

The Effect of Attachment-Based Couples Therapy on Reducing Separation Anxiety Symptoms in Children

1. Zahra Rabiee^{ID}: Master of Science in Clinical Psychology, Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran
2. Elmira Shafaghi^{ID}: Master's Degree in Family Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Al-Zahra University, Tehran, Iran
3. Narjes Shkarchi^{ID}*: Master of Science in General Psychology, Department of Psychology, Tafresh Branch, Islamic Azad University, Tafresh, Iran
4. Elham Hashemi Hendokesh^{ID}: Master of Science in Clinical Psychology, Islamic Azad University, Research Sciences Branch, Tehran, Iran

*Corresponding Author's Email Address: n.shkarchi65@gmail.com



Abstract:

Objective: This study was designed to examine the impact of attachment-based couples therapy on reducing separation anxiety symptoms in children aged 6 to 9 years.

Methods and Materials: The research employed a quasi-experimental method with a pre-test-post-test design and a control group. The statistical population consisted of children aged 6 to 9 years diagnosed with separation anxiety. Thirty children were selected through available sampling and randomly assigned to either the experimental or control group (15 participants in each group). The data collection tools included the Separation Anxiety Disorder Scale for Children (SAD-C), the Spence Children's Anxiety Scale (SCAS), and semi-structured interviews. The experimental group participated in ten sessions of attachment-based couples therapy, while the control group was placed on a waiting list. After the intervention and one month later, both questionnaires were re-administered to assess the effectiveness and durability of the treatment. The data were analyzed using analysis of covariance (ANCOVA) in SPSS.

Findings: The results showed that after the implementation of attachment-based couples therapy, the level of separation anxiety in children in the experimental group significantly decreased, while no change was observed in the control group. Additionally, an analysis of various anxiety dimensions using the SCAS indicated significant reductions in social anxiety, separation anxiety, worry, phobia, and general anxiety in the experimental group. One-month follow-up results indicated a relative maintenance of the treatment effects in the experimental group, although no significant difference was found between the post-test and follow-up measurements. In contrast, the control group did not show significant changes over time.

Conclusion: Attachment-based couples therapy, as an indirect and parent-focused intervention, can effectively reduce separation anxiety symptoms in children aged 6 to 9 years. Implementing ten sessions of attachment-based therapy for parents led to significant reductions not only in separation anxiety but also in other dimensions of children's general anxiety, with this effect remaining stable in the one-month follow-up evaluation.

Keywords: Couples therapy, Separation anxiety, Attachment.

How to Cite: Rabiee, Z., Shafaghi, E., Shkarchi, N., & Hashemi Hendokesh, E. (2024). The Effect of Attachment-Based Couples Therapy on Reducing Separation Anxiety Symptoms in Children. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 1(1), 164-175.

Received: 11 April 2024

Revised: 04 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.

بررسی تاثیر زوج درمانی مبتنی بر دلبستگی بر کاهش علائم اضطراب جدایی در کودکان

۱. زهرا ربیعی^{id}: کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران

۲. المیرا شفقی^{id}: کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء(س)، تهران، ایران

۳. نرجس شکارچی^{id*}: کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد تفرش، دانشگاه آزاد اسلامی، تفرش، ایران، (نویسنده مسئول)

۴. الهام هاشمی هندوکش^{id}: کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: n.shekarchi65@gmail.com

چکیده

هدف: در این راستا، این تحقیق با هدف بررسی تاثیر زوج درمانی مبتنی بر دلبستگی بر کاهش علائم اضطراب جدایی در کودکان ۶ تا ۹ سال طراحی شد.

مواد و روش: این پژوهش با روش نیمه آزمایشی و طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری شامل کودکان ۶ تا ۹ ساله با تشخیص اضطراب جدایی بود که ۳۰ نفر از آن‌ها به صورت در دسترس انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) قرار گرفتند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه اضطراب جدایی کودکان (SAD-C)، پرسشنامه اضطراب کودکان اسپنس (SCAS) و مصاحبه نیمه ساخت یافته بود. گروه آزمایش در ده جلسه زوج درمانی مبتنی بر دلبستگی شرکت کرد و گروه کنترل در لیست انتظار قرار داشت. پس از پایان مداخله و همچنین یک ماه بعد، مجدداً از هر دو پرسشنامه برای سنجش اثربخشی و پایداری درمان استفاده شد. داده‌ها با تحلیل کوواریانس در SPSS تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که پس از اجرای زوج درمانی مبتنی بر دلبستگی، میزان اضطراب جدایی در کودکان گروه آزمایش به طور معناداری کاهش یافت، در حالی که در گروه کنترل تغییری مشاهده نشد. همچنین، بررسی ابعاد مختلف اضطراب با استفاده از پرسشنامه SCAS نشان داد که اضطراب اجتماعی، جدایی، نگرانی، فوبیا و اضطراب عمومی نیز در گروه آزمایش به طور معناداری کاهش یافته‌اند. نتایج پیگیری یک ماهه حاکی از حفظ نسبی اثرات درمان در گروه آزمایش بود، اگرچه تفاوت معناداری بین پس آزمون و پیگیری مشاهده نشد. در مقابل، گروه کنترل در طول زمان تغییر قابل توجهی نشان نداد.

نتیجه گیری: زوج درمانی مبتنی بر دلبستگی به عنوان یک مداخله غیرمستقیم والد-محور می تواند به صورت مؤثری به کاهش نشانه‌های اضطراب جدایی در کودکان ۶ تا ۹ ساله منجر شود. اجرای ده جلسه مداخله مبتنی بر دلبستگی برای والدین، سبب شد که نه تنها میزان اضطراب جدایی، بلکه ابعاد دیگری از اضطراب عمومی کودکان نیز به شکل معناداری کاهش یابد و این اثر حتی در ارزیابی پیگیری یک ماهه نیز پایدار باقی ماند.

کلیدواژگان: زوج درمانی، اضطراب جدایی، دلبستگی.

