



## تبیین تجارب رفتاری و مقابله‌های روان‌شناختی زنان قربانی رابطه فرازناشویی: یک تحقیق کیفی

### Explaining the Behavioral Experiences and Psychological Coping of Women Who Are Victims of an Extramarital Relationship: A Qualitative Study

Mohammadhasan Asayesh  
Elahe Golpasha  
Fahimeh Bahonar

محمدحسن آسایش\*  
الهه گلپاشا\*\*  
فهیمة باهنر\*\*\*

#### Abstract

The purpose of this study was to identify the behavioral experiences and psychological coping of women who were victims of an extramarital affair. The method of the study was applied and qualitative phenomenological. The population of this study included women who were victims of marital infidelity in Tehran in 2016. The sampling was purposefully continued until saturation and finally 18 female victims were selected and participants were interviewed in depth. Colaizzi content analysis method was used to analyze the data. The data analysis resulted in the identification of 2 main themes, 8 subthemes, and 38 basic concepts. The main themes of coping and adaptive behavioral responses include 1) relying on hobbies and favorite activities, 2) adapting to spouse, 3) seeking treatment and counseling, 4) companionship, 5) trying to change existing conditions, and 6) worship and praying. The main themes of maladaptive behaviors and responses include: 1) confrontations and maladaptive behavioral responses that focus on self and 2) confrontations and maladaptive behavioral responses that focus on spouse. Overall, the results of this study showed that the experiences of women who were victims of marital infidelity have behavioral consequences and hard and sometimes growth-oriented coping.

**Keywords:** Behavioral Explaining, Copings, Women, Marital Infidelity.

#### چکیده

این پژوهش با هدف شناسایی تجارب رفتاری و مقابله‌های روان‌شناختی زنان قربانی رابطه فرازناشویی انجام شده است. روش پژوهش حاضر کاربردی و از نوع کیفی پدیدارشناسی است. جامعه آماری پژوهش شامل زنان قربانی خیانت زناشویی شهر تهران در سال ۱۳۹۵ است. نمونه‌گیری به صورت هدفمند انجام گرفت و تا مرز اشباع و در نهایت انتخاب ۱۸ زن قربانی یافت و با شرکت‌کنندگان مصاحبه‌های عمیق صورت گرفت. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش تحلیل مضمون کلاسیک استفاده شد که به شناسایی ۲ مضمون اصلی، ۸ مضمون فرعی و ۳۸ مفهوم اولیه انجامید. مضمون اصلی مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری سازگاران عبارت‌اند از: ۱. تمسک به سرگرمی و فعالیت‌های مورد علاقه، ۲. سازگاری با همسر، ۳. کمک‌گرفتن از درمان و مشاوره، ۴. مصاحبت، ۵. تغییر شرایط موجود، ۶. عبادت و مناجات. مضمون اصلی مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری ناسازگاران شامل ۱. مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری ناسازگاران معطوف به خود و ۲. مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری ناسازگاران معطوف به همسر می‌شود. در مجموع نتایج این پژوهش نشان داد تجربه زنان قربانی خیانت زناشویی دارای پیامدهای رفتاری و مقابله‌ای سخت و ناگوار و بعضاً رشدمحور است.

**واژه‌های کلیدی:** تجارب رفتاری، مقابله‌ها، زنان، خیانت زناشویی.

\* استادیار بخش تخصصی مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

\*\* دانشجوی دکتری مشاوره پردیس ارس، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران، تهران، ایران

\*\*\* نویسنده مسئول؛ دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

## مقدمه

خیانت زناشویی<sup>۱</sup> یا رابطه فرازناشویی<sup>۲</sup> امری نگران‌کننده برای زوجها و پدیده‌ای مهم برای درمانگران خانواده خانواده است (باتابیال، ۲۰۱۷؛ براون، ۲۰۰۱؛ شانین، ۲۰۱۵؛ گیتار و همکاران، ۲۰۱۶). خیانت یا عهدشکنی زناشویی را نوعی رابطه جنسی، عاطفی یا عاطفی-جنسی با فردی غیر از همسر می‌داند که ویژگی اصلی آن رازگونه بودن آن است (براون، ۲۰۰۱). هیتر (۲۰۲۰) خیانت را حتی شامل فکر کردن به نفر سوم خارج از رابطه زناشویی می‌داند و به نظر او خیانت فقط به معنای خیانت عاطفی و جنسی نیست. متأسفانه در زمینه بحران روابط فرازناشویی و مسائل مربوطه هیچ آمار واقعی در دست نیست (فان و لیو، ۲۰۰۴) که شاید ترس از بی‌آبرویی و محافظه‌کاری افراد، یکی از عوامل آن باشد. عوامل دیگری مثل روش‌های گوناگون تحقیق و ابزارهای اندازه‌گیری و نحوه اجرای تحقیق در برآورد دقیق آمار خیانت اثر می‌گذارد. براساس یکی از معتبرترین مطالعات انجام‌شده که به بررسی ۵۰ مطالعه به‌صورت فراتحلیلی در زمینه خیانت جنسی پرداخته است، ۳۴ درصد از مردان و ۲۴ درصد از زنان در فعالیت‌های جنسی خارج از ازدواج مشغول‌اند (لدبتر، ۲۰۱۵). مردان بیشتر از زنان مرتکب خیانت زناشویی می‌شوند (میلار، ۲۰۱۷). مطابق گزارش سازمان بهداشت جهانی<sup>۳</sup> (۲۰۱۵) شمار مردانی که درگیر خیانت هستند، بیشتر از زنان ذکر شده است (کیریوا و دیزیمیری، ۲۰۱۵). در مطالعات اخیر با نمونه‌های انتخابی وسیع تقریباً ۲۲ تا ۲۵ درصد مردان و ۱۱ تا ۱۵ درصد زنان در ایالات متحده آمریکا گزارش دادند که حداقل یک بار خارج از چارچوب رابطه زناشویی‌شان رابطه جنسی داشته‌اند و بدین ترتیب مردان دو برابر زنان به رابطه جنسی نامشروع روی می‌آورند (هریس، ۲۰۱۸). در جامعه ایران درصد شیوع این مسئله مشخص نیست، ولی آنچه از تحقیقات علمی برمی‌آید نشان‌دهنده رواج خیانت زناشویی و افزایش آمار آن است (نوابی و محمدی آریا، ۱۳۹۴).

درمورد علل خیانت تحقیقات زیادی انجام شده که عوامل مختلفی را در این زمینه مؤثر می‌دانند و بنابراین نمی‌توان تنها به یک عامل اشاره کرد (آسایش، ۱۳۹۶). فایف، استوارت و هاوکینس (۲۰۲۰) در مطالعه رابطه بین نگرش‌های جنسی<sup>۴</sup> و پیش‌بینی خیانت‌های زناشویی نشان دادند تنوع‌طلبی جنسی<sup>۵</sup>، عزت‌نفس کم<sup>۶</sup>، نداشتن پایبندی مذهبی و معنوی، دلبستگی ناایمن<sup>۷</sup> و خودتنظیمی ضعیف<sup>۸</sup> از علل خیانت‌های زناشویی در بسیاری از زوجین است و این علل به اختلال در رفتار و هیجانات افراد منجر می‌شود. در یکی دیگر از جدیدترین پژوهش‌ها، دل‌زدگی زناشویی<sup>۹</sup> و سرخوردگی را علت اصلی خیانت زناشویی عنوان

- 
1. infidelity
  2. extramarital relationship
  3. World Health Organization (WHO)
  4. sexual attitudes
  5. sexual diversity
  6. low self-esteem
  7. insecure attachment
  8. low self-regulation
  9. marital boredom

عنوان کرده‌اند (ولنتو، دی‌موراس و وارلا، ۲۰۲۰). شروت و ویگل (۲۰۲۰) نیز پژوهشی با عنوان مقابله با پیمان‌شکنی‌های زناشویی با نقش تعدیل‌گر عزت‌نفس انجام دادند. نتایج نشان داد یکی از دلایلی که زوجین به زندگی تعهد ندارند، داشتن عزت‌نفس اندک است. همچنین خیانت زناشویی تأثیر مستقیمی بر کاهش عزت‌نفس افراد دارد.

