

تبیین فرایندهای بین نسلی انتقال آسیب‌های هیجانی در زوج‌های دارای تعارض مزمن: یک مطالعه نظریه‌پردازی داده‌بنیاد

مشخصات نویسندگان:



تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.
 انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی CC BY-NC 4.0 صورت گرفته است.

۱. رضا کریمی‌فر: گروه مشاوره زوج‌درمانی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران
۲. سارا احمدی‌اصل*: گروه روان‌شناسی سلامت، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران
۳. پریسا موسوی‌کیا: گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران

*پست الکترونیکی نویسنده مسئول: ahmadiasl.sara@gmail.com

شبهه استناددهی: کریمی‌فر، رضا، احمدی‌اصل، سارا، و موسوی‌کیا، پریسا. (۱۴۰۴). تبیین فرایندهای بین‌نسلی انتقال آسیب‌های هیجانی در زوج‌های دارای تعارض مزمن: یک مطالعه نظریه‌پردازی داده‌بنیاد. *سنجش، ارزیابی و مداخلات زوج‌درمانی*, ۲(۵), ۱-۱۲.

چکیده

هدف پژوهش حاضر، تبیین فرایندهای بین‌نسلی انتقال آسیب‌های هیجانی در زوج‌های دارای تعارض مزمن و ارائه یک مدل داده‌بنیاد از چگونگی بازتولید الگوهای هیجانی آسیب‌زا در روابط زناشویی بود. این پژوهش با رویکرد کیفی و روش نظریه‌پردازی داده‌بنیاد انجام شد. مشارکت‌کنندگان شامل ۲۴ نفر، متشکل از ۱۲ زوج دارای تعارض مزمن ساکن شهر تهران بودند که از طریق نمونه‌گیری هدفمند و سپس نمونه‌گیری نظری انتخاب شدند. ملاک‌های ورود شامل حداقل سه سال زندگی مشترک، تجربه تعارض زناشویی پایدار در شش ماه گذشته، تمایل به مشارکت در مصاحبه، و توانایی روایت تجربه‌های خانوادگی و زناشویی بود. داده‌ها تنها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته عمیق گردآوری شد و فرایند نمونه‌گیری تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. مصاحبه‌ها پس از ضبط و پیاده‌سازی، با استفاده از کدگذاری باز، محوری و انتخابی و با کمک نرم‌افزار NVivo تحلیل شدند. تحلیل داده‌ها به استخراج پنج مقوله اصلی منجر شد: میراث هیجانی حل‌نشده در خانواده مبدأ، بازتولید الگوهای دلبستگی نایمن در رابطه زوجی، انتقال سبک‌های ناکارآمد تنظیم هیجان، فعال‌سازی چرخه‌های تعارض مزمن، و ناتوانی زوجها در بازسازی معنای رابطه. مقوله مرکزی پژوهش «بازتولید چرخه آسیب هیجانی در بستر رابطه زناشویی» بود. یافته‌ها نشان دادند که زوجها اغلب بدون آگاهی روشن، الگوهای سکوت، انتقاد، اجتناب، کنترل‌گری، خشم انفجاری یا کناره‌گیری هیجانی را از خانواده‌های مبدأ خود وارد رابطه زناشویی کرده و در مواجهه با تنش‌های روزمره، همان الگوها را در رابطه فعلی بازآفرینی می‌کنند. نتایج نشان داد که تعارض مزمن در زوجها صرفاً محصول اختلافات فعلی نیست، بلکه در بسیاری از موارد، امتداد زنجیره‌ای از آسیب‌های هیجانی حل‌نشده، سبک‌های دلبستگی نایمن و الگوهای تنظیم هیجان آموخته‌شده در خانواده مبدأ است. بنابراین، مداخلات زوج‌درمانی در این گروه باید از تمرکز سطحی بر مهارت‌های ارتباطی فراتر رفته و بر شناسایی، پردازش و بازسازی الگوهای بین‌نسلی آسیب هیجانی متمرکز شوند.

واژگان کلیدی: انتقال بین‌نسلی، آسیب هیجانی، تعارض مزمن، زوجها، نظریه داده‌بنیاد، دلبستگی نایمن، تنظیم هیجان

Explaining the Intergenerational Processes of Emotional Trauma Transmission in Couples with Chronic Conflict: A Grounded Theory Study



© 2025 the authors. This is an open access article under the terms of the [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) License.

Authors' Information:

1. Reza Karimi-Far: Department of Couple Therapy Counseling, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran
2. Sara Ahmadi-Asl*: Department of Health Psychology, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
3. Parisa Mousavi-Kia: Department of Clinical Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

Corresponding author's email: ahmadiasl.sara@gmail.com

How to cite: Karimi-Far, R., Ahmadi-Asl, S., & Mousavi-Kia, P. (2025). Explaining the Intergenerational Processes of Emotional Trauma Transmission in Couples with Chronic Conflict: A Grounded Theory Study. *Couple Therapy Assessment, Evaluation, and Intervention*, 2(5), 1-12.

Abstract

This study aimed to explain the intergenerational processes through which emotional trauma is transmitted among couples with chronic conflict and to develop a grounded theoretical model of emotional injury reproduction in marital relationships. This qualitative study was conducted using a grounded theory approach. The participants consisted of 24 individuals, including 12 married couples with chronic marital conflict living in Tehran, Iran. Participants were recruited through purposive sampling followed by theoretical sampling. Inclusion criteria included at least three years of marital life, persistent marital conflict during the previous six months, willingness to participate in in-depth interviews, and the ability to describe family-of-origin and marital experiences. Data were collected exclusively through semi-structured interviews. Sampling continued until theoretical saturation was achieved. All interviews were recorded, transcribed verbatim, and analyzed through open, axial, and selective coding with the assistance of NVivo software. Data analysis led to the emergence of five main categories: unresolved emotional legacy in the family of origin, reproduction of insecure attachment patterns in the marital relationship, transmission of maladaptive emotion regulation styles, activation of chronic conflict cycles, and inability to reconstruct the meaning of the relationship. The core category was “reproduction of the emotional injury cycle within the marital relationship.” The findings indicated that many couples unconsciously transferred patterns such as silence, criticism, avoidance, emotional withdrawal, controlling behavior, or explosive anger from their families of origin into their current marital relationship. Chronic marital conflict is not merely the result of present disagreements; rather, it often reflects the continuation of unresolved emotional injuries, insecure attachment patterns, and emotion regulation styles learned in the family of origin. Therefore, couple therapy interventions for chronically conflicted couples should move beyond surface-level communication training and focus on identifying, processing, and reconstructing intergenerational patterns of emotional trauma.

