

مطالعه کیفی بازسازی پیوند عاطفی در زوج‌های دارای سابقه طلاق توافقی ناموفق

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. الهام موسوی کیا: گروه مشاوره زوج‌درمانی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران
۲. رضا کریمی اصل*: گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران
۳. ریحانه فلاح‌نژاد: گروه مشاوره زوج‌درمانی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

*پست الکترونیکی نویسنده مسئول: reza.karimi1@gmail.com

شیوه استناددهی: موسوی کیا، الهام، کریمی اصل، رضا، و فلاح‌نژاد، ریحانه. (۱۴۰۳). مطالعه کیفی بازسازی پیوند عاطفی در زوج‌های دارای سابقه طلاق توافقی ناموفق. *سنجش، ارزیابی و مداخلات زوج‌درمانی*، ۱(۱)، ۱-۱۲.

چکیده

هدف پژوهش حاضر تبیین تجربه زیسته زوج‌های دارای سابقه طلاق توافقی ناموفق از فرایند بازسازی پیوند عاطفی و شناسایی مؤلفه‌های اصلی بازگشت به رابطه پس از تجربه بحران جدایی بود. این پژوهش با رویکرد کیفی و روش تحلیل مضمون انجام شد. مشارکت‌کنندگان شامل ۱۸ زوج، برابر با ۳۶ نفر، از شهر تهران بودند که پیش‌تر فرایند طلاق توافقی را آغاز کرده اما پیش از نهایی شدن آن از جدایی منصرف شده و دست‌کم شش ماه زندگی مشترک را ادامه داده بودند. نمونه‌گیری به صورت هدفمند و با رعایت اصل تنوع در سن، مدت ازدواج، وضعیت فرزندآوری و سطح تحصیلات انجام شد و فرایند جذب مشارکت‌کنندگان تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته فردی و زوجی گردآوری شد. میانگین مدت مصاحبه‌ها ۶۵ دقیقه بود. مصاحبه‌ها پس از اخذ رضایت آگاهانه ضبط، پیاده‌سازی و در نرم‌افزار NVivo کدگذاری شدند. تحلیل داده‌ها بر اساس مراحل تحلیل مضمون شامل آشنایی با داده‌ها، تولید کدهای اولیه، جست‌وجو، بازبینی، تعریف و نام‌گذاری مضامین و نگارش گزارش انجام شد. تحلیل داده‌ها به استخراج چهار مقوله اصلی منجر شد: «بازتعریف معنای طلاق ناموفق»، «گشایش گفت‌وگوی هیجانی»، «بازسازی اعتماد و مرزبندی رابطه‌ای» و «تثبیت پیوند عاطفی در زندگی روزمره». مشارکت‌کنندگان تجربه طلاق توافقی ناموفق را نه صرفاً شکست در جدایی، بلکه نقطه مکث، بازاندیشی و مواجهه با سهم فردی در فروپاشی رابطه توصیف کردند. بازسازی پیوند عاطفی زمانی آغاز شد که زوجین از چرخه سرزنش فاصله گرفتند، آسیب‌های عاطفی گذشته را به زبان آوردند، الگوهای تعامل روزمره را اصلاح کردند و مرزهای روشن‌تری با خانواده، فضای مجازی، امور مالی و تعارضات گذشته برقرار ساختند. یافته‌ها نشان داد بازسازی پیوند عاطفی پس از طلاق توافقی ناموفق فرایندی تدریجی، چندلایه و وابسته به پذیرش مسئولیت، گفت‌وگوی هیجانی، ترمیم اعتماد و ایجاد رفتارهای پایدار مراقبتی است. این فرایند صرفاً با تصمیم به ماندن تحقق نمی‌یابد، بلکه نیازمند تغییر در روایت رابطه، تنظیم تعارض، بازسازی امنیت دل‌بستگی و ایجاد نشانه‌های عینی تعهد در زندگی روزمره است. نتایج می‌تواند برای مشاوران خانواده، زوج‌درمانگران و مراکز مداخله در بحران طلاق کاربرد داشته باشد.

واژگان کلیدی: بازسازی پیوند عاطفی؛ طلاق توافقی ناموفق؛ زوجین؛ تحلیل مضمون؛ مصاحبه نیمه‌ساختاریافته؛ تهران.

A Qualitative Study of Rebuilding Emotional Bonds Among Couples With a History of Unsuccessful Consensual Divorce



© 2024 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. Elham Mousavi-Kia: Department of Couple Therapy Counseling, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran
2. Reza Karimi-Asl*: Department of Clinical Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran
3. Reyhaneh Fallah-Nejad: Department of Couple Therapy Counseling, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran

Corresponding author's email: reza.karimi1@gmail.com

How to cite: Mousavi-Kia, E., Karimi-Asl, R., & Fallah-Nejad, R. (2024). A Qualitative Study of Rebuilding Emotional Bonds Among Couples With a History of Unsuccessful Consensual Divorce. *Couple Therapy Assessment, Evaluation, and Intervention*, 1(1), 1-12.

Abstract

This study aimed to explain the lived experience of couples with a history of unsuccessful consensual divorce in rebuilding emotional bonds and identifying the core components of relational repair after a separation crisis. This qualitative study was conducted using thematic analysis. Participants included 18 couples, equal to 36 individuals, from Tehran who had previously initiated consensual divorce proceedings but withdrew before finalization and continued their marital life for at least six months. Purposeful sampling was used to achieve variation in age, length of marriage, parental status, and educational level, and recruitment continued until theoretical saturation was reached. Data were collected through individual and couple-based semi-structured interviews. The average interview duration was 65 minutes. After obtaining informed consent, interviews were audio-recorded, transcribed verbatim, and coded using NVivo software. Data analysis followed the phases of thematic analysis, including familiarization with the data, generating initial codes, searching for themes, reviewing themes, defining and naming themes, and producing the final report. Data analysis led to four main categories: "redefining the meaning of unsuccessful divorce," "opening emotional dialogue," "rebuilding trust and relational boundaries," and "stabilizing emotional bonds in everyday life." Participants described unsuccessful consensual divorce not merely as a failed separation but as a turning point for reflection, emotional confrontation, and recognition of personal contributions to relational breakdown. Rebuilding emotional bonds began when couples moved away from blame, verbalized past emotional injuries, modified everyday interaction patterns, and established clearer boundaries regarding families of origin, digital spaces, finances, and unresolved conflicts. The findings indicated that rebuilding emotional bonds after unsuccessful consensual divorce is a gradual and multilayered process dependent on responsibility-taking, emotional dialogue, trust repair, and sustained caring behaviors. This process is not achieved simply by deciding to stay together; rather, it requires transforming the couple's relational narrative, regulating conflict, restoring attachment security, and creating observable signs of renewed commitment in daily life. The results may inform family counselors, couple therapists, and divorce-crisis intervention centers.

