

Investigating the Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation in the Relationship between Attachment Styles and Emotional Literacy with a Tendency to Extramarital Relationships

Article Info

Authors:

Nastaran Shalchian Pourkhaljan¹
Javanshir Asadi^{2*}
Ramazan Hassanzadeh³
Afsaneh Khajevand Khoshali⁴

Keywords:

Emotion Regulation,
Attachment, Emotional Literacy,
Extramarital Affairs

Article History:

Received: 2022-02-17
Accepted: 2022-07-19
Published: 2022-12-01

Correspondence:

Email: acuiversity@gmail.com

Abstract

Purpose: The tendency to extramarital relationships is most critical issues for couples and it seems that marital relationships are formed based on attachment and emotion and regulate it is integral part of this relationship. The aim of this study was to investigate the mediating role of cognitive emotion regulation in the relationship between attachment styles and emotional literacy with a tendency to extramarital relationships.

Methodology: The research method was correlational. The statistical population included a population of approximately 10,000 women with experience of infidelity of husbands who in 2019 referred to the family court and counseling centers and psychological services in Tehran. According to Morgan and krejcie table, 373 people were selected by cluster sampling. The research tools were; attitudes toward infidelity scale of Whatley (2008), Cognitive Emotion Regulation Questionnaire of Garmfsky et al (2001), Emotional literacy subscale from the scale of psychological functions of Iranian family of Kimiaei et al. (2012) and Adult Attachment Questionnaire of Hazan and Shavar (1987). Data analysis was performed using structural equations and SPSS-25 and Amos-24 software.

Findings: The research model had a good fit. The direct effect of attachment styles was significant on the tendency to extrasensory relationships ($P < 0.01$). Was significant indirect effect of attachment styles and emotional literacy mediated by negative emotion regulation and the indirect effect of avoidant attachment mediated by positive emotion regulation on the tendency to extramarital relationships ($P < 0.05$).

Conclusion: Increasing cognitive emotion regulation based on attachment and emotional literacy can be way to reduce tendency to extramarital relationships.

-
1. PhD student, Department of Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran.
 2. Assistant Professor, Department of Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran (Corresponding Author).
 3. Professor, Department of Psychology, Sari Branch, Islamic Azad University, Sari, Iran.
 4. Assistant Professor, Department of Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran.
-

بررسی نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان در رابطه سبک های دلبستگی و سواد عاطفی با گرایش به روابط فرازنشویی

نسترن شالچیان پورخلجان^۱، جوانشیر اسدی^{۲*}، رمضان حسن زاده^۳، افسانه خواجهوند خوشلی^۴

چکیده

هدف: گرایش به روابط فرازنشویی از بحرانی‌ترین مسائل زوجها محسوب می‌گردد و بنظر می‌رسد روابط زناشویی بر پایه دلبستگی شکل می‌گیرد و هیجان و نحوه تنظیم آن بخش جدایی ناپذیر آن است. هدف پژوهش بررسی نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان در رابطه سبک‌های دلبستگی و سواد عاطفی با گرایش به روابط فرازنشویی بود.

روش: روش پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل جمعیت تقریباً ۱۰ هزار نفری زنان با تجربه خیانت به شوهران بود که به دادگاه خانواده و مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی شهر تهران در سال ۱۳۹۸ مراجعه کرده بودند. با توجه به جدول کرجسی و مورگان تعداد ۳۷۳ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از: مقیاس نگرش به روابط فرازنشویی واتلی (۲۰۰۸)، پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱)، خرده مقیاس سواد عاطفی از مقیاس کارکردهای روان‌شناختی خانواده ایرانی کیمیایی و همکاران (۲۰۱۲) و پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان هازان و شاور (۱۹۸۷). تحلیل داده‌ها با معادلات ساختاری و نرم‌افزار SPSS-25 و Amos-24 انجام گرفت.

یافته‌ها: مدل پژوهش از برازش مطلوبی برخوردار بود. اثر مستقیم سبک‌های دلبستگی بر گرایش به روابط فرازنشویی معنادار بود ($P < 0/01$). اثر غیرمستقیم سبک‌های دلبستگی و سواد عاطفی با میانجی‌گری تنظیم هیجان منفی و اثر غیرمستقیم دلبستگی اجتنابی با میانجی‌گری تنظیم هیجان مثبت بر گرایش به روابط فرازنشویی معنادار بود ($P < 0/05$).

نتیجه‌گیری: افزایش تنظیم شناختی هیجان مبتنی بر دلبستگی و سواد عاطفی، می‌تواند راهی برای کاهش گرایش به روابط فرازنشویی باشد.

کلید واژه‌ها: تنظیم هیجان، دلبستگی، سواد عاطفی، روابط فرازنشویی

^۱ دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران.

^۲ استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران (نویسنده مسئول). acuiversity@gmail.com

^۳ استاد، گروه روانشناسی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.

^۴ استادیار، گروه روانشناسی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران.

مقدمه

با کم‌رنگ شدن تعهد زوجها نسبت به یک‌دیگر، امروز گرایش به روابط فرازناشویی یکی از بحرانی‌ترین مسائل زوجها محسوب می‌گردد و این امر تا حدودی ناشی از افزایش انگیزه‌های هیجانی و مالی و همچنین گسترش شبکه‌های مجازی بوده است که باعث تحریک و تسهیل دسترسی به روابط فرازناشویی شده است (وسلر و مولر^۱، ۲۰۲۰). وارد شدن به روابط فرازناشویی، نقض اساسی تعهد زناشویی محسوب می‌شود که اعتماد زوجین را نسبت به یک‌دیگر کاهش داده و در نهایت منجر به بی‌اعتمادی مطلق می‌گردد (فاروق^۲، ۲۰۱۸). به طور کلی گرایش به روابط فرازناشویی به عنوان یک عمل جنسی و یا عاطفی توسط شخصی که در یک رابطه متعهدانه قرار دارد، تعریف می‌شود (مولر و وسلر، ۲۰۱۵). نتایج یک مطالعه در زوجین ایرانی نشان داد که در ۳۸ درصد از موارد، خیانت زناشویی از علل اصلی طلاق محسوب می‌گردد (دوهرتی و همکاران^۳، ۲۰۲۱). علاوه بر این، وارد شدن به روابط فرازناشویی منجر به عواقب نابهنجار و نامطلوب می‌شود و مشکلات زیادی را هم برای همسران خیانت‌کار و هم برای همسران خیانت دیده به وجود می‌آورد. این امر به حدی می‌تواند بحرانی باشد که منجر به ضرب و شتم، قتل و خودکشی در زوجین دچار تجربه خیانت گردد (فینچام و می^۴، ۲۰۱۷).

