

## اثربخشی مشاوره مبتنی بر روابط فرازنشویی بر بی‌ثباتی ازدواج در زوجین دارای روابط فرازنشویی

زکیه نصیری<sup>۱</sup>، نازنین هنرپروران<sup>۲\*</sup>، فاطمه جواد زاده شهشهانی<sup>۳</sup>، سیامک سامانی<sup>۴</sup>

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۱/۱۸ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۰۳/۲۳

### چکیده

هدف از مطالعه حاضر تعیین اثربخشی مشاوره مبتنی بر روابط فرازنشویی بر بی‌ثباتی ازدواج در زوجین دارای روابط فرازنشویی بود. طرح پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون- پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمامی زوجین دارای روابط فرازنشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۴۰۰ بود. ۳۲ زوج به روش نمونه‌گیری هدفمند به‌عنوان نمونه انتخاب و به صورت تصادفی در یک گروه آزمایش (۱۶ زوج) و یک گروه کنترل (۱۶ زوج) قرار گرفتند. گروه مداخله طی ۱۱ جلسه تحت درمان روابط فرازنشویی ۶۰ دقیقه‌ای و به‌صورت گروهی هفته‌ای یک‌بار قرار گرفتند. اما در مورد گروه کنترل اقدامی انجام نشد. ابزارهای پژوهش بی‌ثباتی ازدواج ادوارد، جانسون و آلن بوث (۱۹۸۷) بود. تجزیه و تحلیل داده‌ها با آزمون‌های توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و تحلیل کوواریانس تک متغیری و با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ انجام شد. نشان داد درمان روابط فرازنشویی بر پایداری ازدواج در زوجین خیانت‌کار تاثیر داشت ( $P < 0/001$ ). با توجه به نتایج این پژوهش، درمان روابط فرازنشویی از طریق افزایش بینش فرد نسبت به خود و آگاهی درباره چرایی شکل‌گیری و تشدید خیانت زناشویی، می‌تواند برای کاهش مشکلات زوجین و افزایش ثبات زندگی آن‌ها، مورد استفاده قرار گیرد.

**کلیدواژه‌ها:** بی‌ثباتی ازدواج، روابط فرازنشویی، خیانت زناشویی، زوجین

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، اصفهان، ایران.  
۲. گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول).  
nazanin48@miau.ac.ir

۳. استادیار، گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، اصفهان، ایران.  
۴. دانشیار گروه روانشناسی، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران.

## مقدمه

خیانت زناشویی از گستردگی مفهومی و نظری زیادی برخوردار است و دستیابی به تعریفی واحد و مشترک از آن، که در تمامی جوامع و فرهنگها از پذیرش برخوردار باشد، تا حد زیادی دور از انتظار است. به‌طورکلی خیانت را برقراری هرگونه رابطه صمیمانه و توأم با نوازش در بعد جنسی و عاطفی با نفر سوم تعریف می‌کنند که تعهد رابطه زناشویی را نقض کند و با رنج‌های عاطفی در همسر خیانت‌دیده همراه باشد. زناشویی داشتن رابطه‌ای پنهانی (واقعی یا مجازی) با فردی غیر از همسر و شریک قانونی زندگی است که به سه دسته خیانت عاطفی، خیانت جنسی و خیانت عاطفی - جنسی تقسیم می‌شود (چوپانی، فاتحی زاده، اسنجرانی و دی کاسترو کوریا، ۱۴۰۰).

پیمان شکنی یا خیانت در روابط زناشویی یکی از دلایل بحران‌های زن و مرد و از جمله علل مهم جدایی است. این رویداد احساس امنیت عاطفی و اعتماد زوج را تخریب می‌کند و قربانیان خیانت هیجان‌های منفی شدیدی را در این راستا تجربه می‌کنند. روابط فرا زناشویی عبارت از هرگونه روابط جنسی، عاطفی یا شناختی خارج از چارچوب روابط زناشویی به صورت مخفیانه است (سانچز، ویزمن، هوفز و گوردون<sup>۱</sup>، ۲۰۲۲). در بیشتر موارد خیانت تنها به یک دلیل اتفاق نمی‌افتد. عوامل مرتبط با خیانت را به سه دسته تفاوت‌های فردی (ویژگی‌های شخصیتی و نگرش‌ها)، ماهیت رابطه (مانند سطح تعهد و رضایت زناشویی) و شرایط محیطی (مانند: فرصت خیانت و جذابیت نفر دوم) تقسیم می‌شود (کیگومی، استرن و بولر<sup>۲</sup>، ۲۰۲۲). پس از افشای خیانت، ناآرامی‌های عاطفی، اغلب با آشفتگی‌های شناختی همراه است که این امر موجب بروز بی‌ثباتی و عدم پایداری در روابط زوجین می‌شود (بلتران-مولیراز، آلونسو-فریز، گاریدو-ماکیاز، ویلانئوس-مویا، سانچز-هوماندز- و ایکپوزیتو<sup>۳</sup>، ۲۰۲۲).

