

## نقش انعطاف پذیری روان شناختی و بدتنظیمی هیجان در پیش بینی گرایش به خیانت زناشویی زنان متأهل شهر رشت

صبا بهشتی مهر<sup>۱</sup>، سیده مریم موسوی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>ارشد مشاوره خانواده، گروه روان شناسی، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران

<sup>۲</sup>استادیار، گروه پزشکی، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر، نقش انعطاف پذیری روان شناختی و بدتنظیمی هیجان در پیش بینی گرایش به خیانت زناشویی زنان متأهل شهر رشت بوده و تحقیق از نظر هدف، کاربردی و از حیث روش تحقیق، توصیفی از نوع همبستگی می باشد. جامعه آماری تحقیق، کلیه زنان مراجعه کننده به کلینیک های روان شناسی در شهر رشت می باشد و تعداد نمونه با روش نمونه گیری غیر احتمالی در دسترس با فرمول کوکران محدود، به تعداد ۳۳۶ نفر تعیین گردید. ابزار گردآوری داده ها، پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی دنیس و وندروال (۲۰۱۰)، پرسشنامه گرایش به خیانت زناشویی مارک واتلی (۲۰۰۸) و پرسشنامه بدتنظیمی هیجان گراس (۲۰۰۳) بود. داده ها با استفاده از ضریب همبستگی و رگرسیون همزمان در نرم افزار آماری SPSS 24 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته ها نشان دادند که انعطاف پذیری روان شناختی با گرایش به خیانت زناشویی زنان متأهل رابطه مثبت و معناداری دارد ( $P=0/01$ ) و بدتنظیمی هیجان با گرایش به خیانت زناشویی زنان متأهل رابطه منفی و معناداری دارد ( $P=0/01$ ) و انعطاف پذیری روان شناختی و بدتنظیمی هیجان در پیش بینی گرایش به خیانت زناشویی زنان متأهل نقش دارد ( $P=0/001$ ). با توجه به نتایج حاصله می توان نتیجه گرفت که انعطاف پذیری روان شناختی می تواند باعث کاهش گرایش به خیانت زناشویی زنان متأهل در شهر رشت گردد.

**واژگان کلیدی:** خیانت زناشویی، انعطاف پذیری روان شناختی، بدتنظیمی هیجان

## مقدمه

همواره خانواده به عنوان یکی از محیط‌های مؤثر در سلامت جسمی و روانی فرد در نظر گرفته می‌شود (فدایی مقدم و همکاران، ۱۴۰۱). یکی از عواملی که سلامت خانواده را با چالش مواجه می‌کند، خیانت زناشویی است. خیانت زناشویی به عنوان تخطی از توافق جنسی بین یک زوج تعریف می‌شود (رضاپور میرصالح و همکاران، ۱۴۰۰). با این که وفاداری عاطفی و جنسی نقش مهمی در تحکیم روابط دارد و هنجار کلیدی در تنظیم ازدواج محسوب می‌شود، خیانت زناشویی به طور بالقوه به انحلال روابط زناشویی کمک می‌کند (قاصدی و همکاران، ۱۳۹۹). مطالعات صورت گرفته در آمریکا نشان داده که ۲۱ درصد از مردان و ۱۱ درصد از زنان در طول زندگی مرتکب خیانت زناشویی می‌شوند. زنان درگیری مردان را در خیانت زناشویی ۸۰ تا ۹۸ درصد برآورد کرده‌اند و مردان اظهار داشته‌اند که زنان ۷۰ تا ۹۰ درصد به همسرانشان خیانت می‌کنند. خیانت به همسر در نگاه اول پدیده‌ای فردی به نظر می‌رسد اما با توجه به عواقب ناگوار و پیامدهای سوء آن که نهاد خانواده و تربیت فرزندان و نیز سلامت و امنیت جامعه را دچار اختلال و آشفتگی می‌کند، باید این معضل را از جمله آسیب‌های جدی و پنهان اجتماعی به شمار آوریم. لذا بررسی علمی برای شناسایی عوامل و متغیرهای مربوط به این مشکل ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است (توپلودمیرتاش و فینچام<sup>۱</sup>، ۲۰۲۰). حدود ۴۰ درصد از افرادی که در آمریکا طلاق گرفته‌اند، گزارش کرده‌اند که در طول زندگی زناشویی حداقل یکبار درگیر روابط خارج از حیطه‌ی زناشویی شده‌اند (لندن و هوی<sup>۲</sup>، ۲۰۲۱). تنهایی، اضطراب، عشق و آزادی از جمله نگرانی‌های وجودی هستند که پیشینه‌های نظری و تجربی نظیر ینیسیری و کوکدمیر (۲۰۰۶)؛ کالانتروش<sup>۳</sup> (۲۰۱۲)؛ لنتز و گیورگی<sup>۴</sup> (۲۰۰۰)؛ دائی جعفری، آقایی و رشیدی‌راد<sup>۵</sup> (۲۰۲۰) تأثیر آنها را بر رابطه زناشویی مورد تأیید قرار داده‌اند.