دلبستگی به عنوان پایه و اساس شکل‌گیری روابط زناشویی با گرایش به روابط فرازناشویی مرتبط باشد (بختیاری و همکاران، ۲۰۱۹). دلبستگی متأثر از تفاوت‌های فردی در دسترسی به منبع دلبستگی و همچنین چگونگی پاسخگویی مراقب اصلی است (میکولینسر و شاور^۵، ۲۰۱۹). دلبستگی ایمن تصویرهای مثبتی از خود و دیگران را هم از نظر استحقاق حمایت و هم از لحاظ ایجاد آسایش اتخاذ می‌کند و به ندرت نگران رها شدن است (مک‌گویر^۶ و همکاران، ۲۰۱۸). دلبستگی اجتنابی می‌تواند باعث شود افراد از توجه به واکنش‌های هیجانی خود اجتناب کنند و با دفاع در برابر تجربه آگاهانه و ابراز هیجان‌های ناخوشایند، احتمال ادغام تجارب هیجانی در ساختارهای شناختی-عاطفی را کاهش دهند (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹). دلبستگی اضطرابی بیانگر نگرانی فرد از عدم حمایت دیگران را نشان می‌دهد (چرناک و همکاران^۷، ۲۰۲۱). ویژگی افراد با دلبستگی اضطرابی، سطح بالای اضطراب و وسواس در مورد همسر یا مشغولیت ذهنی در مورد او و تردید در مورد خود است (مک‌گویر و همکاران، ۲۰۱۸). در روابط زناشویی دلبستگی اضطرابی با توجه به اینکه منجر به ادراک حمایت کمتر و رفتارهای منفی بیشتر از جانب همسر و کاهش قدرت بخشودگی در فرد می‌شود، می‌تواند منجر به گرایش به روابط فرازناشویی گردد (بلتران - مورالایس^۸ و همکاران، ۲۰۱۹). دلبستگی اجتنابی نیز، به ویژه زمانی هر دو همسر آن را نشان می‌دهند، با توجه به اینکه سطح صمیمیت و تعامل زوج را کاهش می‌دهد، می‌تواند منجر به روابط فرازناشویی گردد (روسل^۹ و همکاران، ۲۰۱۳). دلبستگی نایمن می‌تواند یک عامل خطر برای گرایش به روابط فرازناشویی باشد، چرا که دلبستگی نایمن احتمال افزایش الگوهای تعاملی مخرب و ناکارآمد و فاصله‌گیری عاطفی بین زوجین را افزایش می‌دهد (خسروانی و همکاران، ۲۰۱۹).

ناتوانی در تنظیم هیجانی که همراه با عدم کنترل رفتاری و هیجانی است، از عوامل مرتبط با گرایش به روابط فرازناشویی بشمار می‌رود (سیارکو^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۲). تنظیم شناختی هیجان منفی بر جنبه‌های منفی یک موقعیت، افزایش نگرانی‌ها و به حداقل رساندن جنبه‌های مثبت اشاره دارد و شامل راهبردهایی مانند ملامت خویش، فاجعه انگاری و ملامت دیگران است. در مقابل تنظیم شناختی هیجان مثبت بر جنبه‌های مثبت یک موقعیت، کاهش نگرانی و افزایش جنبه‌های مثبت یک رویداد متمرکز است و شامل راهبردهایی مانند پذیرش خود، تمرکز مجدد مثبت و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی است (گارنفسکی^{۱۱} و همکاران، ۲۰۰۱). به نظر می‌رسد که استفاده از راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان در افراد با تجربه روابط فرازناشویی

¹ Vossler & Moller

² Farooq

³ Doherty

⁴ Fincham & May

⁵ Mikulincer & Shaver

⁶ McGuire

⁷ Cherniak

⁸ Beltrán-Morillas

⁹ Russell

¹⁰ Ciarocco

¹¹ Garnefski

کمتر از افراد بدون این تجربه است و در مقابل افراد با تجربه روابط فرازنشویی بیشتر از راهبردهایی منفی مانند ملامت خود و دیگران و فاجعه‌انگاری استفاده می‌کنند (رفیعی‌نیا و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین به نظر می‌رسد که تنظیم شناختی هیجان مثبت می‌تواند به رشد و سازگاری در افرادی که با خیانت همسر روبرو شده‌اند کمک کند (فراهانی و منصور، ۲۰۱۹).

یکی از متغیرهای دیگری که می‌تواند با گرایش به روابط فرازنشویی رابطه داشته، سواد عاطفی است (باقری و البهشتی، ۲۰۲۰)؛ چرا که عدم سواد عاطفی در زوجین می‌تواند با بروز تعارض زناشویی، فاصله عاطفی و عدم تاب‌آوری در زوجین همراه گردد (علاقبند و همکاران، ۲۰۲۰). سواد عاطفی به عنوان توانایی نام‌گذاری و توصیف هیجان‌های احساس شده، درک چرایی آن هیجان‌ها، بیان آن‌ها به افراد دیگر و کنترل هیجان‌ها تعریف شده است (آلمدر و آنیلان^۱، ۲۰۲۰). سواد عاطفی می‌تواند از فاصله عاطفی میان زوجین بکاهد و به واسطه افزایش مهارت‌های تنظیم هیجانی مانند آگاهی هیجانی و پاسخگویی مثبت هیجانی بر روابط زوجین اثر بگذارد (استینر^۲، ۲۰۲۰؛ ولنای^۳ و همکاران، ۲۰۲۰). افراد متاهلی که از سواد عاطفی پایینی برخوردارند و تبع آن در مدیریت هیجان‌ها و استرس روزمره زندگی زناشویی ناتوان هستند در گرایش به روابط فرازنشویی آسیب‌پذیرتر هستند (باقری و البهشتی، ۲۰۲۰). عدم کفایت‌مندی‌های هیجانی مانند سواد و هوش هیجانی در زوجین با تجربه خیانت و طلاق در مقایسه با زوجین عادی بیشتر است (سواری و طلایی‌زاده، ۲۰۱۵). به نظر می‌رسد در فرهنگ‌های مختلف مولفه‌های سواد عاطفی با حفظ کیفیت رابطه زناشویی در نتیجه کاهش احتمال گرایش به روابط فرازنشویی همراه است (کامومو^۴ و همکاران، ۲۰۲۱).

اگرچه این خلا وجود دارد که روابط ساختاری میان دل‌بستگی، تنظیم هیجان و گرایش به روابط فرازنشویی مورد بررسی قرار نگرفته است، با این حال نتایج پژوهش سومانتیکو و پارلو^۵ (۲۰۲۱) از این جهت که نشان دادند تنظیم هیجان نقش میانجی رابطه دل‌بستگی با کیفیت رابطه زناشویی هستند، می‌تواند پشتیبانی‌کننده چنین رابطه در زوجین با تجربه خیانت زناشویی باشد. علاوه بر این نتایج بدست آمده از پژوهش‌های رید^۶ و همکاران (۲۰۱۸)، براندو^۷ و همکاران (۲۰۲۰) و لوسوزوک^۸ و همکاران (۲۰۲۱) بیانگر این بوده است که دل‌بستگی با تنظیم هیجان رابطه معناداری دارد. همچنین سواد عاطفی افراد بر کیفیت و چگونگی تنظیم هیجان‌ها در روابط بین‌فردی اثرگذار است (آلمدر^۹، ۲۰۱۸؛ کامومی^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۱). اگرچه رابطه میان سواد عاطفی با تنظیم هیجان در زوجین با تجربه خیانت مورد بررسی قرار نگرفته است، با این حال نتایج بدست آمده از پژوهش‌های علاقبند و همکاران (۲۰۱۹)، بارداک و ویدن^{۱۱} (۲۰۱۹) و پرایس و هوون^{۱۲} (۲۰۱۸) که از جمعیت‌های دیگر بدست آمده حاکی از رابطه سواد عاطفی با تنظیم هیجانی است. از سوی دیگر نتایج بدست آمده از پژوهش‌های فتحی (۲۰۲۱)، مومنی و همکاران (۲۰۱۸) و دشت‌بزرگی (۲۰۱۸) نشان داده‌اند که عدم توانایی در تنظیم هیجان با خیانت زناشویی رابطه دارد.

