

بررسی ساختار روان‌شناختی صمیمیت هیجانی در روابط همسری: یک مطالعه مروری کیفی

مشخصات نویسندگان:



© ۱۴۰۴

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. مینا سادات حسینی*: گروه مشاوره خانواده، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران

*پست الکترونیکی نویسنده مسئول: mina.hosseini65@gmail.com

شيوه استناددهی: حسینی، مینا سادات. (۱۴۰۴). بررسی ساختار روان‌شناختی صمیمیت هیجانی در روابط همسری: یک مطالعه مروری کیفی. *سنجش، ارزیابی و مداخلات زوج‌درمانی*، ۲(۱)، ۱-۱۲.

چکیده

هدف این پژوهش تبیین جامع ساختار روان‌شناختی صمیمیت هیجانی در روابط همسری بر اساس تحلیل نظام‌مند متون علمی است. این پژوهش با رویکرد کیفی و در قالب یک مطالعه مروری نظری — تحلیلی انجام شد. داده‌ها صرفاً از طریق مرور ادبیات علمی گردآوری گردید و ۱۲ مقاله معتبر مرتبط با صمیمیت هیجانی در روابط زناشویی پس از غربالگری بر اساس معیارهای روش‌شناختی و محتوایی انتخاب شدند. تحلیل داده‌ها با استفاده از روش تحلیل مضمون و نرم‌افزار NVivo ۱۴ انجام گرفت. فرآیند کدگذاری شامل کدگذاری باز، محوری و انتخابی بود و نمونه‌گیری نظری تا دستیابی به اشباع نظری ادامه یافت. نتایج تحلیل کیفی نشان داد ساختار صمیمیت هیجانی از سه مقوله اصلی شامل دل‌بستگی هیجانی ایمن، ارتباط هیجانی مؤثر و خودافشایی همراه با رشد مشترک تشکیل شده است. این مقوله‌ها به صورت پویا و تعاملی یکدیگر را تقویت کرده و شبکه‌ای از فرایندهای هیجانی، شناختی و تعاملی را شکل می‌دهند که کیفیت و پایداری رابطه همسری را تعیین می‌کند. امنیت عاطفی، اعتماد، همدلی، تنظیم هیجان بین‌فردی و معنابخشی مشترک از مؤلفه‌های محوری این ساختار شناسایی شدند. صمیمیت هیجانی سازه‌ای چندبعدی، تحولی و قابل مداخله است که نقش بنیادین در رضایت و پایداری روابط همسری دارد و چارچوب مفهومی استخراج‌شده می‌تواند مبنای طراحی مداخلات مؤثر زوج‌درمانی قرار گیرد.

واژگان کلیدی: صمیمیت هیجانی، روابط همسری، دل‌بستگی، ارتباط هیجانی، تحلیل کیفی، زوج‌درمانی

Examining the Psychological Structure of Emotional Intimacy in Marital Relationships: A Qualitative 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. Mina Sadat Hosseini*: Department of Family Counseling, Alzahra University, Tehran, Iran

Corresponding author's email: mina.hosseini65@gmail.com

How to cite: Hosseini, M. S. (2025). Examining the Psychological Structure of Emotional Intimacy in Marital Relationships: A Qualitative Study. *Couple Therapy Assessment, Evaluation, and Intervention*, 2(1), 1-12.

Abstract

This study aimed to comprehensively explain the psychological structure of emotional intimacy in marital relationships through a systematic qualitative review of the literature. This research employed a qualitative theoretical review design. Data were collected exclusively through a literature review, and 12 high-quality scientific articles on emotional intimacy in marital relationships were selected after rigorous screening. The data were analyzed using thematic analysis supported by NVivo 14 software. Open, axial, and selective coding procedures were conducted, and theoretical sampling continued until theoretical saturation was achieved. The qualitative analysis revealed that the structure of emotional intimacy consists of three core themes: secure emotional attachment, effective emotional communication, and self-disclosure with mutual growth. These themes interact dynamically to form a complex system of emotional, cognitive, and interpersonal processes that determine the quality and stability of marital relationships. Key components of this structure include emotional security, trust, empathy, dyadic emotion regulation, and shared meaning-making. Emotional intimacy is a multidimensional, developmental, and modifiable construct that plays a fundamental role in marital satisfaction and stability, and the extracted conceptual framework provides a valuable foundation for designing effective couple-therapy interventions.