Keywords: *emotional bond rebuilding; unsuccessful consensual divorce; couples; thematic analysis; semi-structured interview; Tehran.*

طلاق توافقی در سال‌های اخیر به یکی از مهم‌ترین جلوه‌های تغییر در الگوهای تصمیم‌گیری زناشویی تبدیل شده است؛ زیرا در این نوع جدایی، زوجین معمولاً پس از دوره‌ای از فرسایش عاطفی، تعارض مکرر، ناامیدی از اصلاح رابطه و کاهش باور به امکان ادامه زندگی مشترک، به این نتیجه می‌رسند که پایان رابطه کم‌هزینه‌تر از استمرار آن است. با این حال، همه فرایندهای طلاق توافقی به جدایی نهایی منتهی نمی‌شود. در برخی موارد، زوجین پس از ورود رسمی یا نیمه‌رسمی به مسیر جدایی، در نقطه‌ای از فرایند متوقف می‌شوند، تصمیم خود را بازنگری می‌کنند و به زندگی مشترک باز می‌گردند. این وضعیت که در پژوهش حاضر با عنوان «طلاق توافقی ناموفق» به کار رفته است، به معنای ناتوانی صرف در جدایی نیست، بلکه به وضعیتی اشاره دارد که در آن تصمیم زوجین برای طلاق، پیش از نهایی شدن، متوقف شده و آنان وارد مرحله‌ای تازه از بازاندیشی، مذاکره، ترمیم و بازسازی رابطه می‌شوند. اهمیت این پدیده در آن است که زوجین پس از چنین تجربه‌ای معمولاً به رابطه قبلی باز نمی‌گردند، بلکه با رابطه‌ای زخمی، تهدیدشده و نیازمند بازسازی مواجه می‌شوند.

ادبیات پژوهشی طلاق نشان می‌دهد که تصمیم به جدایی معمولاً محصول یک لحظه ناگهانی نیست، بلکه در بستر تراکم تعارض‌ها، ادراک بی‌عدالتی، کاهش صمیمیت، احساس تنهایی در رابطه و فرسایش تعهد شکل می‌گیرد (Amato, 2010). از سوی دیگر، مطالعات مربوط به اندیشه طلاق نشان داده‌اند که بسیاری از افراد پیش از تصمیم نهایی، دوره‌ای از ابهام، تردید و نوسان را تجربه می‌کنند؛ دوره‌ای که در آن هم دلایلی برای ماندن و هم دلایلی برای رفتن وجود دارد (Doherty et al., 2016; Galovan et al., 2022). بنابراین، تجربه طلاق توافقی ناموفق را نمی‌توان صرفاً به «انصراف از طلاق» تقلیل داد، بلکه باید آن را به‌عنوان مرحله‌ای بحرانی در تصمیم‌گیری رابطه‌ای فهم کرد؛ مرحله‌ای که در آن زوجین میان پایان دادن به رابطه، ادامه رابطه بدون تغییر، یا تلاش برای بازسازی رابطه قرار می‌گیرند.

از منظر نظریه دلبستگی، رابطه زناشویی فقط یک قرارداد اجتماعی یا حقوقی نیست، بلکه بستری برای تجربه امنیت، پناه عاطفی، پذیرش، پاسخ‌دهی و تعلق است (Bowlby (1988). مفهوم پایگاه امن را برای توضیح نقش روابط نزدیک در تنظیم هیجان و احساس امنیت مطرح کرد و پژوهش‌های بعدی این منظر را به روابط عاشقانه بزرگسالان گسترش دادند (Hazan and Shaver (1987). نشان دادند که عشق رمانتیک را می‌توان به‌مثابه فرایند دلبستگی فهم کرد؛ یعنی پیوندی که در آن فرد از شریک عاطفی خود انتظار دسترس‌پذیری، پاسخ‌دهی و حمایت دارد. بر این اساس، هنگامی که زوجین به آستانه طلاق می‌رسند، صرفاً با اختلاف نظر یا نارضایتی رفتاری روبه‌رو نیستند، بلکه اغلب با آسیب در نظام امنیت عاطفی رابطه مواجه‌اند. بازسازی پیوند عاطفی در چنین شرایطی مستلزم احیای احساس امنیت، بازگشت اعتماد، کاهش تهدید، و تجربه مجدد پاسخ‌دهی عاطفی از سوی همسر است.

در زوج‌هایی که طلاق توافقی را آغاز کرده اما آن را نهایی نکرده‌اند، پیوند عاطفی معمولاً در وضعیتی دوگانه قرار دارد. از یک سو، خاطره جدایی، احساس طرد، بی‌اعتمادی و ترس از تکرار بحران در رابطه باقی می‌ماند؛ از سوی دیگر، تصمیم به ماندن می‌تواند نشانه‌ای از وجود سرمایه‌های عاطفی، تعهد پنهان، نگرانی نسبت به پیامدهای جدایی، یا امید به بازسازی باشد. پژوهش‌های مربوط به زوج‌هایی که پس از جدایی

موقت یا اقدام به طلاق تصمیم به ماندن گرفته‌اند نشان می‌دهد که آشتی زناشویی معمولاً با عواملی مانند معنا دادن دوباره به رابطه، ارزیابی پیامدهای طلاق، دریافت حمایت، تعهد به تغییر و بازشناسی ارزش خانواده همراه است. (Plauché et al., 2016) با این حال، ماندن به تنهایی تضمین‌کننده ترمیم نیست؛ زیرا اگر الگوهای تعارض، سرزنش، کناره‌گیری و بی‌پاسخ‌ماندن نیازهای عاطفی ادامه یابد، رابطه ممکن است به شکل ظاهری حفظ شود اما از نظر هیجانی همچنان شکننده باقی بماند.

زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر این فرض استوار است که بسیاری از تعارضات زوجین در سطح عمیق‌تر، بازتاب نیازهای دلبستگی و ترس از دست‌دادن رابطه هستند (Johnson, 2004). تأکید می‌کند که چرخه‌های منفی مانند تعقیب‌گری/کناره‌گیری، انتقاد/دفاع و اعتراض/سکوت زمانی تداوم می‌یابند که زوجین نتوانند هیجان‌های اولیه خود، مانند ترس، تنهایی، شرم، نیاز به اطمینان و اشتیاق به نزدیکی را به شیوه‌ای امن بیان کنند. در همین راستا، (Makinen and Johnson, 2006) مفهوم آسیب دلبستگی را برای توضیح زخم‌هایی که در لحظه‌های نیاز عاطفی شدید، به دلیل در دسترس نبودن یا پاسخ‌ندادن شریک زندگی ایجاد می‌شود. طلاق توافقی ناموفق می‌تواند خود به‌عنوان یک آسیب دلبستگی عمل کند؛ زیرا یکی یا هر دو طرف ممکن است اقدام به طلاق را نشانه رهاشدگی، بی‌ارزشی یا پایان اهمیت خود در ذهن همسر تفسیر کنند.

الگوهای تعاملی نیز در فهم بازسازی پیوند عاطفی اهمیت اساسی دارند (Gottman and Levenson, 2000). نشان دادند که کیفیت تعامل هیجانی زوجین و چگونگی مدیریت تعارض می‌تواند با ثبات یا فروپاشی رابطه مرتبط باشد. در روابطی که به آستانه طلاق می‌رسند، تعاملات روزمره اغلب با شروع‌های تند، دفاعی‌شدن، تحقیر، کناره‌گیری، خاموشی هیجانی و بازگشت مکرر به گذشته همراه است. بازسازی پیوند عاطفی زمانی امکان‌پذیر می‌شود که زوجین بتوانند از تکرار خودکار این الگوها فاصله بگیرند و به جای اثبات تقصیر دیگری، تجربه درونی خود را بیان کنند. در واقع، رابطه پس از طلاق توافقی ناموفق نیازمند بازآموزی گفت‌وگو، بازتعریف مرزها، ایجاد آیین‌های مراقبتی و شکل‌دادن به نشانه‌های عینی اعتماد است.

با وجود اهمیت این پدیده، بخش قابل توجهی از پژوهش‌ها بر علل طلاق، پیامدهای طلاق، رضایت زناشویی یا مداخلات پیشگیری از جدایی تمرکز کرده‌اند و تجربه زوج‌هایی که پس از آغاز طلاق توافقی به رابطه بازمی‌گردند کمتر به‌صورت کیفی بررسی شده است. رویکرد کیفی برای مطالعه این پدیده مناسب است، زیرا بازسازی پیوند عاطفی فرایندی ذهنی، رابطه‌ای، تفسیری و وابسته به معناست. زوجین ممکن است از یک رویداد مشابه، مانند توقف طلاق، روایت‌های متفاوتی داشته باشند؛ برای یکی توقف طلاق نشانه عشق باقی‌مانده است و برای دیگری نشانه ترس، اجبار خانوادگی یا نگرانی اقتصادی. بنابراین، فهم عمیق این تجربه نیازمند شنیدن روایت‌های زوجین و تحلیل مضامین مشترک و متمایز در تجربه آنان است.

در بافت فرهنگی ایران، طلاق توافقی علاوه بر ابعاد عاطفی و حقوقی، با ملاحظات خانوادگی، آبرو، نقش خانواده‌های مبدأ، وضعیت فرزندان، فشارهای اقتصادی، انتظارات جنسیتی و نگرانی از آینده اجتماعی همراه است. در شهر تهران، به‌عنوان کلان‌شهری با تنوع فرهنگی، اقتصادی و سبک‌های زندگی، زوجین ممکن است همزمان در معرض ارزش‌های سنتی حفظ خانواده و ارزش‌های نوگرایانه استقلال فردی قرار گیرند.

این هم‌زمانی می‌تواند تجربه طلاق توافقی ناموفق را پیچیده‌تر کند؛ زیرا تصمیم به ماندن ممکن است ترکیبی از علاقه، ترس، مسئولیت، فشار اجتماعی، وابستگی اقتصادی، امید درمانی و دغدغه فرزند باشد. از این رو، بازسازی پیوند عاطفی در چنین زوج‌هایی صرفاً یک فرایند خصوصی نیست، بلکه در شبکه‌ای از روابط خانوادگی، هنجارهای فرهنگی و محدودیت‌های عینی شکل می‌گیرد.

بررسی کیفی این پدیده می‌تواند به ادبیات زوج‌درمانی و مشاوره خانواده کمک کند، زیرا نشان می‌دهد که زوجین پس از بحران طلاق چگونه رابطه را باز معنا می‌کنند، چه موانعی در مسیر بازسازی اعتماد تجربه می‌کنند، چه رفتارهایی را نشانه تغییر واقعی می‌دانند و چگونه میان تصمیم حقوقی به ماندن و احساس عاطفی دوباره با هم بودن تمایز می‌گذارند. همچنین، نتایج چنین مطالعه‌ای می‌تواند برای مراکز مشاوره پیش از طلاق، دادگاه‌های خانواده، مشاوران زوج و درمانگران خانواده کاربرد داشته باشد؛ زیرا به جای تمرکز صرف بر جلوگیری از طلاق، بر کیفیت ماندن، شرایط ترمیم و شاخص‌های بازسازی پیوند عاطفی تأکید می‌کند. بر این اساس، هدف پژوهش حاضر تبیین تجربه زوج‌های دارای سابقه طلاق توافقی ناموفق از بازسازی پیوند عاطفی در زندگی زناشویی بود.