کشف و افشای خیانت، اختلالات متعددی در کارکردهای رفتاری و هیجانی زوجین به‌وجود می‌آورد (بوکوم، اشنايدر و گوردون، ۲۰۰۹). بهومیک (۲۰۲۰) خیانت را یکی از چالش‌برانگیزترین و عاطفی‌ترین مسائل برای درمان زوج می‌داند. وقتی زن و شوهر به‌دلیل خیانت به مراکز مشاوره مراجعه می‌کنند، اعتمادبه‌نفس آنان به‌شدت دچار مشکل شده و درگیری‌های عاطفی، رابطه‌ای، خانوادگی، رفتاری و ساختاری زیادی دارند (آسایش، ۱۳۹۶). همچنین نتایج پژوهش‌ها حاکی از آن است که پس از افشای خیانت همسر، خانواده‌ها با مسائلی نظیر بحران زناشویی، تضعیف عملکرد در نقش والدینی و مشکلات شغلی دست‌به‌گریبان هستند (باتیبال، ۲۰۱۷). احساس گناه و انتقام‌جویی (لوین، ۲۰۰۵؛ آسایش، ۱۳۹۶)، سردرگمی، آسیب‌دیدن عزت‌نفس در مسائل شخصی و جنسی (استفانو و اولا، ۲۰۰۸)، ضرب‌و‌شتم، قتل همسر، اقدام به خودکشی (شکل‌فورد، باس و ویک‌شاکلفورد، ۲۰۰۳؛ یوان و ویزر، ۲۰۱۹)، فروپاشی هویت فردی، اجتماعی و معنوی (وینک و کریون، ۲۰۰۳) از پیامدهای مخرب خیانت زناشویی است. خیانت زناشویی همچنین موجب بروز احساس تردید، و تخریب باورهای ارتباطی می‌شود (اوکی، ۲۰۱۸). آسایش (۱۳۹۶) در تحقیقی کیفی به این نتیجه رسید که خیانت زناشویی آثار عاطفی و هیجانی مختلف و بعضاً مشابهی در قربانیان دارد. احساس تنفر، احساس سنگدلی و قساوت قلب، احساس آسیب‌پذیری، آشفتگی هیجانی، احساس ترس و اضطراب و احساس کرختی و سردی از جمله آثار عهدشکنی زناشویی است. سایر پژوهش‌ها نیز نشان دادند آسیب‌های ناشی از خیانت زناشویی به واکنش‌های پریشانی، سرزنش خود، خشم و کاهش اعتمادبه‌نفس می‌انجامد (گوردون و میتچل، ۲۰۲۰). همچنین همسران آسیب‌دیده از خیانت زناشویی به‌دلیل داشتن نشخوار فکری، به جدایی و فاصله‌گرفتن از همسر اقدام می‌کنند (داراب، بهرامی و اعتمادی، ۲۰۲۰) و در زمینه عملکرد اجتماعی احساس ناامنی دارند (تیم و هرتلین، ۲۰۲۰). به‌طور کلی می‌توان گفت مطابق پژوهش‌ها، پیامدهای زیان‌بار خیانت می‌تواند برای مدت طولانی و شاید برای همیشه ادامه یابد، مگر اینکه زوجین درمان مناسبی دریافت کنند (جین‌فریو، جوریچ و مونگ، ۲۰۱۴). این موضوع سبب شده است تا تحقیقات به بررسی ابعاد مختلف روابط فرازناشویی به‌صورت کیفی و عمیق، عوامل مؤثر بر آن و ارائه مقابله‌های سازگار بپردازند (گاریبسنسکی، گالدستون، نیکولوا و اولسون، ۲۰۲۰). در نگاه انتقادی به این پژوهش‌ها می‌توان اذعان داشت که واکنش‌های رفتاری زنان قربانی خیانت کمتر مورد پژوهش بوده و به‌نحوه به‌کارگیری مقابله‌های روان‌شناختی به‌خصوص در زنان قربانی خیانت زناشویی اشاره نشده است.

سبک‌های مقابله‌ای رفتارهایی هستند که افراد در هنگام واکنش به رویدادهای فشارآفرین یا به‌هنگام تجربه هیجان‌های شدید در پیش می‌گیرند (کیلوک، نیک و کارول، ۲۰۱۱). سبک‌های مقابله‌ای زوجین به رابطه زناشویی پیشین، چگونگی نمایان‌شدن خیانت و ویژگی‌های شخصیتی افراد وابسته است (فایف، ویکس

و گامبسیا، ۲۰۰۸). به نظر می‌رسد زانی که قربانی پیمان‌شکنی همسر می‌شوند، به علت شوک ناشی از این بحران، کنترل خود را از دست می‌دهند. در نتیجه بیشتر از سبک‌های مقابله‌ای ناکارآمد استفاده می‌کنند و سازگاری کمی دارند (تولایی، فلاح، عشقی و افشانی، ۱۳۹۷). زنان آسیب‌دیده، اعتماد خود را به شریک خیانتکار از دست می‌دهند و شریک زندگی را برای پاسخگویی به نیازهای خود در دسترس نمی‌دانند. چنین پیامدهای نامطلوبی می‌تواند برای مدت طولانی ادامه یابد و شاید برای همیشه سبب ایجاد مشکل در بخشودن شریک زندگی و ازسرگیری مبادلات عاطفی شود (دهقانی، اصلانی، امان‌اللهی و رجبی، ۲۰۲۰). باورهای مذهبی و معنوی و دیگر نظام‌های ارزشی، منابع خوبی برای مقابله به حساب می‌آیند. منابع مقابله‌ای مذهبی و معنوی به‌عنوان بعد انگیزشی مدنظر قرار می‌گیرد و ابعاد شناختی و نگرشی مقابله را در مواجهه با بحران تحت‌الشعاع قرار می‌دهد (خدایاری‌فرد و عابدینی، ۱۳۹۴). معنویت و سیستم‌های ارزشی همسران آسیب‌دیده عاملی برای مبارزه به‌منظور حفظ ازدواج (نایدو، ۲۰۱۳) و مدیریت هیجان و عقاید مذهبی عاملی برای سازگاری است (ونگ‌هومین، ۲۰۰۶). علاوه بر این، یکی از عوامل بسیار مهم در مسائل انسانی و واکنش به پدیده‌های اجتماعی، نقش فرهنگ است (مونچ، ۲۰۱۵). با بررسی فرهنگ‌های مختلف می‌توان دریافت رابطه‌ی خارج زناشویی در هر فرهنگی می‌تواند معنای متفاوت و در نتیجه آثار متفاوتی در حوزه‌های عاطفی، شناختی، معنوی، رفتاری، ارتباطی و روان‌تنی داشته باشد (آسایش، ۱۳۹۶).

با توجه به مطالب گفته‌شده و ماهیت پیچیده‌ی خیانت و همچنین تأثیرات فاجعه‌آمیز این پدیده بر بهداشت روان زنان قربانی خیانت زناشویی، نیاز به بررسی عمیق این پدیده بیشتر احساس می‌شود. از سوی دیگر، به دلیل مسائل فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی حاکم بر جامعه، بسیاری از همسران با وجود عوارض گفته‌شده، در روابط مشترک می‌مانند و با وجود آسیب‌های گذشته و روابط زناشویی خدشه‌دار شده، فعالیت‌های رفتاری مختلفی بروز می‌دهند. علاوه بر اهمیت و آثار رابطه‌ی فرازناشویی، چند عامل بسیار مهم دیگر سبب شکل‌گیری تحقیق حاضر شد. پژوهشگران درصدد بودند با انجام پژوهشی ادراک عمیقی از زوج‌ها در زمینه فاجعه‌ی رابطه‌ی فرازناشویی و آثار آن بر قربانیان و کشف واکنش‌های رفتاری و مقابله‌های آن‌ها به‌دست آورند، تا با استفاده از این یافته‌ها بتوانند زمینه‌ای برای تشخیص بهتر و نیز راهنمایی و تدوین مداخلات مشاوره‌ای در آینده فراهم آورند. از سوی دیگر آسیبی مثل رابطه‌ی فرازناشویی، در هر جامعه‌ای می‌تواند تا حدودی متفاوت با سایر جوامع باشد. از این‌رو لازم است تجارب چنین آسیبی با توجه به ویژگی‌های فرهنگی، انسانی و اجتماعی آن جامعه واکاوی شود. شرایط خاص فرهنگی، مذهبی و اجتماعی در ایران، مطالعه درباره‌ی این موضوع را ضروری می‌سازد. مطالعه‌ی عمیق کیفی درباره‌ی ارتباط با خیانت زناشویی و مقابله‌های قربانیان در برابر آن در بستر فرهنگ بومی امری است که کمتر مطالعه‌ای به آن پرداخته است؛ بنابراین نوآوری پژوهش حاضر از سه جنبه نظری، کاربردی و روش‌شناختی حائز اهمیت است. مشخص کردن عوامل مرتبط با تجارب رفتاری و مقابله‌های روان‌شناختی، و تبیین آن‌ها زمینه را برای پژوهش‌های آزمایشی در ادامه فراهم می‌کند. از سوی دیگر، افزایش آمار طلاق در ایران، مداخلات پیشگیرانه برای آشفته‌گی‌های زناشویی و کاهش آمار طلاق را ضروری می‌سازد و از آنجا که خیانت زناشویی یکی از علل طلاق است، شناخت عمیق این موضوع

به متخصصان حوزه خانواده و زوج‌درمانگران برای درمان کمک شایانی می‌کند. به همین جهت، در بحث آموزش، سازمان بهزیستی و دادگستری و سازمان ورزش و جوانان می‌توانند از نتایج این پژوهش بهره‌مند شوند. در زمینه پژوهش‌ها، دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی می‌توانند از نتایج و رهنمودهای این پژوهش به منظور دستیابی به نتایج پایاتر بهره‌مند شوند. افزون بر این، به لحاظ روش‌شناختی، تحقیق حاضر با استفاده از روش کیفی به کشف تجارب زنان قربانی در یک بستر بومی می‌پردازد. بدین ترتیب پژوهش حاضر از یک سو کمبودهای این حیطه را جبران می‌کند و از سوی دیگر راه‌های افزایش سلامت روابط زوجین را نشان می‌دهد. در این پژوهش با انجام یک مطالعه کیفی و ورود به دنیای پدیدارشناسی زنان قربانی رابطه فرازناشویی، به این مسئله پاسخ می‌دهیم که «تجارب و واکنش‌های رفتاری و مقابله‌های زنان قربانی رابطه فرازناشویی همسر چگونه است».