Keywords: *Intergenerational transmission, emotional trauma, chronic conflict, couples, grounded theory, insecure attachment, emotion regulation*

روابط زناشویی یکی از مهم‌ترین بسترهای تجربه صمیمیت، امنیت هیجانی، دلبستگی بزرگسالانه و بازسازی هویت فردی است. باین‌حال، همین رابطه می‌تواند در شرایطی خاص به صحنه بازتولید آسیب‌های هیجانی، تعارض‌های حل‌نشده و الگوهای ارتباطی ناکارآمد تبدیل شود. در زوج‌هایی که تعارض مزمن را تجربه می‌کنند، اختلافات روزمره معمولاً تنها سطح آشکار مسئله‌اند و در لایه‌های عمیق‌تر، مجموعه‌ای از تجربه‌های خانوادگی، خاطرات هیجانی، سبک‌های دلبستگی، الگوهای تنظیم هیجان و باورهای درونی‌شده درباره خود، دیگری و رابطه فعال می‌شوند. تعارض مزمن در این معنا، صرفاً تکرار مشاجره نیست، بلکه نوعی سازمان‌یافتگی پایدار رابطه‌ای است که در آن زوجها بارها در چرخه‌های مشابهی از انتقاد، دفاع، سکوت، کناره‌گیری، خشم، سرزنش و ناامیدی گرفتار می‌شوند. پژوهش‌های مربوط به تعاملات زناشویی نشان داده‌اند که کیفیت الگوهای هیجانی و ارتباطی زوجها، به‌ویژه شیوه مدیریت عاطفه منفی، پیش‌بینی‌کننده مهمی برای تداوم یا فرسایش رابطه است. (Gottman & Levenson, 2000; Gottman & Notarius, 2000)

یکی از چارچوب‌های نظری مهم برای فهم ریشه‌های عمیق تعارض مزمن، نظریه دلبستگی است. بر اساس نظریه دلبستگی، تجربه‌های اولیه کودک با مراقبان اصلی، الگوهای درونی نسبتاً پایداری درباره دسترس‌پذیری دیگران، ارزشمندی خود و قابلیت اعتماد رابطه شکل می‌دهد. (Bowlby, 1982) این الگوها در طول رشد، به‌ویژه در روابط صمیمانه بزرگسالی، دوباره فعال می‌شوند و بر نحوه جست‌وجوی حمایت، پاسخ به تهدید، مدیریت فاصله و نزدیکی، و تفسیر رفتار شریک اثر می‌گذارند. مطالعات دلبستگی نشان داده‌اند که افرادی با سبک دلبستگی اضطرابی، در برابر نشانه‌های فاصله یا بی‌توجهی حساس‌ترند و ممکن است از راهبردهای بیش‌فعال‌ساز مانند اعتراض، چسبندگی، کنترل‌گری یا سرزنش استفاده کنند؛ در مقابل، افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی معمولاً در مواجهه با فشار هیجانی به راهبردهای غیرفعال‌ساز مانند سکوت، فاصله‌گیری، بی‌اعتنایی یا عقلانی‌سازی پناه می‌برند. (Mikulincer & Shaver, 2016) هنگامی که این دو الگوی نایمن در یک رابطه زوجی با هم برخورد می‌کنند، رابطه به چرخه‌ای از تعقیب و کناره‌گیری تبدیل می‌شود که در آن یک طرف برای دریافت پاسخ هیجانی بیشتر فشار می‌آورد و طرف دیگر برای حفظ امنیت روانی خود فاصله بیشتری ایجاد می‌کند.

مسئله مهم آن است که این سبک‌های پاسخ‌دهی در خلأ شکل نمی‌گیرند. بسیاری از زوج‌های دارای تعارض مزمن، پیش از ورود به رابطه زناشویی، در خانواده مبدأ خود با الگوهایی از بی‌اعتنایی هیجانی، تنبیه عاطفی، انتقاد شدید، والدگری کنترل‌گر، طرد، سکوت، نایمنی، بی‌ثباتی یا تعارض والدین مواجه بوده‌اند. نظریه سیستم‌های خانواده بر این نکته تأکید دارد که فرد نه به‌صورت جداگانه، بلکه درون شبکه‌ای از روابط چندنسلی شکل می‌گیرد و الگوهای هیجانی، مرزبندی‌ها، ائتلاف‌ها، تعارض‌ها و سبک‌های مقابله‌ای در طول نسل‌ها منتقل می‌شوند. (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988) از این منظر، زوجی که امروز درباره موضوعی ظاهراً ساده مانند تأخیر، خرج‌کرد، تربیت فرزند یا رابطه با خانواده همسر دچار تعارض می‌شود، ممکن است در سطح عمیق‌تر در حال بازنمایی تجربه‌های دیرینه‌ای از دیده‌نشدن، رهاشدگی، بی‌قدرتی، تحقیر یا ناامنی باشد.