روش‌شناسی

این پژوهش با رویکرد کیفی و روش تحلیل مضمون انجام شد. انتخاب رویکرد کیفی از آن جهت مناسب بود که هدف مطالعه، سنجش فراوانی متغیرها یا آزمون روابط آماری نبود، بلکه پژوهش در پی فهم عمیق تجربه زوجین از بازسازی پیوند عاطفی پس از تجربه طلاق توافقی ناموفق بود. میدان پژوهش شهر تهران بود و مشارکت‌کنندگان از میان زوج‌هایی انتخاب شدند که سابقه آغاز فرایند طلاق توافقی داشتند اما پیش از نهایی شدن آن از جدایی منصرف شده و زندگی مشترک را ادامه داده بودند. ملاک‌های ورود شامل داشتن سابقه اقدام رسمی یا نیمه‌رسمی برای طلاق توافقی، گذشت حداقل شش ماه از توقف فرایند طلاق، تداوم زندگی مشترک در زمان مصاحبه، تمایل هر دو همسر برای مشارکت در پژوهش، و توانایی بیان تجربه زیسته بود. ملاک‌های خروج شامل وجود خشونت شدید فعال، اعتیاد کنترل‌نشده، اختلال روان‌پزشکی حاد گزارش شده، یا تمایل آشکار یکی از زوجین به استفاده از مصاحبه برای فشار بر طرف مقابل بود. نمونه‌گیری به صورت هدفمند و با راهبرد پیشینه‌سازی تنوع انجام شد تا زوجین با سن، مدت ازدواج، وضعیت فرزندآوری، تحصیلات و طبقه اقتصادی متفاوت در مطالعه حضور داشته باشند. در نهایت، ۱۸ زوج، برابر با ۳۶ نفر، در پژوهش شرکت کردند و اشباع نظری پس از مصاحبه با زوج شانزدهم حاصل شد؛ با این حال، برای اطمینان از کفایت داده‌ها، دو زوج دیگر نیز مصاحبه شدند.

داده‌ها تنها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته گردآوری شد. مصاحبه‌ها با راهنمای مصاحبه‌ای آغاز شد که شامل پرسش‌هایی درباره روایت زوجین از شروع بحران، تجربه ورود به فرایند طلاق توافقی، دلایل توقف طلاق، تغییرات پس از بازگشت به رابطه، شیوه بازسازی اعتماد، تجربه گفت‌وگوهای عاطفی، نقش خانواده‌ها، نقش فرزندان، موانع ترمیم و معنای کنونی رابطه بود. نمونه پرسش‌ها عبارت بودند از: «وقتی به مرحله طلاق توافقی رسیدید، رابطه را چگونه می‌دیدید؟»، «چه چیزی باعث شد فرایند طلاق متوقف شود؟»، «پس از توقف طلاق، چه چیزی در رابطه تغییر کرد؟»، «چه رفتارهایی باعث شد دوباره احساس نزدیکی یا اعتماد کنید؟» و «هنوز چه بخش‌هایی از رابطه برای شما ترمیم‌نشده

باقی مانده است؟». مصاحبه‌ها هم به صورت فردی و هم در مواردی به صورت زوجی انجام شد تا هم تجربه شخصی هر همسر و هم روایت مشترک زوجی قابل بررسی باشد. میانگین مدت هر مصاحبه ۶۵ دقیقه بود و همه مصاحبه‌ها با رضایت آگاهانه مشارکت‌کنندگان ضبط و سپس کلمه به کلمه پیاده‌سازی شد. برای رعایت اصول اخلاقی، مشارکت‌کنندگان از هدف پژوهش، اختیاری بودن مشارکت، حق خروج از مطالعه، محرمانگی اطلاعات و ناشناس‌سازی نقل‌قول‌ها آگاه شدند.

تحلیل داده‌ها بر اساس مراحل تحلیل مضمون (Braun and Clarke, 2006) انجام شد. در مرحله نخست، پژوهشگر چندین بار متن مصاحبه‌ها را خواند و یادداشت‌های اولیه تحلیلی را ثبت کرد. در مرحله دوم، کدهای اولیه به صورت خطبه‌خط و معنایی استخراج شدند. در مرحله سوم، کدهای هم‌معنا در خوشه‌های مفهومی قرار گرفتند و مضامین اولیه شکل گرفتند. در مرحله چهارم، مضامین با متن اصلی مصاحبه‌ها بازبینی شدند تا اطمینان حاصل شود که هر مضمون با داده‌های خام تناسب دارد. در مرحله پنجم، مضامین نهایی تعریف و نام‌گذاری شدند و در مرحله ششم، گزارش یافته‌ها با استفاده از توصیف تحلیلی و نقل‌قول‌های مشارکت‌کنندگان تدوین شد. نرم‌افزار NVivo برای سازمان‌دهی داده‌ها، کدگذاری، مقایسه کدها، بازیابی بخش‌های مرتبط و مدیریت یادداشت‌های تحلیلی استفاده شد. برای افزایش اعتبار پژوهش از بازبینی مشارکت‌کنندگان، بازبینی هم‌تایان، یادداشت‌برداری بازاندیشانه و ثبت مسیر تصمیم‌های تحلیلی استفاده شد. همچنین، برای افزایش قابلیت انتقال، ویژگی‌های مشارکت‌کنندگان و زمینه پژوهش با جزئیات کافی گزارش شد و برای افزایش وابستگی و تأییدپذیری، فرایند کدگذاری و شکل‌گیری مضامین مستندسازی شد. گزارش پژوهش نیز با توجه به اصول کلی COREQ برای مطالعات مبتنی بر مصاحبه تنظیم شد (Tong et al., 2007).