بررسی‌هایی که پیش‌تر به آنها اشاره گردید، حاکی از این هستند که دل‌بستگی و سواد عاطفی به واسطه نقشی که در تنظیم هیجان دارند، می‌توانند پیامدهای روابط زناشویی را متاثر سازند و از سوی دیگر از نقش تنظیم هیجان در خیانت زناشویی حمایت شده است. با این حال این خلاء وجود دارد که به بررسی نقش تنظیم هیجان در گرایش به روابط زناشویی با توجه به دل‌بستگی و سواد عاطفی توجه نشده است. با توجه به اینکه خیانت زناشویی یکی از علل اصلی طلاق است، بنابراین با اثبات نقش میانجی تنظیم هیجان و اثر مستقیم دل‌بستگی و سواد عاطفی در گرایش به روابط فرازنشویی، می‌توان از این متغیرها در آسیب‌شناسی و درمان گرایش به روابط فرازنشویی بهره برد. در همین راستا پژوهش حاضر با این مسئله روبرو بود که آیا تنظیم

¹ Anilan,

² Steiner

³ Wollny

⁴ Kamomoe

⁵ Sommantico & Parrello

⁶ Read

⁷ Brandão

⁸ Lewczuk

⁹ Alemdar

¹⁰ Kamomoe

¹¹ Bardack & Widen

¹² Price & Hooven

هیجان در رابطه سبک‌های دلبستگی و سواد عاطفی با گرایش به روابط فرازناشویی در افراد متأهل با تجربه خیانت زناشویی نقش میانجی معناداری دارد؟

روش

روش پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل زنان با تجربه خیانت به شوهر بود که به دادگاه خانواده و مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی شهر تهران در سال ۱۳۹۸ مراجعه کرده بودند و تعداد آنها بر اساس بررسی‌های پژوهشگر (با توجه به نبودن آماری از این جمعیت در آمارهای رسمی کشوری و پژوهش‌های صورت گرفته، بررسی میدانی پژوهشگر ملاک قرار گرفت) تقریباً ۱۰ هزار نفر بود. با توجه به جدول کرجسی و مورگان حجم نمونه لازم ۳۷۳ نفر بود که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. مناطق ۲۲ گانه شهر تهران خوشه اول بود که ۵ منطقه به تصادف انتخاب شدند (مناطق ۴، ۹، ۱۱، ۱۵، ۱۸). دادگاه خانواده و مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی شهر تهران خوشه دوم بود که از هر منطقه تعداد ۵ مرکز انتخاب شدند و سپس از هر کدام یک از مراکز تعداد ۱۵ زن (یک مرکز تعداد ۲۳ نفر انتخاب شد) با تجربه خیانت به همسر که در شرف طلاق بود انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به شامل عدم وجود اختلالات ذهنی و جنسی (با تشخیص روان‌شناس مرکز مراجعه‌کننده)، داشتن حداقل ۵ سال سابقه زندگی مشترک، تحصیلات حداقل دیپلم و عدم وابستگی به مصرف مواد (طبق اظهار نظر شرکت‌کنندگان در پژوهش) بود. ملاک‌های خروج از پژوهش شامل عدم پاسخگویی به حداقل ۵ درصد از گویه‌های هر یک از پرسشنامه‌ها و درخواست انصراف از شرکت در پژوهش حین پاسخگویی به پرسشنامه‌ها بود.

برای اجرای پژوهش ابتدا بعد از تهیه پرسشنامه‌ها و تعیین حجم نمونه و انتخاب حوزه‌های اجرای پرسشنامه، ضمن رعایت اصول اخلاقی (محرمانه ماندن اطلاعات فردی و کسب رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش)، پرسشنامه‌ها جهت اجرا به نمونه منتخب پژوهش ارائه شد. با توجه به معرفی‌نامه‌ای که از دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان اخذ شده بود، رضایت مدیران مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی شهر تهران و دادگاه‌های خانواده برای شرکت در پژوهش انتخاب شدند بودند، جلب گردید و بعد از هماهنگی با آنها، پرسشنامه‌ها به صورت فیزیکی در اختیار نمونه‌ها قرار گرفت و بعد از پاسخگویی در همان روز جمع‌آوری گردید.

ابزار پژوهش

مقیاس نگرش به روابط فرازناشویی^۱ واتلی^۲ (۲۰۰۸)

این مقیاس را واتلی (۲۰۰۸) طراحی کرده است که دارای ۱۲ عبارت است و پاسخگویی به پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای (کاملاً موافقم = ۷ تا کاملاً مخالفم = ۱) است. سازنده ابزار ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش کرده است. ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه در ایران توسط حبیبی و همکاران (۲۰۱۹) مورد بررسی قرار گرفت و ساختار یک عاملی مقیاس را با استفاده از تحلیل عامل تاییدی، تایید کردند و میزان ضریب آلفای کرونباخ و آزمون-بازآزمون آن را به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۷۳ گزارش کردند. همچنین مقیاس روایی واگرایی معناداری را با مقیاس رضایت زناشویی کانزاس ($P < 0/01$ و $r = -0/22$) و خرده مقیاس رضایت جنسی انریچ ($P < 0/05$ و $P = -0/16$) نشان دادند. در پژوهش حاضر میزان آلفای کرونباخ ۰/۷۶ برای این مقیاس بدست آمد

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ)^۳ گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱)

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان توسط گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) تدوین شده است که دارای ۳۶ ماده است و بر اساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای (تقریباً هرگز = ۱ تا تقریباً همیشه = ۵) نمره‌گذاری می‌گردد. مقیاس تنظیم شناختی هیجان دو دسته کلی راهبردهای مثبت و راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان را ارزیابی می‌کند. ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه توسط جرمن^۴ و همکاران (۲۰۰۶) بر روی یک نمونه ۲۲۴ نفری مورد بررسی قرار گرفت و ضمن تایید مدل دو عاملی پرسشنامه

¹ attitudes toward infidelity scale

² Whatley

³ Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)

⁴ Jermann

($RMSEA=0/06$)، ضریب آلفای کرونباخ عامل‌ها بین ۰/۶۸ تا ۰/۸۷ بدست آمد. همچنین گارنفسکی و کرایج (۲۰۰۷) آلفای کرونباخ بین ۰/۷۵ و ۰/۸۷ را برای خرده مقیاس‌های پرسشنامه گزارش کرده است و بین راهبردها مثبت و منفی پرسشنامه با علائم افسردگی و اضطراب بک روایی همگرا و واگرایی معناداری را گزارش داده‌اند ($P<0/01$). در ایران بشارت (۲۰۱۰) روایی محتوای پرسشنامه را برابر با ۰/۸۱ و مقدار آلفای کرونباخ آن را بین ۰/۶۷ تا ۰/۸۹ گزارش کرده است. همچنین حسنی (۲۰۱۰) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۸ تا ۰/۸۲ را برای خرده مقیاس‌های پرسشنامه گزارش کرده است و روایی واگرایی معناداری را بین خرده مقیاس‌های پرسشنامه با پرسشنامه علائم افسردگی بک گزارش داده است ($P<0/05$). در پژوهش حاضر میزان آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس راهبردها مثبت ۰/۸۱ و برای خرده مقیاس راهبردهای منفی ۰/۷۳ بدست آمد.