پایداری زندگی زناشویی وضعیتی است که در آن زوجین از صلح و آرامش نسبی لذت می‌برند و توسط درک یکدیگر عشق را به ارمغان می‌آورند و از یکدیگر بدون هیچ قصدی برای شکستن ازدواج خود مراقبت و حمایت می‌کنند و در مقابل هر گونه رابطه‌ای که با ویژگی‌های ذکر شده نباشد منجر به بی‌ثباتی و عدم پایداری زندگی زناشویی می‌شود (فی و میمز<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹). با تشکیل خانواده، زوج‌های جوان با شماری از وظایف روبرو می‌شوند، به‌طوری که باید در بسیاری از نکات ریز مربوط به زندگی روزمره به تفاهم برسند. طی این فرآیند است که روابط زوج‌ها شکل می‌گیرند. در پرتو این روابط از همسران انتظار می‌رود تا رابطه منحصر به فرد بر اساس صداقت، علاقه، صمیمیت و حمایت از خود نشان دهند (هنرپروران، ۱۳۹۵). از طرفی عدم پایداری در ازدواج همراه مفاهیمی از هم‌پاشیدگی زناشویی، قطع روابط زناشویی، طلاق، کیفیت زندگی زناشویی پایین و ترک کردن استفاده شده است (سودانی، عباسی، مهر و رجبی، ۲۰۱۹). عدم بی‌ثباتی ازدواج از عوامل درون فردی و بین فردی متعددی نشأت می‌گیرد. از عوامل بین فردی موثر بر عدم پایداری زناشویی سطح بالای تعارضات

1. Sanchez, Whisman, Hughes & Gordon

2. Kyegombe, Stern & Buller

3. Beltrán-Morillas, Alonso-Ferres, Garrido-Macías, Villanueva-Moya, Sánchez-Hernández & Expósito

4. Fye & Mims

زناشویی است که با تنش‌ها و بی‌ثباتی زناشویی ارتباط مستقیمی نشان داده است. تعارض، متشکل از رفتارهایی است که با ارتباطات خصومت آمیز، تنش زاء، مخالفت آمیز و تضاد منجر می‌شود. از عوامل فردی موثر در بی‌ثباتی ازدواج می‌توان به تفاوت‌های بین زوجین، باورهای ارتباطی زوج‌ها و... اشاره کرد (رحیمی، آقایی و ابوالمعالی، ۱۳۹۹).

داشتن روابط فرازناشویی و خیانت، استحکام خانواده را متزلزل می‌کند. مشکلات و معضلاتی که خانواده امروز به‌عنوان کوچک‌ترین و با اهمیت‌ترین "واحد اجتماعی" جامعه، با آن رو به رو است، در تاریخ جوامع انسانی بی‌سابقه یا - دست کم - کم سابقه است؛ چرا که خانواده در گذشته جایی بوده که اعضای جامعه در آن "جامعه پذیر" می‌شدند از این رو خانواده مهم‌ترین "نهاد" برای پاسخگویی به نیازهای عاطفی افراد به شمار می‌آمده است (پیری و صاحبی، ۱۴۰۱). روابط فرا زناشویی عبارت از هرگونه روابط جنسی، عاطفی یا شناختی خارج از چارچوب روابط زناشویی به صورت مخفیانه است (پورمحمد، زارع و ماندنی زاده، ۱۳۹۹).

چنان چه در خانواده‌ای روابط فرا زناشویی روی دهد، بیش از همه همسری که مورد بی‌وفایی واقع شده، آسیب می‌بیند و این امر موجب اختلال در سلامت روان و از دست دادن تعادل عاطفی و رفتاری وی می‌شود (عباسی و رضانی، ۱۳۹۷). پیامدهای زیان بار روابط فرازناشویی می‌تواند برای زمان طولانی و شاید برای همیشه تداوم داشته باشند. مگر این‌که زوجین درمان مناسبی دریافت کنند. هرگونه روابط جنسی یا ارتباط عاطفی خارج از چارچوب روابط زناشویی به صورت مخفیانه، که تهدیدی برای زندگی زناشویی محسوب شده، قانوناً به‌عنوان روابط فرازناشویی تعریف می‌شود. اگر فردی رابطه جنسی با دیگری نداشته باشد اما علاقه، صمیمیت، محبت و زمان خاصی را با او صرف کند که زوجین در این رابطه با هم توافقی انجام نداده‌اند یا برای رابطه زناشویی زیان آور و تهدید کننده باشد، چنین موقعیت‌هایی را باید به‌عنوان خیانت تلقی کرد (متنگا، پیففر، تانر، گتوبیلز و مرتن<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸). اهداف مداخلات مبنی بر بسته آموزشی عبارتند از: (۱) ارزیابی، (۲) ایجاد مرزها، (۳) خود مراقبتی و تنظیم هیجان، (۴) کشف اثرات رابطه پنهانی، (۵) مقابله با فلش بک، (۶) کشف فاکتورهای مداخله کننده در رابطه پنهانی، (۷) رابطه کاری و ارائه بخشودگی، (۸) خلاصه کردن و فرمول بندی رابطه پنهانی، (۹) ارزیابی بخشودگی و مفاهیم مرتبط با حرکت رو به جلو، (۱۰) کشف فاکتورهای اثرگذار بر تصمیم‌گیری در مورد ادامه دادن به رابطه (نصیری، هنرپروران و جوادزادگان، ۱۴۰۱).

آچی و ایکچبلو (۲۰۲۲)، در پژوهش خود نشان دادند که روابط فرازناشویی موجب کاهش پایداری و عملکرد خانواده و افزایش نارضایتی زوجین شده است. گتورک و یوکپانگ (۲۰۱۳)، در پژوهش خود دریافتند که روابط فرازناشویی با بی‌ثباتی در روابط زوجین تاثیر دارد. احمدی، زارعی و کلاته (۱۴۰۱)، در پژوهش خود دریافتند که روابط فرازناشویی با عدم پایداری در روابط زوجین ارتباط دارد. نصیری، هنرپروران، جواد زاده و سامانی (۱۴۰۱)، در پژوهش خود دریافتند که درمان مبتنی بر کاهش روابط فرازناشویی بر بی‌ثباتی ازدواج و عملکرد خانواده در زوجین تاثیر داشت.