### روش پژوهش

این پژوهش با رویکردی کیفی<sup>۱</sup> و با روش پدیدارشناسی<sup>۲</sup> انجام شد. پدیدارشناسی یکی از روش‌های مهم در پژوهش کیفی است که می‌توان آن را بررسی جهان زندگی یا مطالعه تجربه زیسته تعریف کرد. در پدیدارشناسی، اساساً به آنچه توسط فرد زیسته می‌شود توجه می‌کنیم؛ زیرا پدیدارشناسی تلاش می‌کند معانی را آن‌طور که در زندگی تجربه می‌شود، نمایان کند (امامی سیگارودی، دهقان نیری، رهنورد و نوری سعید، ۱۳۹۱). به همین دلیل برای درک تجارب زیسته زنان قربانی خیانت زناشویی، روش پدیدارشناسی اتخاذ شد که به تشریح ساختار یا ماهیت تجارب زندگی و معنی‌بخشیدن به آن‌ها و توصیف دقیق پدیده‌ها از خلال تجارب زندگی روزمره می‌پردازد. هدف این روش، فهم ساختار اصلی پدیده‌های تجربه‌شده انسانی از طریق تحلیل و تجزیه توضیحات شفاهی تجربیات از زاویه دید مشارکت‌کنندگان است (انصاری، یارمحمدیان، یوسفی و یمانی، ۱۳۸۶).

جامعه آماری پژوهش حاضر را زنان قربانی روابط فرازناشویی شهرستان شمیرانات استان تهران در سال ۱۳۹۵ تشکیل می‌دهند. پس از گرفتن مجوزهای لازم، دریافت معرفی‌نامه از سازمان بهزیستی شمیرانات و هماهنگی با مسئولان مراکز کاهش طلاق، نمونه‌های مورد نظر از طریق روش نمونه‌گیری هدفمند<sup>۳</sup> انتخاب شدند. نمونه‌گیری هدفمند به منزله گزینش واحدهای مورد مطالعه با توجه به ملاک‌های معینی است که توسط پژوهشگر تعیین می‌شود (هومن، ۱۳۹۱). در این تحقیق، از نمونه‌گیری هدفمند (غیراحتمالی) از نوع ملاکی استفاده شد. در نمونه‌گیری ملاکی ضرورت دارد افراد براساس ملاک خاصی مانند داشتن تجربه یک پدیده خاص انتخاب شوند (بازرگان، ۱۳۹۹). در این پژوهش نیز شرکت‌کنندگان همگی دارای تجربه خیانت زناشویی از سوی همسر بودند. برای به حداقل رساندن ناهمگنی شرکت‌کنندگان در پژوهش، ملاک‌های ورود

- 
1. qualitative research
  2. phenomenology research
  3. purposive sampling

در نظر گرفته شد که این ملاک‌ها عبارت بودند از: ۱. تمایل به همکاری در پژوهش، ۲. جنسیت زن، ۳. سکونت در شهر تهران، ۴. نداشتن سابقه بیماری جسمانی و روانی مزمن، ۵. داشتن تجربه خیانت زناشویی. حجم نمونه تا اشیاع نظری ادامه یافت و نهایتاً ۱۸ نفر انتخاب شدند. اشیاع داده‌ها رویکردی در پژوهش کیفی برای تعیین کفایت نمونه‌گیری است و زمانی رخ می‌دهد که داده بیشتری که سبب توسعه، بزرگ‌تر شدن یا اضافه شدن به مفاهیم موجود شود، به پژوهش وارد نشود (برنز و گروف، ۲۰۱۵).

در این پژوهش، به منظور گردآوری داده‌ها از مصاحبه نیمه ساختاریافته<sup>۱</sup> محقق ساخته استفاده شد و محور اصلی سؤال‌های مصاحبه، کشف واکنش‌های رفتاری و مقابله‌های قربانیان رابطه فرازناشویی بود. این نوع مصاحبه که به مصاحبه پدیدارشناسی نیز شهرت دارد، نوع خاصی از مصاحبه جامع است که بر پایه روش نظری پدیدارشناسی قرار دارد و در آن، منبع اصلی اطلاعات، مصاحبه عمیق و ژرفی است که به صورت مشارکتی بین پژوهشگر و مصاحبه‌شونده انجام می‌گیرد (انصاری و همکاران، ۱۳۸۶). سؤالات اصلی مصاحبه براساس نظر چهار متخصص باتجربه و آگاه به موضوع در این زمینه توسط محققان ساخته و تهیه شد تا دارای روایی محتوایی<sup>۲</sup> کافی باشد و پس از تأیید روایی توسط متخصصان به کار گرفته شد. سؤالات مورد نظر به طور مستقیم و غیرمستقیم تجارب، آثار و واکنش‌های رفتاری و مقابله‌های زنان قربانی را بررسی کرد تا از طریق آن‌ها مسیر و جهت الگو مشخص شود. قبل از انجام مصاحبه، به شرکت‌کنندگان در مورد رعایت اصول اخلاقی پژوهش توضیحات لازم داده شد و پس از کسب رضایتشان، به آن‌ها درباره حق انصراف از مصاحبه و محرمانه بودن مشخصات در کل فرایند پژوهش اطمینان داده شد. همچنین در مورد ضبط مصاحبه از شرکت‌کنندگان اجازه گرفته شد.

مصاحبه‌ها با این سؤال کلی آغاز شد که «در برابر رابطه فرازناشویی همسر چه رفتارهایی از خود نشان دادید». در ادامه سؤالات دیگری طرح شد که برخی از آن‌ها عبارت‌اند از:

رابطه فرازناشویی چه اثراتی روی رفتارهای شما گذاشت؟

وقتی متوجه این اتفاق شدید، چه رفتارهایی با همسران انجام دادید؟

وقتی متوجه این اتفاق شدید، چه رفتارهایی با فرزندان‌تان داشتید؟

در برابر رابطه فرازناشویی همسر، چه مقابله‌ها و راهکارهایی برای مراقبت از خودتان انجام دادید؟

شرکت‌کنندگان به سؤالات پاسخ می‌دادند و براساس پاسخ‌های ارائه شده به سؤالات بعدی هدایت می‌شدند. سپس برای انجام تحلیل‌های بعدی، مصاحبه‌ها به دقت روی کاغذ نوشته شد. شایان ذکر است که برای محفوظ ماندن مشخصات آزمودنی‌ها، در گزارش نقل قول‌ها شرکت‌کنندگان شماره گذاری شدند. مصاحبه‌ها بین ۴۰ تا ۶۰ دقیقه متناسب با روایات، میزان تحمل و علاقه مشارکت‌کنندگان به طول انجامید. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش کلایزی<sup>۳</sup> استفاده شد که یکی از رویه‌های پرکاربرد تحلیل در

1. semi-structured interview

2. content validity

3. colaizzi method

تحقیقات پدیدارشناسی است (محمدپور، ۱۳۹۲). طبق این روش، پس از انجام مصاحبه، استخراج جملات مهم درباره پدیده مورد مطالعه، دادن مفاهیم خاص به جملات استخراج شده (فرمول‌بندی)، دسته‌بندی مفاهیم مشترک به دست‌آمده، رجوع به مطالب اصلی و مقایسه ایده‌ها و ترکیب آن‌ها، توصیف نهایی پدیده مورد مطالعه و درنهایت بازگردانی توصیف پدیده‌ها به مشارکت‌کنندگان در راستای معبرسازی نتایج انجام گرفت.