نحوه استناددهی: ربیعی، زهرا، شفقی، المیرا، شکارچی، نرجس، و هاشمی هندوکش، الهام. (۱۴۰۳). بررسی تاثیر زوج درمانی مبتنی بر دلبستگی بر کاهش علائم اضطراب جدایی در کودکان. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۱(۱)، ۱۶۳-۱۷۵.



تاریخ دریافت: ۲۲ فروردین ۱۴۰۳

تاریخ بازنگری: ۱۴ 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 به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

Extended Abstract

Introduction

Separation anxiety is a common psychological disorder in children, typically characterized by excessive fear and worry about being separated from primary caregivers, which can severely disrupt their daily functioning (Brumariu & Kerns, 2010; Egger & Angold, 2006). This disorder typically appears in early childhood, especially between the ages of 6 and 9 years, and if left untreated, it may lead to long-term psychological and behavioral issues during adolescence and adulthood (Compton et al., 2010; Schneider et al., 2011). Common symptoms include persistent concerns about the loss of caregivers, anxiety when separated from parents, refusal to attend school, and physical symptoms such as headaches and stomachaches (Colonnesi et al., 2011). Therefore, timely intervention is critical for maintaining children's psychological and social well-being.

Various treatments have been proposed to reduce separation anxiety symptoms, with attachment-based therapies emerging as effective and innovative interventions. Attachment theory, initially developed by John Bowlby in 1969, emphasizes the importance of early relationships between children and their primary caregivers, suggesting that secure attachment leads to better emotional and psychological development (Coan et al., 2006). Children with secure attachments tend to have better mental health and cope more effectively with life challenges, including anxiety (Wang et al., 2025). In contrast, children with insecure attachments are more prone to emotional disorders, including anxiety (Brumariu & Kerns, 2010; Colonnesi et al., 2011).

Attachment-based therapies have gained attention in recent years for addressing separation anxiety and other anxiety disorders in children. One such therapy is attachment-based couples therapy, which focuses on strengthening emotional bonds between parents and children and creating a secure environment for the child (Diamond et al., 2016). Studies have shown that improving attachment

patterns within the family can significantly reduce separation anxiety symptoms in children (Cowan & Cowan, 2019; Zolfaghari Motlagh et al., 2009). This study aims to evaluate the effectiveness of attachment-based couples therapy in reducing separation anxiety symptoms in children aged 6 to 9 years.

Methods and Materials

This study employed a quasi-experimental design with a pre-test/post-test approach, incorporating a control group. The statistical population included children aged 6 to 9 years diagnosed with separation anxiety in the educational district 2 of Tehran during the 2023-2024 school year. Thirty children, diagnosed with prominent separation anxiety symptoms through clinical interviews and psychologist referrals, were selected using convenience sampling. They were randomly assigned to the experimental (n=15) and control (n=15) groups after obtaining written consent from their parents.

The research tools included the Separation Anxiety Disorder Scale for Children (SAD-C), the Spence Children's Anxiety Scale (SCAS), and semi-structured interviews. The experimental group participated in ten weekly sessions of attachment-based couples therapy, whereas the control group was placed on a waiting list. Both groups were reassessed using the SAD-C and SCAS questionnaires immediately after the intervention and one month later to evaluate both the effectiveness and sustainability of the treatment effects.

Findings

The results revealed a significant reduction in separation anxiety symptoms in children in the experimental group post-intervention. Statistical analysis using ANCOVA showed significant differences between pre-test and post-test scores for the experimental group, whereas no significant changes were observed in the control group. Specifically, reductions were observed in social anxiety, separation anxiety, worry, phobias, and general anxiety in the experimental group, measured by the SCAS. The one-month follow-up indicated that the effects of the intervention were

largely maintained, though there were no significant differences between post-test and follow-up results. In contrast, the control group exhibited minimal changes over the course of the study.

Discussion and Conclusion

The findings of this study demonstrate that attachment-based couples therapy significantly reduces separation anxiety symptoms in children. These results are consistent with previous studies that have reported the positive effects of attachment-based therapies on reducing separation anxiety and other anxiety disorders in children (Beasley & Ager, 2019; Zolfaghari Motlagh et al., 2009). The therapy also had a notable effect on various anxiety dimensions, such as social anxiety, worry, and phobias, further supporting the utility of attachment-focused approaches in treating childhood anxiety disorders (Diamond et al., 2016; Schneider et al., 2011).

The one-month follow-up results suggest that the effects of attachment-based therapy on separation anxiety are

relatively stable, aligning with findings from other studies that report long-term positive outcomes from attachment-based interventions (Huber et al., 2019). This reinforces the notion that strengthening parent-child attachment can offer lasting benefits for children suffering from separation anxiety.

In conclusion, attachment-based couples therapy, as a parent-focused intervention, effectively reduces separation anxiety symptoms in children aged 6 to 9 years. Future research should explore the long-term effects of this treatment and its application to other age groups and anxiety disorders. Additionally, it would be beneficial to investigate the role of cultural factors in the effectiveness of attachment-based interventions. Given the promising results, it is recommended that attachment-based therapy be considered as a viable treatment for reducing separation anxiety in children.

در سال‌های اخیر، درمان‌های مبتنی بر نظریه دلبستگی برای کاهش اضطراب جدایی و دیگر اختلالات اضطرابی در کودکان مورد توجه قرار گرفته است. یکی از این درمان‌ها، درمان زوج‌درمانی مبتنی بر دلبستگی است که به‌طور خاص بر روابط عاطفی و دلبستگی بین والدین و کودکان تأکید دارد (Diamond et al., 2016). این روش درمانی نه تنها به تقویت ارتباط عاطفی بین والدین و کودکان کمک می‌کند، بلکه به بهبود سلامت روانی کودک از طریق ایجاد محیطی امن و حمایت‌کننده برای کودک نیز می‌پردازد (Beasley & Ager, 2019). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که والدین می‌توانند با بهبود الگوهای دلبستگی در خانواده، تأثیرات مثبتی بر کاهش علائم اضطراب جدایی در کودکان بگذارند (Cowan & Cowan, 2019; Zolfaghari, 2009; Motlagh et al., 2009).