مقیاس کارکردهای روان‌شناختی خانواده ایرانی (IFPFS)^۱

این مقیاس توسط کیمیایی و همکاران در سال (۲۰۱۲) با هدف ساخت و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی و اعتباریابی مقیاس کارکردهای روان‌شناختی خانواده ایرانی ساخته شد. این مقیاس شامل ۱۲ خرده مقیاس و ۹۱ سوال بود که از خرده مقیاس سواد عاطفی با ۷ سوال در پژوهش حاضر استفاده شد. پاسخگویی به پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای (کاملاً مخالف = ۱ تا کاملاً موافق = ۷) است و نمره بالاتر بیانگر سواد عاطفی بیشتر است. ضریب همسانی درونی خرد مقیاس سواد عاطفی برابر با ۰/۷۲ و میزان آلفای کرونباخ آن نیز ۰/۸۳ بود. هاشمی و اصغری ابراهیم‌آباد (۲۰۱۶) مقدار آلفای کرونباخ ۰/۹۱ را برای این خرده مقیاس گزارش داده است. در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ بدست آمده برای این خرده مقیاس ۰/۸۹ بدست آمد.

پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان (AAQ)^۲ هازان و شاور^۳ (۱۹۸۷)

پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان توسط هازان و شاور (۱۹۸۷) ساخته شده است و مشتمل بر ۱۸ ماده است و پاسخگویی به آن از نوع لیکرت ۵ درجه‌ای است (به هیچ وجه با خصوصیات من تطابق ندارد = ۱ تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد = ۵) و سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی را ارزیابی می‌کند. سازندگان ضمن تایید روایی سازه مدل سه عاملی پرسشنامه، مقدار آلفای کرونباخ بالاتر از ۰/۷۰ را برای عامل‌های پرسشنامه گزارش کرده‌اند. همچنین سازندگان ثبات درونی ۰/۶۹ الی ۰/۷۵ را برای پرسشنامه گزارش کرده‌اند. در ایران پاکدامن (۱۳۸۰)، به نقل از شریفی و همکاران، (۲۰۱۲) ضمن تایید روایی محتوایی پرسشنامه، پایای پرسشنامه را به صورت آزمون - بازآزمون بین ۰/۳۶ تا ۰/۷۲ برای سه عامل پرسشنامه گزارش کرده است. در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ بدست آمده برای خرده مقیاس‌های پرسشنامه بین ۰/۷۲ الی ۰/۸۳ بود. آزمون همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری و نرم افزارهای SPSS نسخه ۲۵ و AMOS نسخه ۲۴ روش‌ها و ابزارهای مورد استفاده جهت تحلیل داده‌ها بودند.

یافته‌ها

بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی ۳۷۳ زن شرکت کننده در پژوهش نشان داد که تعداد ۴۹ نفر (۱۳/۱۰ درصد) در دامنه سنی ۲۳ تا ۲۷ سال، ۱۱۷ نفر (۳۱/۴۰) در دامنه سنی ۲۸ تا ۳۲ سال، ۱۰۳ نفر (۲۷/۶۰ درصد) در دامنه سنی ۳۳ تا ۳۷ سال و ۱۰۴ نفر (۲۷/۹۰ درصد) در دامنه سنی ۳۸ تا ۴۷ سال قرار داشتند. همچنین میانگین و انحراف معیار مدت زمان ازدواج آنها به ترتیب ۱۰/۲۳ سال و ۴/۴۶ بود. همچنین ۸۵ نفر (۲۲/۸۰ درصد) دیپلم، ۹۹ نفر فوق دیپلم (۲۶/۵۰ درصد)، ۱۳۶ نفر لیسانس (۳۶/۵۰ درصد) و ۵۳ نفر (۱۴/۲۰) دارای تحصیلات فوق لیسانس بودند. در جدول ۱ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

¹ Iranian family psychological function scale (IFPFS)

² adult attachment questionnaire (AAQ)

³ Hazan & Shaver

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
ایمن	۹	۲۲	۱۶/۱۷	۲/۸۲	-۰/۰۹	-۰/۵۲
اجتنابی	۸	۲۳	۱۶/۱۰	۳/۶۸	-۰/۲۶	-۰/۸۷
اضطرابی	۸	۲۹	۱۳/۶۷	۵/۶۵	۱/۲۰	۰/۲۲
راهبردهای مثبت	۳۱	۵۷	۴۷/۹۶	۵/۵۹	-۱/۰۲	۰/۳۵
راهبردهای منفی	۴۶	۶۷	۵۱/۶۷	۵/۶۵	۱/۲۰	۰/۲۲
سواد عاطفی	۱۰	۴۱	۲۴/۴۸	۷/۵۳	-۰/۱۰	-۰/۹۱
گرایش به روابط فرازنشویی	۳۹	۵۸	۴۵/۵۴	۵/۱۳	۰/۴۰	-۱/۰۹