به‌منظور بررسی اعتبار و صحت داده‌های پژوهش، از چهار معیار قضاوت شامل اعتبار<sup>۱</sup>، انتقال‌پذیری<sup>۲</sup>، اطمینان‌پذیری<sup>۳</sup> و تأییدپذیری<sup>۴</sup> که توسط گوبا و لینکن (۱۹۹۴) پیشنهاد شده استفاده شد. برای تضمین اعتبار، درگیری مداوم با موضوع و داده‌های پژوهش وجود داشت. از نظرات استادان در ارتباط با روند انجام مصاحبه‌ها و تحلیل آن‌ها استفاده شد. برای بررسی اطمینان‌پذیری داده‌ها از نظرات همکاران متخصص استفاده شد و متن مصاحبه‌ها برای بررسی دقیق‌تر کدگذاری‌ها به همکاران ارائه شد. برای رسیدن به اصل انتقال‌پذیری، از زنان در سطوح مختلف شغلی، اجتماعی و فرهنگی استفاده کردیم. افزون بر این، برای تأمین تأییدپذیری سعی شد پژوهشگران قضاوت‌ها و سوگیری‌های خود را تا حد امکان در کار دخالت ندهند و با ثبت همه مراحل انجام کار و داده‌های حاصل و حفظ مستندات در تمام مراحل پژوهش، به قابلیت تعمیم این پژوهش کمک کنند.

## یافته‌ها

نمونه پژوهش حاضر ۱۸ نفر از زنان قربانی بودند و اطلاعات جمعیت‌شناختی آن‌ها در جدول ۱ آمده است. همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، ۱۸ زن در بازه سنی ۲۲-۶۴ سال در پژوهش حاضر شرکت کردند. از بین ۱۸ شرکت‌کننده، ۴ نفر (۲۲ درصد) در بازه سنی ۲۰-۲۹ سال، ۶ نفر (۳۳ درصد) در بازه سنی ۳۰-۳۹ سال، ۵ نفر (۲۸ درصد) در بازه سنی ۴۰-۴۹ سال و ۳ نفر (۱۷ درصد) در بازه سنی ۵۰ به بالا قرار داشتند. همچنین میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۳۸/۱۶ سال بود. در جدول ۲ تجارب رفتاری و مقابله‌های روان‌شناختی زنان قربانی روابط فرازناشویی همسر ارائه شده است.

جدول ۱. مشخصات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان

شرکت‌کننده	سن	تحصیلات	شغل	مدت ازدواج	تعداد فرزند
۱	۶۴	فوق‌دیپلم	معلم بازنشسته	۴۰	۲
۲	۳۸	لیسانس	خانه‌دار	۱۰	۲
۳	۳۲	لیسانس	کارمند	۵	-
۴	۳۲	دیپلم	خانه‌دار	۱۳	۲

1. credibility
2. transferability
3. dependability
4. confirmability

ادامه جدول ۱. مشخصات جمعیت شناختی شرکت کنندگان

شرکت کننده	سن	تحصیلات	شغل	مدت ازدواج	تعداد فرزند
۵	۴۵	لیسانس	کارمند	۱۹	۲
۶	۲۷	فوق لیسانس	خانه‌دار	۷	-
۷	۵۰	دیپلم	خانه‌دار	۲۸	۲
۸	۳۶	لیسانس	خانه‌دار	۷	-
۹	۴۴	فوق لیسانس	کارمند بهزیستی	۳	-
۱۰	۳۴	لیسانس	مثنی	۱	-
۱۱	۵۰	فوق دیپلم	معلم	۲۸	۲
۱۲	۲۵	فوق دیپلم	خانه دارد	۳	-
۱۳	۴۰	لیسانس	کارمند	۱۰	۲
۱۴	۲۲	لیسانس	خانه‌دار	۱	-
۱۵	۲۴	فوق دیپلم	دانشجو	۳	-
۱۶	۴۹	لیسانس	فروشنده	۱۵	۲
۱۷	۳۵	دانشجوی دکتری	خانه‌دار	۳	-
۱۸	۴۰	دیپلم	آزاد	۱۹	۱

جدول ۲. تجارب رفتاری و مقابله‌های زنان قربانی روابط فرازناشویی

طبقات	زیر طبقات	کدها	فراوانی
		شوک	۶
		انکار	۳
		بی‌خیالی	۱
		خودزنی و خودکشی	۳
		گریه و زاری	۵
		همسرآزاری	۵
		اجتناب از رابطه جنسی	۴
		طعن‌زدن	۲
		پنهان‌گیری	۲
		تهدید همسر	۳
		کنترل‌گری بر همسر	۳
		قهر کردن	۶
		انتقام	۲
		شکایت به خانواده همسر	۳
		وارسی همسر	۴
		سرگرم کار	۱
		انجام فعالیت‌های ورزشی	۲
		انجام فعالیت‌های هنری	۲
		انجام فعالیت‌های ادبی	۲
		مطالعه	۳
		خرید	۲
		قدم‌زدن	۲

مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری  
ناسازگارانه معطوف به خودمقابله‌ها و  
واکنش‌های  
رفتاری  
ناسازگارانهمقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری  
ناسازگارانه معطوف به همسرمقابله‌ها و  
واکنش‌های  
رفتاری  
سازگارانهتمسک به سرگرمی و فعالیت‌های  
مورد علاقه



ادامه جدول ۲. تجارب رفتاری و مقابله‌های زنان قربانی روابط فرازنشویی

طبقات	زیرطبقات	کدها	فراوانی
		خودآرایی	۲
		برقراری رابطه جنسی	۲
		پرهیز از مؤاخذه‌گری	۱
	سازگاری با همسر	گذشت	۲
		چسبندگی به همسر	۲
		مراقبت از همسر	۱
مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری سازگارانه	کمک‌گرفتن از درمان و مشاوره	دارودرمانی	۳
		مراجعه به روان‌شناس و مشاور	۳
		مصاحبت با یک همدم	۹
	مصاحبت	مصاحبت با خدا	۸
		مصاحبت با همسر	۶
		مصاحبت با رقیب	۲
	تغییر شرایط موجود	نقل مکان	۱
		اقدام برای تغییر شرایط کاری همسر	۲
	عبادت و مناجات	دعا و استمداد از خدا	۳
		ادای مناسک دینی	۵

همان‌طور که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود، تجزیه و تحلیل داده‌ها درخصوص واکنش‌های رفتاری و مقابله‌های زنان قربانی خیانت زناشویی، به تولید ۲ مضمون اصلی، ۸ مضمون فرعی و ۳۸ مفهوم اولیه منجر شد. مضمون واکنش‌های رفتاری سازگارانه عبارت‌اند از: تمسک به سرگرمی و فعالیت‌های مورد علاقه، سازگاری با همسر، استمداد به درمان و مشاوره، مصاحبت، اقدام به تغییر شرایط موجود و عبادت و مناجات. واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه نیز عبارت‌اند از: واکنش‌های رفتاری معطوف به خود و مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری معطوف به همسر. در ادامه به معرفی بیشتر مضامین اصلی پرداخته شده است.

### مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه

منظور از واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه واکنش‌هایی است که قربانیان رابطه فرازنشویی همسر به صورت هیجانی و حتی آسیب‌زا از خود بروز داده‌اند. این موارد شامل مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه معطوف به خود و مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه معطوف به همسر است که در ادامه توضیح داده شده است.

### مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه معطوف به خود

برخی از قربانیان خیانت زناشویی پس از کشف خیانت دچار واکنش‌های منفی رفتاری درون‌فردی مختلفی شدند. شوک روانی، انکار، بی‌خیالی، گریه، خودزنی و خودکشی از جمله این واکنش‌ها بود. در این زمینه دو

نفر از شرکت‌کنندگان عنوان کردند:

«خیلی شوکه بودم. دستم می‌لرزید، نمی‌تونستم سرپا و ایسم و نشستم. شروع کردم به گریه، خیلی گریه کردم.» (شرکت‌کننده ۶)

«وقتی بهم گفت می‌خوامش و دوستش دارم، توی ماشین در حال حرکت بودیم. در ماشین رو باز کردم که خودمو بندازم که ماشین رو خیلی بد نگه داشت. نزدیک بود چپ کنیم.» (شرکت‌کننده ۹)

### **مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه معطوف به همسر**

تعدادی از زنان قربانی خیانت زناشویی به واکنش‌های رفتاری مختلفی دست زدند که برخی معطوف به همسر بود، از جمله: همسرآزاری، اجتناب از رابطه جنسی با همسر، طعنه، تهدید همسر، کنترل‌گری بر همسر، قهرکردن، انتقام، شکایت به خانواده همسر و واریسی همسر. در این زمینه دو نفر از شرکت‌کنندگان عنوان کردند:

«قبول کردن این قضیه بسیار برایم سخت بود. سعی می‌کردم همه‌ش انکار کنم. بعدش رفت‌وآمدها و گوشه‌های همسرم رو چک می‌کردم. می‌خواستم انتقام بگیرم.» (شرکت‌کننده ۱۰)

«حتی اگر به خاطر مسائل جنسی هم بیاد سراغم مثل حیوون می‌بینم و حسی ندارم بهش. خوشم نمی‌آد و می‌گم بذار ۲۰ دقیقه حیوون باشیم.» (شرکت‌کننده ۱۸)

### **مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری سازگارانه**

منظور از واکنش‌های رفتاری سازگارانه واکنش‌هایی است که قربانیان رابطه فرازناشویی همسر، از طریق آن برای کنارآمدن با آسیب، روی‌برگرداندن، بهبود حال خود یا بهبود رابطه با همسر انجام می‌دهند. این موارد عبارت‌اند از: تمسک به سرگرمی و فعالیت‌های مورد علاقه، رفتار سازگارانه با همسر، استمداد به درمان و مشاوره، مصاحبت، اقدام به تغییر شرایط موجود و عبادت و مناجات.