در زوجین دارای تجربه خیانت، تغییر و تحولات ریشه‌ای و عمیقی در دیدگاه این افراد نسبت به زندگی زناشویی، عشق و حتی تعهد ایجاد شده است که جهت رسیدن به ثبات در زندگی زناشویی نیاز به مداخلات درمان ضروری است. داشتن تجربه خیانت زناشویی در جوامعی که فرهنگ، اخلاق، عرف و ارزش‌های اجتماعی‌شان، بر تعهدمندی زناشویی تأکید دارد و درگیرشدن در خیانت زناشویی را به‌عنوان کرداری قبیح و حتی غیرانسانی مورد تأکید قرار می‌دهد، جهت کاهش این آسیب خانوادگی - اجتماعی، استفاد از درمان روابط فرازنشویی لازم می‌باشد. بر اساس آنچه که بیان شد و هم‌چنین با توجه به ادبیات پژوهش و مطالعات انجام شده در این زمینه، می‌توان چنین جمع بندی کرد که تاکنون درمان روابط فرازنشویی بر بی‌ثباتی ازدواج در زوجین خیانت‌کار صورت نگرفته است. این پژوهش به دنبال آن است که این خلأ موجود در پژوهش‌های گذشته را پرکند. هم‌چنین با توجه به تاثیر مطلوب درمان روابط فرازنشویی بر کاهش مشکلات زوجین و هم‌چنین افزایش کیفیت و رضایت زندگی زناشویی، هدف این پژوهش بررسی اثربخشی مشاوره مبتنی بر روابط فرازنشویی بر بی‌ثباتی ازدواج در زوجین دارای روابط فرازنشویی بود.

## روش

پژوهش حاضر از نوع طرح‌های کاربردی و نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری مطالعه حاضر کلیه زوجین خیانت‌کار مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز در سال ۱۴۰۰ بودند. ۳۲ زوج به روش نمونه گیری هدفمند به‌عنوان نمونه انتخاب و به صورت تصادفی در دوگروه آزمایش (۱۶ زوج) و کنترل (۱۶ زوج) جایگزین شدند. تعداد نمونه لازم بر اساس مطالعات مشابه، مانند پژوهش فاریابی و همکاران (۱۴۰۰)، با در نظر گرفتن سطح اطمینان ۰/۹۵ و میزان ریزش ۱۰ درصد برای هر گروه ۱۶ زوج محاسبه شد. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل داشتن حداقل سطح تحصیلات دیپلم، علاقه مندی و تمایل به شرکت داوطلبانه در پژوهش و بیان تجارب، عدم شرکت در دوره‌های مشاوره یا درمان همزمان، عدم مصرف دارو و مواد مخدر، عدم داشتن اختلالات روانی و بیماری‌های جسمی و گذشت بیش از ۱ سال از زندگی زناشویی بود. ملاک‌های خروج از پژوهش شامل عدم تمایل به شرکت در پژوهش و یا کناره گیری از پژوهش، غیبت ۲ جلسه و بیشتر در آموزش، داشتن اختلالات روانی و بیماری‌های جسمی خاص، مصرف دارو و مواد مخدر بود. ملاحظات اخلاقی پژوهش به این صورت بود که افراد شرکت کننده ابتدا فرم رضایت آگاهانه را تکمیل کردند. به آن‌ها اطمینان داده شد که اصل رازداری رعایت شود، سلامت روانشناختی آن‌ها در اولویت قرار گیرد و می‌توانند در هر مرحله‌ای از پاسخ‌گویی، همکاری در پژوهش را ادامه ندهند. ابزار گردآوری داده‌ها عبارتند از:

### پرسشنامه شاخص بی‌ثباتی ازدواج (۱۹۸۷) (MIQ<sup>۱</sup>)

پرسشنامه شاخص بی‌ثباتی ازدواج در سال ۱۹۸۷ توسط ادواردز، جانسون و آلن بوث تهیه و تنظیم شده است؛ این شاخص یک ابزار ۱۴ سوالی است که برای اندازه‌گیری عدم ثبات ازدواج زناشویی تدوین شده است. این آزمون برای اولین بار در سال ۱۹۸۹ برای ۲۰۳۴ زن و مرد متاهل زیر ۵۵ سال و همچنین برای زن و مرد متاهل ۱۵۷۸ در سال ۱۹۸۳ به کار گرفته شد. این مقیاس بر اساس طیف لیکرت ۴ گزینه‌ای از خیلی=۴ تا کم=۱ نمره گذاری می‌شود. نمره بین ۱۴ تا ۲۸ نشانگر این است که میزان بی‌ثباتی ازدواج در فرد پایین است. نمره بین ۲۸ تا ۴۲ نشانگر این است که میزان بی‌ثباتی ازدواج در فرد متوسط است و نمره بین ۴۲ تا ۵۶ نشانگر این است که میزان بی‌ثباتی ازدواج در فرد بالا است. قابلیت اعتماد یا پایایی یک ابزار عبارت است از درجه ثبات آن در اندازه‌گیری هر آنچه اندازه می‌گیرد. یعنی این که ابزار اندازه‌گیری در شرایط یکسان تا چه اندازه نتایج یکسانی به دست می‌دهد. پایایی این مقیاس هم با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش شده است. اصغری و همکاران (۱۳۹۴)، از روش همبستگی بین دو نیمه برای ارزیابی قابلیت اعتبار آزمون استفاده کرد و ضریب اعتبار ۰/۷۰ گزارش شد. در این پژوهش میزان آلفای کرونباخ ۰/۷۹ دست آمد. در این پژوهش میزان ضریب پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد.