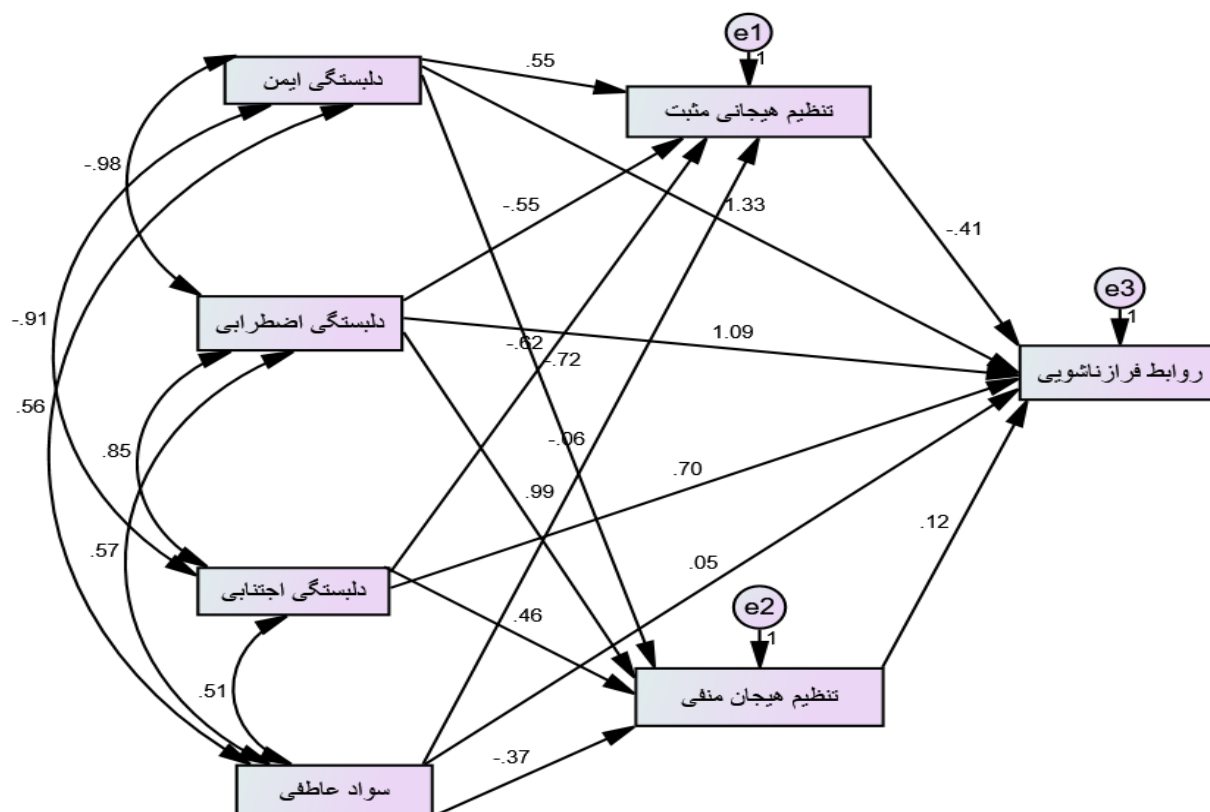
در جدول ۱ شاخص‌های توصیفی برای متغیرهای پژوهش ارائه شده است. در جدول ۲ نتایج آزمون همبستگی پیرسون جهت بررسی رابطه میان متغیرها ارائه شده است.

جدول ۲. نتایج آزمون همبستگی پیرسون جهت بررسی روابط متغیرها

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱-گرایش به روابط فرازنشویی							
۲-سواد عاطفی	۰/۳۵**						
۳-دلبستگی ایمن	۰/۶۰**	۰/۵۶**					
۴-دلبستگی اضطرابی	۰/۶۰**	۰/۵۷**	۰/۹۸**				
۵-دلبستگی اجتنابی	۰/۶۸**	۰/۵۱**	۰/۹۱**	۰/۵۸**			
۶-راهبردهای مثبت تنظیم هیجان	-۰/۶۷**	۰/۲۷**	۰/۵۲**	۰/۵۱**	۰/۵۶**		
۷-راهبردهای منفی تنظیم هیجان	۰/۳۵**	۰/۴۴**	۰/۳۸**	۰/۳۳**	۰/۴۷**	۰/۱۹**	

** $P < 0.01$ و * $P < 0.05$

نتایج بدست آمده از جدول ۲ نشان دارد رابطه گرایش به روابط فرازنشویی با دلبستگی اضطرابی، دلبستگی اجتنابی و راهبردهای منفی تنظیم هیجان رابطه مثبت و با سواد عاطفی، دلبستگی ایمن و راهبردهای مثبت تنظیم هیجان رابطه منفی و معنادار بود ($P < 0.01$). با توجه به اینکه تنظیم هیجان مثبت و منفی به عنوان متغیر میانجی با متغیرهای برون‌زا و درون‌زا رابطه معناداری را نشان داد، بنابراین پیش فرض وجود رابطه معنادار میان متغیر میانجی با متغیرهای برون‌زا و درون‌زا رعایت گردیده بود. همچنین با توجه به اینکه تمامی شاخص‌های کجی و کشیدگی بدست آمده در جدول ۱ بین +۲ تا -۲ است، بنابراین می‌توان گفت که توزیع متغیرها در شرایط تقریباً نرمالی قرار دارند. در ادامه نگاره مدل پژوهش ارائه شده است.



شکل ۱. نگاره مدل گرایش به روابط فرازشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و سواد عاطفی با نقش میانجی‌گر تنظیم شناختی هیجان

در جدول ۳ شاخص‌های برازش مدل پیشنهادی پژوهش ارائه شده است.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل پژوهش

شاخص	$2\chi^2/df$	RMSEA	NFI	IFI	CFI	GFI	AGFI
ملاک برازش	$3 \geq *$	$0.10 \geq *$	$0.90 \leq *$	$0.90 \leq *$	$0.90 \leq *$	$0.90 \leq *$	$0.90 \leq *$
آماره پژوهش حاضر	۱/۴۶	۰/۰۵	۰/۹۹۹	۰/۹۹۹	۰/۹۹۹	۰/۹۹۹	۰/۹۷

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که مقدار بدست آمده برای شاخص‌های برازش در سطح مطلوبی قرار دارند. در جدول ۴ نتایج اثرات مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم مدل برازش شده پژوهش ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج اثرات مستقیم و غیرمستقیم مدل برازش شده پژوهش

مسیر	اندازه اثر استاندارد	حد پایین	حد بالا	P
تنظیم هیجان مثبت	-۰/۵۵	-۱/۱۳	۰/۰۵	۰/۱۳
تنظیم هیجان منفی	-۰/۷۲	-۱/۲۸	-۰/۲۷	۰/۰۲
گرایش به روابط فرازشویی	۱/۳۳	۰/۹۲	۱/۷۵	۰/۰۱
تنظیم هیجان مثبت	-۰/۹۸	-۰/۹۹	-۰/۰۸	۰/۰۴
تنظیم هیجان منفی	-۰/۵۵	-۱/۴۶	-۰/۶۴	۰/۰۰۵

۰/۰۰۷	۱/۴۶	۰/۷۹	۱/۰۹	گرایش به روابط فرازناشویی	
۰/۰۰۹	-۰/۳۹	-۰/۸۰	-۰/۶۲	تنظیم هیجان مثبت	
۰/۰۰۱	۰/۶۶	۰/۲۷	۰/۴۶	تنظیم هیجان منفی	دلبستگی اجتنابی ←
۰/۰۰۶	۰/۸۵	۰/۵۶	۰/۷۰	گرایش به روابط فرازناشویی	
۰/۱۱۸	۰/۰۲	-۰/۱۵	-۰/۰۶	تنظیم هیجان مثبت	
۰/۰۰۲	-۰/۲۹	-۰/۴۴	-۰/۳۷	تنظیم هیجان منفی	سواد عاطفی ←
۰/۲۰	۰/۱۴	-۰/۰۱	۰/۰۵	گرایش به روابط فرازناشویی	
۰/۱۱۷	۰/۸۰	-۰/۰۶	۰/۴۱	تنظیم هیجان مثبت ← گرایش به روابط فرازناشویی	دلبستگی ایمن ←
۰/۰۰۳	-۰/۰۲	-۰/۲۹	-۰/۱۵	تنظیم هیجان منفی ← گرایش به روابط فرازناشویی	
۰/۰۶۵	۰/۵۸	۰/۰۱	۳۱	تنظیم هیجان مثبت ← گرایش به روابط فرازناشویی	دلبستگی اضطرابی ←
۰/۰۰۱	-۰/۰۴	-۰/۲۷	-۰/۱۶	تنظیم هیجان منفی ← گرایش به روابط فرازناشویی	
۰/۰۰۱	۰/۳۱	۰/۱۴	۰/۲۳	تنظیم هیجان مثبت ← گرایش به روابط فرازناشویی	دلبستگی اجتنابی ←
۰/۰۰۱	۰/۰۹	۰/۰۱	۰/۰۵	تنظیم هیجان منفی ← گرایش به روابط فرازناشویی	
۰/۳۰	۰/۰۴	-۰/۰۰۸	۰/۰۲	تنظیم هیجان مثبت ← گرایش به روابط فرازناشویی	سواد عاطفی ←
۰/۰۰۱	-۰/۰۰۹	-۰/۰۵	-۰/۰۳	تنظیم هیجان منفی ← گرایش به روابط فرازناشویی	