یافته‌ها

از مجموع ۳۶ مشارکت‌کننده، ۱۸ نفر زن و ۱۸ نفر مرد بودند. دامنه سنی زنان ۲۷ تا ۴۷ سال و دامنه سنی مردان ۳۰ تا ۵۱ سال بود. از نظر مدت ازدواج، ۴ زوج بین ۴ تا ۷ سال، ۷ زوج بین ۸ تا ۱۲ سال و ۷ زوج بین ۱۳ تا ۲۰ سال سابقه زندگی مشترک داشتند. از نظر وضعیت فرزندآوری، ۶ زوج بدون فرزند، ۸ زوج دارای یک فرزند و ۴ زوج دارای دو فرزند یا بیشتر بودند. از نظر تحصیلات در سطح فردی، ۶ نفر دارای دیپلم، ۱۸ نفر دارای مدرک کاردانی یا کارشناسی و ۱۲ نفر دارای مدرک کارشناسی ارشد یا بالاتر بودند. از نظر زمان سپری‌شده از توقف فرایند طلاق توافقی، در ۶ زوج بین ۶ تا ۱۲ ماه، در ۹ زوج بین ۱۳ تا ۲۴ ماه و در ۳ زوج بیش از ۲۴ ماه از توقف فرایند طلاق گذشته بود. همه زوج‌ها تجربه مراجعه به مراکز حقوقی، مشاوره پیش از طلاق یا گفت‌وگوهای خانوادگی درباره جدایی را گزارش کردند. تحلیل مصاحبه‌ها به استخراج چهار مقوله اصلی منجر شد: بازتعریف معنای طلاق ناموفق، گشایش گفت‌وگوی هیجانی، بازسازی اعتماد و مرزبندی رابطه‌ای، و تثبیت پیوند عاطفی در زندگی روزمره.

نخستین مقوله، «بازتعریف معنای طلاق ناموفق»، به تجربه‌ای اشاره داشت که در آن زوجین توقف فرایند طلاق را از یک شکست حقوقی یا عقب‌نشینی اجباری به یک فرصت برای مکتب، بازنگری و فهم دوباره رابطه تبدیل کردند. بسیاری از مشارکت‌کنندگان بیان کردند که تا پیش از ورود به مسیر طلاق، بحران رابطه را جدی نمی‌گرفتند یا تصور می‌کردند طرف مقابل در نهایت تسلیم خواهد شد؛ اما مواجهه با امکان واقعی

جدایی باعث شد معنای رابطه، پیامدهای طلاق و سهم خود در تخریب رابطه را بازبینی کنند. در این مقوله، سه مضمون فرعی برجسته بود: «مواجهه با واقعیت فقدان»، «تغییر روایت از مقصرجویی به سهم‌پذیری» و «تبدیل طلاق به زنگ هشدار». یکی از زنان مشارکت‌کننده گفت: «وقتی برگه‌های طلاق را امضا کردیم، تازه فهمیدم موضوع فقط دعوای تکراری نیست؛ یعنی ممکن است واقعاً این آدم از زندگی من برود. همان‌جا برای اولین بار به جای اینکه فقط بگویم او مقصر است، فکر کردم من هم چقدر دیوار کشیده بودم.» یکی از مردان نیز بیان کرد: «من تا قبل از دادگاه فکر می‌کردم تهدید است. وقتی دیدم جدی شده، انگار همه زندگی از جلوی چشمم رد شد. طلاق انجام نشد، ولی آن روز برای من پایان شکل قبلی رابطه بود.» در این مقوله، طلاق ناموفق نه پایان بحران، بلکه آغاز نوعی بازاندیشی رابطه‌ای بود که زوجین را وادار کرد میان ماندن منفعلانه و بازسازی فعالانه تمایز بگذارند.

دومین مقوله، «گشایش گفت‌وگوی هیجانی»، نشان داد که بازسازی پیوند عاطفی زمانی آغاز شد که زوجین توانستند از سطح شکایت‌ها و اتهام‌های رفتاری عبور کنند و هیجان‌های آسیب‌پذیرتر خود را بیان کنند. مشارکت‌کنندگان توضیح دادند که پیش از بحران طلاق، گفت‌وگوهای آنان بیشتر حول موضوعاتی مانند پول، خانواده همسر، وظایف خانه، فرزندان، بی‌توجهی یا بی‌احترامی می‌چرخید؛ اما پس از توقف طلاق، برخی گفت‌وگوها به سمت بیان ترس، تنهایی، احساس دیده‌نشدن، خشم فروخورده و نیاز به اطمینان حرکت کرد. در این مقوله، مضامین فرعی «شنیده‌شدن بدون دفاع»، «بیان آسیب‌های قدیمی»، «گریه و سکوت به عنوان زبان رابطه» و «پذیرش سهم فردی در رنج همسر» شناسایی شد. یکی از زنان گفت: «قبلاً هر وقت حرف می‌زدم، او سریع جواب می‌داد که تو هم این کارها را کردی. بعد از آن ماجرا، یک شب فقط گوش داد. همان گوش‌دادن برای من از هزار عذرخواهی مهم‌تر بود.» یک مرد نیز تجربه خود را چنین بیان کرد: «من همیشه می‌گفتم همسرم غر می‌زند، ولی وقتی گفت کنار من احساس تنهایی می‌کند، برایم فرق کرد. فهمیدم پشت دعوایم یک ترس بود، نه فقط لجبازی.» این یافته نشان داد که ترمیم رابطه از مسیر گفت‌وگوی منطقی صرف عبور نمی‌کند، بلکه نیازمند گفت‌وگویی است که در آن تجربه هیجانی هر دو طرف معتبر شناخته شود.

سومین مقوله، «بازسازی اعتماد و مرزبندی رابطه‌ای»، بر این نکته تأکید داشت که زوجین پس از تجربه طلاق توافقی ناموفق، اعتماد را نه به‌عنوان یک احساس فوری، بلکه به‌عنوان نتیجه رفتارهای تکرارشونده، شفافیت و مرزبندی تعریف کردند. در مصاحبه‌ها، اعتماد آسیب‌دیده معمولاً به دلیل پنهان‌کاری مالی، دخالت خانواده‌ها، ارتباطات مجازی مبهم، بی‌توجهی عاطفی، تهدیدهای مکرر به طلاق یا افشای مشکلات زناشویی نزد دیگران شکل گرفته بود. پس از توقف طلاق، زوج‌هایی که تجربه بازسازی مثبت‌تری داشتند، از ایجاد قواعد جدید سخن گفتند؛ مانند محدود کردن دخالت خانواده‌های مبدأ، توافق درباره مسائل مالی، شفاف‌سازی روابط بیرونی، پرهیز از تهدید به طلاق در دعوای و حفظ حریم گفت‌وگوهای زناشویی. یکی از مردان گفت: «برای من مهم نبود فقط بگویم دوست دارم. مهم این بود که دیگر هر دعا را به مادرش منتقل نکند. وقتی دیدم مرز گذاشت، آرام‌آرام احساس کردم دوباره خانه ما دو نفره شده است.» یکی از زنان نیز بیان کرد: «بعد از آن ماجرا، قرار گذاشتیم کلمه طلاق را وسط دعا نیاوریم. چون برای من آن کلمه مثل زخم بود. وقتی چند ماه دیدم واقعاً رعایت می‌کند، ترسم کمتر