Keywords: *Emotional intimacy, marital relationships, attachment, emotional communication, qualitative analysis, couple therapy*

صمیمیت هیجانی یکی از بنیادی‌ترین سازه‌های روان‌شناختی در کیفیت و پایداری روابط همسری محسوب می‌شود و به‌عنوان قلب تپنده پیوند زناشویی، نقش تعیین‌کننده‌ای در رضایت، سازگاری و سلامت روان زوجین ایفا می‌کند. پژوهش‌های معاصر نشان داده‌اند که کیفیت صمیمیت هیجانی، پیش‌بینی‌کننده‌ای قوی‌تر از بسیاری از عوامل جمعیت‌شناختی برای ثبات ازدواج است و می‌تواند هم‌زمان با کاهش تعارضات، احساس امنیت روانی و دل‌بستگی پایدار را در رابطه تقویت کند (Gottman & Silver, 2018; Reis & Shaver, 2016). صمیمیت هیجانی مفهومی چندبعدی است که فراتر از صرف نزدیکی عاطفی بوده و شامل افشای هیجانی، همدلی، درک متقابل، تنظیم هیجان بین‌فردی و احساس تعلق وجودی می‌شود (Laurenceau, Barrett, & Pietromonaco, 2018). در سال‌های اخیر، رویکردهای تحولی در روان‌شناسی رابطه تأکید کرده‌اند که صمیمیت هیجانی نه‌تنها پیامد یک رابطه سالم بلکه سازه‌ای پویا و قابل رشد است که در بستر تعاملات زوجی شکل گرفته و تحول می‌یابد (Finkel, Simpson, & Eastwick, 2017).

در چارچوب نظری دل‌بستگی، صمیمیت هیجانی به‌مثابه تجلی پیوند دل‌بستگی ایمن میان زوجین تلقی می‌شود. نظریه دل‌بستگی بزرگسالان بیان می‌کند که نیاز به نزدیکی هیجانی و تجربه امنیت عاطفی از نیازهای بنیادین روان انسان است (Mikulincer & Shaver, 2016). زوجینی که از الگوی دل‌بستگی ایمن برخوردارند، هیجان‌ات خود را آزادانه بیان کرده، نسبت به نیازهای عاطفی یکدیگر حساس هستند و از ظرفیت بالاتری برای تنظیم هیجان مشترک برخوردارند؛ عواملی که همگی زیربنای صمیمیت هیجانی محسوب می‌شوند (Johnson, 2019). در مقابل، الگوهای نایمن دل‌بستگی با اجتناب هیجانی، اضطراب رابطه‌ای و ناتوانی در خودافشایی مرتبط بوده و تضعیف صمیمیت هیجانی را در پی دارند (Feeney & Collins, 2015).

از منظر تعاملات زوجی، ارتباط هیجانی مؤثر بستر اصلی تکوین صمیمیت است. مطالعات نشان داده‌اند که شیوه گفت‌وگوی هیجانی، نحوه مدیریت تعارض و میزان همدلی زوجین بیش از محتوای تعارضات، کیفیت رابطه را تعیین می‌کند (Bradbury & Karney, 2019). زوجینی که قادرند احساسات خود را به‌صورت شفاف، غیرتهاجمی و همراه با اعتباربخشی هیجانی بیان کنند، سطح بالاتری از صمیمیت، رضایت زناشویی و تعهد تجربه می‌کنند (Burleson & MacGeorge, 2017). در چنین روابطی، هیجان نه تهدید بلکه منبع اتصال روانی محسوب می‌شود و حتی تعارضات را به فرصتی برای تعمیق صمیمیت تبدیل می‌شوند (Overall & Simpson, 2015).