مطالعات نشان داده‌اند که دچار بدتنظیمی هیجانی<sup>۶</sup> هستند خیانت زناشویی را تجربه کرده و حاکی از آن است که تحولات عمیقی در دیدگاه این افراد نسبت به زندگی زناشویی و عشق ایجاد می‌شود و اغلب غرق در بحران‌های وجودی هستند، بحران‌هایی که گرایش آن‌ها را به روابط فرازناشویی تسهیل می‌کند (استیلیمان، گارسیا

<sup>1</sup> Toplu-Demirtaş & Fincham

<sup>2</sup> London & Hoy

<sup>3</sup> Kalantarkousheh

<sup>4</sup> Lantz & Gregoire

<sup>5</sup> Daei Jafari, Aghaei & Rashidi Rad

<sup>6</sup> Dysregulation

و تساپلیس<sup>۷</sup>، ۲۰۱۹). فردی که دچار بدتنظیمی هیجان شود، توانایی او در شناسایی، پاسخگویی و مدیریت گستره‌ای از احساسات با مشکل مواجه خواهد بود (کاتگاسنر<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). بدتنظیمی هیجان به روش‌های ناسازگارانه در پاسخ به احساسات از جمله نقص در درک پذیری و استفاده مؤثر از هیجانات و تعدیل احساسات و هیجانات اشاره دارد (گراتز<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). بدتنظیمی هیجانی یکی از قویترین عوامل خطر برای ایجاد مشکلات روان‌شناختی در افراد است (موریرا و کانوارو<sup>۱۰</sup>، ۲۰۲۰). پژوهش‌های دیگری از جمله مومنی، کرمی و حویزی‌زادگان (۱۳۹۸) و ادیب (۱۳۹۶) یکی از عوامل مؤثر بر گرایش به خیانت زناشویی همسران را ناتوانی در مدیریت هیجان‌ها عنوان کردند. تنظیم هیجان به ظرفیت نظارت، ارزیابی، فهم و اصلاح واکنش‌های هیجانی به شیوه‌ای که برای عملکرد بهنجار سودمند می‌باشد، اشاره دارد و فرایندی را شامل می‌شود که از طریق آن افراد هیجان‌هایشان را خواه به صورت هشیار یا ناهشیار به وسیله‌ی اصلاح تجارب یا از طریق آن افراد فراخوانده هیجان تنظیم می‌نمایند (پولک و همکاران، ۲۰۱۸). بدتنظیمی هیجهان به راهبردهای ناسازگارانه در واکنش به تجارب و حالات هیجهانی افراد اطلاق می‌شود (ایزدی و همکاران، ۱۳۹۸). برنز، کووا، ویردون، لیم و کوپنز (۲۰۱۳) دریافتند که استفاده از استراتژی‌های مربوط به بدتنظیمی هیجهانی منجر به کاهش هیجهانات مثبت و افزایش هیجهانات منفی در افراد می‌شود. پژوهش کرمی، رکی‌بی، محمدی و حق‌شناس (۱۳۹۶) برخی از هیجهانات منفی مانند پرخاشگری و افسردگی بانگرش به گرایش به خیانت زناشویی رابطه مثبت وجود دارد و بیان کردند که ابراز هیجهانات و گرفتن بازخورد آن از همسر، تاثیر گذارترین عوامل بر روابط زناشویی هستند. ازهار، آواز، وینهانگ، اختار و اکیل<sup>۱۱</sup> (۲۰۱۸) نشان دادند که زوجینی که خیانت زناشویی می‌کنند هیجهان‌های منفی بیشتری از جمله استرس، ازطراب و افسردگی را تجربه می‌کنند. فلیپ اوویک<sup>۱۲</sup> و همکاران و لی<sup>۱۳</sup> و همکاران (۲۰۱۵) در مطالعات خود نشان دادند که بدتنظیمی هیجهان با خیانت زناشویی رابطه دارد.