شد. این مقوله نشان داد که بازسازی اعتماد به رفتارهای قابل مشاهده نیاز دارد و بدون مرزبندی با منابع بیرونی تنش، رابطه در معرض بازگشت به چرخه قبلی باقی می‌ماند.

چهارمین مقوله، «تثبیت پیوند عاطفی در زندگی روزمره»، بیانگر آن بود که پیوند عاطفی پس از بحران طلاق نه از طریق وعده‌های بزرگ، بلکه از طریق کنش‌های کوچک، مکرر و روزمره تثبیت شد. مشارکت‌کنندگان از رفتارهایی مانند وقت‌گذاشتن منظم، تماس روزانه، توجه به خستگی همسر، مشارکت در امور خانه، برنامه‌ریزی دونفره، گفت‌وگوی شبانه، پرهیز از تحقیر در تعارض و بازگشت سریع‌تر پس از دعوا به‌عنوان نشانه‌های عینی بازسازی عاطفی یاد کردند. در این مقوله، مضامین فرعی «آیین‌های کوچک مراقبت»، «حضور عاطفی در لحظه‌های عادی»، «بازگشت تدریجی صمیمیت» و «ساختن افق مشترک» استخراج شد. یکی از زنان گفت: «چیزی که من را برگرداند سفر یا هدیه نبود؛ این بود که وقتی از سر کار می‌آمدم، می‌پرسید امروز چطور بودی و واقعاً منتظر جواب می‌ماند.» یکی از مردان نیز گفت: «ما فهمیدیم رابطه با یک تصمیم درست نمی‌شود. باید هر روز یک کاری بکنی که طرف مقابل بفهمد هنوز برایت مهم است.» این مقوله نشان داد که بازسازی پیوند عاطفی در سطح روزمره تثبیت می‌شود؛ یعنی جایی که زوجین از تصمیم کلی به ماندن عبور کرده و آن را به رفتارهای مراقبتی، تکرارشونده و قابل اعتماد تبدیل می‌کنند.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته نخست پژوهش نشان داد که زوجین دارای سابقه طلاق توافقی ناموفق، توقف طلاق را زمانی به نقطه آغاز بازسازی تبدیل کردند که توانستند معنای آن را بازتعریف کنند. در این تجربه، طلاق ناموفق صرفاً به معنای انجام‌نشدن جدایی نبود، بلکه به‌عنوان لحظه مواجهه با امکان فقدان، فروپاشی روایت‌های پیشین و بازاندیشی در مسئولیت فردی عمل کرد. این یافته با ادبیات تصمیم‌گیری طلاق همسو است که نشان می‌دهد اندیشه طلاق معمولاً فرایندی نوسانی و چندمرحله‌ای است و افراد در مسیر تصمیم‌گیری میان تمایل به پایان، امید به ترمیم، فشارهای بیرونی و ابهام در آینده حرکت می‌کنند (Doherty et al., 2016; Galovan et al., 2022). همچنین، پژوهش (Plauche et al., 2016) درباره زوج‌هایی که پس از جدایی تصمیم به آشتی گرفته‌اند نشان می‌دهد که بازگشت به رابطه غالباً با بازتعریف معنای رنج، توجه به پیامدهای جدایی و کشف دوباره دلایل ماندن همراه است. در پژوهش حاضر نیز زوجین زمانی وارد مسیر بازسازی شدند که تجربه طلاق توافقی را نه به‌عنوان شکست، بلکه به‌عنوان هشدار جدی نسبت به پایان‌پذیری رابطه فهم کردند. این یافته از منظر بالینی اهمیت دارد، زیرا نشان می‌دهد مشاوران خانواده نباید توقف طلاق را به‌تنهایی نشانه حل مسئله تلقی کنند. توقف طلاق فقط زمانی ارزش ترمیمی دارد که به بازاندیشی فعال، پذیرش سهم فردی و شکل‌گیری تصمیم آگاهانه برای تغییر منجر شود. در غیر این صورت، زوجین ممکن است از نظر حقوقی کنار هم بمانند اما از نظر عاطفی همچنان در وضعیت جدایی روانی باقی بمانند.

یافته دوم نشان داد که گشایش گفت‌وگوی هیجانی یکی از مؤلفه‌های مرکزی بازسازی پیوند عاطفی است. مشارکت‌کنندگان گزارش کردند که پیش از بحران طلاق، گفت‌وگوها عمدتاً در سطح اتهام، دفاع، توضیح و تکرار شکایت‌ها باقی می‌ماند، اما پس از توقف طلاق، بیان هیجان‌های

آسیب‌پذیر مانند تنهایی، ترس از طرد، شرم، دلتنگی و نیاز به توجه امکان‌پذیرتر شد. این یافته با نظریه دلبستگی و زوج‌درمانی هیجان‌مدار همخوان است. بر اساس دیدگاه Bowlby (1988)، روابط نزدیک زمانی کارکرد امنیت‌بخش دارند که فرد بتواند در موقعیت تهدید به دیگری مهم دسترسی داشته باشد و پاسخ دریافت کند (Johnson, 2004). نیز نشان می‌دهد که تغییر در زوج‌درمانی زمانی رخ می‌دهد که زوجین بتوانند از چرخه‌های منفی سطحی عبور کرده و پیام‌های دلبستگی عمیق‌تر خود را آشکار کنند. یافته حاضر همچنین با پژوهش Makinen and Johnson (2006) همسو است که نشان داد ترمیم آسیب‌های دلبستگی مستلزم شناسایی زخم، بیان رنج، پاسخ‌دهی عاطفی و حرکت به سوی بخشش و آشتی است. در این مطالعه، گفت‌وگوی هیجانی به معنای صرفاً صحبت کردن بیشتر نبود؛ بلکه به معنای تغییر کیفیت گفت‌وگو از اثبات تقصیر به آشکارسازی رنج بود. این تمایز اهمیت زیادی دارد، زیرا بسیاری از زوجین پر تعارض زیاد صحبت می‌کنند، اما گفت‌وگوی آنان پیوندساز نیست. گفت‌وگوی پیوندساز زمانی شکل می‌گیرد که شنیدن، مکث، اعتباربخشی و پذیرش سهم فردی جایگزین دفاع فوری و بازحمله شود.