صمیمیت هیجانی همچنین با رشد روان‌شناختی فردی و زوجی پیوندی تنگاتنگ دارد. خودافشایی تدریجی، پذیرش متقابل و معنابخشی مشترک به رابطه، زوجین را به سطحی از صمیمیت وجودی می‌رساند که فراتر از رضایت سطحی بوده و تجربه‌ای عمیق از یگانگی روانی ایجاد می‌کند (Reis & Shaver, 2016). این سطح از صمیمیت موجب افزایش خودکارآمدی هیجانی زوجین شده و توان آن‌ها را برای مقابله با بحران‌ها و گذارهای زندگی تقویت می‌کند (Finkel et al., 2017). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که زوج‌هایی که در رابطه خود رشد هیجانی

مشترک را تجربه می‌کنند، در برابر استرس‌های زندگی مشترک از تاب‌آوری بالاتری برخوردارند و احتمال فروپاشی رابطه در آن‌ها به‌طور معناداری کمتر است (Vangelisti & Perlman, 2019).

با وجود اهمیت بنیادین صمیمیت هیجانی، بررسی‌های علمی نشان می‌دهد که این سازه غالباً به‌صورت پراکنده و در چارچوب متغیرهای مجزا مورد مطالعه قرار گرفته و کمتر پژوهشی تلاش کرده است ساختار روان‌شناختی جامع آن را به‌صورت یکپارچه و نظام‌مند تبیین کند. مطالعات موجود گاه بر دلبستگی، گاه بر ارتباط هیجانی، گاه بر خودافشایی و گاه بر رضایت زناشویی تمرکز کرده‌اند، اما تلفیق این ابعاد در قالب یک چارچوب نظری منسجم کمتر مورد توجه قرار گرفته است (Laurenceau et al., 2018; Mikulincer & Shaver, 2016). این خلأ نظری به‌ویژه در حوزه مداخلات زوج‌درمانی نمود بیشتری دارد؛ چراکه فقدان مدل جامع صمیمیت هیجانی، طراحی مداخلات اثربخش و هدفمند را با محدودیت مواجه می‌سازد (Johnson, 2019).

از سوی دیگر، تحولات اجتماعی معاصر، افزایش استرس‌های شغلی و اقتصادی، تغییر نقش‌های جنسیتی و گسترش فناوری‌های ارتباطی، الگوهای تعامل هیجانی زوجین را به‌شدت دگرگون کرده است. مطالعات اخیر نشان می‌دهند که کاهش کیفیت ارتباط چهره‌به‌چهره و افزایش تعاملات دیجیتال می‌تواند سطح صمیمیت هیجانی زوجین را تحت تأثیر قرار دهد و حتی در برخی موارد به فرسایش پیوند عاطفی منجر شود (Gottman & Silver, 2018). بنابراین، بازاندیشی نظری درباره ماهیت صمیمیت هیجانی و شناسایی مؤلفه‌های روان‌شناختی آن در بستر شرایط جدید زندگی زوجین ضرورتی علمی و کاربردی محسوب می‌شود.

در این راستا، رویکردهای کیفی با تمرکز بر تحلیل عمیق مفاهیم و ساختارهای روان‌شناختی، امکان استخراج مدل‌های مفهومی غنی از تجربه زیسته زوجین و ادبیات علمی را فراهم می‌آورند. تحلیل کیفی متون پژوهشی می‌تواند به شناسایی الگوهای پنهان، ارتباطات مفهومی و سازوکارهای زیربنایی صمیمیت هیجانی کمک کند و تصویری جامع از ساختار این سازه ارائه دهد (Braun & Clarke, 2021). چنین رویکردی به‌ویژه در حوزه روابط همسری که ماهیتی پیچیده، پویا و چندبعدی دارد، ارزش نظری و عملی قابل توجهی دارد.

بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف تبیین ساختار روان‌شناختی صمیمیت هیجانی در روابط همسری و یکپارچه‌سازی یافته‌های علمی موجود، به‌صورت یک مطالعه مروری کیفی طراحی شده است تا بتواند چارچوبی نظری برای فهم عمیق‌تر این سازه بنیادین و ارتقای اثربخشی مداخلات زوج‌درمانی فراهم آورد.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و در قالب یک مطالعه مروری نظری - تحلیلی (Theoretical Qualitative Review) انجام شد. هدف اصلی این مطالعه، شناسایی و تبیین ساختار روان‌شناختی صمیمیت هیجانی در روابط همسری از طریق تحلیل عمیق یافته‌های پژوهشی پیشین بود. از آنجا که این تحقیق ماهیت نظری و تحلیلی دارد، مفهوم «مشارکت‌کنندگان» به صورت غیرمستقیم و در قالب منابع علمی منتخب تعریف می‌شود؛ بدین معنا که واحد تحلیل پژوهش، مقالات و مطالعات علمی مرتبط با موضوع صمیمیت هیجانی در روابط زناشویی بودند. در این