### **تمسک به سرگرمی و فعالیت‌های مورد علاقه**

تعدادی از شرکت‌کنندگان بعد از افشای خیانت زناشویی شروع به انجام اعمالی کردند که احساسات مفید و ارزشمندی را در خود ایجاد کنند، یا با موضوع کنار بیایند و از درد موضوع روی برگردانند. برخی از آن‌ها به فعالیت‌های ورزشی، هنری، ادبی، مطالعه، خرید و قدم‌زدن پرداختند. در این زمینه دو نفر از شرکت‌کنندگان عنوان کردند:

«یه وقت‌هایی شعر می‌گم، موسیقی کار می‌کنم، بیشتر خاطراتم رو می‌نویسم... . خیلی وقت‌ها از خونه بیرون می‌زنم تا حالم عوض بشه.» (شرکت‌کننده ۱۵)

«روی عکس متن می‌نوشتم و آروم می‌شدم یا موسیقی گوش می‌دادم.» (شرکت‌کننده ۱۴)

**رفتار سازگارانه با همسر**

تجزیه و تحلیل مصاحبه‌ها نشان داد برخی از قربانیان سعی می‌کردند نسبت به شریک خود انعطاف‌پذیری نشان دهند تا او را برای خود نگه دارند. در مجموع این مضمون شامل خودآرایی، برقراری رابطه جنسی، پرهیز از مؤاخذه‌گری، گذشت، چسبندگی به همسر و مراقبت و پرستاری از همسر. زنان قربانی، علل سازگاری خود را سازگاری به‌خاطر فرار از تنهایی، سازگاری به‌خاطر فرزندان و سازگاری به‌خاطر رقابت با رقیب یا حفظ آبرو می‌دانستند. در این زمینه، دو نفر از شرکت‌کنندگان عنوان کردند:

«هر روز می‌رفتم آرایشگاه، لباس‌های مختلف می‌پوشیدم. باهاش رابطه جنسی برقرار می‌کردم تا نره پیش اون. همیشه سعی می‌کردم کنارش باشم تا بودن منو حس کنه.» (شرکت‌کننده ۹)

«نمی‌خوام توی زندگی تنها بمونم. توی زندگی مشکل وجود داره و باید صبور بود، نباید شونه خالی کردم... به نظرم اومد که باید انرژی‌مو جمع کنم، عزمم رو جزم کنم. می‌خوام رانندگی یاد بگیرم، ماشین داشته باشم و رفت‌وآمد کنم. مستقل‌تر و قوی‌تر باشم.» (شرکت‌کننده ۱۷)

**کمک‌گرفتن از درمان و مشاوره**

بعضی از شرکت‌کنندگان تلاش کرده‌اند با مراجعه به درمانگر و مشاور تا حدی مشکل خود را حل کنند. برخی دیگر برای گرفتن دارو به روان‌پزشک مراجعه کرده‌اند. در این زمینه دو نفر از شرکت‌کنندگان گفتند:

«رفتم پیش دکتر روان‌پزشک بهم دارو داد. داروها به من نمی‌ساخت و بدتر شدم. از مشاور کمک گرفتم. نوشتن وقایع آروم می‌کرد. حتی کلاس‌های TA هم رفتم که خیلی کمکم کرد.» (شرکت‌کننده ۱۰)

«من خیلی به مشاوره عقیده دارم. تخلیه روانی می‌شدم، هرچند که راهکار درستی ارائه نکنه. ولی می‌دونم یکی که تخصص داره می‌تونه کمک کنه.» (شرکت‌کننده ۱)

**مصاحبت**

صحبت و همراهی با یک همدم و دوست، با خدا، مشاور، همسر و صحبت با رقیب خود از جمله دیگر رفتارهای سازگارانه زنان قربانی خیانت زناشویی بود که برخی از آنها به آرامش او و برخی نیز برای حل مشکل انجام می‌شد. در این زمینه دو نفر از شرکت‌کنندگان عنوان کردند:

«با همسر صحبت کردم که این کار رو نکنه. خیلی تلاش می‌کردم. حتی با اون طرف هم صحبت کردم و گفتم شوهرم رو دوست دارم و ره‌اش کن.» (شرکت‌کننده ۱۵)

«من با اون زنه تماس گرفتم. گفتم دست از سر شوهر من بردار. پول می‌خوای شماره حسابتو به من بده بریزم به حسابت.» (شرکت‌کننده ۱۸)

**اقدام به تغییر شرایط موجود**

نقل مکان کردن و تغییر شرایط کاری همسر نیز از جمله تلاش‌های مفید زنان قربانی برای تغییر شرایط بود.

در این زمینه دو نفر از شرکت‌کنندگان عنوان کردند:

«وسایل خونه رو جمع کردم و دنبال خونه جدید برای ادامه زندگی بودم.» (شرکت‌کننده ۱۵)  
 «به همسرم گفتم شیفت کاریش رو عوض کنه و عوض کرد.» (شرکت‌کننده ۸)

### عبادت و مناجات

تعدادی از شرکت‌کنندگان در بعد اعمال دینی و مذهبی رفتارهای سازگارانه داشتند. دعا و طلب کمک از خدا و ادای مناسک دینی از جمله این واکنش‌ها بود. در این زمینه دو نفر از شرکت‌کنندگان عنوان کردند:

«دعا می‌کنم اون زن از زندگی بیرون بره. چشم‌های شوهرم باز بشه و به سمت گناه نره.» (شرکت‌کننده ۷)

«با خدا صحبت کردم که حق من تو زندگی این نبود. گفتم چه قدر بی تفاوت شده.» (شرکت‌کننده ۳)

### بحث و نتیجه‌گیری

روابط فرازناشویی نه تنها موجب آشفتگی و ازهم‌پاشیدن زندگی خانوادگی می‌شود، بلکه حکایت از واکنش‌های رفتاری متفاوتی دارد. چنان که یافته‌های پژوهش حاضر در خصوص واکنش‌های رفتاری و مقابله‌های زنان قربانی خیانت زناشویی، به تولید ۲ مضمون اصلی، ۸ مضمون فرعی و ۳۸ مفهوم اولیه منجر شد. مضمون واکنش‌های رفتاری سازگارانه شامل تمسک به سرگرمی و فعالیت‌های مورد علاقه، سازگاری با همسر، کمک‌گرفتن از درمان و مشاوره، مصاحبت، تغییر شرایط موجود و عبادت و مناجات است. واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه نیز شامل واکنش‌های رفتاری معطوف به خود و مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری معطوف به همسر می‌شود.

همان‌طور که یافته‌ها نشان داد، یکی از واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه، مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه معطوف به خود است. براساس مدل ولز و متیوز (۱۹۹۶) توجه معطوف به خود به علت عادت‌های پردازشی ناسازگارانه است و باید با تمریناتی تمرکز بر خود کاهش داده شود و کنترل منطف پردازش، افزایش یابد (ولز، ۲۰۰۷). لاسترمن (۱۹۹۸) معتقد است وقتی رویدادی ناگوار برای فردی اتفاق می‌افتد، احساس خوب و معقولی که به خود دارد، به احساسات منفی و واکنش‌های رفتاری نامناسب تبدیل می‌شود. در پژوهش حاضر توجه معطوف به خود به شوک، انکار، بی‌خیالی، خودزنی و خودکشی و گریه و زاری منجر شد. شوک و گریه و زاری واکنش‌هایی بودند که بیشترین فراوانی را داشتند. پژوهش صمدی کاشان، پورقناد و زمانی زارچی (۱۳۹۸) خیانت را پدیده‌ای دردناک و پیچیده دانستند که مشکلات متعددی از قبیل شوک، در فرد خیانت‌دیده به دنبال دارد. همچنین برند، مارکی، میلز و هودگز (۲۰۰۷) بیان کردند قربانیان خیانت علائم استرس پس از ضربه مانند شوک، سردرگمی و کاهش اعتمادبه‌نفس دارند.