سپس گروه مداخله، طی ۱۱ جلسه تحت درمان روابط فرازناشویی ۶۰ دقیقه‌ای و به صورت گروهی هفته‌ای یک‌بار قرار گرفتند ولی در مورد گروه کنترل اقدامی انجام نشد. این مداخله توسط متخصص رشته‌ی روانشناسی که این دوره‌ی درمانی را گذرانده بود، در مرکز مشاوره مهر شهر شیراز اجرا شده است. محتوای مداخله‌ی درمان روابط فرازناشویی (نصیری و همکاران، ۱۴۰۱)، در جدول ۱ بیان شد.

جدول ۱: خلاصه جلسات درمان روابط فرازناشویی

تکلیف	اهداف درمان	نوبت:
مرحله اول: مقابله با اثرات رابطه پنهانی		
	ارزیابی فردی و مشترک با هر یک از همسران (روابط، خانواده اصلی، ویژگی‌های شخصی و ...)	۱
	رهنمودهایی در مورد نحوه تعامل زوجین با یکدیگر و افراد دیگر ارائه می‌شود (به عنوان مثال، در مورد زمان‌هایی که باید با یکدیگر گفتگو کنند و زمان‌های مجزایی که نیاز دارند مذاکره کنند؛ در مورد خوابیدن با هم و رابطه جنسی، تماس‌های همسر خطاکار با فرد سوم؛ و اطلاعاتی که باید به دیگران داد؛ کودکان، دوستان و خانواده‌ها).	۲

تکلیف	اهداف درمان	نکات
<b>مرحله اول: مقابله با اثرات رابطه پنهانی</b>		
در صورت همخوان بودن با سیستم باورهای فرد دریافت کننده حمایت‌های معنوی جلسات فردی و بخشش توجه به سبک زندگی همسران تاکید بر لزوم خود مراقبتی استفاده از حمایت‌های خارج از رابطه، گفتگو درباره جزئیات، و همدلی متقابل	کشف اثرات رابطه پنهانی	۳ خود مراقبتی و تنظیم هیجان
کشف فرض‌های اساسی که در رابطه زوجین مورد تعدی قرار گرفته است جلسه مشترک گفتگو	کشف اثرات رابطه پنهانی	۴
جلسات مشترک گفتگو و نظارت بر حل مسئله به زوجین. مهارت‌های ابراز عواطف مناسب آموزش داده می‌شود تا در رابطه با اثرات رابطه پنهانی به صورت موثرتر رابطه برقرار کنند	مقابله با فلش بک	۵
<p>(۱) درمانگر ارزیابی را انجام داده است، (۲) بحران و عواطف منفی کنترل شده است، (۳) همسران فرصت کشف و گفتگو در مورد اثرات رابطه پنهانی را داشته‌اند، (۴) همسران مفهوم فلش بک‌ها و نحوه مقابله با آن‌ها را درک کرده‌اند. (۵) همسر خیانت دیده احساس کند که همسر خطاکار اثرات رابطه پنهانی را درک کرده و از عمل خود پشیمان است، این اتفاق به همسر خیانت دیده کمک می‌کند تا نسبت به کشف بافت رابطه پنهانی گشوده‌تر عمل کند، (۶) تغییر عاطفی مهمی ایجاد شده است.</p>		
<b>مرحله دوم: یافتن معنا</b>		
تاکید بر کشف فاکتورهای مداخله کننده از بافت بیرونی (کار، خانواده گسترده، پیگیری به وسیله دیگران)، مسائل مربوط به همسر خیانت کار و مسائل مربوط به همسر خیانت دیده، قرار دادن رابطه فرازنشویی درون بافت بزرگ‌تر، همسران اغلب در مورد زمان مناسب بهبودی با هم تعارض دارند، همسر خطاکار ترجیح می‌دهد قبل از اینکه همسر خیانت دیده آمادگی لازم را داشته باشد رو به جلو حرکت کنند. این تفاوت‌ها باید درک و عادی سازی شوند.	کشف فاکتورهای مداخله کننده در رابطه پنهانی	۶
جلسات گفتگوی مشترک، نظارت بر حل مسئله و تکالیف خانگی	رابطه کاری	۷
<p>(۱) درمانگر احساس کند که زوجین بافت رابطه پنهانی را کاملاً درک کرده‌اند، (۲) بحران اندکی فروکش کرده است، (۳) احساسات منفی فروکش و احساسات مثبت افزایش یافته است و (۳) زوجین در ایجاد تغییرات رفتاری در روابطشان موفقیت داشته‌اند.</p>		
<b>مرحله سوم: حرکت رو به جلو</b>		
جلسات گفتگوی مشترک، چارچوب دهی رابطه فرازنشویی به عنوان مشکل ارتباطی و همزمان توجه داشتن به موضوعات جنسیت و قدرت (درمانگر در این مرحله باید نسبت به شکاف‌های جنسیتی آگاهی داشته باشد)	خلاصه کردن و فرمول بندی رابطه پنهانی	۸