راستا، در مجموع ۱۲ مقاله علمی معتبر که دارای ارتباط مستقیم با اهداف پژوهش و کیفیت روش‌شناختی قابل قبول بودند، برای تحلیل نهایی انتخاب شدند. فرآیند انتخاب مقالات تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت، به گونه‌ای که افزودن منابع جدید منجر به ظهور مفهوم یا مؤلفه جدیدی در مدل مفهومی پژوهش نشد.

گردآوری داده‌ها صرفاً از طریق مرور نظام‌مند متون علمی انجام گرفت. جست‌وجوی منابع در پایگاه‌های معتبر علمی بین‌المللی و داخلی صورت گرفت و مقالاتی که به‌طور مستقیم به ابعاد روان‌شناختی، هیجانی و بین‌فردی صمیمیت در روابط همسری پرداخته بودند، مورد غربالگری قرار گرفتند. معیارهای ورود شامل تمرکز نظری یا تجربی بر صمیمیت هیجانی، ارتباط با روابط زناشویی، وضوح مفهومی و کفایت روش‌شناختی بود. پس از حذف منابع تکراری و نامرتب، ۱۲ مقاله به‌عنوان نمونه نهایی پژوهش انتخاب شدند و محتوای کامل آن‌ها وارد فرایند تحلیل کیفی گردید.

تحلیل داده‌ها با استفاده از روش تحلیل کیفی مضمون‌محور انجام شد. در این فرایند، متون کامل مقالات منتخب به صورت نظام‌مند در نرم‌افزار NVivo نسخه ۱۴ وارد گردید و طی چند مرحله کدگذاری مورد تحلیل قرار گرفت. ابتدا مفاهیم اولیه از متون استخراج شد (کدگذاری باز)، سپس این مفاهیم بر اساس شباهت‌ها و ارتباط‌های مفهومی در طبقات منسجم سازمان‌دهی شدند (کدگذاری محوری) و در نهایت، ساختار کلی و هسته‌های نظری شکل‌دهنده صمیمیت هیجانی در روابط همسری تبیین گردید (کدگذاری انتخابی).

فرآیند تحلیل تا دستیابی به اشباع نظری ادامه یافت؛ به این معنا که در مراحل پایانی تحلیل، داده‌های جدید منجر به تولید مقوله یا مضمون تازه‌ای نشدند و ساختار مفهومی پژوهش تثبیت گردید. این رویکرد امکان ترسیم یک چارچوب نظری منسجم از مؤلفه‌های روان‌شناختی صمیمیت هیجانی در روابط همسری را فراهم ساخت.

یافته‌ها

دلبستگی هیجانی ایمن به‌عنوان زیربنای روان‌شناختی صمیمیت هیجانی در روابط همسری شناخته می‌شود و نقش تعیین‌کننده‌ای در پایداری، کیفیت و رضایت زناشویی ایفا می‌کند. این نوع دلبستگی از طریق شکل‌گیری اعتماد عاطفی، گشودگی هیجانی، پیوند پایدار و تنظیم هیجان بین‌فردی تکوین می‌یابد و موجب می‌شود زوجین بتوانند هیجان‌ات خود را بدون ترس از طرد یا قضاوت ابراز کنند (Johnson, 2019; Mikulincer & Shaver, 2016). در بستر چنین دلبستگی‌ای، همسران از توانایی هم‌آفرینی تجربه‌های هیجانی مشترک برخوردار می‌شوند و پیوندی عمیق و پایدار میان آن‌ها شکل می‌گیرد که نه تنها در شرایط عادی بلکه در مواجهه با تنش‌ها و بحران‌ها نیز کارکرد حفاظتی دارد (Hazan & Shaver, 2017). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که تنظیم هیجان دوطرفه و همدلی فعال در روابط دارای دلبستگی ایمن، سطح تعارضات مخرب را به‌طور معناداری کاهش داده و سازگاری زناشویی را افزایش می‌دهد (Overall & Simpson, 2015). افزون بر این، احساس تعلق و امنیت هیجانی حاصل از دلبستگی ایمن، امکان خودافشایی سالم و رشد هیجانی مشترک را فراهم می‌سازد و چرخه‌ای تقویت‌کننده