نتایج جدول ۴ نشان داد که اثر مستقیم دلبستگی ایمن، اضطرابی و اجتنابی بر گرایش به روابط فرازناشویی مثبت و معنادار بود ($P < ۰/۰۱$) ولی اثر مستقیم سواد عاطفی بر گرایش به روابط فرازناشویی معنادار نبود ($P = ۰/۲۰$). همچنین نتایج نشان داد که اثر غیرمستقیم دلبستگی ایمن ($P < ۰/۰۵$)، اضطرابی ($P = ۰/۰۱$) و اجتنابی ($P = ۰/۰۱$) و سواد عاطفی ($P = ۰/۰۱$) با میانجی-گری تنظیم هیجان منفی بر گرایش به روابط فرازناشویی مثبت و معنادار بود و اثر غیرمستقیم دلبستگی اجتنابی با میانجی-گری تنظیم هیجانی مثبت بر گرایش به روابط فرازناشویی معنادار بود ($P = ۰/۰۱$). نقش میانجی تنظیم هیجانی مثبت در رابطه میان دلبستگی ایمن ($P = ۰/۱۷$) و اضطرابی ($P = ۰/۰۶۵$) و سواد عاطفی ($P = ۰/۳۰$) با گرایش به روابط فرازناشویی معنادار نبود.

نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد که اثر مستقیم سبک دلبستگی ایمن بر گرایش به روابط فرازناشویی اثر معناداری است. پژوهش‌های اکبری و همکاران (۱۳۹۰)، بختیاری و همکاران (۲۰۱۹)، روسل و همکاران (۲۰۱۳) و بلتران - مورالایس و همکاران (۲۰۱۹) نتایج همسویی را با این یافته پژوهش نشان می‌دهند. یک نکته مهم در تبیین این یافته این است که افراد با دلبستگی ایمن که با خیانت همسر روبرو شده‌اند، توانایی بخشش بیشتری از خود نشان می‌دهند (بلتران - مورالایس و همکاران، ۲۰۱۹). بر همین اساس می‌توان گفت افراد با دلبستگی ایمن با توجه به طور کلی نگاه مثبت و خوشبینانه‌ای به زندگی دارند، احتمالاً فرصت جبران و بخشش را برای همسر خیانت کرده فراهم می‌آورند و به جای اندیشه‌های انتقامی مانند گرایش به روابط فرازناشویی،

تلاش خواهند کرد تا رابطه را ترمیم کرده و رابطه زناشویی را حفظ کنند. علاوه بر این باید توجه کرد که افراد با دلبستگی ایمن معمولاً پاسخ‌های سازگارانه‌تری به رویدادها چالش‌های آسیب‌برانگیز زندگی نشان می‌دهند و از اقدام به برقراری روابطی که می‌تواند آسیب‌زننده باشد، اجتناب می‌کنند (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹). بنابراین می‌توان استدلال کرد که دلبستگی ایمن در افراد با توجه به اینکه در جهت امنیت و آرامش در روابط بین‌فردی حرکت می‌کنند، کمتر به روابط فرازناشویی گرایش دارند. همچنین اثر مستقیم دلبستگی اضطرابی بر گرایش به روابط فرازناشویی معنادار بود. هم‌راستا با این یافته بلتران - مورالایس و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهش خود نشان داد که دلبستگی اضطرابی با گرایش به روابط فرازناشویی رابطه معناداری دارد. همچنین پژوهش‌های خسروانی و همکاران (۲۰۱۹)، بختیاری و همکاران (۲۰۱۹) و روسل و همکاران (۲۰۱۳) نتایج همسویی مبنی بر رابطه دلبستگی اضطرابی با گرایش به روابط فرازناشویی را نشان داده‌اند. در تبیین این یافته پژوهش می‌توان گفت که دلبستگی اضطرابی به شدت با ترس از طرد شدن از جانب همسر سروکار دارد و رفتارهایی مانند خیانت زناشویی از جانب همسر می‌تواند به عنوان نشانه‌ای از طرد و رها شدن در رابطه قلمداد گردد. بنابراین چنین احساس‌های ناخوشایندی می‌تواند زمینه‌ساز افزایش تمایل به روابط زناشویی را فراهم آورد. به ویژه اینکه افراد با دلبستگی اضطرابی در مقایسه با افراد با دلبستگی ایمن توانایی کمتری در بخشیدن اشتباه‌ها و رفتارهای ناخوشایند همسر دارند (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹). بنابراین می‌توان این احتمال را داد که زنان با دلبستگی اضطرابی که با خیانت همسر روبرو شده‌اند، احتمالاً برای فرار از احساس طرد شدن و ناتوانی در بخشیدن همسر به روابط فرازناشویی گرایش پیدا کنند.

همچنین اثر مستقیم دلبستگی اجتنابی بر گرایش به روابط زناشویی معنادار بود. هم‌راستا با این یافته اکبری و همکاران (۱۳۹۰) نشان دادند که دلبستگی اجتنابی در زوجین با روابط فرازناشویی در مقایسه با افراد بدون روابط فرازناشویی بیشتر است. علاوه بر این نتایج بدست آمده از پژوهش‌های روسل و همکاران (۲۰۱۳) و بلتران - مورالایس و همکاران (۲۰۱۹) که بیانگر رابطه دلبستگی اجتنابی با گرایش به روابط فرازناشویی بود، نتایج همسویی را نشان می‌دهند. در تبیین این یافته می‌توان گفت که افراد با دلبستگی اجتنابی به طور کلی نگاهی منفی نسبت به روابط بین‌فردی دارند و تا حدودی آن را آسیب‌زننده تلقی می‌کنند (چرنایک و همکاران، ۲۰۲۱). بر همین اساس هر رفتار آسیب‌زننده از جانب همسر می‌تواند دلیلی برای اثبات این دیدگاه برای آنها باشد. بر همین اساس، این احتمال وجود دارد که تعهد این افراد به رابطه کم گردد و ارضای نیازهای خود را بیرون از رابطه زناشویی که به آنها آسیب زده، جستجو کنند. علاوه بر این دلبستگی اجتنابی با ناراحتی ناشی از نزدیکی و صمیمیت مشخص می‌شود (مک‌گویر و همکاران، ۲۰۱۸). بنابراین این احتمال وجود دارد که فرد با دلبستگی اجتنابی از روابط فرازناشویی برای پایین نگه داشتن سطح صمیمیت و نزدیکی در رابطه زناشویی استفاده نماید.