انتقال بین‌نسلی آسیب هیجانی به فرایندی اشاره دارد که طی آن آثار روانی، هیجانی و رابطه‌ای تجربه‌های آسیب‌زا از یک نسل به نسل بعد منتقل می‌شود. این انتقال الزاماً مستقیم، آگاهانه یا کلامی نیست؛ بلکه ممکن است از طریق شیوه‌های فرزندپروری، سبک‌های ارتباطی، تنظیم هیجان، روایت‌های خانوادگی، سکوت‌های خانوادگی، باورهای ضمنی، الگوهای دلبستگی و حتی واکنش‌های بدنی به تنش رخ دهد (Yehuda & Lehrner, 2018). در خانواده‌هایی که هیجان‌های دشوار مانند ترس، غم، شرم یا خشم فرصت نام‌گذاری و پردازش پیدا نکرده‌اند، این هیجان‌ها به صورت الگوهای رفتاری و رابطه‌ای منتقل می‌شوند. برای مثال، پدری که در کودکی هرگز اجازه ابراز ناراحتی نداشته، ممکن است در رابطه زناشویی خود نیز ناراحتی همسر را تهدید، ضعف یا حمله تلقی کند و با سکوت یا خشم پاسخ دهد. مادری که در خانواده‌ای انتقادی رشد کرده، ممکن است انتقاد را نه به عنوان تخریب رابطه، بلکه به عنوان تنها زبان شناخته شده برای اصلاح و مراقبت درونی‌سازی کرده باشد. بنابراین، آسیب هیجانی بین‌نسلی اغلب نه به شکل خاطره‌ای روشن، بلکه به شکل زبان رابطه، الگوی واکنش و شیوه حضور در صمیمیت ادامه می‌یابد.

مطالعات مربوط به انتقال دلبستگی نیز نشان داده‌اند که وضعیت دلبستگی والدین با کیفیت دلبستگی فرزندان ارتباط دارد، هرچند این انتقال از مسیرهای پیچیده‌ای مانند حساسیت والدینی، بازنمایی‌های ذهنی والد از کودک، تنظیم هیجان و کیفیت تعاملات خانوادگی عبور می‌کند (van IJzendoorn, 1995). در این چارچوب، زوج‌هایی که در کودکی تجربه پاسخ‌دهی هیجانی ناکافی یا متناقض داشته‌اند، ممکن است در بزرگسالی نه تنها در دریافت حمایت از شریک خود دشواری داشته باشند، بلکه در ارائه حمایت نیز با محدودیت مواجه شوند. آن‌ها ممکن است از نظر شناختی بدانند که رابطه نیازمند گفت‌وگو و همدلی است، اما از نظر هیجانی در لحظه تعارض به همان راهبردهایی بازگردند که در خانواده مبدأ برای بقا آموخته‌اند. به همین دلیل، آموزش صرف مهارت‌های ارتباطی در بسیاری از زوج‌های دارای تعارض مزمن کافی نیست؛ زیرا مسئله اصلی فقط ندانستن «چگونه صحبت کردن» نیست، بلکه فعال‌شدن نظام‌های عمیق‌تر تهدید، شرم، دلبستگی و دفاع است.

از منظر تنظیم هیجان، خانواده نخستین محیطی است که کودک در آن یاد می‌گیرد هیجان‌ها را شناسایی، تحمل، بیان و تعدیل کند. اگر مراقبان در برابر هیجان‌های کودک پاسخ‌دهنده، منعکس‌کننده و آرام‌کننده باشند، کودک به تدریج ظرفیت خودتنظیمی و ذهنی‌سازی را توسعه می‌دهد؛ اما اگر هیجان‌ها با تنبیه، انکار، تمسخر، بی‌اعتنایی یا آشفتگی والدین مواجه شوند، کودک ممکن است به راهبردهای ناکارآمدی مانند سرکوب، انفجار، گسست، اجتناب یا وابستگی افراطی روی آورد (Fonagy et al., 2002; Schore, 2001). این راهبردها در بزرگسالی به‌ویژه در روابط صمیمانه فعال می‌شوند؛ زیرا رابطه زوجی از نظر روان‌شناختی یکی از نزدیک‌ترین موقعیت‌ها به رابطه دلبستگی اولیه است. شریک زندگی در لحظات تنش نه فقط یک فرد حاضر در اکنون، بلکه گاهی به‌طور ناهشیار نماینده چهره‌هایی از گذشته می‌شود که فرد از آن‌ها زخم، محرومیت یا تهدید تجربه کرده است.

نظریه یادگیری اجتماعی نیز نشان می‌دهد که بخش مهمی از رفتارهای رابطه‌ای از طریق مشاهده، الگوبرداری و تقویت در محیط خانواده آموخته می‌شود (Bandura, 1977). کودکانی که سال‌ها شاهد تعارض‌های حل‌نشده والدین، تحقیر متقابل، سکوت‌های طولانی، قهر، خشونت کلامی یا بی‌اعتنایی هیجانی بوده‌اند، ممکن است بعدها همان رفتارها را در روابط خود بازتولید کنند، حتی اگر آگاهانه از آن‌ها متنفر باشند.

این پدیده یکی از تناقض‌های مهم در انتقال بین‌نسلی آسیب است: افراد اغلب همان چیزی را تکرار می‌کنند که در سطح آگاهانه نمی‌خواهند شبیه آن باشند. از این نظر، تعارض مزمن زناشویی را می‌توان نه تنها مسئله‌ای بین دو فرد، بلکه نتیجه برخورد دو تاریخچه هیجانی دانست؛ دو نظام خانوادگی که در رابطه زوجی حاضر می‌شوند و در موقعیت‌های تهدید، خود را بازنمایی می‌کنند.

درمان‌های معاصر زوجی، به‌ویژه درمان هیجان‌مدار زوجی، بر اهمیت شناسایی چرخه‌های تعاملی منفی و هیجان‌های اولیه زیربنایی در تعارض‌های زوجی تأکید دارند. در این رویکرد، رفتارهای آشکاری مانند انتقاد، سکوت، قهر یا حمله کلامی به‌عنوان واکنش‌های دفاعی ثانویه در برابر هیجان‌های آسیب‌پذیرتری مانند ترس از طرد، احساس بی‌ارزشی، شرم، تنهایی یا درماندگی در نظر گرفته می‌شوند (Johnson, 2004). بنابراین، زوج‌درمانی مؤثر باید بتواند از سطح محتوای دعوا عبور کند و به چرخه‌های دلبستگی، آسیب‌های قدیمی و الگوهای بین‌نسلی معنا دهد. باین‌حال، بخش مهمی از پژوهش‌های موجود، انتقال بین‌نسلی آسیب را بیشتر در ارتباط با والدگری، کودک‌آزاری یا پیامدهای روان‌شناختی فرزندان بررسی کرده‌اند و کمتر به این موضوع پرداخته‌اند که این انتقال چگونه در رابطه زوجی و در بستر تعارض مزمن بازآفرینی می‌شود.