میان اعتماد، صمیمیت و رضایت زوجین ایجاد می‌کند (Feeney & Collins, 2015). بنابراین، دلبستگی هیجانی ایمن را می‌توان هستهٔ مرکزی ساختار روان‌شناختی صمیمیت هیجانی در روابط همسری دانست که سایر مؤلفه‌های صمیمیت بر آن استوار می‌شوند. ارتباط هیجانی مؤثر یکی از ارکان کلیدی شکل‌گیری و تداوم صمیمیت هیجانی در روابط همسری است که از طریق مهارت‌های گفت‌وگوی عاطفی، همدلی شناختی-هیجانی، اعتباربخشی به احساسات و حل تعارض هیجانی تحقق می‌یابد. در روابطی که ارتباط هیجانی سالم برقرار است، زوجین قادرند هیجان‌ات خود را به‌صورت شفاف، همدلانه و غیرتهاجمی بیان کرده و پیام‌های هیجانی یکدیگر را به‌درستی رمزگشایی کنند (Gottman & Silver, 2018). پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند که گوش‌دادن فعال، بازتاب هیجان‌ات همسر و اجتناب از سرزنش از مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های صمیمیت و رضایت زناشویی محسوب می‌شوند (Bradbury & Karney, 2019). همچنین هماهنگی پیام‌های کلامی و غیرکلامی، لحن هیجانی مناسب و بازخورد سازنده موجب می‌شود تعاملات زوجین به منبعی برای امنیت روانی و تقویت پیوند عاطفی تبدیل شود (Burlison & MacGeorge, 2017). ارتباط هیجانی مؤثر نه تنها تعارضات را کاهش می‌دهد، بلکه زمینهٔ رشد هیجانی مشترک و احساس نزدیکی پایدار را نیز فراهم می‌سازد (Overall et al., 2015). در واقع، این نوع ارتباط، بستر اجرایی تحقق دلبستگی ایمن و خودافشایی سالم در روابط همسری محسوب می‌شود.

خودافشایی هیجانی و رشد مشترک به‌عنوان بعد تحول‌یافتهٔ صمیمیت هیجانی، بیانگر حرکت زوجین از سطح تعاملات هیجانی اولیه به سوی پیوندی عمیق، وجودی و معنامحور است. خودافشایی تدریجی موجب می‌شود همسران لایه‌های پنهان هیجان‌ات، نیازها و تجربیات درونی خود را آشکار سازند و این فرایند، اعتماد و احساس نزدیکی روانی را به‌طور چشمگیری افزایش می‌دهد (Laurenceau et al., 2018). در بستر پذیرش متقابل و احترام به تفاوت‌های هیجانی، زوجین به سطحی از صمیمیت وجودی دست می‌یابند که در آن احساس یگانگی، هم‌سرنوشتی و پیوند عاطفی عمیق شکل می‌گیرد (Reis & Shaver, 2016). این مسیر منجر به رشد هیجانی مشترک، بلوغ عاطفی زوجی و بازسازی هیجانی رابطه می‌شود و به زوجین امکان می‌دهد زخم‌های عاطفی گذشته را ترمیم کرده و پیوند خود را نوسازی کنند (Finkel et al., 2017). پژوهش‌ها تأکید می‌کنند که معنابخشی مشترک به زندگی زناشویی و توسعهٔ خودکارآمدی هیجانی زوجین، صمیمیت را از یک تجربهٔ گذرا به یک ساختار پایدار روان‌شناختی تبدیل می‌کند که نقش تعیین‌کننده‌ای در رضایت بلندمدت زناشویی دارد (Vangelisti & Perlman, 2019).

