی دقیق و ابزارهای معتبر انجام شد، اما با برخی محدودیت‌ها نیز مواجه بوده است. نخست، نمونه مورد مطالعه صرفاً شامل زوج‌های مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره در تهران بود که ممکن است از منظر انگیزش برای تغییر و دسترسی به خدمات روان‌شناختی، با جمعیت عمومی تفاوت داشته باشند. دوم، استفاده از روش نمونه‌گیری داوطلبانه می‌تواند سوگیری در انتخاب ایجاد کرده باشد. سوم، دوره پیگیری بلندمدت برای ارزیابی ماندگاری آثار مداخله لحاظ نشده و اثربخشی در طول زمان بررسی نشده است. همچنین، مداخله تنها بر پایه جلسات EFT اجرا شد و از روش‌های ترکیبی مانند مصاحبه‌های کیفی یا تحلیل فرآیندی استفاده نشد.

برای غنی‌سازی بیشتر این حوزه، پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده از نمونه‌های متنوع‌تری از نظر سن، موقعیت جغرافیایی، سطح تحصیلات و وضعیت اقتصادی استفاده شود. همچنین اجرای مطالعات پیگیری طولانی‌مدت به بررسی پایداری آثار مداخله کمک می‌کند. بهره‌گیری از روش‌های ترکیبی کیفی و کمی نیز می‌تواند درک عمیق‌تری از تجربه زیسته زوجین ارائه دهد. تحلیل فرایندهای تغییر در تعامل زوجین، بررسی تفاوت‌های جنسیتی در پاسخ به درمان، و تحلیل نقش متغیرهای میانجی همچون انسجام خانوادگی، باورهای ارتباطی، یا هویت دینی نیز از دیگر پیشنهادات پژوهشی می‌باشد.

روان‌درمانگران خانواده، مشاوران ازدواج و سیاست‌گذاران حوزه سلامت روان می‌توانند از نتایج این مطالعه در طراحی مداخلات چندبُعدی مبتنی بر نظریه دلبستگی بهره بگیرند. اجرای دوره‌های آموزشی مبتنی بر EFT برای زوج‌های جوان و والدین در حال تعارض می‌تواند به پیشگیری از بروز بحران‌های جدی زناشویی کمک کند. همچنین، تلفیق محتوای آموزش دلبستگی و تنظیم هیجان در دوره‌های آموزش قبل از ازدواج می‌تواند راهکاری پیشگیرانه در ارتقای کیفیت روابط عاطفی باشد. استفاده از این مداخلات در برنامه‌های سلامت

روان اجتماعی، به‌ویژه در مناطق کم‌برخوردار، می‌تواند زمینه‌ساز عدالت روان‌شناختی و کاهش آسیب‌های خانوادگی شود.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافعی وجود ندارد.

حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش یاری رساندند تشکر و قدردانی می‌گردد.

References

Asadi, M., Pourebrahim, T., Farrokhi, N., & Davaee, M. (2022). Providing a Model for Marital Burnout Based on Attachment Styles in Married People: Differentiation With Mediating Role. *Aftj*, *3*(1), 445-460. https://doi.org/10.61838/kman.aftj.3.1.22

Costa, C. B. d., & Mosmann, C. P. (2020). Aspects of the Marital Relationship That Characterize Secure and Insecure Attachment in Men and Women. *Estudos De Psicologia (Campinas)*, *37*. https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e190045

Emadi, Z. (2020). The Mediating Role of Women's Marital Satisfaction in the Relationship Between Attachment Styles and the Quality of Sexual Relationships. *PWJ*, *1*(3), 15-30. https://doi.org/10.61838/kman.pwj.1.3.2

Farsani, Z. K. (2021). Mediating Role of Relationship Attributions and Marital Forgiveness on the Relationship Between Neuroticism, Attachment Styles and Marital Satisfaction. *Journal of counseling research*. https://doi.org/10.18502/qjcr.v20i79.7341

Heidari, M., & Kumar, G. V. (2021). Influence of Attachment Styles and Emotional Intelligence Interaction on Marital Satisfaction Among Married Couples. 47-54. https://doi.org/10.36106/gjra/2809316

Izadi, M., Rezaee, A. M., Zahiredin, A., & Mohsenzadeh, Y. (2018). The Relationship Between Early Maladaptive Schemas, Attachment and Marital Satisfaction With Applicants for Separation. *Alborz University Medical Journal*, *7*(7:supplement), 61-72. https://doi.org/10.29252/aums.7.7:supplement.3-supple.61

Li, M., Gong, H., Zhang, H., Chen, Y., & Zhang, C. (2023). Maternal Adult Attachment and Mother-Adolescent Attachment: The Chain Mediating Role of Marital Satisfaction and Harsh Parenting. *Frontiers in Psychiatry*, *14*. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1170137