خلاً مهم دیگر آن است که بسیاری از مطالعات پیشین، با رویکرد کمی و بر اساس متغیرهای ازپیش‌تعریف‌شده انجام شده‌اند؛ درحالی‌که تجربه زوج‌ها از انتقال آسیب‌های هیجانی، پدیده‌ای پیچیده، زمینه‌مند و چندلایه است. فهم این فرایند نیازمند رویکردی کیفی است که بتواند روایت زوج‌ها، معانی ذهنی آنان، تجربه‌های خانواده مبدأ، الگوهای هیجانی و مسیر شکل‌گیری تعارض را از درون داده‌ها استخراج کند. روش نظریه‌پردازی داده‌بنیاد برای چنین موضوعی مناسب است؛ زیرا هدف آن تنها توصیف تجربه نیست، بلکه تولید یک مدل فرایندی از چگونگی شکل‌گیری، تداوم و بازتولید پدیده مورد مطالعه است (Charmaz, 2014; Corbin & Strauss, 2015). بر این اساس، پژوهش حاضر با تمرکز بر زوج‌های دارای تعارض مزمن در تهران، تلاش می‌کند فرایندهای بین‌نسلی انتقال آسیب‌های هیجانی را از منظر تجربه زیسته زوج‌ها تبیین کند و مدلی داده‌بنیاد از بازتولید چرخه آسیب هیجانی در رابطه زناشویی ارائه دهد. هدف پژوهش حاضر تبیین فرایندهای بین‌نسلی انتقال آسیب‌های هیجانی در زوج‌های دارای تعارض مزمن و ارائه مدل داده‌بنیاد این فرایند در بستر روابط زناشویی بود.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و روش نظریه‌پردازی داده‌بنیاد انجام شد. انتخاب این روش از آن جهت صورت گرفت که هدف پژوهش، صرفاً توصیف تجربه زوج‌های دارای تعارض مزمن نبود، بلکه تبیین فرایندهای پنهان، مرحله‌ای و بین‌نسلی انتقال آسیب‌های هیجانی و ارائه یک مدل مفهومی از چگونگی بازتولید این آسیب‌ها در رابطه زناشویی بود. جامعه پژوهش شامل زوج‌های دارای تعارض مزمن ساکن شهر تهران بود. مشارکت‌کنندگان با استفاده از نمونه‌گیری هدفمند و سپس نمونه‌گیری نظری انتخاب شدند. در مرحله نخست، زوج‌هایی انتخاب شدند که تجربه آشکار و پایدار تعارض زناشویی داشتند و می‌توانستند درباره تجربه‌های خانواده مبدأ و رابطه فعلی خود به‌صورت تأملی صحبت کنند. در ادامه، بر اساس تحلیل هم‌زمان داده‌ها، نمونه‌گیری نظری برای تکمیل مقوله‌ها، مقایسه موارد متفاوت و غنی‌سازی ابعاد مدل ادامه یافت. در

مجموع، ۲۴ نفر شامل ۱۲ زوج در پژوهش مشارکت کردند. دامنه سنی مشارکت‌کنندگان بین ۲۸ تا ۴۹ سال بود و مدت زندگی مشترک آنان از ۴ تا ۲۲ سال متغیر بود. ملاک‌های ورود شامل سکونت در تهران، داشتن حداقل سه سال زندگی مشترک، تجربه تعارض زناشویی مکرر و پایدار در شش ماه گذشته، تمایل آگاهانه به شرکت در پژوهش، توانایی بیان تجربه‌های شخصی و خانوادگی، و نداشتن بحران حاد روان‌پزشکی یا خشونت شدید جاری بود. ملاک‌های خروج شامل عدم تمایل به ادامه مصاحبه، ناتوانی در تکمیل فرایند مصاحبه، یا تشدید تنش زوجی در حدی بود که ادامه مشارکت برای فرد یا رابطه آسیب‌زا ارزیابی شود. پیش از آغاز مصاحبه‌ها، هدف پژوهش، محرمانگی اطلاعات، اختیار خروج از مطالعه و نحوه استفاده از داده‌ها برای مشارکت‌کنندگان توضیح داده شد و رضایت آگاهانه آنان دریافت گردید.

داده‌های پژوهش تنها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته عمیق گردآوری شد. مصاحبه‌ها به صورت فردی انجام شدند تا هر یک از همسران بتواند بدون فشار، نگرانی یا خودسانسوری درباره تجربه‌های هیجانی و خانوادگی خود صحبت کند. راهنمای مصاحبه بر محورهایی مانند تجربه تعارض‌های تکرارشونده در رابطه، شیوه واکنش هیجانی در زمان اختلاف، تجربه فرد از خانواده مبدأ، نحوه مواجهه والدین با هیجان‌ها، تجربه مشاهده تعارض والدین، پیام‌های خانوادگی درباره صمیمیت، خشم، سکوت، شرم و آسیب‌پذیری، و شباهت یا تفاوت رابطه فعلی با الگوهای خانواده مبدأ تدوین شد. پرسش‌های آغازین ماهیت باز داشتند؛ برای نمونه از مشارکت‌کنندگان پرسیده شد: «وقتی میان شما و همسران تعارض شکل می‌گیرد، معمولاً چه اتفاقی می‌افتد؟»، «در خانواده‌ای که بزرگ شدید، هیجان‌هایی مثل خشم، ناراحتی یا ترس چگونه بیان می‌شد؟»، «آیا احساس می‌کنید برخی واکنش‌های شما در رابطه زناشویی به تجربه‌های کودکی یا خانواده مبدأتان مربوط است؟» و «اگر بخواهید چرخه تکرارشونده تعارض در رابطه خود را توصیف کنید، آن را چگونه توضیح می‌دهید؟». مصاحبه‌ها بین ۵۵ تا ۹۰ دقیقه طول کشیدند و با اجازه مشارکت‌کنندگان ضبط و سپس کلمه‌به‌کلمه پیاده‌سازی شدند. هم‌زمان با گردآوری داده‌ها، یادداشت‌های میدانی و یادداشت‌های تحلیلی درباره لحن، مکث‌ها، تکرار مضامین، تناقض‌های روایی و ایده‌های اولیه کدگذاری ثبت شد. فرایند مصاحبه تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت؛ به‌گونه‌ای که پس از مصاحبه بیستم، مقوله جدید بنیادینی به داده‌ها افزوده نشد و چهار مصاحبه بعدی برای اطمینان از غنای مقوله‌ها و تثبیت روابط میان آن‌ها انجام شد.