تکلیف	اهداف درمان	شماره
مرحله اول: مقابله با اثرات رابطه پنهانی	ارزیابی بخشودگی و مفاهیم مرتبط با حرکت رو به جلو	۹
جلسات مشترک برای کشف مدل بخشودگی، باورهای عمومی در مورد بخشودگی (لزوما نامی از بخشودگی برده نمی‌شود، زیرا ممکن است همسر خیانت دیده احساس کنند که با فرد خطاکار تباری صورت گرفته است).	کشف فاکتورهای اثرگذار بر تصمیم‌گیری در مورد ادامه دادن به رابطه	۱۰
جلسات مشترک گفتگو- یافتن انگیزه زوجین برای با هم ماندن- یافتن گنجینه اعمال محبت آمیز	جلسات اضافی و یا آماده شدن برای خاتمه درمان	۱۱
جلسات اشتراکی که ادامه اکتشاف، حل مسئله و تکالیف خانگی را در بر می‌گیرد. پذیرش مسئولیت از جانب همسر خطاکار، خلاصه کردن منافع درمان، شناسایی الگوهای ارتباطی جدید که نتیجه موفقیت در بر هم زدن الگوهای تعاملی قدیمی است، اختتام همچنین آماده ساختن زوجین برای عود را هم در بر می‌گیرد به این منظور به بررسی اتفاقاتی پرداخته می‌شود که در صورت بروز مشکلات قدیمی روی خواهند داد؛ و در نهایت، از همسران خواسته می‌شود تا به تناوب در جلسات شرکت کنند. همچنین در مورد عواملی که باعث آسیب پذیری زوجین می‌شود و نحوه محافظت از خود در برابر این عوامل بحث شد.		

تجزیه و تحلیل داده‌ها با آزمون‌های توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و تحلیل کوواریانس تک متغیری و با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ انجام شد. میزان P کمتر از ۰/۰۵ معنی‌داری در نظر گرفته شد.

## نتایج

در این مطالعه ۳۲ زوج خیانت‌کار، به دو گروه ۱۶ زوجی (آزمایش و کنترل) تقسیم شدند. در حین اجرای مداخله و تا پایان تحقیق در هیچ‌کدام از گروه‌های آزمایش و کنترل، ریزش وجود نداشت. دامنه سنی افراد ۳۶-۴۵ سال بود که حداقل یک‌سال زندگی مشترک داشتند. همچنین از نظر تحصیلات، در گروه آزمایش ۸ زوج (۴۶/۷ درصد) و در گروه کنترل ۶ زوج (۴۰ درصد) دارای مدرک دیپلم و بالاتر بودند. در گروه آزمایش ۹ زوج بدون فرزند، ۶ زوج دارای یک فرزند بودند. در گروه کنترل ۸ زوج بدون فرزند، ۶ زوج دارای یک فرزند و ۱ زوج دارای دو فرزند بودند. تحلیل داده‌ها به منظور تعیین اثربخشی درمان روابط فرازنشویی بی‌ثباتی ازدواج زوجین دارای روابط فرازنشویی صورت گرفت. اطلاعات توصیفی مربوط به متغیر پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی متغیر پژوهش در گروه‌های کنترل و آزمایش در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیر		زمان		پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
				میانگین		میانگین	
				انحراف استاندارد		انحراف استاندارد	
بی‌ثباتی ازدواج	آزمایش			۴۷/۱۰	۸/۹	۳۲/۳۰	۳/۳۴
	کنترل			۴۷/۵۵	۲/۲۷	۴۷/۹۸	۱/۵۳

بر اساس نتایج جدول ۲، در گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون (بعد از دریافت پروتکل تدوین شده در روابط فرازنشویی) میانگین نمره بی‌ثباتی ازدواج از پیش‌آزمون کمتر است؛ یعنی بعد از دریافت پروتکل تدوین شده در روابط فرازنشویی، میانگین بی‌ثباتی ازدواج در گروه آزمایش به‌طور شهودی کاهش یافته است؛ این تفاوت‌ها در گروه کنترل محسوس نیست.

برای تعیین معنی‌داری این تفاوت با توجه به این‌که لازم است اثر پیش‌آزمون مهار شود؛ از آزمون تحلیل کواریانس استفاده شد. قبل از استفاده از آزمون تحلیل کواریانس تک‌متغیری، مفروضه‌های آن مورد بررسی قرار گرفت. از آزمون شاپیرو ویلک جهت بررسی نرمال بودن توزیع نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون استفاده شد. بر همین اساس، سطح معناداری برای تمامی متغیرها، بزرگ‌تر از ۰/۰۵ منظور گردید و فرض نرمال بودن توزیع نمرات پذیرفته شد. یکی دیگر از مفروضات اجرای آزمون تحلیل کواریانس تک‌متغیری، همگنی واریانس متغیرهای وابسته در بین گروه‌ها بود که برای بررسی برقراری آن از آزمون لوین استفاده شد. نتایج آزمون لوین برای متغیر وابسته ۰/۶۱۷ به‌دست آمد که معنادار نبود. از این رو فرض مبنی بر همگنی واریانس متغیرها مورد تأیید قرار گرفت. برای بررسی همسانی ماتریس کواریانس تک‌متغیری‌ها از آزمون باکس استفاده شد و سطح معناداری آن برابر با ۰/۳۱۴ به



دست آمد. از آن جایی که این مقدار، بزرگ تر از سطح معناداری (۰/۰۱) مورد نیاز برای رد فرض صفر بود، همسانی ماتریس کوواریانس تک متغیری‌ها مورد تأیید قرار گرفت. جهت بررسی اثربخشی پروتکل درمانی تدوین شده در روابط فرازنشویی بر بی ثباتی ازدواج، از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیری استفاده شد. نتایج به دست آمده در جدول ۳ قابل مشاهده است.