در همین راستا تیم و بلو<sup>۱۴</sup> (۲۰۱۸)، معتقدند برای حفظ و رشد رابطه‌ای که در آن خیانت اتفاق افتاده لازم است زوجین به منابعی دسترسی داشته باشند. یکی از این منابع بسیار نیرومند انعطاف پذیری شناختی است. انعطاف

<sup>7</sup> Selterman

<sup>8</sup> Kothgassner

<sup>9</sup> Gratz

<sup>10</sup> Moreira & Canavarro

<sup>11</sup> Azhar, Abbas, Wenhong, Akhtar & Aqeel

<sup>12</sup> Filipovic

<sup>13</sup> lee

<sup>14</sup> Timm & Blow

پذیری روانی مولفه‌ای از بهزیستی و عملکرد روزانه است (لاکین<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). انعطاف پذیری روانی یا توانایی پاسخ انعطاف پذیر به رویدادهای روانی، ممکن است با ترجیحات افراد در مقابل تجربه، دلبستگی آن‌ها به تجربیات و انگیزه آن‌ها برای اقدامات موثر همراه باشد (واتسون<sup>۱۶</sup>، ۲۰۲۳). انعطاف پذیری شناختی یک توانایی است که می‌تواند قابل یادگیری باشد، به عبارتی می‌توان آن را با تجربه به دست آورد. مطالعات خزائی و بابائی (۱۳۹۹) نشان می‌دهند همسرانی که خیانت دیده‌اند و از انعطاف پذیری شناختی بالاتری برخوردار هستند میل کمتری به طلاق دارند. در واقع وجود انعطاف‌پذیری شناختی می‌تواند در زندگی زناشویی نقش بسیار مثبتی ایجاد کند و باعث بهبود و التیام زخم‌های زوجین گردد (خورشیدی و دشت بزرگی، ۱۳۹۸). افرادی که توانایی تفکر انعطاف پذیر دارند، از توجیحات جایگزین استفاده کرده، به صورت مثبت چارچوب فکری خویش را بازسازی می‌کنند و موقعیت‌های استرس‌زا را می‌پذیرند نسبت به افرادی که انعطاف‌پذیری کمتری دارند، از نظر روانشناختی تاب‌آوری بالاتری دارند (صالحی و همکاران، ۱۴۰۰). با توجه به نکات گفته شده، پژوهش حاضر درصدد پاسخگویی به این سوال می‌باشد که بین انعطاف‌پذیری روان شناختی و بدتنظیمی هیجانی در پیش‌بینی گرایش به خیانت زناشویی زنان متأهل شهر رشت ارتباط وجود دارد؟

## روش پژوهش

از آنجا که پژوهش حاضر به نقش انعطاف‌پذیری روان شناختی و بدتنظیمی هیجان در پیش‌بینی گرایش به خیانت زناشویی زنان متأهل شهر رشت می‌پردازد، بر مبنای دسته‌بندی تحقیقات بر حسب هدف، تحقیق کاربردی می‌باشد. واز نوع تحقیقات توصیفی و پژوهش همبستگی می‌باشد. جامعه آماری شامل زنان مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره دانشگاه گیلان؛ کلینیک روان‌شناسی گویا؛ و مرکز مشاوره بهار بودند که با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و فرمول کوکران تعداد ۳۳۶ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. در این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه استفاده شد:

پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و وندروال (CFI)

پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و وندروال (CFI) که در سال ۲۰۱۰ ایجاد شده است، مشتمل بر ۲۰ سؤال می‌باشد و هدف این پرسشنامه ارزیابی میزان پیشرفت فرد در کار بالینی و غیربالینی و ارزیابی میزان پیشرفت فرد در ایجاد تفکر انعطاف‌پذیر در درمان شناختی رفتاری افسردگی و سایر بیماری‌های روانی به کار

<sup>15</sup> Lakin

<sup>16</sup> Watson

می رود. این پرسشنامه شامل دو زیرمقیاس کنترل پذیری و جایگزین ها می باشد، البته نمره کلی به دست آمده از این پرسشنامه به عنوان یک مقیاس کلی از انعطاف پذیری شناختی معتبر و قابل استفاده است (دنيس و وندروال، ۲۰۱۰). این پرسشنامه دارای مقیاس ۷ درجه ای لیکرت (کاملاً مخالف (۱)؛ مخالفم (۲)؛ تا حدی مخالفم (۳)؛ نه موافق و نه مخالفم (۴)؛ تا حدی موافقم (۵)؛ موافقم (۶)؛ کاملاً موافقم (۷)) است. جمع نمرات تمام سؤالات، نمره کل آزمون انعطاف پذیری شناختی را به دست می آورد. بالاترین نمره ای که فرد در این پرسشنامه می تواند بگیرد ۱۴۰ و پایینترین نمره ۲۰ می باشد. نمره بالاتر نشان دهنده انعطاف پذیری شناختی بیشتر و نمره پایین و نزدیک به ۲۰ نشان دهنده انعطاف پذیری شناختی پایین می باشد. در پژوهش دنيس و وندروال (۲۰۱۰) اعتبار همزمان این پرسشنامه را با پرسشنامه افسردگی بک (BDI-II) برابر ۰/۳۹- و روایی همگرایی آن را با مقیاس انعطاف پذیری شناختی (مارتین و روین، ۱۹۹۵)، ۰/۷۵ به دست آوردند. در ایران سلطانی و همکاران (سلطانی و همکاران، ۱۳۹۲؛ به نقل از فاضلی و همکاران، ۱۳۹۳) ضریب بازآزمایی کل مقیاس را ۰/۷۱ و ضرایب آلفای کرونباخ کل را ۰/۹۰ گزارش نمودند. آلفای کرونباخ داده های این پرسشنامه در پژوهش فاضلی و همکاران (۱۳۹۳) نیز ۰/۷۵ بدست آمد.