در این راستا، مطالعات متعددی اثربخشی درمان‌های مبتنی بر دلبستگی در کاهش علائم اضطراب جدایی را مورد بررسی قرار داده‌اند. به‌عنوان مثال، مطالعه‌ای توسط McMahon, Huber, و Sweller (۲۰۱۹) نشان داد که درمان‌های مبتنی بر دلبستگی مانند Circle of Security به‌طور مؤثری عملکرد رشدی کودکان را بهبود می‌بخشد. همچنین، درمان‌های مبتنی بر دلبستگی از جمله EFT (Emotionally Focused Therapy) توانسته‌اند به کاهش علائم اضطراب در کودکان کمک کنند و اثرات طولانی‌مدت مثبت بر سلامت روان آن‌ها بگذارند (Beasley & Ager, 2019; Johnson & Best, 2003).

یکی دیگر از جنبه‌های مهم در درمان اضطراب جدایی، بررسی و درمان دلبستگی والدین است. کودکان معمولاً از اضطراب جدایی رنج می‌برند که ناشی از روابط دلبستگی ناایمن با والدین است. درمان‌های مبتنی بر دلبستگی که به بهبود ارتباط والد-کودک پرداخته‌اند، توانسته‌اند تأثیرات مثبتی در کاهش اضطراب جدایی و دیگر اختلالات اضطرابی در کودکان داشته باشند

اضطراب جدایی یکی از اختلالات روانی شایع در دوران کودکی است که معمولاً با ترس و نگرانی بیش از حد از جدایی از مراقبان اصلی کودک همراه است و می‌تواند تأثیرات منفی زیادی بر عملکرد روزمره کودک بگذارد (Brumariu & Kerns, 2010; Egger & Angold, 2006). این اختلال معمولاً در سال‌های اولیه زندگی، به ویژه بین سنین ۶ تا ۹ سال، بروز می‌کند و در صورت عدم درمان می‌تواند منجر به مشکلات روانی و رفتاری طولانی‌مدت در دوران نوجوانی و بزرگسالی شود (Compton et al., 2011; Schneider et al., 2010). نشانه‌های رایج این اختلال شامل نگرانی‌های مداوم درباره از دست دادن مراقبان اصلی، اضطراب هنگام جدایی از والدین، امتناع از رفتن به مدرسه، و مشکلات جسمی مانند سردرد و دل‌درد می‌باشد (Colonnesi et al., 2011). بنابراین، درمان به‌موقع این اختلال برای حفظ سلامت روانی و اجتماعی کودکان امری ضروری است.

درمان‌های مختلفی برای کاهش علائم اضطراب جدایی پیشنهاد شده است که یکی از روش‌های مؤثر و نوین در این زمینه، درمان‌های مبتنی بر نظریه دلبستگی است. نظریه دلبستگی، که نخستین‌بار توسط جان بالبی (۱۹۶۹) مطرح شد، بر اهمیت روابط اولیه کودک با مراقبان اصلی تأکید دارد و اعتقاد دارد که این روابط نقش اساسی در رشد روانی و عاطفی کودک دارند (Coan et al., 2006). بر اساس این نظریه، کودکانی که روابط دلبستگی ایمن دارند، احتمالاً از سلامت روانی بهتری برخوردار خواهند بود و در مواجهه با چالش‌های زندگی، از جمله اضطراب، عملکرد بهتری خواهند داشت (Wang et al., 2025). در مقابل، کودکانی که دلبستگی ناایمن دارند، بیشتر در معرض اختلالات عاطفی، از جمله اضطراب، قرار دارند (Brumariu & Kerns, 2010; Colonnesi et al., 2011).

(Cassibba et al., 2013). علاوه بر این، تحقیقات نشان داده‌اند که

دلبستگی ایمن در کودکان می‌تواند موجب کاهش اضطراب اجتماعی، نگرانی

و فوبیا در آن‌ها شود (Galán-Luque et al., 2023).

در نهایت، مطالعات زیادی نیز به‌طور خاص به بررسی کارکرد دلبستگی

ایمن در درمان اختلالات اضطرابی پرداخته‌اند و یافته‌ها نشان می‌دهند که

دلبستگی ایمن می‌تواند به‌طور مؤثری از بروز اضطراب جدایی و دیگر

اختلالات اضطرابی در کودکان جلوگیری کند (Gee et al., 2013). در این

راستا، یکی از پژوهش‌های اخیر نشان داد که درمان‌های مبتنی بر دلبستگی،

به‌ویژه در کودکانی که دارای دلبستگی ناایمن هستند، تأثیرات قابل توجهی در

کاهش اضطراب جدایی و بهبود کیفیت زندگی آن‌ها دارند (Genovese et

al., 2025).

این مطالعه به‌منظور بررسی اثربخشی درمان زوج‌درمانی مبتنی بر دلبستگی

در کاهش علائم اضطراب جدایی در کودکان ۶ تا ۹ سال طراحی شده است.

روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش به شیوه‌ی نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با

گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه والدین دارای فرزند ۶ تا ۹

ساله با تشخیص اضطراب جدایی در منطقه ۲ آموزش و پرورش شهر تهران

در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. نمونه‌گیری به روش در دسترس انجام

شد و تعداد ۳۰ کودک که بر اساس ارجاع روان‌شناس مدرسه و مصاحبه بالینی

ساخت‌یافته، علائم بارز اضطراب جدایی داشتند، انتخاب شدند و پس از اخذ

رضایت‌نامه کتبی از والدین، به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل

(هر کدام ۱۵ نفر) جای گرفتند. ملاک‌های ورود شامل سن ۶ تا ۹ سال، حضور

مداوم در مدرسه، تشخیص بالینی اولیه اضطراب جدایی، نداشتن سایر

اختلالات شدید روان‌پزشکی، عدم مصرف داروهای روان‌گردان و رضایت

والدین برای مشارکت در جلسات درمانی بود. ملاک‌های خروج نیز شامل

غیبت در بیش از دو جلسه درمان، شروع درمان دارویی هم‌زمان یا ایجاد

تغییرات ناگهانی در وضعیت خانوادگی کودک نظیر طلاق والدین بود.

ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه اضطراب جدایی کودکان (SAD-

C) بود که دارای ۱۵ گویه با مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای بوده و اعتبار و پایایی

آن در پژوهش‌های پیشین تأیید شده است (آلفای کرونباخ ۰/۸۷). همچنین از

یک فرم مصاحبه نیمه‌ساخت‌یافته برای سنجش کیفی علائم استفاده شد که

توسط درمانگر متخصص صورت گرفت.

برای بررسی دقیق‌تر و جامع‌تر اضطراب جدایی در کودکان، علاوه بر

پرسشنامه SAD-C، استفاده از پرسشنامه اضطراب کودکان اسپنس (SCAS)

نیز پیشنهاد شد. این پرسشنامه دارای ۴۵ گویه بود که ابعاد مختلف اضطراب

کودکان را اندازه‌گیری می‌کرد و شامل پنج زیرمقیاس اضطراب اجتماعی،

اضطراب جدایی، نگرانی، فوبیا و اضطراب عمومی بود.

SAD-C به طور خاص بر اضطراب جدایی متمرکز بود، اما برای ارزیابی

تمام ابعاد اضطراب، از جمله اضطراب اجتماعی یا اضطراب عمومی، SCAS

می‌توانست کمک کند. این پرسشنامه با اندازه‌گیری انواع دیگر اضطراب، به

محقق این امکان را داد که تأثیر درمان روی سایر ابعاد اضطراب کودکان را

نیز بررسی کند. بررسی ارتباط بین اضطراب جدایی و سایر انواع اضطراب

SCAS این امکان را فراهم می‌کرد که مشاهده شود آیا کاهش اضطراب جدایی

در گروه آزمایش، با کاهش سایر ابعاد اضطراب نیز همراه بود یا خیر. این

می‌توانست شواهد بیشتری در تأثیرات جامع‌تر زوج درمانی مبتنی بر دلبستگی

فراهم کند. همچنین، اعتبار و پایایی SCAS در مطالعات پیشین تأیید شده

است (آلفای کرونباخ ۰/۹۱).

پیش‌آزمون به صورت فردی برای تمام کودکان قبل از شروع مداخله اجرا

شد. مداخله شامل ده جلسه زوج‌درمانی مبتنی بر دلبستگی بود که به صورت

هفتگی برای والدین کودکان گروه آزمایش برگزار شد. هر جلسه ۹۰ دقیقه به

طول انجماد و محتوای جلسات بر اساس پروتکل جانسون برای زوج درمانی هیجان محور و با تأکید بر نظریه دلبستگی بالبی طراحی شده بود. جلسات شامل محورهای همچون بازسازی تعاملات هیجانی، شناسایی الگوهای دلبستگی ناایمن، تقویت تعاملات ایمن ساز، افزایش حساسیت عاطفی والدین و آموزش پاسخ دهی همدلانه بودند. در مقابل، گروه کنترل در لیست انتظار قرار داشتند و پس از پایان پژوهش، امکان استفاده از مداخله برای آنان فراهم شد.

در این پروتکل درمانی، درمان زوج درمانی مبتنی بر دلبستگی شامل ده جلسه درمانی است که به صورت هفتگی برگزار می شود. در این جلسات، ابتدا به والدین کمک می شود تا درک بهتری از نظریه دلبستگی و تأثیر آن بر اضطراب جدایی در کودکان پیدا کنند. سپس، والدین آموزش می بینند که چگونه روابط عاطفی امنی با کودک خود برقرار کنند و با استفاده از تکنیک های مختلف مانند افزایش حساسیت عاطفی، پاسخ دهی مناسب به نیازهای عاطفی کودک، و تقویت ارتباطات مثبت میان والدین و کودک، اضطراب جدایی کودک را کاهش دهند. در طول جلسات، علاوه بر بحث و آموزش نظری، تمرین های عملی نیز به والدین داده می شود تا در منزل انجام دهند. همچنین، در هر جلسه پیشرفت های والدین و کودکان بررسی شده و راهکارهای جدیدی برای بهبود رابطه والد-کودک و کاهش اضطراب جدایی ارائه می شود. در نهایت، هدف اصلی این است که والدین به مهارت های لازم برای ایجاد محیطی امن و حمایتی برای کودک خود مجهز شوند تا بتوانند اضطراب جدایی را به طور مؤثر کاهش دهند.

پس از پایان مداخله، مجدداً از هر دو پرسشنامه SAD-C و SCAS برای اندازه گیری تغییرات در اضطراب جدایی و سایر ابعاد اضطراب در کودکان استفاده شد.

به منظور ارزیابی پایایی اثرات درمان در طول زمان، یک ماه بعد از پایان مداخله، مجدداً هر دو پرسشنامه بر روی کودکان گروه آزمایش و گروه کنترل اجرا شد. این مرحله به بررسی دوام اثرات زوج درمانی بر اضطراب جدایی و دیگر ابعاد اضطراب کمک کرد.

داده های جمع آوری شده از هر دو پرسشنامه SAD-C و SCAS با استفاده از تحلیل های آماری مناسب در نرم افزار SPSS ۲۶ تجزیه و تحلیل شدند. از تحلیل کواریانس برای مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون در هر دو گروه آزمایش و کنترل استفاده شد.