مقابله‌ها و واکنش‌های رفتاری ناسازگارانه معطوف به همسر از دیگر واکنش‌های قربانیان خیانت زناشویی بود. واکنش‌های ناسازگارانه معطوف به همسر شامل قهرکردن و همسرآزاری نیز دارای بیشترین فراوانی

بودند. همسرآزاری یکی از انواع خشونت‌های خانگی و شامل هرگونه رفتاری است که به‌صورت عملی یا کلامی، توسط همسر صورت می‌گیرد (اندرسون و لیت، ۲۰۱۰). همسرآزاری می‌تواند زندگی زوجین را از زوایای مختلف تحت تأثیر قرار دهد، از جمله: کاهش اعتمادبه‌نفس و اختلال در روابط بین‌فردی و آشفتگی در زنان (آلن، سوآن و رقوان، ۲۰۰۹). علاوه بر همسرآزاری، گاهی قربانیان از سبک مقابله‌ای اجتنابی همچون قهرکردن و اجتناب از رابطه جنسی استفاده کردند. در سبک مقابله‌ای اجتنابی، فرد تلاش می‌کند از عامل استرس‌زا فاصله بگیرد (اسکینر و زیمرمن-گمیک، ۲۰۰۷). همچنین هرتلین (۲۰۱۱) عنوان کرد پس از افشای خیانت، فرد آسیب‌دیده از همسر از ارتباط با او اجتناب می‌کند و این، واکنش طبیعی به حوادث آسیب‌زا است.

تمسک به سرگرمی و فعالیت‌های مورد علاقه از جمله واکنش‌های رفتاری سازگارانه بود. این واکنش با نظریه کنترل اجتماعی<sup>۱</sup> هیرشی (۱۹۶۶) قابل تبیین است. براساس این نظریه، تصور این است که پیوند اجتماعی، شخص را با جامعه ارتباط می‌دهد. این پیوند چهار عنصر دارد: پیوستگی، التزام، مشغولیت و اعتقاد (فیوضات و حسینی‌نژاد، ۱۳۹۰)؛ بنابراین رفتارهای انحرافی زمانی رخ می‌دهد که تعلقات مرسوم اشخاص به جامعه (برای مثال تحصیلات و فعالیت‌های تفریحی) ضعیف شود یا از بین برود. بدین ترتیب یکی از عناصر کلیدی برای تقویت تعلق به جامعه، مشارکت در فعالیت‌های مرسوم است. به قول هیرشی، فردی ممکن است به حدی مشغول انجام کارهای مرسوم باشد که فرصتی برای انجام رفتارهای انحرافی پیدا نکند. بنا بر گفته هیرشی (۱۹۶۶) این فعالیت‌ها شامل تماشای فیلم، تفریحات، کار و ورزش است (علیوردی‌نیا و علیمردانی، ۱۳۹۵). امینی‌ها، فرحبخش و اسمعیلی (۱۳۹۴) به این نتیجه رسیدند که سرگرم‌شدن با کار و ورزش از جمله راهکارهای مورد استفاده برای مدیریت هیجانات منفی در مقابل خیانت زناشویی است.

در پژوهش حاضر، سازگاری با همسر نیز از موارد مطرح‌شده توسط قربانیان خیانت زناشویی بود. سازگاری به‌عملی اطلاق می‌شود که افراد براساس ظرفیت‌های مختلفی که دارند، در شرایط بحرانی از آن استفاده می‌کنند (سادوک، سادوک و روئیز، ۱۳۹۵). سازگاری با شرایط، یک سبک مقابله‌ای انحراف توجه است که به تلاش فرد برای کنارآمدن با موقعیتی استرس‌زا با جایگزین کردن یک فعالیت لذت‌بخش گفته می‌شود (تولایی و همکاران، ۱۳۹۷). زندگی‌پور و شفیع‌نیا (۱۳۸۹) در پژوهشی با عنوان «جایگاه بخشش در فرایند سازگاری با خیانت همسر»، فرایند سازگاری را امری مهم در جهت بخشش فرد خطاکار دانستند. در پژوهش تولایی و همکاران (۱۳۹۷) نیز این نتیجه به‌دست آمد که افراد قربانی خیانت زناشویی جهت تغییر توجه، به ظاهر و اندام خود رسیدگی می‌کنند و با تأمین نیازهای همسر و فرزندان سعی در کاهش فشار روانی واردشده و سازگاری دارند.

مصاحبت یکی دیگر از واکنش‌های رفتاری سازگارانه بود. طبق نظر لیگراند (۱۹۸۹) نیاز به داشتن همدم و حامی می‌تواند سوگ ناشی از این واقعه را برای فرد قابل‌پذیرش سازد. شیورانی، آزادفلاح، مرادی و

---

1. social control theory

اسکندری (۱۳۹۵) عنوان کردند قربانی خیانت تمایل دارد تا درد و رنجی را که متحمل شده است روایت کند و دیگران را در آن سهیم کند. همچنین فرد در فرایند رنجش، به بیان این احساسات برای دوستان و همکاران می‌پردازد (درختکار و آهنگرانی، ۱۳۹۵). یافته‌های این پژوهش با مطالعه آمینی‌ها، فرحبخش و اسمعیلی (۱۳۹۴) که صحبت کردن را به‌عنوان مدیریت هیجانات منفی در نظر گرفتند، همسو است.

استمداد به درمان و مشاوره یکی دیگر از رفتارهای سازگاران مشارکت‌کنندگان بود. از آنجا که قرن حاضر، قرن استرس و فشار روانی است، خدمات مشاوره‌ای یکی از ضرورت‌های زندگی امروزی است. افراد به دلیل درگیر بودن با زندگی روزمره، استرس مضاعفی را تحمل می‌کنند و بنابراین بیشتر در معرض آسیب قرار دارند (احمدی، ۱۳۸۲). بر این اساس، ارائه خدمات مشاوره‌ای در چنین جامعه‌ای و برای قشرهای مختلف ضرورت دارد. همچنین اعتقاد داشتند گشودگی به مشاوره و مراجعه مجدد به دلیل عوض شدن نگاه و کسب آرامش، توجه به نیازهای آنان و رازدار بودن مشاور است (احمدی، ۱۳۸۶). درمانگر با بررسی و کاوش شفاهی و همدلانه به تلخ‌ترین نکته‌های موجود در داستان‌های کلامی و غیرکلامی مراجع توجه می‌کند و با این کار می‌تواند تجربه‌های مراجع را عمیق‌تر و فراتر از توصیفات خود فرد درک کند و درمان صورت گیرد (گرینبرگ، الیوت و پاس، ۲۰۰۷). به‌طور کلی حمایت‌های همه‌جانبه و آموزش و یاری‌رسانی به افراد درگیر خیانت به آنان کمک می‌کند تا اهداف عالی‌تری را در زندگی خود تعریف کنند و انرژی خود را صرف فعالیت‌هایی هدفمند مانند کار، ورزش، فعالیت‌های هنری و اجتماعی کنند و در نتیجه از وضعیت روانی اجتماعی بهتری برخوردار شوند (صمدی کاشان، پورقناد و زمانی زارچی، ۱۳۹۸).

تغییر شرایط موجود از دیگر واکنش رفتاری بود که قربانیان با نقل مکان و اقدام برای تغییر شرایط کاری همسر نشان دادند. در این سبک مقابله‌ای، مشارکت فعالانه دو طرف و فعالیت‌هایی برای کاهش آسیب و بهبود رابطه انجام می‌گیرد (تولایی و همکاران، ۱۳۹۷). گاتمن و لوینسون (۲۰۰۰) سبک اعتباربخشی را معرفی کردند که در آن، زوجین به دنبال مشارکت با هم و حل تعارض هستند و با توجه به مسئله بهترین تصمیم را می‌گیرند. در همین راستا پژوهش کروگر، ریبنر، واسترلینگ، شوتر و کیم (۲۰۱۲) راهبردهای مقابله‌ای مشارکتی مانند تعویض مکان خانه و شغل را به‌منظور حل تعارض و برنامه‌ریزی برای اعتمادسازی و فرایند بخشش تأیید کرده‌اند.