پرسشنامه نگرش به خیانت زناشویی:

این پرسشنامه توسط مارک واتلی (۲۰۰۸) تهیه شده است. این مقیاس دارای ۱۲ عبارت است که هر سوال در طیف پنج درجه ای لیکرت، از بسیار موافق (۵) تا بسیار مخالف (۱) نمره گذاری می شود. عبارت ها شامل جملاتی راجع به احساسات منفی و مثبت نسبت به مقوله خیانت است و هدف از این سنجش، نوع احساسات و تفکر افراد نسبت به مسائل مربوط به خیانت زناشویی است و در واقع، این مقیاس مقدار تمایل، میزان پذیرندگی و یار د کنندگی خیانت را از دید افراد مختلف می سنجد. حداقل نمره فرد در این مقیاس ۱۲ و حداکثر ۶۰ می باشد. در تحقیق برهانی زاد و عبدی (۱۳۹۶)، روایی این مقیاس با استفاده از شاخص روایی محتوایی و تحلیل عاملی تاییدی مورد تایید قرار گرفته است، همچنین پایایی این مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به دست آمده است؛ همچنین این مقیاس در تحقیق عبدالله زاده (۱۳۸۹) در بین ۳۸۳ نفر از زنان و مردان ساکن شهرهای علی آباد و بهشهر، اجرا شد و روایی این مقیاس از طریق تحلیل عاملی تاییدی و روایی صوری تایید شده است و پایایی این مقیاس هم با استفاده از ضریب پایایی آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمده است. در پژوهش مارک واتلی (۲۰۰۸) روایی این مقیاس با استفاده از شاخص روایی محتوایی مورد تایید قرار گرفته

است و پایایی این مقیاس هم با استفاده از ضریب پایایی آلفای کرونباخ  $0/92$  به دست آمده است؛ همچنین در تحقیق شاکلفورد و همکاران (۲۰۰۸) روایی این مقیاس با استفاده از تحلیل عاملی تاییدی مورد تایید قرار گرفته است و پایایی این مقیاس هم با استفاده از ضریب پایایی آلفای کرونباخ  $0/86$  به دست آمده است.

#### -مقیاس بد تنظیمی هیجانی

این پرسشنامه دارای ۱۰ ماده و دو خرده مقیاس است: خرده مقیاس ارزیابی مجدد دارای ۶ گویه و سرکوبی دارای ۴ گویه است. نحوه پاسخدهی به آن بر اساس طیف ۷ درجه ای لیکرت تنظیم شده و در دامنه ی به شدت مخالفم (با نمره ۱) تا به شدت موافقم (با نمره ۷) درجه بندی شده است. میانگین نمره ی هر گویه از سبک هیجانی نمره های بین ۱ تا ۷ است و از راه تقسیم نمره هر خرده مقیاس بر تعداد سؤالات آن، نمره ی هر سبک هیجانی به دست می آید. هافمن و کاشدان (۲۰۱۰) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به دست آوردند که میزان ضریب را برای خرده مقیاس سازگاری  $0/82$ ، پنهان کاری  $0/84$  و تحمل  $0/68$  گزارش کردند. در پژوهش کارشکی (۱۳۹۲) که با هدف بررسی روایی این پرسشنامه، بر روی دانشجویان دوره ی کارشناسی دانشگاه فردوسی و علوم پزشکی مشهد انجام گرفت و از روش تحلیل مؤلفه های اصلی و روایی سازه های استفاده شد، روایی سازه ای این پرسشنامه با ۳ عامل تأیید شد. به منظور سنجش پایایی نیز از ضرایب آلفای کرونباخ استفاده شد. میزان ضریب آلفای کرونباخ در خرده مقیاس پنهانکاری  $0/70$ ، سازگاری  $0/75$  و تحمل  $0/50$  به دست آمد (کارشکی، ۱۳۹۲).

برای توصیف داده ها از شاخص های مرکزی و پراکندگی همچون میانگین و انحراف معیار و برای استنباط آماری برای تجزیه و تحلیل داده ها، روش واریانس چند متغیره استفاده خواهد شد. نرم افزار مورد استفاده در این پژوهش همچنین برای ورود داده ها و محاسبه شاخص های توصیفی از **SPSS 24** استفاده می شود.