در نهایت در باب اثرات مستقیم نتایج بیانگر این بود که اثر سواد عاطفی بر گرایش به روابط فرازناشویی معنادار نیست و فقط با میانجی‌گری تنظیم هیجان منفی بر گرایش به روابط فرازناشویی اثر غیرمستقیم معناداری داشت. پژوهش‌های علاقبند و همکاران (۲۰۱۹)، بارداک و ویدن (۲۰۱۹)، پرایس و هوون (۲۰۱۸)، فتحی (۲۰۲۱) و دشت‌بزرگی (۲۰۱۸) نتایج همسویی را نشان داده‌اند. سواد عاطفی افراد را قادر به اندیشیدن، تشخیص دادن، اداره کردن، دریافت و انتقال عواطف خود به طور مناسب می‌گردد (استینر، ۲۰۲۰). به عبارتی سواد عاطفی دسترسی به هیجان‌ها و ابراز نیازهای مرتبط با آن مانند محبت و ابراز محبت می‌گردد. در همین رابطه نشان داده شده یک بخش از مشکلات استفاده از راهبردهای منفی تنظیم هیجان، مربوط به عدم درک، شناسایی و ابراز هیجان در جهت رفع نیازهای فرد است (کامومی و همکاران، ۲۰۲۱). بنابراین می‌توان احتمال داد که سواد عاطفی با کمک به شناخت درست و مطلوب هیجان‌ها زمینه تنظیم مثبت هیجان‌ها در جهت برآورده شدن نیازهای هیجانی را فراهم می‌آورد. همچنین آگاهی از هیجان‌ها و شناسایی اثرگذاری هیجانی با توجه به اینکه به تنظیم هیجان‌ها کمک می‌کند، می‌تواند بر روابط زناشویی زوجین اثرگذار باشد (ولنای همکاران، ۲۰۲۰). بر همین اساس می‌توان احتمال داد که سواد عاطفی با کمک به شناخت هیجان‌ها و اثرگذاری آنها برای بهبود تنظیم هیجان‌ها به رابطه زوجین کمک کرده و تعارض‌ها و تنش‌های هیجانی که ممکن است به روابط فرازناشویی منتهی شود را کاهش دهد.

همچنین نتایج بدست آمده در پژوهش حاضر بیانگر اثر غیرمستقیم دلبستگی ایمن با میانجی‌گری تنظیم هیجان منفی بر گرایش به روابط فرازناشویی بود. نتایج بدست آمده از پژوهش سومانتیکو و پارلو (۲۰۲۱) از این جهت که نشان دادند تنظیم هیجان نقش میانجی رابطه دلبستگی با کیفیت رابطه زناشویی هستند، تا حدودی با نتایج بدست آمده هم‌راستا هستند. علاوه

بر این نتایج بدست آمده از پژوهش‌های رید و همکاران (۲۰۱۸)، براندئو و همکاران (۲۰۲۰) و لوسزوک و همکاران (۲۰۲۱) نتایج همسویی را نشان می‌دهند. در تبیین این یافته بدست آمده می‌توان گفت که دلبستگی ایمن با توجه به اینکه فرصت دسترسی به هیجان‌های خود و فرصت ابراز هیجان‌های همسر را فراهم می‌آورد، می‌تواند با افزایش سطح تماس عاطفی زوجین و همچنین افزایش ابراز نیازها، تمایل به روابط فرازنشویی را کاهش دهد. در همین رابطه بررسی تجارب زوجین نشان می‌دهد که افزایش فاصله عاطفی زوجین و همچنین عدم ارضا نیازهای عاطفی، روانی و جنسی زوجین در رابطه، می‌تواند انگیزه اساسی آنها برای تمایل به روابط فرازنشویی باشد (فتیحی و همکاران، ۲۰۲۰). بنابراین می‌توان گفت که دلبستگی ایمن با توجه به اینکه بر راهبردهای تنظیم هیجان که در تماس عاطفی و ابراز نیازهای زوجین نقش دارد، اثر می‌گذارد، می‌تواند بر گرایش به روابط فرازنشویی زوجین اثرگذار باشد.

همچنین نتایج بیانگر اثر غیر مستقیم معنادار دلبستگی اجتنابی با میانجی‌گری تنظیم هیجان منفی و مثبت بر گرایش به روابط فرازنشویی بود. پژوهش‌های رید و همکاران (۲۰۱۸)، براندئو و همکاران (۲۰۲۰) و لوسزوک و همکاران (۲۰۲۱) با نتایج بدست آمده هم‌راستا است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که دلبستگی اجتنابی با افزایش راهبردهای منفی نظیر سرکوب و اجتناب در تنظیم هیجان اخلاص ایجاد می‌کند (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹). بر همین اساس می‌توان استدلال کرد که دلبستگی اجتنابی با افزایش و گسترش راهبردهای نظیر سرکوب و اجتناب هیجانی در روابط بین‌فردی منجر به تنظیم هیجانی منفی و عدم استفاده از تنظیم هیجانی مثبت می‌گردد (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹). به عبارتی دلبستگی اجتنابی هر هیجانی را در رابطه با همسر سرکوب و انکار می‌کند. متعاقباً با افزایش راهبردهای منفی تنظیم هیجان، سطح تنش در رابطه زوجین افزایش می‌یابد و فرصت ابراز و ارضا نیازهای روانی، عاطفی و جنسی زوجین کاهش می‌یابد. هرچه روابط زوجین به سمت تعارض و عدم ابراز و ارضا نیازها حرکت کند، میزان تمایل آنها به روابط فرازنشویی بیشتر می‌گردد (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۶). بر همین اساس می‌توان احتمال را داد که دلبستگی اجتنابی به واسطه گسترش راهبردهای تنظیم هیجانی که منجر به افزایش فاصله تماس عاطفی بین زوجین می‌شود، ممکن است منجر به گسترش زوجین به روابط فرازنشویی شود.

در نهایت نتایج بیانگر اثر غیرمستقیم دلبستگی اضطرابی با میانجی‌گری تنظیم هیجانی منفی بر گرایش به روابط فرازنشویی بود. این یافته پژوهش هم‌راستا با نتایج بدست آمده از پژوهش‌های رید و همکاران (۲۰۱۸)، براندئو و همکاران (۲۰۲۰) و لوسزوک و همکاران (۲۰۲۱) بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت که دلبستگی اضطرابی با افزایش توجه به افکار و هیجان‌های منفی، تشدید و بیان قوی هیجان منفی در تنظیم هیجان اخلاص ایجاد می‌کنند. دلبستگی اضطرابی تمایل دارد هر نشانه هیجانی را تهدید کننده و غرواق‌بینانه در نظر بگیرد و علاوه بر این اخلاص در تنظیم هیجانی خود، بر تنظیم هیجانی همسر نیز اثر بگذارد. به گونه‌ای که دلبستگی اضطرابی اگرچه تمرکز و توجه فرد را بر هیجان‌های عموماً منفی افزایش می‌دهد، اما فرصت بروز و بیان هیجان‌ها را از طرف مقابل سلب می‌کند (براندئو و همکاران، ۲۰۲۰). بنابراین می‌توان این احتمال را داد که دلبستگی‌های اضطرابی به واسطه گسترش راهبردهای تنظیم هیجانی که منجر به افزایش فاصله هیجان‌های منفی و تعارض بین زوجین می‌شود، ممکن است منجر به گسترش زوجین به روابط فرازنشویی شود.