یکی دیگر از واکنش‌های رفتاری سازگاران، عبادت و مناجات بود. تحقیقات نشان می‌دهد مذهب منبعی عاطفی است و انجام عبادت می‌تواند به‌عنوان عاملی برای تفسیر رویداد فشارزا یا یک مهارت مقابله‌ای فعال با محرک‌های فشارزا عمل کند (باکوم، اشنايدر و گوردون، ۲۰۰۹). آنو و واسکونسلس (۲۰۰۵) این یافته را تأیید کردند که راهکارهای مقابله‌ای مذهبی و دلبستگی به خدا، به‌عنوان یک کارکرد محافظتی و سازگاران برای فرد در برابر حوادث آسیب‌زا عمل می‌کند. فاتحی‌زاده، رحیمی و یوسفی (۲۰۱۶) در مقاله‌ای نشان دادند باورهای معنوی، همسر آسیب‌دیده را در مقابل عهدشکنی و نتایج آن مقاوم می‌کند و فعالیت‌هایی نظیر عبادت خداوند و حضور در مراسم مذهبی موجب ایجاد امید و کاهش تنش می‌شوند. مرسلی، موتابی و صادقی (۱۳۹۷) نیز نشان دادند باورهای دینی و مذهبی راهی برای بخشودگی در زنان قربانی خیانت

زناشویی هستند؛ بنابراین واکنش‌های معنوی قربانیان خیانت زناشویی بسته به درجه معنویت و نوع جهت‌گیری مذهبی آن‌ها متفاوت خواهد بود و توجه به بعد معنوی به‌عنوان یک راهبرد تشخیصی برای قربانیان خیانت زناشویی می‌تواند ایفای نقش کند (آسایش، فرحبخش، سلیمی بجزستانی و دلاور، ۱۳۹۷).

در مجموع نتایج این پژوهش نشان داد تجربه قربانیان خیانت زناشویی، دارای پیامدهای هیجانی سخت و ناگوار و بعضاً رشدمحوری است که در دو محور اصلی واکنش‌های رفتاری سازگارانه و واکنش‌های منفی سازگارانه دسته‌بندی شد. در مقاله حاضر سعی شد مجموعه واکنش‌های رفتاری مهم قربانیان خیانت مورد بررسی و بحث واقع شود که می‌تواند توسط روان‌شناسان، متخصصان سلامت روان مدنظر قرار گیرد. با اینکه این پژوهش از لحاظ زیربنای نظری دارای نوآوری بود، با محدودیت‌هایی نیز مواجه شد. اول آنکه این پژوهش درخصوص قربانیان زن خیانت زناشویی شهر تهران صورت گرفت؛ بنابراین نمی‌توان درخصوص تعمیم نتایج به سایر مناطق و شهرها اظهارنظر کرد. محدودیت دوم این است که با توجه به تحت‌فشاربودن قربانیان، کاهش انگیزه در همکاری دیده می‌شد. در پژوهش حاضر واکنش رفتاری و مقابله‌های زنان قربانی رابطه فرازناشویی مطالعه شد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی، واکنش‌های روان‌شناختی مردان قربانی این پدیده مطالعه شود. همچنین با توجه به اهمیت مشاوره پیش از طلاق برای زوج‌های قربانی رابطه فرازناشویی، پیشنهاد می‌شود مسئولان کلان سازمان بهزیستی و دیگر مراکز مشاوره‌ای در قالب طرح‌های توانمندسازی مشاوران برای تدوین پروتکل‌های مداخلاتی و برنامه‌های مشاوره‌ای، از این پژوهش به‌عنوان زمینه کار استفاده کنند، مشاوران را با الگوی پس‌آسیب آن‌ها و مقابله‌های قربانیان آشنا کنند و در جهت تشخیص مناسب و استفاده از آن در مراکز کاهش طلاق آموزش ببینند. امید است این مقاله رهیافتی برای آگاه‌سازی مشاوران، کادر درمانی و مسئولان بهداشت روانی باشد.

## منابع

- آسایش، م. ح. (۱۳۹۶). تدوین الگوی چندبعدی مشاوره پس‌آسیب و اثربخشی آن بر انصراف از طلاق، رضایت زناشویی و سلامت روان زوج‌های با سابقه بی‌وفایی همسر. رساله دکتری. دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی. دانشگاه علامه طباطبایی.
- آسایش، م. ح.، فرحبخش، ک.، سلیمی بجزستانی، ح.، و دلاور، ع. (۱۳۹۷). شناسایی و تبیین تجارب و واکنش‌های معنوی زنان قربانی خیانت زناشویی: یک مطالعه پدیدارشناسی. *پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده*. ۶(۱۲)، ۷۳-۵۳.
- احمدی، خ. (۱۳۸۶). بررسی نیازهای خانواده‌ها به خدمات مشاوره‌ای. *فصلنامه مطالعات فرهنگی-دفاعی زنان*، ۳(۱۰)-۶۸-۹۱، (۱۱).
- احمدی، خ. (۱۳۸۲). بررسی عوامل مؤثر بر کاهش و افزایش سازگاری زوجین. دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، پژوهشکده طب رزمی. مرکز تحقیقات علوم رفتاری، پژوهش. ۸۵-۸۲.
- امامی سیگارودی، ع.، دهقان نیری، ن.، رهنورد، ز.، و نوری سعید، س. (۱۳۹۱). روش‌شناسی تحقیق کیفی:

- پدیدارشناسی. *مجله پرستاری و مامایی جامع‌نگر*. ۶۱(۲)، ۵۶-۶۳.
- امینی‌ها، آ.، فرحبخش، ک.، و اسمعیلی، م. (۱۳۹۴). تفحص کیفی در واکنش همسران به افشای خیانت زناشویی. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*. ۵(۳)، ۹۲-۷۲.
- انصاری، م.، یارمحمدیان، م.، یوسفی، ع.، و یمانی، ن. (۱۳۸۶). مقدمات روش تحقیق کیفی: راه و روش نظریه‌پردازی در علوم انسانی و بهداشت و درمان. اصفهان: نشر دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان اصفهان.
- بازرگان، ع. (۱۳۹۹). مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق کیفی و آمیخته: رویکردهای متداول در علوم رفتاری. تهران: دیدار.
- تولایی، م.، فلاح، م. ح.، عشقی، ر.، و افشانی، ع. (۱۳۹۷). سبک‌های مقابله‌ای زنان آسیب‌دیده از عهدشکنی همسر: یک مطالعه کیفی. *مجله دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*. ۱۹(۴)، ۸۱-۶۶.
- خدایاری‌فرد، م.، و عابدینی، ی. (۱۳۹۴). نظریه‌ها و اصول خانواده‌درمانی با تأکید بر رویکردهای نوین درمان شناختی-رفتاری و معنوی-مذهبی. تهران: دانشگاه تهران.
- درختکار، ع.، و آهنگرانی، م. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش بخشایش در میزان احترام به همسر و رضایت زناشویی در زنان دچار مشکلات زناشویی. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*. ۲۳(۱)، ۳۸-۳۰.
- زند‌پور، ط. و شفیع‌نیا، ا. (۱۳۸۹). جایگاه بخشش در فرایند سازگاری با خیانت همسر و اندیشه‌های اسلامی. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*. ۱(۳)، ۱۲۴-۱۰۱.
- سادوک، ب.، سادوک، و.، و روئیز، پ. (۱۳۹۵). خلاصه روان‌پزشکی کاپلان و سادوک. ترجمه مهدی گنجی. تهران: سالوان.
- شیورانی، م.، آزادفلاح، پ.، مرادی، ع.، و اسکندری، ح. (۱۳۹۵). درمان اختلال استرس پس از ضربه در زنان با تجربه خیانت همسر. *فصلنامه مطالعات روان‌شناسی بالینی*. ۷(۲۵)، ۸۵-۱۶.
- صمدی کاشان، س.، پورقناد، م.، و زمانی زارچی، م. ص. (۱۳۹۸). خیانت زناشویی: کاوشی در دیدگاه‌ها، عوامل و پیامدها. *فصلنامه رویش روان‌شناسی*. ۸(۴)، ۱۷۷-۱۶۵.
- فیوضات، ا.، و حسینی‌نژاد، م. (۱۳۹۰). *انحرافات اجتماعی*. تهران: پژوهش‌ها.
- علیوردی‌نیا، ا.، و علیمردانی، م. (۱۳۹۵). کاربست تجربی نظریه فعالیت‌های روزمره در بررسی رفتارهای انحرافی دانشجویان. *مجله جامعه‌شناسی کاربردی*. ۲۸(۶۷)، ۲۴-۱.
- محمدپور، ا. (۱۳۹۲). روش تحقیق کیفی ضد روش ۱. تهران: جامعه‌شناسان.
- مرسلی، ز.، موتابی، ف.، و صادقی، م. (۱۳۹۷). تجربه بخشودگی در زنان دچار خیانت زناشویی. *مجله علوم روان‌شناختی*. ۱۷(۷۰)، ۶۹۴-۶۸۳.
- نوابی، ج.، و محمدی‌آریا، ع. (۱۳۹۴). بررسی ارتباط طحوازه‌های اولیه ناسازگار با توجیه روابط فرازناشویی در میان افراد متأهل. *فصلنامه انجمن علمی پرستاری ایران*. ۳(۴)، ۲۷-۱۸.
- هومن، ح. ع. (۱۳۹۱). *راهنمای عملی پژوهش کیفی*. تهران: سمت.