#### یافته های پژوهش

در این قسمت، آمار توصیفی متغیرهای پژوهش اعم از میانگین و انحراف معیار آنها، جهت شناخت وضعیت پاسخگویی کارکنان به گویه های پرسشنامه مربوط به هر یک از متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱ شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	میانگی	بیشینه	کمینه	انحراف
-------	-------	--------	--------	-------	--------

معیار		ن				
۳/۳۷	۱۷	۵۳	۴۲/۵۸	۸۲	کنترل پذیری	انعطاف پذیری
۳/۴۲	۱۹	۵۴	۳۵/۲۹	۸۲	جایگزین ها	
۲/۵۳	۱۲	۳۶	۲۴/۳۸	۸۲	ارزیابی مجدد	بدتنظیمی هیجان
۲/۳۳	۸	۲۶	۱۸/۵۱	۸۲	سرکوبی	
۳/۰۹	۱۹	۵۳	۳۹/۱۷	۸۲	خیانت زناشویی	

فوق

جدول

میانگین و انحراف استاندارد گرایش به خیانت زناشویی، انعطاف پذیری (کنترل و جایگزین ها) و بدتنظیمی هیجان (ارزیابی مجدد و سرکوبی) را نشان می دهد.

جدول ۲- آزمون نرمال بودن متغیرهای پژوهش

نتیجه آزمون	سطح معناداری	آماره کولموگروف- اسمیرنف	متغیرهای پژوهش
نرمال است	۰/۲۱۱	۰/۰۶۵	کنترل پذیری انعطاف پذیری
نرمال است	۰/۲۰۵	۰/۰۵۸	جایگزین ها
نرمال است	۰/۱۸۹	۰/۰۴۹	ارزیابی مجدد بدتنظیمی
نرمال است	۰/۱۹۴	۰/۰۶۲	سرکوبی هیجان
نرمال است	۰/۱۹۲	۰/۰۶۸	خیانت زناشویی

طبق جدول ۲ تمامی متغیرهای پژوهش نرمال می باشند و نشان می دهد که سطح معنی داری برای کلیه متغیرها بالاتر از ۰/۰۵ بود، در نتیجه متغیرهای تحقیق از توزیع طبیعی برخوردار بوده، لذا برای تحلیل فرضیه ها از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد.

در این بخش ابتدا فرضیه‌های رابطه‌ای از طریق همبستگی پیرسون بررسی شده و سپس نتایج رگرسیون چندگانه همزمان برای فرضیه‌های پیش‌بینی بیان شده است.

فرضیه اول: بین انعطاف پذیری روان شناختی با گرایش به خیانت زنان متاهل رابطه وجود دارد.

فرضیه دوم: بین بدتنظیم هیجان با گرایش به خیانت زنان متاهل رابطه وجود دارد.

جدول ۲ نتایج همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	کنترل پذیری	جایگزین ها	ارزیابی مجدد	سرکوبی	خیانت زناشویی
کنترل پذیری	۱				
جایگزین ها	۰/۴۲**	۱			
ارزیابی مجدد	-۰/۴۹**	-۰/۵۳**	۱		
سرکوبی	-۰/۴۵**	-۰/۵۲**	۰/۵۶**	۱	
گرایش به خیانت زناشویی	-۰/۴۷**	-۰/۵۱**	۰/۳۵**	۰/۳۹**	۱

\*معنی دار در سطح ۰/۰۵ و \*\* معنی دار در سطح ۰/۰۱

فرضیه اول: بین انعطاف پذیری روان شناختی با گرایش به خیانت زنان متاهل رابطه وجود دارد.

براساس جدول فوق بین انعطاف پذیری روان شناختی با مؤلفه کنترل پذیری با میزان ۰/۴۷- و جایگزین ها با میزان ۰/۵۱- با گرایش به خیانت زنان متاهل همبستگی منفی و معناداری وجود دارد. از این رو فرضیه اول تأیید می شود به این معنی که با افزایش انعطاف پذیری روان شناختی بر میزان گرایش به خیانت زنان متاهل کاسته می شود.

به این مفهوم که تغییرات در انعطاف پذیری روان شناختی باعث ایجاد نوسان در متغیر وابسته (گرایش به خیانت زنان متاهل) خواهد بود.

فرضیه دوم: بین بدتنظیمی هیجان با گرایش به خیانت زنان متاهل رابطه وجود دارد. براساس جدول فوق بین بدتنظیم هیجان با مؤلفه ارزیابی مجدد با میزان ۰/۳۵ و سرکوبی با میزان ۰/۳۹ با گرایش به خیانت زنان متاهل همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. از این رو فرضیه دوم تأیید می شود به این معنی که با افزایش بدتنظیم هیجان بر میزان گرایش به خیانت زنان متاهل افزایش می یابد. به این مفهوم که تغییرات در بدتنظیم هیجان باعث ایجاد نوسان در متغیر وابسته (گرایش به خیانت زنان متاهل) خواهد بود.