جدول ۳: نتایج تحلیل کوواریانس پروتکل درمانی تدوین شده در روابط فرازنشویی بر نمره بی ثباتی ازدواج

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره آزمون	p	مجذور اتا	توان آزمون
پیش‌آزمون	۳۱/۴۰	۱	۳۱/۴۰	۱/۰۶	۰/۱۲۴	۰/۹۹	
بین گروهی	۶۲۲/۳۱	۱	۶۲۲/۳۱	۲۱/۰۵	۰/۰۰۱	۰/۵۷	۱/۰۰
خطا	۸۲۷/۴۱	۲۸	۲۹/۵۵				

همان‌گونه که در جدول فوق مشاهده می‌گردد مقدار آماره آزمون اثر متغیر مستقل برابر با  $(F= ۲۱/۰۵)$  گردیده است که چون  $p= ۰/۰۰۱ < ۰/۰۱$ ، این مقدار معنادار شده است؛ بنابراین بین بی‌ثباتی ازدواج در دو گروه کنترل و آزمایش در مرحله پس‌آزمون پس از حذف تأثیر پیش‌آزمون تفاوت معنادار وجود دارد و پروتکل درمانی تدوین شده در روابط فرازنشویی در مرحله پس‌آزمون تأثیر معناداری داشته است. میزان این تأثیر بتا به ستون مجذور ضریب اتا برابر با ۵۷ درصد و توان آزمون برابر با ۱ است.

## بحث

مطالعه حاضر با هدف بررسی اثربخشی مشاوره مبتنی بر روابط فرازنشویی بر بی‌ثباتی ازدواج در زوجین دارای روابط فرازنشویی انجام شد. نتایج این پژوهش نشان داد که درمان روابط فرازنشویی بر بی‌ثباتی ازدواج در زنان و مردان خیانت‌کار تأثیر داشت. نتایج این یافته با سایر پژوهش‌ها همسو بود. آچی و ایکچیلو (۲۰۲۲)، در پژوهش خود نشان دادند که روابط فرازنشویی موجب کاهش پایداری و عملکرد خانواده و افزایش نارضایتی زوجین شده است. گئورک و یوکپانگ (۲۰۱۳)، در پژوهش خود دریافتند که روابط فرازنشویی با بی‌ثباتی در روابط زوجین تأثیر دارد. احمدی، زارعی و کلاته (۱۴۰۱)، در پژوهش خود دریافتند که روابط فرازنشویی با عدم پایداری در روابط زوجین ارتباط دارد. نصیری، هنرپروران، جواد زاده و سامانی (۱۴۰۱)، در پژوهش خود دریافتند که درمان مبتنی بر کاهش روابط فرازنشویی بر بی‌ثباتی ازدواج و عملکرد خانواده در زوجین تأثیر داشت. نتایج ناهمسو با نتایج این پژوهش یافت نشد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که درمان زوجینی که از روابط فرازنشویی آسیب دیده‌اند، فرایندی پیچیده و چند وجهی است که بسیاری از مسائل فردی و ارتباطی را در بر می‌گیرد. روند

درمان نه قابل پیش بینی است و نه منظم، زیرا بعد از افشای روابط فرازنشویی، عکس‌العمل‌ها و واکنش‌های منفی چندگانه‌ای بروز می‌کند. اما چنانچه افراد آن را به‌عنوان یک بحران ارتباطی در نظر بگیرند که نیازمند صبوری و حل مسئله است، می‌توان انتظار بهبودی داشت. زیرا بحران در روابط را می‌توان به‌عنوان فرصتی برای تحول چارچوب دهی کرد (استاوروبا، پرونک و دنیسن<sup>۱</sup>، ۲۰۲۲).

مدل‌های زوج درمانی، برای درمان روابط فرازنشویی، آن را به‌صورت مسئله ارتباطی مفهوم‌سازی می‌کنند. روابط فرازنشویی بیشتر در میان افرادی رخ می‌دهد که ازدواجشان را به‌صورت منفی ارزیابی می‌کنند و کیفیت و فراوانی اندکی در معاشقه‌های زناشویی آن‌ها وجود دارد. خستگی و فقدان حمایت عاطفی در ازدواج می‌تواند همسران را در معرض خطر روابط فرازنشویی قرار دهد. فقر ارتباطی و یا تعاملات منفی زیاد و مثبت اندک نیز همین کارکرد را دارند. روابط فرازنشویی هم منجر به تحلیل رفتن ازدواج می‌گردد. از آنجایی که روابط فرازنشویی با اعتماد، صمیمیت و احترام در پیوند است؛ وقوع آن می‌تواند به بنیان‌های عاطفی که ازدواج بر مبنای آن‌ها بنیان نهاده شده است، صدمه بزند (احمدی، زارعی و کلاته، ۱۴۰۰).