## References

Allen, C. T., Swan, S. C., & Raghavan, C. (2009). Gender symmetry, sexism, and



- intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*. 24(11), 18-34.
- Anderson, M. L., & Leigh, I. W. (2010). Internal consistency and factor structure of the revised conflict tactics scales in a sample of deaf female college students. *Journal of Family Violence*. 25(5), 475-483.
- Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*. 61(4), 461-480.
- Batabyal, A. A. (2017). Marital infidelity: A game-theoretic analysis. *Journal of Quantitative Economics*. 20(1), 1-7.
- Baucom, D., H., D., K., Snyder, K., C., & Gordon, C. (2009). *Helping couples get past the affair: A clinician's guide*. New York: Guilford Press.
- Burns, N., & Grove, S. K. (2015). *Understanding nursing research-eBook: Building an evidence-based practice*. Texas: Elsevier Health Sciences.
- Bhowmik, M. (2020). A grounded theory investigation of the subjective responses from partners in couples where infidelity has occurred. *PhD Dissertation*. Faculty of Psychology, The City University of New York, America.
- Brand, R. J., Markey, C. M., Mills, A., & Hodges, S. D. (2007). Sex difference in self-reported infidelity and its correlates. *Journal of Sex Roles*. 57(1), 101-109.
- Brown, E. M. (2001). *Patterns of infidelity and their treatment*. New York: Routledge.
- Darab, M., Bahrami, F., & Etemadi, O. (2020). Sexual infidelity as an attachment injury in Iranian women: A qualitative study. *Journal of Divorce & Remarriage*. 61(6), 385-405.
- Dehghani, M., Aslani, K., Amanollahi, A., & Rajabi, G. (2020). The effectiveness of attachment injury resolution model (AIRM) on increasing trust among the injured women with marital infidelity: A case study approach. *The American Journal of Family Therapy*. 48(3), 1-15.
- Fan, C. S., & Lui, H. K. (2004). Extramarital affairs, marital satisfaction, and divorce: Evidence from Hong Kong. *Contemporary Economic Policy*. 22(4), 442-452.
- Fatehizadeh, M., Rahimi, A., & Yousefi, Z. (2016). The lived experiences of Iranian women, injured from their husbands' infidelity. *Models and Methods in Applied Sciences*. 10(4), 70-75.
- Fife, S. T., Stewart, C. M., & Hawkins, L. G. (2020). Family-of-origin, sexual attitudes, and perceptions of infidelity: A mediation analysis. *The American Journal of Family Therapy*. 48(2), 1-18.
- Fife, S. T., Weeks, G. R., & Gambescia, N. (2008). Treating Infidelity: An Integrative Approach. *The Family Journal*, 16(4), 316-323.
- Garbinsky, E. N., Gladstone, J. J., Nikolova, H., & Olson, J. G. (2020). Love, lies, and money: financial infidelity in romantic relationships. *Journal of Consumer Research*. 47(1), 1-24.
- Gordon, K. C., & Mitchell, E. A. (2020). Infidelity in the time of COVID19. *Family Process*. 59(3), 956-966
- 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.
- Greenberg, L. S., Elliott, R., & Pos, A. (2007). Special topic: Emotion-focused therapy. *European Psychotherapy*, 7(1), 87-93.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. *Handbook of qualitative research*, 2(163-194), 105.
- Guitar, A. E., Geher, G., Kruger, D. J., Garcia, J. R., Fisher, M. L., & Fitzgerald, C. J. (2016). Defining and distinguishing sexual and emotional infidelity. *Current Psychology*, 10(2), 1-13.
- Heather, A. A (2020). Attachment and attachment and perceived infidelity of military ed infidelity of military spouses during y spouses during active-duty members' deployment. *PhD Dissertation in Psychology*. Faculty of Psychology, Walden University, Washington, America.
- Harris, C. (2018). Characteristics of emotional and physical marital infidelity that predict divorce. *PhD Dissertation in Psychology*. Faculty of Psychology, Alliant International University, Alhambra, America.
- Hertlein, K. M. (2011). Therapeutic dilemmas in treating internet infidelity. *The American Journal of Family Therapy*, 39(2), 162-173.
- Hirshi, T. (1966). *Cause of delinquency*. Berkeley and Los Angeles: University of California Press.
- Jeanfreau, M., M., Jurich, A. P., & Mong, M. D. (2014). An examination of potential attractions of women's marital infidelity. *The American Journal of Family Therapy*, 42(1), 14-28.
- Kiluk, B. D., Nich, C., Carroll, K. M. (2011). Neurocognitive indicators predict results of an informed consent quiz among substance dependent treatment seekers entering a randomized clinical trial. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 71(5), 704-712.
- Kröger, C., Reißner, T., Vasterling, I., Schütz, K., & Kliem, S. (2012). Therapy for couple after an affair a randomized-controlled trial. *Behavior Research and Therapy*, 50(12), 786-796.
- Kubrebwa M., & Dzimir W. (2015). Unmaking factors that propel men into extramarital affairs as perceived by men in gweru's mkoba suburb: Zimbabwe. *Scholars Journal of Arts, Humanities and Social Sciences*, 3(1), 252-256.
- Ledbetter, S. (2015). *Jealousy—impact of sexual vs. emotional infidelity*. California: Medical Press.
- Lagrand, L. E. (1989). Youth and the disenfranchised breakup. In K. J. Doka (Ed.), *Disenfranchised grief: Recognising hidden sorrow* (pp. 173-185). Lexington, MA: Lexington Books.
- Levine, S. (2005). A clinical perspective on infidelity. *Sexual and Relational Therapy*, 20(2), 143-153.
- Lusterman, D. (1998). *Infidelity: A survival guide*. New York: New Harbinger Publications, Inc.
- Millar, B. (2017). Behavioral Reactions to Emotional and Sexual Infidelity: Mate Abandonment versus Mate Retention. *Evolutionary Behavioral Science Journal*, 11(4), 336-340.

- Munsch, C. L. (2015). Her Support, His Support: Money, Masculinity, and Marital Infidelity. *American Sociological Review*. 80(3), 469–495.
- Naidoo, A. (2013). A qualitative study on the self-concepts of wives who have experiences infidelity during their marriages. *Master's thesis in Psychology*. Faculty of Psychology, University of Johannesburg, South Africa.
- Oke, O. P. (2018). The Socio religious significance of edi festival song in controlling marital infidelity in traditional marriage institution in Oriigbo Meje, Osun state Nigeria. *Global Journal of Human-Social Science Research*. 50(4), 10-18.
- Schonian, S. (2015). Perceptions and definition of infidelity: A multimethod study. *Master's thesis in Marriage and Family Thrapy*. Faculty of Psychology, Berlin University, German.
- Shakelford, T. K., Buss, D. M., & Weekesshakelford, V. A. (2003). Wife killings committed in the context of a lover's triangle. *Basic and Applied Sochial Psychology*. 52(1), 137-143.
- Shrout, M. R., & Weigel, D. J. (2020). Coping with infidelity: The moderating role of self-esteem. *Personality and Individual Differences*. 154(1), 109-131.
- Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2007). The development of coping. *The Annual Review of Psychology*. 58(1), 119-144.
- Stefano, J. D., & Oala, M. (2008). Extramarital affairs: Basic considerations and essential tasks in clinical work. *Journal of Counseling and Therapy for Couples and Families*. 16(1), 13-19.
- Timm, T. M., & Hertlein, K. (2020). Affair recovery in couple therapy. In K. S. Wampler, & A. J. Blow (Eds.), *The handbook of systemic family therapy* (pp. 343-361). New York: John Wiley & Sons Ltd
- Yuan, S., & Weiser, D. A. (2019). Relationship dissolution following marital infidelity: comparing European Americans and Asian Americans. *Marriage & Family Review*. 29(1), 1-20.
- Valentova, J. V., de Moraes, A. C., & Varella, M. A. C. (2020). Gender, sexual orientation and type of relationship influence individual differences in jealousy: A large Brazilian sample. *Personality and Individual Differences*. 157, 109805.
- Wang Hui Min, R. (2006). The impact of discovering spouses infidelity: a pilot study on singaporean chinese. *Master's thesis in Family and Psychotherapy*. Faculty of Psychology, Middlesex University, London.
- Wells, A. (2007). The attention training technique: theory, effects, and a metacognitive hypothesis on auditory hallucinations. *Cognitive and Behavioral Practice*. 14(2), 134–138.
- Wells, A., & Matthews, G. (1996). Modeling cognition in emotional disorder: The S-REF model. *Behaviour Research and Therapy*. 32, 867–870.
- Winek, J., & Craven, P. (2003). Healing rituals for couples recovering from adultery. *Contemporary Family Therapy*. 25(3), 249–266.
- World Health Organization. Violence, Injury Prevention, & World Health Organization. (2015). *Global status report on road safety: Supporting a decade of action*.