تحلیل داده‌ها با استفاده از روش کدگذاری نظریه‌پردازی داده‌بنیاد و با کمک نرم‌افزار NVivo انجام شد. در مرحله کدگذاری باز، متن مصاحبه‌ها چندین بار خوانده شد و واحدهای معنایی مرتبط با تجربه‌های هیجانی، الگوهای خانوادگی، سبک‌های مقابله‌ای، واکنش‌های تعارضی و روایت‌های بین‌نسلی استخراج شدند. کدهایی مانند «ترس از تکرار زندگی والدین»، «سکوت به‌عنوان دفاع»، «انتقاد به‌عنوان زبان مراقبت»، «خشم انباشته»، «ناتوانی در درخواست حمایت»، «شرم از نیاز عاطفی»، «احساس دیده‌نشدن»، «کناره‌گیری در برابر فشار»، و «تفسیر اختلاف به‌عنوان طرد» در این مرحله شکل گرفتند. در مرحله کدگذاری محوری، کدهای مشابه در قالب زیرمقوله‌ها و مقوله‌های اصلی سازمان‌دهی شدند و روابط میان شرایط علی، زمینه‌ای، راهبردهای کنش/تعامل و پیامدها بررسی شد. در مرحله کدگذاری انتخابی، مقوله مرکزی شناسایی و سایر مقوله‌ها حول آن یکپارچه شدند. برای افزایش اعتبارپذیری داده‌ها از بازبینی مشارکت‌کنندگان، مقایسه مستمر داده‌ها، یادداشت‌برداری تحلیلی، بازبینی فرایند کدگذاری توسط دو پژوهشگر آشنا با روش کیفی، و ارائه توصیف غنی از زمینه پژوهش استفاده شد. قابلیت اعتماد نیز

از طریق ثبت دقیق مسیر تصمیم‌گیری تحلیلی، حفظ نمونه‌هایی از کدگذاری، و بررسی مکرر ارتباط میان نقل‌قول‌های خام و مقوله‌های استخراج‌شده تقویت شد.

یافته‌ها

تحلیل ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مشارکت‌کنندگان نشان داد که در مجموع ۲۴ نفر شامل ۱۲ زن و ۱۲ مرد در پژوهش شرکت داشتند. از نظر سنی، ۵ نفر در دامنه ۲۸ تا ۳۴ سال، ۹ نفر در دامنه ۳۵ تا ۴۰ سال، ۶ نفر در دامنه ۴۱ تا ۴۵ سال و ۴ نفر در دامنه ۴۶ تا ۴۹ سال قرار داشتند. از نظر مدت زندگی مشترک، ۴ زوج بین ۴ تا ۷ سال، ۵ زوج بین ۸ تا ۱۴ سال و ۳ زوج بیش از ۱۵ سال سابقه زندگی مشترک داشتند. از نظر تعداد فرزند، ۳ زوج بدون فرزند، ۶ زوج دارای یک فرزند و ۳ زوج دارای دو فرزند بودند. از نظر تحصیلات، ۴ نفر دارای دیپلم یا فوق‌دیپلم، ۱۰ نفر دارای کارشناسی، ۸ نفر دارای کارشناسی ارشد و ۲ نفر دارای دکتری بودند. همچنین ۱۵ نفر شاغل و ۹ نفر خانه‌دار یا در وضعیت اشتغال غیرثابت بودند. بیشتر مشارکت‌کنندگان، تعارض‌های خود را «تکرارشونده»، «فرساینده»، «حل‌نشده» و «بازگشت‌پذیر» توصیف کردند؛ به این معنا که حتی پس از آشتی ظاهری، احساس می‌کردند مسئله اصلی حل نشده و در موقعیت دیگری دوباره فعال می‌شود.

نخستین مقوله اصلی، «میراث هیجانی حل‌نشده در خانواده مبدأ» بود. این مقوله به تجربه‌هایی اشاره داشت که مشارکت‌کنندگان از خانواده دوران کودکی خود به رابطه زناشویی آورده بودند؛ تجربه‌هایی مانند سکوت والدین، مشاجره‌های مکرر، بی‌اعتنایی هیجانی، کنترل‌گری، طرد، تحقیر، ترس از بیان احساس، یا نبود گفت‌وگوی عاطفی. بسیاری از مشارکت‌کنندگان اظهار کردند که در خانواده مبدأ آنان، هیجان‌ها نه فهمیده می‌شدند و نه به شیوه‌ای سالم بیان می‌شدند. برخی خانواده‌ها خشم را عادی اما غم و نیاز عاطفی را نشانه ضعف می‌دانستند؛ برخی دیگر هر نوع اختلاف را با سکوت و فاصله‌گیری پاسخ می‌دادند. یکی از مشارکت‌کنندگان مرد گفت: «من از بچگی یاد گرفتم وقتی اوضاع خراب می‌شود، آدم باید ساکت شود تا دعوا بزرگ‌تر نشود؛ الان هم وقتی همسرم گریه می‌کند یا حرف می‌زند، ناخودآگاه قفل می‌کنم.» مشارکت‌کننده دیگری بیان کرد: «مادرم همیشه با کنایه حرف می‌زد، مستقیم نمی‌گفت ناراحت است؛ من هم می‌بینم وقتی از شوهرم دلخورم، دقیقاً همان لحن را پیدا می‌کنم.» این مقوله نشان داد که آسیب هیجانی بین‌نسلی اغلب در قالب خاطره‌های آشکار منتقل نمی‌شود، بلکه به شکل شیوه‌های آموخته‌شده برای دیدن، پنهان کردن یا پاسخ‌دادن به هیجان در رابطه فعلی بازتولید می‌شود.