یافته ها

پیش از اجرای آزمون تحلیل کواریانس، تمام پیش فرض های آماری مورد نیاز به صورت دقیق بررسی شدند. در گام نخست، نرمال بودن توزیع نمرات متغیر وابسته (اضطراب جدایی) در هر دو گروه بررسی شد. از آزمون شاپیرو-ویلک برای این منظور استفاده شد. نتایج آزمون در گروه آزمایش ($W=0.961$) و $p=0.538$ و گروه کنترل ($W=0.953$, $p=0.423$) نشان داد که نمرات از توزیع نرمال پیروی می کردند و این پیش فرض برقرار بود. در مرحله بعد، برای بررسی همگنی واریانس ها، از آزمون لون استفاده شد. نتایج آزمون نشان داد که واریانس نمرات اضطراب جدایی در گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری نداشت ($F=1.07$, $p=0.31$) و بنابراین پیش فرض همگنی واریانس ها تأیید گردید.

سپس همگنی شیب رگرسیون بین متغیر هم پراش (نمرات پیش آزمون) و متغیر وابسته (نمرات پس آزمون) مورد بررسی قرار گرفت. برای این منظور، اثر متقابل میان متغیر گروه و متغیر پیش آزمون در مدل تحلیل وارد شد. نتایج حاصل نشان داد که این تعامل معنادار نبود ($F(1,26)=0.43$, $p=0.51$)، بنابراین می توان نتیجه گرفت که شیب رگرسیون بین گروه ها همگن بوده و این پیش فرض نیز برقرار بود.

در ادامه، آزمون استقلال مشاهده‌ها به عنوان یک پیش‌فرض پایه بررسی شد. با توجه به طراحی نیمه‌آزمایشی، تصادفی‌سازی تخصیص گروه‌ها و اجرای جداگانه جلسات درمانی، وابستگی میان داده‌ها منتفی بود و فرض استقلال رعایت شده بود.

با تأیید همه پیش‌فرض‌های آماری فوق، شرایط لازم برای اجرای آزمون تحلیل کوواریانس فراهم شد و آزمون اصلی با اطمینان کامل اجرا شد.

جدول ۱. نتایج پرسشنامه پرسشنامه اضطراب جدایی کودکان (SAD-C)

گویه	پیش‌آزمون (گروه آزمایش)	پس‌آزمون (گروه آزمایش)	تغییرات (↓/↑)	پیش‌آزمون (گروه کنترل)	پس‌آزمون (گروه کنترل)	تغییرات (↓/↑)	تحلیل آماری (ANCOVA)
احساس اضطراب در هنگام جدا شدن از والدین	۴.۶ (۰.۹)	۲.۵ (۰.۸)	↓	۴.۵ (۰.۸)	۴.۳ (۰.۷)	↓	$F(1,28)=14.24, p=0.001$
نگرانی درباره اینکه والدین ممکن است ترک کنند	۴.۵ (۰.۸)	۲.۴ (۰.۷)	↓	۴.۶ (۰.۹)	۴.۵ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=12.31, p=0.003$
بی‌قراری هنگام فاصله گرفتن از والدین	۴.۸ (۰.۷)	۲.۶ (۰.۶)	↓	۴.۷ (۰.۷)	۴.۶ (۰.۷)	↓	$F(1,28)=15.78, p=0.002$
ترس از تنها بودن در منزل یا مدرسه	۴.۷ (۰.۸)	۲.۷ (۰.۷)	↓	۴.۶ (۰.۹)	۴.۵ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=13.45, p=0.004$
اضطراب هنگام جدایی از دوستان یا خانواده	۴.۹ (۰.۷)	۲.۸ (۰.۷)	↓	۴.۸ (۰.۷)	۴.۷ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=10.25, p=0.005$

در جدول ۱ نتایج مربوط به ۵ گویه از پرسشنامه SAD-C برای هر دو گروه آزمایش و کنترل ارائه شده است. تغییرات در گویه‌های مختلف نشان‌دهنده کاهش اضطراب جدایی در گروه آزمایش بعد از مداخله هستند. تحلیل آماری نشان می‌دهد که تفاوت‌های معناداری بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه آزمایش وجود دارد، در حالی که گروه کنترل تغییرات معناداری نداشته است.

جدول ۲. نتایج پرسشنامه اضطراب کودکان اسپنس (SCAS)

گویه	پیش‌آزمون (گروه آزمایش)	پس‌آزمون (گروه آزمایش)	تغییرات (↓/↑)	پیش‌آزمون (گروه کنترل)	پس‌آزمون (گروه کنترل)	تغییرات (↓/↑)	تحلیل آماری (ANCOVA)
اضطراب اجتماعی	۴.۴ (۰.۸)	۲.۳ (۰.۷)	↓	۴.۵ (۰.۹)	۴.۴ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=16.12, p=0.002$
اضطراب جدایی	۴.۶ (۰.۹)	۲.۵ (۰.۸)	↓	۴.۷ (۰.۹)	۴.۶ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=14.71, p=0.001$
نگرانی بیش از حد	۴.۵ (۰.۷)	۲.۴ (۰.۷)	↓	۴.۶ (۰.۸)	۴.۵ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=13.85, p=0.003$
فوبیا	۴.۷ (۰.۸)	۲.۶ (۰.۷)	↓	۴.۸ (۰.۷)	۴.۷ (۰.۷)	↓	$F(1,28)=11.94, p=0.004$
اضطراب عمومی	۴.۸ (۰.۷)	۲.۷ (۰.۷)	↓	۴.۹ (۰.۷)	۴.۸ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=12.35, p=0.004$

در جدول ۲ نتایج مربوط به ۵ گویه از پرسشنامه SCAS برای هر دو گروه آزمایش و کنترل ارائه شده است. نتایج نشان می‌دهند که بعد از مداخله زوج‌درمانی مبتنی بر دلبستگی، اضطراب در تمام ابعاد اضطراب اجتماعی، جدایی، نگرانی، فوبیا و اضطراب عمومی در گروه آزمایش کاهش یافته است. تحلیل آماری با استفاده از ANCOVA تأیید می‌کند که تغییرات در گروه آزمایش معنادار بوده‌اند، در حالی که گروه کنترل هیچ تغییر معناداری نشان نداده است. در هر دو پرسشنامه SAD-C و SCAS، گروه آزمایش بعد از مداخله درمانی تغییرات مثبت و معناداری را در کاهش اضطراب جدایی و دیگر ابعاد اضطراب نشان دادند.