باید توجه کرد که نمونه پژوهش حاضر محدود به زنان ۲۵ الی ۴۵ سال متقاضی طلاق در شهر تهران بود، بنابراین نتایج بدست آمده محدود به این جمعیت بوده است. به همین جهت پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آتی مشابه بر روی گروه‌های دیگر مانند مردان و یا زنان با دامنه سنی دیگر صورت بگیرد، تا تعمیم‌پذیری نتایج بدست آمده مورد بررسی قرار گیرد. از لحاظ کاربرد نیز بر پایه نتایج بدست آمده می‌توان گفت که در جلسات مشاوره با زوجین با تجربه خیانت زناشویی می‌توان به ارزیابی نقش دلبستگی، سواد عاطفی و تنظیم هیجان پرداخت و در مداخلات پیشگیری می‌توان بر اساس نتایج بدست آمده، آموزش‌هایی پیرامون سواد عاطفی و تنظیم هیجان به عنوان یک مهارت قابل آموزش در نظر گرفت. علاوه بر این برپایه نتایج بدست آمده می‌توان گفت که استفاده از زوج‌درمانی‌هایی نظیر هیجان‌مدار که بر دلبستگی، تنظیم هیجان و سواد عاطفی تاکید دارند، می‌تواند در کاهش گرایش به روابط فرازنشویی توسط روان‌شناسان و مشاوران مورد استفاده قرار گیرد.

References

- Akbari Z, Shafiabadi A & Artists N. (2010). Comparison of attachment styles in married men with extramarital relationships and those without extramarital affairs. *Journal of Kerman University of Medical Sciences*, 5 (20), 25-30. [[Link](#)]
- Alaghband L, Sharifi H, Farzad V & et al. (2019). A model for predicting emotional divorce based on emotional literacy, coping styles, quality of life, and emotion seeking with emotion regulation mediation. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 62(3), 288-402. [[Link](#)]
- Alemdar M & Anilan, H. (2020). The development and validation of the emotional literacy skills scale. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 7(2), 258-270. [[Link](#)]
- Bakhtiari E, Hosseini S, Arefi M & Afsharina, K. (2019). Causal model of extramarital affairs based on attachment styles and early maladaptive schemas: mediating role of marital intimacy and love styles. *Iranian Journal of Health Education and Health Promotion*, 7(2), 245-258. [[Link](#)]
- Beltrán-Morillas AM, Valor-Segura I & Expósito, F. (2019). Unforgiveness motivations in romantic relationships experiencing infidelity: negative affect and anxious attachment to the partner as predictors. *Frontiers in Psychology*, 10, 434. [[Link](#)]
- Brandão T, Matias M, Ferreira T & et al. (2020). Attachment, emotion regulation, and well-being in couples: intrapersonal and interpersonal associations. *Journal of Personality*, 88(4), 748-761. [[Link](#)]
- Ciarocco NJ, Echevarria J & et al. (2012). Hungry for love: the influence of self-regulation on infidelity. *The Journal of Social Psychology*, 152(1), 61-74. [[Link](#)]
- Doherty WJ, Kalantar SM & et al. (2021). Divorce ambivalence and reasons for divorce in Iran. *Family Process*, 60(1), 159-168. [[Link](#)]
- Farooq Z. (2018). Predictors of relational turbulence in early years of marriage. *Journal of Behavioural Sciences*, 28(1), 70-87. [[Link](#)]
- Fathi M, Satar P, Javadeyan S & et al. (2020). Comparing the causes of infidelity in marital relationships among men and women: A qualitative research. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*, 5(4), 401-418. [[Link](#)]
- Garnefski N & Kraaij V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141-149. [[Link](#)]
- Habibi M, Sayed Alitabar SH, Pouravari M & et al. (2019). Reliability, validity and factor structure for the attitudes toward infidelity scale. *Journal of Research and Health*, 9(4), 294-301. [[Link](#)]
- Hashemi SF & Asghari Ebrahimabad MJ. (2016). The role of emotional literacy in the prediction of emotional divorce by mediation conflict resolution. *Journal of Excellence in Counseling and Psychotherapy*, 5(17), 59-72. [[Link](#)]
- Jermann F, Van der Linden M, d'Acremont, M & et al. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire (CERQ). *European Journal of Psychological Assessment*, 22(2), 126-131. [[Link](#)]
- Khosravi J, Moradi O, Ahmadiyan H & et al. (2019). Causal model of tendency to emotional divorce based on couples' communication patterns mediated by marital boredom (case study: Qasrshirin city). *Population Studies*, 5(2), 185-210. [[Link](#)]
- Lewczuk K, Kobylńska D, Marchlewska M & et al. (2021). Adult attachment and health symptoms: the mediating role of emotion regulation difficulties. *Current Psychology*, 40(4), 1720-1733. [[Link](#)]
- Mikulincer M & Shaver PR. (2016). *Attachment in adulthood: structure, dynamics, and change*, edn 2. New York: Guilford Press. [[Link](#)]

- Price CJ & Hooven, C. (2018). Interoceptive awareness skills for emotion regulation: theory and approach of mindful awareness in body-oriented therapy (MABT). *Frontiers in Psychology*, 9, 798-809. [[Link](#)]
- Read DL, Clark GI, Rock AJ & et al. (2018). Adult attachment and social anxiety: the mediating role of emotion regulation strategies. *PloS One*, 13(12), e0207514. [[Link](#)]
- Sevari K, Talaezadeh M. (2015). A comparative study of marital infidelity and emotional intelligence (EQ), in divorced and normal married couples of Ahwaz. *Achievements of Clinical Psychology*, 1(2), 67-82. [[Link](#)]
- Sommantico M & Parrello, S. (2021). Internalized stigma, adult attachment, relationship satisfaction, and depression in Italian gay and bisexual men: The mediating role of emotion regulation. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 12(24), 1-32. [[Link](#)]
- Vossler A & Moller NP. (2020). Internet affairs: partners' perceptions and experiences of internet infidelity. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 46(1), 67-77. [[Link](#)]
- Whatley MA. (2008). Attitudes toward infidelity scale. *The Journal of Social Psychology*, 133, 547-51. [[Link](#)]
- Wollny A, Jacobs I & Pabel L. (2020). Trait emotional intelligence and relationship satisfaction: the mediating role of dyadic coping. *The Journal of Psychology*, 154(1), 75-93. [[Link](#)]