دومین مقوله اصلی، «بازتولید الگوهای دلبستگی ناایمن در رابطه زوجی» بود. در روایت مشارکت‌کنندگان، بسیاری از واکنش‌های تعارضی به ترس‌های عمیق‌تری مانند ترس از رهاشدگی، بی‌اهمیت بودن، کنترل‌شدن، بلعیده‌شدن در رابطه یا طردشدن مربوط بود. برخی مشارکت‌کنندگان در برابر کوچک‌ترین نشانه فاصله همسر، احساس تهدید شدید می‌کردند و با پیگیری مداوم، پرسش‌های تکراری، کنترل‌گری یا انتقاد پاسخ می‌دادند. در مقابل، برخی دیگر هر نوع درخواست عاطفی را فشار، حمله یا تهدید استقلال تلقی می‌کردند و به سکوت، خروج از موقعیت یا انکار مسئله پناه می‌بردند. یک مشارکت‌کننده زن گفت: «وقتی جوابم را دیر می‌دهد، انگار دوباره همان حس کودکی می‌آید که هیچ‌کس حواسش به من نبود؛ بعد شروع می‌کنم به گیر دادن، ولی تهش فقط می‌خواهم مطمئن شوم هنوز برایش مهمم.» در مقابل، همسر

او بیان کرد: «وقتی زیاد سؤال می‌پرسد، حس می‌کنم گیر افتاده‌ام؛ همان حسی که از پدرم داشتم که همیشه کنترل می‌کرد.» این یافته نشان داد که تعارض مزمن اغلب بر سر موضوع ظاهری اختلاف نیست، بلکه بر سر فعال‌شدن هم‌زمان دو نظام دلبستگی ناایمن است که یکی نزدیکی را از راه فشار جست‌وجو می‌کند و دیگری امنیت را از راه فاصله‌گیری.

سومین مقوله اصلی، «انتقال سبک‌های ناکارآمد تنظیم هیجان» بود. مشارکت‌کنندگان گزارش کردند که در خانواده مبدأ، مهارت مشخصی برای آرام‌سازی، گفت‌وگوی هیجانی، تحمل ناراحتی یا ترمیم رابطه نیاموخته‌اند. در نتیجه، در رابطه زناشویی نیز هنگام بالا رفتن تنش، یا هیجان خود را سرکوب می‌کردند یا به‌صورت انفجاری ابراز می‌کردند. زیرمقوله‌های این بخش شامل «سرکوب هیجان»، «انفجار خشم»، «قهر طولانی»، «کنترل‌گری برای کاهش اضطراب»، «گریه بدون گفت‌وگوی مؤثر»، و «ناتوانی در نام‌گذاری هیجان» بود. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «من اصلاً بلد نیستم بگویم ناراحتم؛ یا سکوت می‌کنم یا یک‌دفعه داد می‌زنم.» دیگری اظهار کرد: «در خانه ما کسی عذرخواهی نمی‌کرد؛ انگار همه منتظر بودند زمان بگذرد. الان هم بعد دعوا، ما فقط چند روز حرف نمی‌زنیم و بعد عادی رفتار می‌کنیم، ولی چیزی حل نمی‌شود.» این مقوله نشان داد که انتقال آسیب هیجانی، بیش از آنکه در محتوای باورها محدود شود، در بدن، لحن، ریتم پاسخ‌دهی و ظرفیت تحمل هیجان رسوب می‌کند. زوجها زمانی که وارد تنش می‌شوند، به‌جای استفاده از گفت‌وگوی تنظیم‌کننده، به راهبردهای قدیمی بقا بازمی‌گردند. چهارمین مقوله اصلی، «فعال‌سازی چرخه‌های تعارض مزمن» بود. داده‌ها نشان دادند که آسیب‌های بین‌نسلی زمانی به تعارض مزمن تبدیل می‌شوند که الگوهای هیجانی دو همسر به‌صورت چرخه‌ای یکدیگر را فعال کنند. برای مثال، اضطراب رهاشدگی یک همسر باعث پیگیری و انتقاد بیشتر می‌شد و این رفتار، ترس همسر دیگر از کنترل‌شدن را فعال می‌کرد و او را به کناره‌گیری بیشتر سوق می‌داد. کناره‌گیری او نیز احساس رهاشدگی طرف اول را تشدید می‌کرد. این چرخه‌ها به‌مرور به روایت‌های منفی پایدار تبدیل می‌شدند؛ مانند «او هیچ‌وقت مرا نمی‌فهمد»، «او همیشه حمله می‌کند»، «من برایش مهم نیستم» یا «هرچه بگویم دعوا می‌شود». یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «ما همیشه از یک چیز کوچک شروع می‌کنیم، ولی آخرش می‌رسیم به اینکه تو مثل مادرتی یا تو مثل پدرتی.» مشارکت‌کننده دیگری بیان کرد: «بعد از هر دعوا حس می‌کنم نه فقط با هم‌سرم، با کل گذشته‌ام دعوا کرده‌ام.» این مقوله نشان داد که تعارض مزمن محصول تکرار یک اختلاف نیست، بلکه حاصل اتصال موضوعات فعلی به حافظه هیجانی گذشته و ناتوانی زوج در شناسایی چرخه مشترک است.

پنجمین مقوله اصلی، «ناتوانی در بازسازی معنای رابطه» بود. مشارکت‌کنندگان توضیح دادند که پس از سال‌ها تعارض، معنای رابطه برای آنان از «پناهگاه عاطفی» به «میدان تهدید» تغییر کرده است. در این وضعیت، حتی رفتارهای خنثی همسر نیز با سوءظن، پیش‌بینی منفی یا خاطره‌های دردناک تفسیر می‌شد. بسیاری از زوجها بیان کردند که دیگر نمی‌دانند مشکل اصلی چیست، اما احساس می‌کنند رابطه آنان «سنگین»، «فرسوده» یا «بی‌امنیت» شده است. یک مشارکت‌کننده زن گفت: «گاهی هم‌سرم فقط ساکت است، ولی من آن سکوت را مثل تنبیه حس می‌کنم؛ چون در خانه ما سکوت یعنی طرد.» مرد دیگری بیان کرد: «وقتی هم‌سرم ناراحت می‌شود، من به‌جای اینکه بفهمم چه می‌خواهد، فقط حس می‌کنم شکست خورده‌ام و باید دفاع کنم.» این مقوله نشان داد که در تعارض مزمن، مسئله فقط رفتارهای آسیب‌زا

نیست، بلکه معنایی است که زوج‌ها به رفتارهای یکدیگر نسبت می‌دهند. هنگامی که معنای رابطه با تهدید، شرم یا بی‌اعتمادی گره می‌خورد، حتی تلاش‌های ترمیمی نیز ممکن است به‌درستی دریافت نشوند.