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش مروری کیفی، نتایج حاصل از تحلیل مضمون مقالات منتخب نشان داد که ساختار روان‌شناختی صمیمیت هیجانی در روابط همسری از سه محور کلان و درهم‌تنیده شامل دلبستگی هیجانی ایمن، ارتباط هیجانی مؤثر و خودافشایی همراه با رشد مشترک تشکیل شده است. این سه محور به‌صورت پویا یکدیگر را تقویت کرده و شبکه‌ای پیچیده از فرایندهای شناختی، هیجانی و تعاملی را شکل می‌دهند که کیفیت و پایداری رابطه زناشویی را تعیین می‌کند. نتایج نشان داد که دلبستگی ایمن زیربنای اصلی صمیمیت هیجانی است و بدون آن سایر

مؤلفه‌ها به‌طور کامل کارکرد خود را از دست می‌دهند. این یافته با نظریه دلبستگی بزرگسالان همسو است که صمیمیت هیجانی را تبلور پیوند دلبستگی ایمن می‌داند (Mikulincer & Shaver, 2016). پژوهش حاضر تأیید می‌کند که احساس امنیت عاطفی، اعتماد، گشودگی هیجانی و تنظیم هیجان بین‌فردی عناصر مرکزی در این ساختار هستند و نقش واسطه‌ای مهمی میان تعاملات زوجین و رضایت زناشویی ایفا می‌کنند؛ موضوعی که در مطالعات پیشین نیز گزارش شده است (Feeney & Collins, 2015; Johnson, 2019).

نتایج همچنین نشان داد که ارتباط هیجانی مؤثر نقش تسهیل‌کننده کلیدی در شکل‌گیری و تعمیق صمیمیت دارد. یافته‌ها نشان دادند زوج‌هایی که از مهارت‌های گفت‌وگوی عاطفی، همدلی شناختی-هیجانی و اعتباربخشی هیجانی برخوردارند، ظرفیت بیشتری برای حل تعارضات، بازسازی رابطه و حفظ پیوند عاطفی پایدار دارند. این نتایج با یافته‌های Silver و Gottman (۲۰۱۸) همسو است که کیفیت تعامل هیجانی زوجین را مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده ثبات ازدواج معرفی می‌کنند. پژوهش حاضر همچنین نشان داد که نحوه مدیریت هیجان در موقعیت‌های تعارضی بسیار مهم‌تر از محتوای تعارض است؛ نتیجه‌ای که با پژوهش‌های Bradbury و Karney (۲۰۱۹) و Overall و Simpson (۲۰۱۵) مطابقت دارد. این همگرایی یافته‌ها نشان می‌دهد که صمیمیت هیجانی بیش از آنکه یک حالت هیجانی ساده باشد، یک مهارت رابطه‌ای قابل یادگیری و قابل پرورش است.

یافته سوم پژوهش بیانگر نقش اساسی خودافشایی تدریجی و رشد هیجانی مشترک در تثبیت صمیمیت هیجانی بود. تحلیل‌ها نشان دادند که زوج‌هایی که قادرند هیجان‌ات، ترس‌ها و نیازهای عمیق خود را در فضایی امن افشا کنند، به سطحی از صمیمیت وجودی دست می‌یابند که منجر به معنابخشی مشترک، هم‌سرنوشتی هیجانی و انسجام روانی در رابطه می‌شود. این یافته با مدل فرایندی صمیمیت Reis و Shaver (۲۰۱۶) همسو است که خودافشایی و پاسخ‌دهی همدلانه را هسته اصلی شکل‌گیری صمیمیت می‌دانند. همچنین یافته‌های پژوهش با نتایج Laurenceau و همکاران (۲۰۱۸) مطابقت دارد که نشان می‌دهند خودافشایی هیجانی مستمر به‌طور مستقیم با افزایش رضایت زناشویی و تعهد رابطه‌ای مرتبط است. افزون بر این، نتایج پژوهش نشان داد که رشد هیجانی مشترک و بازسازی رابطه به زوجین کمک می‌کند تا از تجربه‌های آسیب‌زا عبور کرده و رابطه را در سطحی بالغ‌تر و پایدارتر بازتعریف کنند؛ امری که با یافته‌های Finkel و همکاران (۲۰۱۷) و Vangelisti و Perlman (۲۰۱۹) همخوان است.