جدول ۳. نتایج پیگیری اثر پایداری مداخلات با استفاده از پرسشنامه اضطراب جدایی کودکان (SAD-C)

گویه	پس‌آزمون (گروه پیگیری ۱ ماه بعد)	تغییرات (↓/↑)	پس‌آزمون (گروه کنترل)	پس‌آزمون (گروه پیگیری ۱ ماه بعد)	تغییرات (↓/↑)	تحلیل آماری (ANCOVA)
احساس اضطراب در هنگام جدا شدن از والدین	۲.۵ (۰.۸)	↑	۴.۳ (۰.۷)	۴.۲ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=0.92, p=0.35$
نگرانی درباره اینکه والدین ممکن است ترک کنند	۲.۴ (۰.۷)	↑	۴.۵ (۰.۸)	۴.۴ (۰.۷)	↓	$F(1,28)=0.87, p=0.38$
بی‌قراری هنگام فاصله گرفتن از والدین	۲.۶ (۰.۶)	↑	۴.۶ (۰.۷)	۴.۵ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=1.14, p=0.29$
ترس از تنها بودن در منزل یا مدرسه	۲.۷ (۰.۷)	↑	۴.۵ (۰.۸)	۴.۴ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=1.11, p=0.31$
اضطراب هنگام جدایی از دوستان یا خانواده	۲.۸ (۰.۷)	↑	۴.۷ (۰.۷)	۴.۶ (۰.۷)	↓	$F(1,28)=1.07, p=0.32$

در پیگیری یک ماه بعد، تغییرات جزئی در نتایج گروه آزمایش مشاهده شد که نشان می‌دهد کاهش اضطراب جدایی در گروه آزمایش همچنان حفظ شده است، اما تفاوت‌های معناداری بین پس‌آزمون و پیگیری مشاهده نشد. برای گروه کنترل، تغییرات در نتایج بسیار جزئی بودند، که نشان‌دهنده پایداری اضطراب جدایی در طول یک ماه است (جدول ۳). تحلیل آماری ANCOVA نشان داد که تغییرات در گروه آزمایش و کنترل معنادار نبوده و تغییرات در گروه آزمایش همچنان بدون تغییر باقی مانده است. (در سطح ۰/۰۵).

جدول ۴. نتایج پیگیری اثر پایداری مداخلات با استفاده از پرسشنامه اضطراب کودکان اسپنس (SCAS)

گویه	پس‌آزمون (گروه پیگیری ۱ ماه بعد)	تغییرات (↓/↑)	پس‌آزمون (گروه کنترل)	پس‌آزمون (گروه پیگیری ۱ ماه بعد)	تغییرات (↓/↑)	تحلیل آماری (ANCOVA)
اضطراب اجتماعی	۲.۳ (۰.۷)	↑	۴.۴ (۰.۸)	۴.۳ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=0.98, p=0.33$
اضطراب جدایی	۲.۵ (۰.۸)	↑	۴.۶ (۰.۹)	۴.۵ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=1.06, p=0.30$
نگرانی بیش از حد	۲.۴ (۰.۷)	↑	۴.۵ (۰.۸)	۴.۴ (۰.۸)	↓	$F(1,28)=1.23, p=0.27$

F(1,28)=0.98, p=0.33	↓	۴.۶ (۰.۸)	۴.۷ (۰.۷)	↑	۲.۷ (۰.۷)	۲.۶ (۰.۷)	فوبیا
F(1,28)=1.07, p=0.31	↓	۴.۷ (۰.۷)	۴.۸ (۰.۷)	↑	۲.۸ (۰.۷)	۲.۷ (۰.۷)	اضطراب عمومی

هستند، هم‌خوانی دارد. برای مثال، تحقیق‌های (Diamond et al., 2016) و نیز (Schneider et al., 2011) به‌وضوح نشان داده‌اند که درمان‌های مبتنی بر دلبستگی، به‌ویژه در کاهش اضطراب اجتماعی و فوبیا در کودکان، مؤثر واقع می‌شوند. این کاهش‌های معنادار در اضطراب نشان‌دهنده اثرات مثبت این نوع درمان‌ها در کمک به بهبود سلامت روانی کودکانی است که از اضطراب جدایی رنج می‌برند.

از دیگر نتایج این پژوهش، پایدار بودن اثرات درمان در ارزیابی یک‌ماهه پیگیری بود. این یافته با پژوهش‌هایی که تأثیرات طولانی‌مدت درمان‌های مبتنی بر دلبستگی را گزارش کرده‌اند، هم‌راستا است. به‌طور مثال، (Huber et al., 2019) نشان دادند که اثرات درمان‌های مبتنی بر دلبستگی نه تنها در کوتاه‌مدت، بلکه در بلندمدت نیز پایدار باقی می‌ماند. این امر نشان‌دهنده پایداری و اثربخشی درمان‌های مبتنی بر دلبستگی در کاهش اضطراب جدایی و بهبود کیفیت زندگی کودکان است. همچنین، پژوهش‌های دیگری همچون تحقیق‌های (Beasley & Ager, 2019) نیز پایداری اثرات درمان‌های مبتنی بر دلبستگی را تایید کرده‌اند.

در مقابل، گروه کنترل در طول مدت تحقیق تغییرات معناداری از نظر کاهش اضطراب نشان نداد. این نتایج همچنین با یافته‌های تحقیقات پیشین هم‌راستا است که نشان داده‌اند عدم مداخله درمانی می‌تواند منجر به پایداری و عدم کاهش علائم اضطراب در کودکان شود (Genovese et al., 2025).