یافته سوم پژوهش نشان داد که بازسازی اعتماد و مرزبندی رابطه‌ای برای تثبیت ترمیم ضروری است. زوجین بیان کردند که پس از تجربه طلاق توافقی ناموفق، دیگر نمی‌توانستند صرفاً بر وعده‌های کلی مانند «همه‌چیز درست می‌شود» تکیه کنند، بلکه به نشانه‌های رفتاری، قواعد روشن و مرزهای قابل مشاهده نیاز داشتند. این یافته با ادبیات مربوط به آسیب دلبستگی، بخشش و کیفیت رابطه همسو است (Fincham, 2002) and Beach (2002) نشان داده‌اند که بخشش در ازدواج با کاهش پرخاشگری روان‌شناختی و بهبود ارتباط سازنده مرتبط است، اما بخشش سالم معمولاً نیازمند تغییر واقعی در رفتار آسیب‌زا است. از سوی دیگر، پژوهش‌های Gottman et و Gottman and Levenson (2000) (1998) al. بر اهمیت الگوهای تعاملی و تنظیم تعارض در پیش‌بینی ثبات رابطه تأکید کرده‌اند. در پژوهش حاضر، زوجین اعتماد را احساسی فوری نمی‌دانستند، بلکه آن را حاصل تکرار رفتارهای کوچک، شفافیت، وفاداری به توافقات و رعایت مرزهای رابطه تعریف می‌کردند. این امر به‌ویژه در زمینه دخالت خانواده‌های مبدأ، تهدید مکرر به طلاق، پنهان‌کاری مالی و روابط دیجیتال اهمیت داشت. می‌توان گفت زوج‌هایی که توانستند مرزهای جدید بسازند، رابطه را از حالت پراکنده و نفوذپذیر به رابطه‌ای امن‌تر و قابل پیش‌بینی‌تر تبدیل کردند. بنابراین، ترمیم اعتماد بدون بازسازی ساختار رابطه دشوار است؛ زیرا اگر همان شرایط زمینه‌ساز بحران ادامه یابد، گفت‌وگوی هیجانی نیز به تدریج اثر خود را از دست می‌دهد.

یافته چهارم نشان داد که پیوند عاطفی در زندگی روزمره تثبیت می‌شود. مشارکت‌کنندگان تأکید کردند که پس از بحران طلاق، نشانه‌های کوچک اما پایدار توجه، حضور، مراقبت و مشارکت برای آنان بیش از وعده‌های بزرگ اهمیت داشت. این یافته با دیدگاه‌های معاصر درباره ازدواج و تاب‌آوری خانواده همسو است که رابطه پایدار را حاصل فرایندهای روزمره معنا، حمایت، انعطاف و تعهد می‌دانند (Finkel, 2017; Walsh, 2016). همچنین، از منظر دلبستگی، امنیت رابطه‌ای فقط در لحظه‌های بحرانی ساخته نمی‌شود، بلکه در تکرار پاسخ‌دهی روزمره شکل می‌گیرد؛ یعنی فرد به تدریج اطمینان می‌یابد که شریک زندگی در موقعیت‌های عادی و دشوار در دسترس است (Hazan & Shaver, 1987; Johnson, 2004). یافته حاضر نشان داد زوج‌هایی که توانستند مراقبت روزمره را به عادت تبدیل کنند، تجربه «ماندن» را از سطح

تصمیم به سطح سبک زندگی منتقل کردند. در مقابل، اگر پس از توقف طلاق فقط دوره‌ای کوتاه از رفتارهای جبرانی ایجاد شود و سپس رابطه به الگوهای پیشین بازگردد، پیوند عاطفی دوباره شکننده می‌شود. بنابراین، یکی از شاخص‌های مهم بازسازی موفق، استمرار رفتارهای کوچک و قابل اعتماد است؛ رفتارهایی که به همسر پیام می‌دهد رابطه فقط از نظر حقوقی حفظ نشده، بلکه از نظر عاطفی نیز دوباره موضوع مراقبت قرار گرفته است.

از منظر تلفیقی، نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بازسازی پیوند عاطفی پس از طلاق توافقی ناموفق یک فرایند خطی و ساده نیست، بلکه از چهار حرکت درهم‌تنیده تشکیل می‌شود: بازتعریف بحران، گشودن گفت‌وگوی هیجانی، بازسازی اعتماد از طریق رفتار و تثبیت مراقبت در زندگی روزمره. این فرایند با تصمیم به ماندن آغاز می‌شود اما با آن پایان نمی‌یابد. زوجین باید ابتدا بفهمند که رابطه چگونه به آستانه جدایی رسیده است؛ سپس بتوانند رنج‌های پنهان و نیازهای دل‌بستگی خود را بیان کنند؛ پس از آن، قواعد و مرزهای تازه‌ای برای جلوگیری از تکرار آسیب بسازند؛ و در نهایت، تصمیم به ترمیم را به کنش‌های روزانه تبدیل کنند. این الگو با ادبیات مشاوره تشخیص نیز هماهنگ است، زیرا در زوج‌های نزدیک به طلاق، مسئله اصلی همیشه حل فوری تعارض نیست، بلکه ابتدا باید روشن شود که زوجین آیا آمادگی ورود به مسیر ترمیم را دارند و آیا می‌توانند مسئولیت سهم خود را در وضعیت رابطه بپذیرند (Doherty et al., 2016). بر این اساس، مداخلات مؤثر برای این گروه از زوجین باید هم به تصمیم‌گیری رابطه‌ای و هم به ترمیم هیجانی توجه کنند.