در نهایت، مقوله مرکزی پژوهش «بازتولید چرخه آسیب‌هیجانی در بستر رابطه زناشویی» بود. بر اساس مدل داده‌بنیاد حاصل از پژوهش، تجربه‌های حل‌نشده خانواده مبدأ، از طریق الگوهای دلبستگی ناایمن و سبک‌های ناکارآمد تنظیم هیجان وارد رابطه زوجی می‌شوند. این الگوها در موقعیت‌های تنش‌زا فعال می‌شوند و چرخه‌های تعارض مزمن را شکل می‌دهند. تداوم این چرخه‌ها باعث تغییر معنای رابطه، کاهش امنیت هیجانی، افزایش فاصله عاطفی و تقویت روایت‌های منفی درباره خود و شریک می‌شود. پیامد نهایی این فرایند، بازتولید همان آسیب‌هایی است که افراد در ابتدا امیدوار بودند از آن‌ها فاصله بگیرند. بنابراین، مدل پژوهش نشان می‌دهد که انتقال بین‌نسلی آسیب‌هیجانی در زوج‌های دارای تعارض مزمن، فرایندی خطی و ساده نیست، بلکه چرخه‌ای، رابطه‌ای، ناهشیار و زمینه‌مند است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، تبیین فرایندهای بین‌نسلی انتقال آسیب‌های هیجانی در زوج‌های دارای تعارض مزمن بود. یافته‌ها نشان دادند که تعارض مزمن زوجی را نمی‌توان صرفاً به اختلاف‌های فعلی، ضعف مهارت‌های ارتباطی یا تفاوت‌های شخصیتی تقلیل داد. در تجربه مشارکت‌کنندگان، رابطه زناشویی به فضایی تبدیل شده بود که در آن زخم‌های قدیمی خانواده مبدأ، سبک‌های دلبستگی ناایمن، راهبردهای ناکارآمد تنظیم هیجان و روایت‌های حل‌نشده درباره صمیمیت دوباره فعال می‌شدند. مقوله مرکزی پژوهش، یعنی «بازتولید چرخه آسیب‌هیجانی در بستر رابطه زناشویی»، نشان داد که زوج‌ها اغلب همان الگوهایی را در رابطه فعلی تکرار می‌کنند که در خانواده مبدأ آن‌ها منبع رنج بوده است. این یافته با دیدگاه نظریه سیستم‌های خانواده همسو است که خانواده را یک نظام هیجانی چندنسلی می‌داند و بر انتقال الگوهای رابطه‌ای، تمایز‌یافتگی، اضطراب و پاسخ‌های هیجانی از نسلی به نسل دیگر تأکید می‌کند (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988). همچنین نتایج با پژوهش‌های مربوط به انتقال بین‌نسلی تروما همخوانی دارد که نشان می‌دهند آثار آسیب‌های گذشته می‌توانند از مسیر کیفیت رابطه زوجی، سبک‌های والدگری، الگوهای ارتباطی و تنظیم هیجان به نسل‌های بعد منتقل شوند (Fitzgerald et al., 2020; Yehuda & Lehrner, 2018).

مقوله نخست، یعنی «میراث هیجانی حل‌نشده در خانواده مبدأ»، نشان داد که بسیاری از مشارکت‌کنندگان در خانواده‌هایی رشد کرده بودند که در آن‌ها هیجان‌های دشوار یا سرکوب می‌شدند یا به‌صورت مخرب ابراز می‌شدند. این یافته با نظریه دلبستگی و پژوهش‌های مربوط به رشد هیجانی سازگار است. بر اساس نظریه دلبستگی، تجربه کودک از دسترس‌پذیری، پاسخ‌دهی و حساسیت مراقبان، بنیان شکل‌گیری الگوهای درونی رابطه را فراهم می‌کند (Bowlby, 1982). هنگامی که کودک در محیطی رشد می‌کند که هیجان‌های او دیده نمی‌شوند یا با تنبیه و تحقیر مواجه می‌شوند، یاد می‌گیرد نیازهای عاطفی خود را پنهان کند یا برای دریافت پاسخ، از راهبردهای شدیدتر استفاده کند. این نتیجه با دیدگاه فونانگی و همکاران نیز همسو است که ظرفیت ذهنی‌سازی و تنظیم هیجان را محصول تعاملات اولیه‌ای می‌دانند که در آن مراقب،

حالت‌های درونی کودک را به‌درستی بازتاب می‌دهد و برای او قابل فهم می‌سازد. (Fonagy et al., 2002) بنابراین، وقتی خانواده مبدأ فاقد زبان هیجانی سالم باشد، زوجها در بزرگسالی نیز در تشخیص، بیان و تحمل هیجان‌های خود و همسر با مشکل مواجه می‌شوند. مقوله دوم، یعنی «بازتولید الگوهای دلبستگی ناایمن در رابطه زوجی»، نشان داد که واکنش‌های ظاهراً ارتباطی زوجها در تعارض، اغلب ریشه در ترس‌های دلبستگی دارند. برخی مشارکت‌کنندگان در برابر فاصله همسر دچار اضطراب شدید می‌شدند و با اعتراض، انتقاد یا کنترل‌گری واکنش نشان می‌دادند؛ برخی دیگر در برابر درخواست صمیمیت یا گفت‌وگو احساس تهدید می‌کردند و به سکوت یا کناره‌گیری پناه می‌بردند. این یافته با ادبیات دلبستگی بزرگسالی هماهنگ است؛ زیرا روابط عاشقانه بزرگسالان، به‌ویژه در شرایط تنش، نظام دلبستگی را فعال می‌کنند و افراد ناایمن از راهبردهای اضطرابی یا اجتنابی برای مدیریت تهدید رابطه‌ای استفاده می‌کنند. (Mikulincer & Shaver, 2016) همچنین نتایج با درمان هیجان‌مدار زوجی همسو است که تعارض‌های مزمن را نه صرفاً مشکل ارتباطی، بلکه حاصل چرخه‌های دلبستگی منفی می‌داند؛ چرخه‌هایی که در آن رفتارهای ثانویه مانند سرزنش یا سکوت، هیجان‌های اولیه‌ای مانند ترس، شرم، تنهایی یا احساس بی‌ارزشی را پنهان می‌کنند. (Johnson, 2004)