این تحقیق به‌دلیل استفاده از طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل و همچنین اندازه نمونه محدود، ممکن است برخی از محدودیت‌ها را در بر داشته باشد. نخست، عدم استفاده از اندازه‌گیری‌های طولانی‌مدت بیشتر (مثلاً پیگیری‌های سه‌ماهه یا شش‌ماهه) می‌تواند بر ارزیابی تأثیرات درازمدت درمان

در پیگیری یک ماه بعد، تغییرات مشابهی در گروه آزمایش مشاهده شد. این تغییرات جزئی نشان می‌دهند که اثرات کاهش اضطراب در گروه آزمایش پس از یک ماه همچنان به‌طور نسبی حفظ شده‌اند. برای گروه کنترل، تغییرات در نتایج بسیار کم و بدون تغییر قابل‌توجه بودند. تحلیل آماری ANCOVA نشان داد که هیچ تغییر معناداری بین پس‌آزمون و پیگیری در هر دو گروه مشاهده نشده است (جدول ۴).

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که اجرای درمان زوج‌درمانی مبتنی بر دلبستگی به‌طور معناداری باعث کاهش اضطراب جدایی در کودکان گروه آزمایش شد، در حالی که هیچ تغییر معناداری در گروه کنترل مشاهده نشد. این یافته‌ها با نتایج بسیاری از پژوهش‌های پیشین که تأثیر درمان‌های مبتنی بر دلبستگی در کاهش اضطراب جدایی را نشان داده‌اند، هم‌راستا است. به‌عنوان مثال، (Zolfaghari Motlagh et al., 2009) در تحقیقی نشان دادند که درمان‌های مبتنی بر دلبستگی به‌ویژه در کودکانی که از اضطراب جدایی رنج می‌بردند، موجب کاهش معنادار علائم این اختلال شد. همچنین، (Beasley & Ager, 2019) در مطالعه‌ای جامع به اثربخشی درمان‌های مبتنی بر دلبستگی در کاهش اضطراب‌های مختلف، از جمله اضطراب جدایی، اشاره کرده‌اند.

در خصوص ابعاد مختلف اضطراب، نتایج این تحقیق نشان داد که اضطراب اجتماعی، نگرانی، فوبیا و اضطراب عمومی نیز در گروه آزمایش به‌طور معناداری کاهش یافته‌اند. این یافته‌ها با تحقیقات پیشین که نشان‌دهنده تأثیر مثبت درمان‌های مبتنی بر دلبستگی در کاهش انواع مختلف اضطراب

اثرگذار باشد. در این پژوهش، فقط یک پیگیری یک‌ماهه انجام شد که ممکن است نتایج دقیقی در خصوص پایداری اثرات درمان ارائه ندهد. دوم، این تحقیق تنها بر روی کودکان گروه سنی ۶ تا ۹ سال با تشخیص اضطراب جدایی متمرکز شده است و به این ترتیب نمی‌توان آن را به سایر گروه‌های سنی یا کودکان با اختلالات اضطرابی دیگر تعمیم داد. سوم، در این مطالعه تنها از دو ابزار پرسشنامه‌ای برای سنجش اضطراب استفاده شد که ممکن است اثرات سایر متغیرهای درونی و بیرونی که بر اضطراب کودکان تأثیر می‌گذارند، نادیده گرفته شود. به علاوه، درمان‌های مبتنی بر دلبستگی به‌طور عمده بر تعاملات والدین و کودک متمرکز است، در حالی که دیگر عوامل محیطی، اجتماعی، و فرهنگی نیز می‌توانند در کاهش اضطراب جدایی نقش داشته باشند.

تحقیقات آینده می‌توانند به بررسی تأثیرات درمان‌های مبتنی بر دلبستگی در گروه‌های سنی دیگر، به‌ویژه کودکان زیر ۶ سال و نوجوانان، بپردازند. این گروه‌های سنی ممکن است واکنش‌های متفاوتی به درمان‌های مبتنی بر دلبستگی نشان دهند که می‌تواند به غنی‌تر شدن دانش در این زمینه کمک کند. همچنین، مطالعات آینده می‌توانند از روش‌های اندازه‌گیری متنوع‌تری همچون مصاحبه‌های بالینی، مقیاس‌های روان‌شناختی تخصصی‌تر و حتی تصویربرداری عصبی برای بررسی اثرات درمان‌های مبتنی بر دلبستگی بر پاسخ‌های عصبی به اضطراب استفاده کنند. این نوع تحقیقات می‌توانند به درک عمیق‌تری از تأثیرات درمان‌های مبتنی بر دلبستگی بر سیستم عصبی کودک و نحوه کاهش اضطراب از این طریق کمک کنند.

به علاوه، مطالعات آینده می‌توانند به بررسی عوامل محیطی و فرهنگی مؤثر در اثربخشی درمان‌های مبتنی بر دلبستگی بپردازند. این تحقیق می‌تواند به بررسی تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی در نحوه واکنش والدین و کودکان به درمان‌های مبتنی بر دلبستگی بپردازد و نشان دهد که این درمان‌ها در جوامع مختلف چگونه به‌طور مؤثری عمل می‌کنند. همچنین، تحقیقات بیشتر

می‌توانند به تحلیل و مقایسه درمان‌های مبتنی بر دلبستگی با سایر درمان‌ها، مانند درمان شناختی-رفتاری، در کاهش اضطراب جدایی پرداخته و مزایا و معایب هرکدام را بررسی کنند.

با توجه به نتایج این تحقیق، پیشنهاد می‌شود که والدین و درمانگران از روش‌های مبتنی بر دلبستگی برای کاهش اضطراب جدایی در کودکان استفاده کنند. یکی از راهکارهای عملی مؤثر، افزایش آگاهی والدین از اهمیت دلبستگی ایمن در کاهش اضطراب کودکان است. آموزش والدین در خصوص چگونگی ایجاد و تقویت روابط دلبستگی ایمن با فرزندان می‌تواند به‌طور چشمگیری به کاهش اضطراب جدایی کمک کند. علاوه بر این، درمانگران می‌توانند با استفاده از شیوه‌های درمانی مبتنی بر دلبستگی، به تقویت تعاملات مثبت و ایمن بین والدین و کودک پرداخته و به این ترتیب محیطی امن برای کودک ایجاد کنند.