به‌طور کلی، این پژوهش ساختار صمیمیت هیجانی را به‌عنوان یک نظام پویا و چندسطحی ترسیم می‌کند که در آن دلبستگی ایمن بستر امنیت روانی را فراهم می‌سازد، ارتباط هیجانی مؤثر فرایندهای تعاملی را سازمان‌دهی می‌کند و خودافشایی و رشد مشترک، پیوند زوجین را به سطحی عمیق و پایدار ارتقا می‌دهد. این چارچوب مفهومی، همسو با رویکردهای نوین روان‌شناسی رابطه، نشان می‌دهد که صمیمیت هیجانی نه یک ویژگی ثابت، بلکه فرایندی تحولی و قابل مداخله است (Johnson, 2019; Finkel et al., 2017). از این منظر، نتایج پژوهش حاضر می‌تواند مبنای نظری معتبری برای طراحی و ارزیابی مداخلات زوج‌درمانی فراهم آورد و شکاف موجود میان نظریه و عمل درمانی را تا حد زیادی کاهش دهد.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به ماهیت مروری و اتکای آن بر منابع ثانویه اشاره کرد که امکان تعمیم مستقیم نتایج به همه زمینه‌های فرهنگی و جمعیتی را محدود می‌سازد. همچنین تعداد مقالات منتخب نسبتاً محدود بوده و احتمال دارد برخی ابعاد نوظهور صمیمیت هیجانی که در پژوهش‌های جدید مطرح شده‌اند در این تحلیل منعکس نشده باشند. علاوه بر این، فقدان داده‌های تجربی مستقیم از زوجین باعث شد نتایج صرفاً بر تحلیل مفهومی استوار باشد.

برای پژوهش‌های آینده پیشنهاد می‌شود مطالعات ترکیبی و طولی طراحی شوند تا پویایی صمیمیت هیجانی در طول زمان و در گذارهای مختلف زندگی زناشویی بررسی شود. همچنین بررسی نقش متغیرهای فرهنگی، جنسیتی و اجتماعی در ساختار صمیمیت هیجانی می‌تواند به بومی‌سازی مدل‌های نظری و افزایش کارآمدی مداخلات درمانی کمک کند. توسعه ابزارهای سنجش بومی برای ارزیابی ابعاد صمیمیت هیجانی نیز می‌تواند مسیر تحقیقات آینده را تقویت نماید.

از منظر کاربردی، یافته‌های این پژوهش بر ضرورت آموزش مهارت‌های ارتباط هیجانی، تنظیم هیجان و خودآشنایی سالم در برنامه‌های مشاوره پیش از ازدواج و زوج‌درمانی تأکید دارد. درمانگران می‌توانند از چارچوب مفهومی ارائه‌شده برای طراحی مداخلات هدفمند جهت تقویت دلبستگی ایمن، افزایش همدلی و تسهیل رشد هیجانی مشترک زوجین استفاده کنند. این رویکرد می‌تواند به‌طور معناداری رضایت زناشویی، تاب‌آوری رابطه و سلامت روان زوجین را ارتقا دهد و از بروز تعارضات مزمن و فروپاشی روابط جلوگیری نماید.

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

- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2019). *Intimate relationships* (3rd ed.). New York, NY: W. W. Norton.
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: A practical guide*. London: Sage.
- Burleson, B. R., & MacGeorge, E. L. (2017). Supportive communication. In M. L. Knapp & J. A. Daly (Eds.), *The SAGE handbook of interpersonal communication* (pp. 463–497). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Feeney, B. C., & Collins, N. L. (2015). A new look at social support: A theoretical perspective on thriving through relationships. *Personality and Social Psychology Review, 19*(2), 113–147.

- Finkel, E. J., Simpson, J. A., & Eastwick, P. W. (2017). The psychology of close relationships: Fourteen core principles. *Annual Review of Psychology*, 68, 383–411.
- Gottman, J. M., & Silver, N. (2018). *The seven principles for making marriage work* (Revised ed.). New York, NY: Harmony.
- Johnson, S. M. (2019). *Attachment theory in practice: Emotionally focused therapy (EFT) with individuals, couples, and families*. New York, NY: Guilford Press.
- Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (2018). Intimacy as an interpersonal process: The importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1238–1251.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Overall, N. C., & Simpson, J. A. (2015). Regulation processes in close relationships. *Current Opinion in Psychology*, 1, 38–43.
- Reis, H. T., & Shaver, P. R. (2016). Intimacy as an interpersonal process. In P. A. M. Van Lange et al. (Eds.), *Handbook of theories of social psychology* (pp. 367–389). London: Sage.