فرضیه سوم: انعطاف پذیری روان شناختی و بدتنظیمی هیجانی در پیش بینی گرایش به خیانت در زنان متاهل نقش دارد.

به منظور تحلیل فرضیه پژوهش از آزمون تحلیل رگرسیون به روش همزمان استفاده شد. پیش از تحلیل داده‌ها با روش رگرسیون همزمان، پیش فرض‌های این آزمون بررسی شد (نرمال بودن متغیرها و هم خطی). آماره‌های مربوط به ارزیابی مدل ارائه شده است.

#### جدول ۴ آماره‌های مربوط به ارزیابی مدل

مدل	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> تنظیم شده	خطا	WD
۱	۰/۸۱۶	۰/۷۹۵	۰/۷۶۲	۱۲/۰۲۷	۱/۵۷

داده‌های جدول ۴ نشان می‌دهد مقدار مجذور آر تنظیم شده ۰/۷۶۲ بدست آمد، بدین معنی که مدل بدست آمده قادر به پیش بینی در حدود ۷۶ درصد از واریانس متغیر گرایش به خیانت در زنان متاهل است. همچنین مقدار آزمون دوربین - واتسون ۱/۸۷ بود که نشان می‌دهد فرض استقلال باقی مانده‌ها به درستی رعایت شده است.

#### جدول ۵ آماره‌های مربوط به تحلیل واریانس

مدل	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	f	سطح معنی داری
رگرسیون	۶۱۳۵۸/۳۵۲	۲	۱۸۶۵۹/۵۱۷	۱۱۵/۵۸۳	۰/۰۰۱

باقی مانده	۲۷۴۵۱/۱۸۵	۷۹	۱۶۳/۸۵۹
کل	۸۸۸۰۹/۵۳۷	۸۱	

تحلیل واریانس جدول ۵ نشان می‌دهد که رگرسیون متغیرهای پیش بین به طرف متغیر ملاک از نظر آماری معنی‌دار است چراکه مقدار  $f$  محاسبه شده (۱۱۵/۵۸۳) از لحاظ آماری معنی‌دار است. ( $P < 0/001$ ).

جدول ۶ آماره‌های مربوط به ضرایب رگرسیون

مدل ۱	ضرایب اصلاح نشده B	خطای معیار	ضرایب اصلاح شده بتا	t	سطح معنی داری
ثابت	۲۳۷/۲۵	۳۱/۴۸	-	۹/۸۴۷	۰/۰۰۱
انعطاف پذیری	۰/۳۶۹	۰/۱۰۷	۰/۳۹۵	۵/۲۶۷	۰/۰۰۱
بدتنظیمی هیجان	-۰/۲۵۱	۰/۱۱۲	-۰/۱۴۳	-۲/۵۴۱	۰/۰۰۳

همان طور که در جدول ۶ مشاهده می‌شود، بر اساس تحلیل رگرسیون متغیرهای پیش بین شامل انعطاف پذیری و بدتنظیمی هیجان سهم معناداری در پیش‌بینی گرایش به خیانت در زنان متاهل داشتند. چراکه با استفاده از روش رگرسیون چند متغیری به روش همزمان، مدل معنی‌داری بدست آمد (مجذور آر تنظیم شده برابر ۰/۷۶۲،  $F=115/583$  و  $P < 0/001$ ) و مدل برازش شده توانست ۷۶ درصد از واریانس متغیر ملاک (گرایش به خیانت در زنان متاهل) را پیش‌بینی کند. همچنین انعطاف پذیری سهم بیشتری در پیش‌بینی گرایش به خیانت در زنان متاهل داشت. بر این اساس فرضیه سوم پژوهش مبنی بر اینکه انعطاف پذیری روان‌شناختی و بدتنظیمی هیجانی در پیش‌بینی گرایش به خیانت در زنان متاهل نقش دارد، با ۹۹ درصد اطمینان تایید شد.

### بحث و نتیجه گیری

یافته‌های پژوهش نشان داد که انعطاف پذیری موجب کاهش میزان گرایش به خیانت زنان متاهل می‌شود. این نتایج با نتایج پژوهش بیات و کشفی (۱۴۰۲)، دهقانی و نیک نژادی (۱۴۰۱)، نازی نژاد و رحمتی (۱۴۰۰)، نیکولو و همکاران (۲۰۱۸) همسو می‌باشد. در تبیین نتایج می‌توان گفت که انعطاف‌پذیری‌شناختی به اشخاص اجازه می‌دهد که جانشین‌های رفتاری را مدنظر قرار دهند، ایده‌های مختلفی خلق نمایند و به شرایط تازه یا تغییر یافته به