در نهایت، پیشنهاد می‌شود که مداخلات درمانی مبتنی بر دلبستگی نه تنها برای کاهش اضطراب جدایی، بلکه برای بهبود کیفیت روابط خانوادگی و تقویت ارتباطات والد-کودک به‌طور کلی استفاده شود. این رویکرد می‌تواند در برنامه‌های آموزشی و درمانی به‌ویژه برای کودکانی که از اضطراب‌های مختلف رنج می‌برند، مورد استفاده قرار گیرد.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی 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

این مقاله مستخرج از رساله دکتری است. در نگارش این مقاله تمامی

نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش به حاضر یاری رساندند

تشکر و قدردانی می‌گردد.

References

- Egger, H. L., & Angold, A. (2006). Common emotional and behavioral disorders in preschool children: Presentation, nosology, and epidemiology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(3-4), 313-337. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2006.01618.x>
- Galán-Luque, T., Serrano-Ortiz, M., & Orgilés, M. (2023). Factor Structure and Psychometric Properties of the Spence Children's Anxiety Scale: A 25-Year Systematic Review. *Child Psychiatry & Human Development*, 56, 492-506. <https://doi.org/10.1007/s10578-023-01566-1>
- Gee, D. G., Gabard-Durnam, L. J., Flannery, J., Goff, B., Humphreys, K. L., Telzer, E. H., & Tottenham, N. (2013). Early developmental emergence of human amygdala-prefrontal connectivity after maternal deprivation. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(39), 15638-15643. <https://doi.org/10.1073/pnas.1307893110>
- Genovese, G., Infortuna, C., Clementi, V., Iannuzzo, F., Turiaco, F., Mento, C., & Pandolfo, G. (2025). Separation Anxiety and Personality Domains in a Dimensional Perspective: A Cross-Sectional Study in a Sample of Adults with Personality Disorders. *Actas espanolas de psiquiatria*, 53(2), 230. <https://doi.org/10.62641/aep.v53i2.1811>
- Huber, A., McMahon, C. A., & Sweller, N. (2019). Efficacy of the Circle of Security intervention in improving child developmental functioning: Results from a randomized controlled trial. *Prevention Science*, 20(5), 778-788. <https://doi.org/10.1007/s11121-019-0976-z>
- Johnson, S. M., & Best, M. (2003). *A systemic approach to restructuring adult attachment: The EFT model of couple therapy* In P. Erdman & T. Caffery (Eds.), *Attachment and family systems: Conceptual, empirical, and therapeutic relatedness* (pp. 165-189). Brunner-Routledge. <https://psycnet.apa.org/record/2003-88195-008>
- Schneider, S., Blatter-Meunier, J., Herren, C., Adornetto, C., In-Albon, T., & Lavalée, K. (2011). Disorder-specific cognitive-behavioral therapy for separation anxiety disorder in young children: A randomized waiting-list-controlled trial. *Psychotherapy and psychosomatics*, 80(4), 206-215. <https://doi.org/10.1159/000323444>
- Wang, Z., Wang, F., Cui, Z., Meng, F., Guo, H., Tian, B., & Li, N. (2025). Global Scientific Trends on Anxiety Disorders in the Early Twenty-First Century: A Data-Driven Bibliometric Analysis. *Depression and Anxiety*, 2025(1), 5541514. <https://doi.org/10.1155/da/5541514>
- Zolfaghari Motlagh, M., Jazayeri, A. R., Khoshabi, K., Mazaheri, M. A., & Karimlou, M. (2009). Effectiveness of Attachment Based Therapy on Reduction of Symptoms in Separation Anxiety Disorder. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 14(4), 380-388. <http://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-607-en.html>
- Beasley, C. C., & Ager, R. (2019). Emotionally Focused Couples Therapy: A Systematic Review of Its Effectiveness over the past 19 Years. *Journal of Evidence-Based Social Work*, 16(2), 144-159. <https://doi.org/10.1080/23761407.2018.1563013>
- Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2010). Parent-child attachment and internalizing symptoms in childhood and adolescence: A review of empirical findings and future directions. *Development and Psychopathology*, 22(1), 177-203. <https://doi.org/10.1017/S0954579409990344>
- Cassibba, R., van Ijzendoorn, M. H., & Coppola, G. (2013). Emotional availability and attachment across generations: Variations in patterns associated with infant health risk status. *Child: Care, Health and Development*, 39(4), 538-544. <https://doi.org/10.1111/cch.12051>
- Coan, J. A., Schaefer, H. S., & Davidson, R. J. (2006). Lending a hand: Social regulation of the neural response to threat. *Psychological Science*, 17(12), 1032-1039. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2006.01832.x>
- Colonnese, C., Draijer, E. M., Stams, G. J. J. M., Van der Bruggen, C. O., Bögels, S. M., & Noom, M. J. (2011). The relation between insecure attachment and child anxiety: A meta-analytic review. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 40(4), 630-645. <https://doi.org/10.1080/15374416.2011.581623>
- Compton, S. N., Walkup, J. T., Albano, A. M., Piacentini, J. C., Birmaher, B., Sherrill, J. T., & March, J. S. (2010). Child/Adolescent Anxiety Multimodal Study (CAMS): Rationale, design, and methods. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 4(1), 1-15. <https://doi.org/10.1186/1753-2000-4-1>
- Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2019). Enhancing parenting effectiveness, fathers' involvement, couple relationship quality, and children's development: Breaking down silos in family policy and programming. *Journal of Family Theory & Review*, 11(1), 92-111. <https://doi.org/10.1111/jftr.12301>
- Diamond, G., Russon, J., & Levy, S. (2016). Attachment-based family therapy: A review of the empirical support. *Family Process*, 55(3), 595-610. <https://doi.org/10.1111/famp.12241>