این مداخله در روابط زوجین، باعث افزایش بی‌ثباتی ازدواج در بین آن‌ها می‌شود. پژوهش‌های گذشته هم که با استفاده از نمونه‌های کوچک انجام گرفته است، نشان می‌دهد. اکثریت زوجینی که با تجربه روابط فرازنشویی دست به‌گریبان هستند، در زمان ارزیابی با درمان، طلاق نمی‌گیرند. بیش از نیمی از افرادی که همسرانشان اقدام به بی‌وفایی می‌کند راه طلاق را در پیش می‌گیرند. در پژوهشی که بر روی شش زوج انجام شده است، نتایج نشان می‌دهد که شش ماه بعد از پیگیری زوجین هم‌چنان با یکدیگر زندگی می‌کرده‌اند. بروز پدیده طلاق بعد از وقوع روابط فرازنشویی تعجب‌آور نیست، زیرا روابط فرازنشویی منجر به افزایش عواطف منفی و شدیدی مانند: خشم، رنجش و زخم زبان می‌گردد و همسران را متمایل به تلافی و رنجاندن طرف مقابل می‌کند. به دنبال این مشاجره زناشویی خاص که تهدید به طلاق را به دنبال دارد، زوجین از گفتگو در مورد مسائل زناشویی و رویدادهای مشابه امتناع می‌کنند. در نتیجه الگوی ارتباطی ناکارآمد، ارتباط عاطفی زوجین را محدود می‌کند (آچی و ایکچیلو، ۲۰۲۲). با تشدید آشفتگی ارتباطی زوجین، تعجب‌آور نیست که در چنین موقعیتی میل به طلاق زوجین افزایش یابد. اما همدلی، صبوری و رفتارهای حمایتی. محدود کردن و یا برهم زدن حملاتی که منجر به رفتارهای خصومت‌آمیز می‌گردد، محیطی امن را در درمان خلق می‌کند. این موارد با آماده‌سازی زوجین برای ایجاد تغییرات و گشودگی نسبت به ایده‌های جدید و مکانیسم‌های مقابله‌ای در پاسخ به روابط فرازنشویی، می‌تواند فرایند درمان را با موفقیت بیش‌بردد. همچنین آموزش مهارت‌های ابراز عواطف در درمان باعث می‌شود تا زوجین به‌صورت موثرتر رابطه برقرار کنند. این کار همسران را قادر می‌سازد در این محیط و با حمایت درمانگر به‌صورت مناسب اقدام به ارتباط کنند و روابط آن‌ها پایداری بیشتری دارد. مدیریت افشای رابطه پنهانی، مقابله با واکنش‌های آسیب‌زا و تسهیل بخشودگی در درمان نتایج مثبتی را به دنبال دارد. پس روی هم رفته اصلاح الگوهای ارتباطی و کشف فاکتورهای

ارتباطی که منجر به بروز روابط فرازنشویی شده است، می‌تواند روابط زوجین را حفظ کرده و در کوتاه مدت میل به طلاق را در زوجین کاهش دهد (نصیری و همکاران، ۱۴۰۱).

اما محدودیت‌هایی در این زمینه موجود بود. از محدودیت‌های این مطالعه می‌توان اشاره کرد که برای دوره‌های پیگیری نیز وجود نداشت. همچنین از آنجایی که مطالعه در شهر شیراز، بدین معنی که تنها در یک مکان و شهر انجام شده است در تعمیم نتایج به کل کشور یا کل زوجین خیانت کار باید احتیاط صورت گیرد. با توجه به نتایج این مطالعه پیشنهاد می‌شود، درمان مبتنی بر کاهش روابط فرازنشویی می‌تواند برای کاهش مشکلات زوجین و افزایش ثبات زندگی آن‌ها، مورد استفاده قرار گیرد.

### سپاسگزاری

این مقاله برگرفته از رساله دکترای مشاوره نویسنده اول در دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر است. بدین‌وسیله نویسندگان از کلیه شرکت‌کنندگان در این پژوهش و تمام کسانی که به نحوی مؤثر در انجام این پژوهش همکاری کردند، تقدیر و تشکر می‌کنند.

### تعارض منافع

در این پژوهش هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

## منابع

- احمدی اردکانی، زهرا، زارعی محمود آبادی، حسن، کلاته ساداتی، احمد. (۱۴۰۱). اعتباریابی و تدوین مقیاس بی‌ثباتی خانواده ایرانی مبتنی بر تجربه‌زیسته زنان با تجربه روابط فرازنشویی: یک مطالعه ترکیبی. *طلوع بهداشت*، ۲۱ (۱)، ۸۵-۷۰.
- اصغری، فرهاد، صادقی، عباس، زارع خاک‌دوست، سمیه، انتظاری، مرجان. (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار با تعارض زنشویی و بی‌ثباتی زنشویی در بین زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی. *آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده*، ۱ (۳)، ۴۶-۵۴.
- پورمحمد قوچانی، کامران، زارع، محمدرضا، ماندنی زاده صفی، سارا. (۱۳۹۸). اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار (EFT) بر بهبود رضایت زنشویی و کاهش گرایش به روابط فرازنشویی زنان آسیب دیده از خشونت خانگی. *رویش روان‌شناسی*، ۸ (۸)، ۲۳۰-۲۲۱.
- پیری، سمیه، صاحبی کوزه کنان، جواد. (۱۴۰۱). بررسی آسیب‌های خانوادگی با تاکید بر رابطه ویژگی‌های شخصیت و سبک‌های دلبستگی با الگوهای بالینی شخصیت خوشه C در مردان همسرآزار. *زن و مطالعات خانواده*، ۱۵ (۵۵)، ۸۵-۹۷.
- عباسی، علی اصغر، رضانی، لیدا، جوانمرد، مهدی. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین عملکرد خانواده و رضایت زوجین با دلدزگی زنشویی فرهنگیان متأهل شهرستان بهشهر. *مطالعه جامعه شناختی جوانان*، ۸ (۲۴)، ۹-۲۲.
- فاریابی، منوچهر، رفیعی پور، امین، حاجی علیزاده، کبری، خداوردیان، سهیلا. (۱۳۹۹). اثربخشی درمان پذیرش و تعهد (ACT) بر اضطراب، استرس ادراک‌شده و راهبردهای مقابله با درد بیماران مبتلا به سرطان خون. *دوماه نامه علمی - پژوهشی فیض*، ۲۴ (۴)، ۴۳۲-۴۲۴.
- نصیری، زکیه، هنرپروران، نازنین، جوادزاده شهشهانی، فاطمه، سامانی، سیامک. (۱۴۰۱). شناسایی عوامل زمینه‌ایی و آشکارساز در خیانت زنشویی: یک مطالعه کیفی. *خانواده درمانی کاربردی*، ۱ (۳)، ۱۱۰-۱۳۵.
- هنرپروران، نازنین. (۱۳۹۵). مقایسه ثبات ازدواج و مولفه‌های عشق در دانشجویان با ازدواج سنتی و غیر سنتی دانشگاه‌های آزاد اسلامی استان فارس. *فصلنامه زن و جامعه*، ۷ (۱)، ۱۷-۲۸.