درستی پاسخ دهند. انعطاف‌پذیری شناختی بیشتر از هر مفهوم دیگری به سلامت روان ارتباط دارد، برای روبرو شدن و سازگاری با مشکلات روزانه زندگی مساله‌ی بسیار مهمی است و امکان سلامت و متعادل بودن ذهن را مهیا می‌نماید و از این راه بر گرایش به خیانت زنان متأهل اثر می‌گذارد. بیشتر شدن این خصوصیت به این افراد در مدیریت هرچه بهتر موقعیت‌های ناگهانی، کمک می‌کند تا چیزهای تازه‌تری را یاد بگیرند، آموخته‌های تازه را به سادگی به جای افکار قدیمی در ذهنشان جایگزین نمایند و افکار قدیمی را دور بریزند. اساساً بایستی بیان نمود که انعطاف‌پذیری شامل گشودگی، مهربانی و متأثر بودن در مقابل رنج‌های شخصی، داشتن احساس‌های مراقبت و مهربانی نسبت به خود و بازشناسی این نکته که تجربیات هر فردی است. از این رو زمانی که این خصوصیت شخصیتی با احساس شرم و گناه نیز توأم شود، می‌تواند تأثیر دوچندانی به وجود آورد که شخص را در مقابل خیانت زناشویی که کاهش دهنده کیفیت زندگی زناشویی است حفظ نماید. برای مثال شخص منعطف برای حفاظت از خود در مقابل اضطراب‌های دریافت شده از محیط، با توجه به داشتن مولفه حفاظت از خود تلاش برای برقراری ارتباطی تأثیرگذار، بدون استرس و شاد با همسر می‌نماید. انعطاف‌پذیری، به عنوان جانشینی برای درماندگی در مقابل مشکلات، نقش تأثیرگذاری در تنظیم هیجان‌ها دارد. درحقیقت وجود انعطاف‌پذیری به زوجها یاری می‌رساند بین خود و همسرشان ارتباط احساس نمایند. افرادی که توانایی تفکر انعطاف‌پذیری دارند، از توجیحات جایگزین استفاده می‌کنند، به صورت مثبت چارچوب فکری خود را بازسازی می‌کنند و موقعیت‌های چالش برانگیز یا رویدادهای استرس‌زا را می‌پذیرند و نسبت به افرادی که انعطاف‌پذیری کمی دارند، از نظر روان‌شناختی تاب‌آوری بالاتری دارند. به عبارت دیگر زوجینی که توانایی تفکر انعطاف‌پذیر دارند و از نظر روان‌شناختی تاب‌آوری بیشتری دارند باعث می‌شود که در زندگی مشترک نیز با درک متقابل از خواسته‌های یکدیگر و همچنین نشان دادن نوعی نرمش و انعطاف‌پذیری در رفتار خود، زندگی مشترک با ثبات و موفق‌تری را تجربه کنند. بنابراین توانایی افراد در انعطاف‌پذیری می‌تواند برای سلامت رابطه‌ی زناشویی و در نتیجه رضایت مندی آنان مفید باشد که متعاقباً باعث کاهش گرایش به خیانت زناشویی می‌شود. از سویی دیگر، انعطاف‌پذیری شناختی ساختاری چندبعدی دارد که شامل متغیرهای بنیادی مانند مزاج، شخصیت و مهارت‌های خاصی چون حل مساله می‌باشد که این ویژگی‌ها و مهارت‌ها به فرد اجازه می‌دهند تا با وقایع استرس‌زا و آسیب‌زای زندگی شخصی به ویژه در زندگی با همسر، سازگاری مطلوبی ایجاد نمایند و به طور موفقیت‌آمیزی با استرس و حوادث آسیب‌زا در روابط زناشویی مقابله کنند. در واقع با انعطاف‌پذیری شناختی می‌توان

تغییرات اساسی در بازسازی فکری ایجاد کرد که زمینه ارتباط بین انعطاف پذیری شناختی و کاهش گرایش به خیانت زناشویی را تبیین می کند.