Lu, S., He, Y., Li, Q., Chen, Z., & Fang, X. (2024). Dyadic Effects of Attachment Styles on Marital Satisfaction Among Chinese Couples: The Mediating Role of Perceived Partner Responsiveness. *Journal of Social and Personal Relationships*, *41*(12), 3770-3790. https://doi.org/10.1177/02654075241277227

Mardani, M., Marashi, S. A., & Abbaspour, Z. (2021). On the Causal Relationship Between Attachment Styles and Marital Satisfaction: Mediating Role of Gottman's Marital Communication Model. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, *15*(2). https://doi.org/10.5812/ijpbs.108339

Maxwell, M. D., Davis, S. D., Miller, M. M., & Woolley, S. R. (2018). Covenant Attachment: A Constructivist Grounded Theory of Christian Couples and God. *Journal of marital and family therapy*, *46*(1), 110-123. https://doi.org/10.1111/jmft.12368

Mutlu, B., Erkut, Z., Yıldırım, Z., & Gündoğdu, N. (2018). A Review on the Relationship Between Marital Adjustment and Maternal Attachment. *Revista Da Associação Médica Brasileira*, *64*(3), 243-252. https://doi.org/10.1590/1806-9282.64.03.243

Novak, J. R., & Wilson, S. J. (2020). Are Differences in Bedtimes Bad for Relationships? Associations With Attachment and Conflict in Middle-Aged Couples. *Innovation in Aging*, *4*(Supplement_1), 469-469. https://doi.org/10.1093/geroni/igaa057.1518

Oberoi, N., Desai, G., & Satyanarayana, V. A. (2023). 'Attachment Is Such a Core Issue': Therapist Perspectives on Attachment Injuries in Marriages in India. *Counselling and Psychotherapy Research*, *24*(3), 897-912. https://doi.org/10.1002/capr.12725

Okonkwo, K. (2024). The Role of Attachment Styles in Marital Stability: A Psychological Approach to Strengthening Relationships. *American Journal of Psychology*, *6*(4), 35-50. https://doi.org/10.47672/ajp.2474

Parsakia, K., Farzad, V., & Rostami, M. (2023). The Mediating Role of Attachment Styles in the Relationship Between Marital Intimacy and Self-Differentiation in Couples. *Aftj*, *4*(1), 589-607. https://doi.org/10.61838/kman.aftj.4.1.29

Ren, M., Luo, X., Cheng, L., Wu, M., Wang, Y., & Han, X. (2025). Actor and Partner Effects of Coparenting on Marital Quality: Mediating Role of Marital Attachment. *Family Relations*. https://doi.org/10.1111/fare.13169

Shah, P., Bihari, S., & Munshi, C. (2018). Adult Attachment Style and Marital Satisfaction. *Indian Journal of Mental Health(ijmh)*, *5*(2), 229. https://doi.org/10.30877/ijmh.5.2.2018.229-233

Shahi, H., Hall, S. S., Amraei, K., Ghasemi, A., Karami, J., Sadeghi, S., & Boehnke, K. (2023). Do Personality and Attachment Predict Marital Beliefs? Investigating Young Adults in Iran. *Journal of Social and Personal Relationships*, *40*(12), 4219-4243. https://doi.org/10.1177/02654075231202940

Sherly, S. (2023). Pengaruh Adult Attachment Style Terhadap Kepuasan Pernikahan Pada Dewasa Awal. *Jurnal Muara Ilmu Sosial Humaniora Dan Seni*, *6*(2), 386-392. https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i2.19170.2022

Sokolova, M., & Bakalova, D. (2022). Intimate Partner Violence: An Application of Attachment Theory. *Psychological Research (In the Balkans)*, *25*(3). https://doi.org/10.7546/psyrb.2022.25.03.04

Tardast, L., Ahmadi, V., Mami, S., & Nademi, A. (2024). Structural Relationships Between Attachment Styles and Marital Satisfaction With the Mediation of Loneliness. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, *11*(03), 16-28. https://doi.org/10.32598/shenakht.11.3.16

Yiğit, M. Ç., & Kabasakal, Z. (2022). The Role of Family Climates and Attachment Style in Romantic Relationship in Predicting Relation Role Expectations Among Adults. *Journal of Social Research and Behavioral Sciences*, *8*(17), 621-651. https://doi.org/10.52096/jsrbs.8.17.36

Ying, L., Wang, Y., & Yu, S. (2023). Marital Conflict, Family Socioeconomic Status, and Depressive Symptoms in Migrant Children: A Moderating Mediational Model. *Behavioral Sciences*, *13*(6), 441. https://doi.org/10.3390/bs13060441