- Achi, I. J., & Ikechebelu, A. C. (2022). Extra marital behavioral and family instability among married people in Owerri education zone, imo state. *Journal of Educational Research & Development*, 5(1), 154-178.
- Beltrán-Morillas, A. M., Alonso-Ferres, M., Garrido-Macías, M., Villanueva-Moya, L., Sánchez-Hernández, M. D., & Expósito, F. (2022). The Relationship Between the Motivation to Commit Infidelity and Negative Affect and Self-Esteem: How Cheating in Romance Might Signal Positive Well-Being in Adolescents. *Psychological Reports*, 125(1), 517-544.
- Fye, M. A., & Mims, G. A. (2019). Preventing infidelity: A theory of protective factors. *The Family Journal*, 27(1), 22-30.
- George, I. N., & Ukpong, D. E. (2013). Combating the 21st century family challenges in Nigeria for social stability through family counselling services. *Developing Country Studies*, 3(4), 52-58.
- Kyegombe, N., Stern, E., & Buller, A. M. (2022). “We saw that jealousy can also bring violence”: A qualitative exploration of the intersections between jealousy, infidelity and intimate partner violence in Rwanda and Uganda. *Social Science & Medicine*, 292, 114593.
- Mtenga, S. M., Pfeiffer, C., Tanner, M., Geubbels, E., & Merten, S. (2018). Linking gender, extramarital affairs, and HIV: a mixed methods study on contextual determinants of extramarital affairs in rural Tanzania. *AIDS research and therapy*, 15(1), 1-17.
- Rahimi, N., Aghaei, A., & Abolmaali, K. (2019). Explanation of Infidelity among Married Women in Tehran. *International Journal of Applied Behavioral Sciences*, 6(1), 21-30.
- Sanchez, L., Whisman, M. A., Hughes, J. A., & Gordon, K. C. (2022). Diversity in the prevalence and correlates of extramarital sex in a probability sample of Latino adults. *Journal of Family Psychology*, 36(4), 555-572.
- Sodani, M., Abbasi, M., Mehr, R. K., & Rajabi, G. R. (2019). An investigation into the effect of cognitive-existential therapy on the rumination of women affected by male infidelity. *NeuroQuantology*, 17(5), 1-9.
- Stavrova, O., Pronk, T., & Denissen, J. (2022). Estranged and Unhappy? Examining the Dynamics of Personal and Relationship Well-Being Surrounding Infidelity. *Psychological Science*, 09567976221116892.

## Investigating the Effectiveness of Counseling Based on Extramarital Relationships on Marital Instability in Couples with Extramarital Relationships

Zakejye Nasiri<sup>1</sup>, Nazanin Honarparvaran<sup>2</sup>,  
Fatemeh Javadzadeh Shahshahani<sup>3</sup>, Siamak Samani<sup>4</sup>

### Abstract

The purpose of this study was to determine the effectiveness of counseling based on extramarital relationships on marital instability in couples with extramarital relationships. The research design was semi-experimental, pre-test-post-test with a control group. The statistical population included all couples with extramarital relationships who referred to counseling centers in Shiraz in 2021. 32 couples were selected as a sample by purposive sampling and were randomly assigned to an experimental group (16 couples) and a control group (16 couples). The intervention group underwent 60-minute extramarital relationship therapy in 11 sessions, once a week but no action was taken on the control group. The research tools of marriage instability were Edward, Johnson and Alan Booth (1987). Data analysis was done with descriptive tests (mean and standard deviation) and univariate covariance analysis using SPSS version 23 software. It showed that the treatment of extramarital relationships had an effect on the stability of marriage in unfaithful couples ( $P < 0.001$ ). According to the results of this research, the treatment of extramarital relationships can be used to reduce the problems of couples and increase the stability of their lives through increasing the individual's insight into himself and the awareness of why marital infidelity occurs and escalates.

**Keywords:** marital instability, extramarital relationships, Infidelity, couples.

- 
1. Phd Student in Department of counseling, Khomeinishahr Branch, Islamic Azad University, Khomeinishahr/Isfahan, Iran.
  2. Department of counseling, Khomeinishahr Branch, Islamic Azad University, Khomeinishahr/Isfahan, Iran.
  3. Assistant Professor, Department of counseling, Khomeinishahr Branch, Islamic Azad University, Khomeinishahr/Isfahan, Iran.
  4. Associate Professor, Department of Psychology, Shiraz Branch, Islamic Azad University, Shiraz, Iran.