از نظر محدودیت‌ها، پژوهش حاضر در شهر تهران انجام شد و اگرچه تلاش شد تنوعی از نظر سن، مدت ازدواج، وضعیت فرزندآوری و تحصیلات وجود داشته باشد، نتایج آن الزاماً به همه زوج‌های ایرانی یا زوج‌های ساکن شهرهای کوچک‌تر قابل تعمیم نیست. همچنین، داده‌ها بر اساس روایت زوجینی گردآوری شد که پس از توقف طلاق همچنان حاضر به مشارکت در پژوهش بودند؛ بنابراین تجربه زوج‌هایی که پس از توقف موقت دوباره طلاق گرفتند یا حاضر به گفت‌وگو درباره رابطه نبودند در این مطالعه منعکس نشده است. محدودیت دیگر به ماهیت خودگزارشی مصاحبه‌ها مربوط است؛ زیرا مشارکت‌کنندگان ممکن است برخی ابعاد حساس مانند خیانت، خشونت، فشار خانواده یا انگیزه‌های اقتصادی برای ماندن را کمتر بیان کرده باشند. افزون بر این، نقل‌قول‌ها و مضامین در مطالعات کیفی وابسته به زمینه مصاحبه، رابطه پژوهشگر و مشارکت‌کننده، و تفسیر تحلیلی پژوهشگر هستند.

برای پژوهش‌های آینده پیشنهاد می‌شود تجربه بازسازی پیوند عاطفی پس از طلاق توافقی ناموفق در شهرها و فرهنگ‌های مختلف ایران بررسی شود تا نقش زمینه‌های فرهنگی، قومی، اقتصادی و مذهبی روشن‌تر گردد. همچنین، انجام پژوهش‌های طولی می‌تواند نشان دهد که کدام مؤلفه‌های بازسازی در بلندمدت پایدار می‌مانند و کدام زوج‌ها دوباره به چرخه جدایی بازمی‌گردند. مقایسه زوج‌های دارای فرزند و بدون فرزند، زوج‌هایی که از مشاوره تخصصی استفاده کرده‌اند و زوج‌هایی که بدون مداخله حرفه‌ای به رابطه بازگشته‌اند، می‌تواند به فهم دقیق‌تر سازوکارهای ترمیم کمک کند. علاوه بر این، ترکیب مصاحبه‌های فردی، زوجی و مشاهده تعاملات زوجین می‌تواند تصویری عمیق‌تر از تفاوت میان روایت کلامی و رفتار واقعی در فرایند بازسازی رابطه فراهم آورد.

از نظر کاربردی، نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که مراکز مشاوره پیش از طلاق و زوج‌درمانگران باید پس از توقف فرایند طلاق، زوجین را رهاشده تلقی نکنند، بلکه آنان را در مرحله‌ای حساس از ترمیم هدایت کنند. مداخلات کاربردی می‌تواند شامل کمک به زوجین برای بازتعریف بحران، شناسایی چرخه‌های منفی تعامل، آموزش گفت‌وگوی هیجانی، ترمیم آسیب‌های دلبستگی، تدوین قراردادهای رفتاری، مرزبندی با خانواده‌های مبدأ و ایجاد آیین‌های روزمره مراقبت باشد. همچنین، مشاوران باید میان ماندن ناشی از ترس، فشار یا وابستگی و ماندن مبتنی بر تصمیم آگاهانه برای تغییر تمایز قائل شوند. اگر زوجین فقط به دلیل فشار بیرونی از طلاق منصرف شده باشند، تمرکز صرف بر حفظ ازدواج ممکن است به تداوم رابطه‌ای فرساینده منجر شود؛ اما اگر آمادگی پذیرش مسئولیت و تغییر وجود داشته باشد، تجربه طلاق توافقی ناموفق می‌تواند به نقطه عطفی برای بازسازی رابطه تبدیل شود.

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

- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650–666. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x>
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE.
- Doherty, W. J., Harris, S. M., & Wilde, J. L. (2016). Discernment counseling for “mixed-agenda” couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42(2), 246–255. <https://doi.org/10.1111/jmft.12132>
- Finkel, E. J. (2017). *The all-or-nothing marriage: How the best marriages work*. Dutton.
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological aggression and constructive communication. *Personal Relationships*, 9(3), 239–251. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00016>
- Galovan, A. M., Hawkins, A. J., Harris, S. M., & Simpson, D. M. (2022). What are they doing? A national survey of help-seeking and relationship-repair behavior of individuals who are thinking about divorce. *Journal of Marital and Family Therapy*, 48(4), 1047–1066. <https://doi.org/10.1111/jmft.12480>
- Gottman, J. M., Coan, J., Carrère, S., & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family*, 60(1), 5–22. <https://doi.org/10.2307/353438>

- 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>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection* (2nd ed.). Brunner-Routledge.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE.
- Makinen, J. A., & Johnson, S. M. (2006). Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: Steps toward forgiveness and reconciliation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(6), 1055–1064. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.6.1055>
- Palinkas, L. A., Horwitz, S. M., Green, C. A., Wisdom, J. P., Duan, N., & Hoagwood, K. (2015). Purposeful sampling for qualitative data collection and analysis in mixed method implementation research. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 42(5), 533–544. <https://doi.org/10.1007/s10488-013-0528-y>
- Plauche, H. P., Marks, L. D., & Hawkins, A. J. (2016). Why we chose to stay together: Qualitative interviews with separated couples who chose to reconcile. *Journal of Divorce & Remarriage*, 57(5), 317–337. <https://doi.org/10.1080/10502556.2016.1185089>
- Tong, A., Sainsbury, P., & Craig, J. (2007). Consolidated criteria for reporting qualitative research: A 32-item checklist for interviews and focus groups. *International Journal for Quality in Health Care*, 19(6), 349–357. <https://doi.org/10.1093/intqhc/mzm042>