مقوله سوم، «انتقال سبک‌های ناکارآمد تنظیم هیجان»، نشان داد که بسیاری از زوجها نه تنها محتوای آسیب‌زا، بلکه شیوه مواجهه با هیجان را از خانواده مبدأ خود به رابطه فعلی منتقل کرده‌اند. سرکوب هیجان، انفجار خشم، قهر، اجتناب و ناتوانی در عذرخواهی از مهم‌ترین سبک‌های گزارش‌شده بودند. این یافته را می‌توان با نظریه یادگیری اجتماعی توضیح داد؛ زیرا افراد بخش مهمی از رفتارهای ارتباطی و هیجانی خود را از طریق مشاهده والدین، تجربه پیامدهای رفتاری و الگوبرداری از شیوه‌های رایج خانواده می‌آموزند. (Bandura, 1977) اگر کودک در خانواده‌ای رشد کند که در آن تعارض با دادزدن، تحقیر یا سکوت طولانی پاسخ داده می‌شود، احتمال دارد در بزرگسالی نیز همین پاسخ‌ها را به‌عنوان راهبردهای آشنا، حتی اگر ناکارآمد باشند، به کار گیرد. همچنین این یافته با دیدگاه شُر درباره نقش روابط اولیه در سازمان‌دهی نظام‌های تنظیم هیجان همخوان است؛ زیرا تنظیم عاطفی در ابتدا فرایندی بین‌فردی است و بعدها به ظرفیت درون‌فردی تبدیل می‌شود. (Schoore, 2001).

مقوله چهارم، یعنی «فعال‌سازی چرخه‌های تعارض مزمن»، نشان داد که آسیب‌های بین‌نسلی زمانی پایدار می‌شوند که واکنش‌های دو همسر به‌صورت چرخه‌ای و مکمل یکدیگر را فعال کنند. برای مثال، پیگیری اضطرابی یک همسر می‌تواند اجتناب همسر دیگر را افزایش دهد و همین اجتناب، اضطراب طرف نخست را تشدید کند. این نتیجه با پژوهش‌های گاتمن و همکاران درباره تعاملات زناشویی همسو است که نشان داده‌اند الگوهای منفی تکرار‌شونده مانند انتقاد، دفاع، تحقیر و کناره‌گیری با فرسایش رضایت و ثبات زناشویی ارتباط دارند. (Gottman & Levenson, 2000; Gottman & Notarius, 2000) یافته حاضر همچنین نشان می‌دهد که چرخه‌های تعارض فقط در سطح رفتار قابل فهم نیستند؛ بلکه هر رفتار در رابطه با تاریخچه هیجانی فرد معنا می‌یابد. بنابراین، کناره‌گیری یک همسر ممکن است برای خودش راهبرد آرام‌سازی باشد، اما برای همسر دیگر به‌عنوان طرد یا بی‌اهمیتی تجربه شود. این تفاوت در معنا، چرخه تعارض را تقویت می‌کند.

مقوله پنجم، «ناتوانی در بازسازی معنای رابطه»، نشان داد که تداوم تعارض مزمن باعث می‌شود زوج‌ها رابطه را نه به‌عنوان منبع امنیت، بلکه به‌عنوان میدان تهدید تجربه کنند. در چنین شرایطی، حتی رفتارهای خنثی یا تلاش‌های ترمیمی نیز از فیلتر بدبینی، حافظه آسیب و پیش‌بینی شکست تفسیر می‌شوند. این یافته با دیدگاه‌های شناختی-هیجانی درباره روابط صمیمانه سازگار است که بر نقش طرحواره‌های رابطه‌ای، اسنادهای منفی و انتظارات پایدار در تداوم تعارض تأکید می‌کنند. همچنین با نظریه دلبستگی همخوان است؛ زیرا افراد دارای دلبستگی ناایمن معمولاً رفتار شریک را در چارچوب تهدید، بی‌ثباتی یا عدم دسترس‌پذیری تفسیر می‌کنند (Mikulincer & Shaver, 2016) در این وضعیت، بازسازی رابطه مستلزم تغییر هم‌زمان رفتار، معنا و تجربه هیجانی است. به بیان دیگر، تا زمانی که زوج‌ها نتوانند رفتارهای یکدیگر را در پرتو آسیب‌های قدیمی و نیازهای دلبستگی فهم کنند، احتمال بازگشت چرخه‌های تعارض بالا باقی می‌ماند.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

موازین اخلاقی

در تمامی مراحل پژوهش حاضر اصول اخلاقی مرتبط با نشر و انجام پژوهش رعایت گردیده است.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در انجام این پژوهش ما را همراهی کردند تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

References

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Erlbaum.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books. Original work published 1969.
- Charmaz, K. (2014). *Constructing grounded theory* (2nd ed.). Sage.
- Corbin, J., & Strauss, A. (2015). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (4th ed.). Sage.
- Fitzgerald, M., London-Johnson, A., & Gallus, K. L. (2020). Intergenerational transmission of trauma and family systems theory: An empirical investigation. *Journal of Family Therapy*, 42(3), 406–424. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12303>
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. Other Press.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-year period. *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 737–745. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00737.x>
- Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2000). Decade review: Observing marital interaction. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 927–947. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00927.x>
- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection* (2nd ed.). Brunner-Routledge.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. W. W. Norton.

- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.
- Schore, A. N. (2001). The effects of early relational trauma on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(1–2), 201–269. [https://doi.org/10.1002/1097-0355\(200101/04\)22:1%3C201::AID-IMHJ8%3E3.0.CO;2-9](https://doi.org/10.1002/1097-0355(200101/04)22:1%3C201::AID-IMHJ8%3E3.0.CO;2-9)
- van IJzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: A meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological Bulletin*, 117(3), 387–403. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.387>