نتایج همچنین نشان داد بدتنظیمی هیجان موجب افزایش میزان گرایش به خیانت زنان متاهل می شود. این نتایج با نتایج پژوهش باهر طالاری، میکائیلی، آقاجانی و حبیبی (۱۴۰۳)، عقیلی و ولی زاده (۱۴۰۲)، عابدی نقندر، ثانی و محمدیگی (۱۴۰۲)، شالچیان پورخلجان، اسدی، حسن زاده و خواجهوند خوشلی (۱۴۰۱)، گلستانی و زاده محمدی (۱۳۹۸)، دشت بزرگی (۱۳۹۷)، آنوار و همکاران (۲۰۲۲) همسو می باشد. در تبیین این نتایج می توان گفت که سازگاری زناشویی به معنای نداشتن مشکل در زندگی نیست، بلکه به معنای ظرفیت سازگار شدن با مشکلات و توانایی حل آنهاست. و هیجانات نقش برجسته‌ای در سازگاری و روابط صمیمانه همسران دارد. بنابر این افرادی که هنگام بروز تعارض و مشکل می‌توانند هیجانات خود را کنترل و مدیریت کنند، بهتر می‌توانند مشکلات خود را حل و فصل و در نهایت سازگاری بهتری داشته باشند. برای تقویت صمیمیت و سازگاری زناشویی لازم است به زوجها کمک شود تا مدیریت تعارض، هیجانات و معنای داشتن حس مشترک را، در رابطه بیاموزند. افراد باید بیاموزند که چگونه هیجانات خود را کنترل و آرامش خود را بازیابند و توجه خود را دوباره متمرکز کنند. آنها باید دریابند که چگونه می‌توان هیجانات شدید و متفاوت را تنظیم و تعدیل کرد. بدتنظیمی هیجان افراد با مشکلات متعددی در شناسایی و تمیز هیجان‌ها با حس‌های بدنی، توصیف هیجان‌ها، زندگی خیالی و هیجانی درونی پایین، تفکر معطوف به بیرون، اجتناب از حل تعارضات جدی روبه‌رو هستند. در بدتنظیمی هیجان افراد در شناسایی احساسات دشواری‌های زیادی دارند. برای مثال این افراد اغلب در اینکه چه احساسی را حمل می‌کنند، ناتوان بوده و از اینرو همواره حامل هیجان‌های منفی هستند. از سوی دیگر یکی دیگر از ویژگی‌های این افراد عدم توانایی لازم در توصیف احساسات خود و دیگری است این ویژگی نیز سبب می‌شود تا نتوانند رفتار مناسبی را در قبال احساسات خود و دیگری درپیش گیرند. همچنین از آنجا که در بدتنظیمی هیجان تفکر افراد بیشتر از نوع عینی است، بنابراین افراد دارای بدتنظیمی هیجان اغلب ترجیح می‌دهند با دیگران در مورد فعالیت‌های روزمره آنها صحبت کنند تا احساساتشان. این ویژگی‌ها سبب می‌شود تا افراد دارای بدتنظیمی هیجان اغلب حامل احساساتی باشند که بدرستی شناخته نشده و به درستی نیز ابراز نمی‌شود. از اینرو درک روابط متقابل برای این افراد دشوار بوده و چون در مورد احساسات و به خصوص احساسات منفی که دارند کمتر صحبت می‌کنند توسط اطرافیان خود نیز کمتر مورد توجه قرار می‌گیرند. در زندگی زناشویی نیز به دلیل وجود مشکلات متعدد زوجین با عواطف مثبت و منفی زیادی مواجهند. چنانچه زوجها با

مهارت‌های ابزار هیجان‌آشنایی لازم را نداشته و مهارت لازم را در این خصوص کسب نکرده باشند، این تصور را در خود و همسرشان ایجاد خواهند کرد که درک متقابلی در روابط زناشویی آنها وجود نداشته و این مساله سبب می‌شود تا روابط آنها رفته رفته سرد شده و زندگی آنها کیفیت لازم را از دست بدهد. از اینرو ناگویی هیجانی با کاهش تدریجی دلبستگی عاطفی به همسر، احساس بیگانگی، بی‌علاقگی و بی‌اعتنایی زوج‌ها به یکدیگر و جایگزینی عواطف منفی به جای عواطف مثبت همراه بود و گرایش به خیانت زناشویی را تشدید خواهد کرد.

یافته‌های پژوهش همچنین نشان داد که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و بدتنظیمی هیجانی، گرایش به خیانت زنان متاهل را پیش‌بینی می‌کنند و فرضیه تایید می‌شود. این پژوهش با نتایج پژوهش باهر طالاری، میکائیلی، آقاجانی و حبیبی (۱۴۰۳)، عابدی نقندر، ثانی و محمدبیگی (۱۴۰۲)، نازی نژاد و رحمتی (۱۴۰۰)، صمدی کاشان، حاج حسینی، به پژوه و اژه ای (۱۳۹۹)، گلستانی و زاده محمدی (۱۳۹۸)، آنوار و همکاران (۲۰۲۲)، نیکولو و همکاران (۲۰۱۸) همسو می‌باشد. از این رو می‌توان گفت که اهمیت فراوانی که خانواده در جامعه دارد و بارها در پژوهش حاضر به آن اشاره شد سبب شد که پژوهش حاضر به بررسی عوامل آسیب‌زایی همچون خیانت زناشویی که براساس آمار یکی از آسیب‌های است که در جامعه کنونی ریشه دوانده و سبب متزلزل شدن پایه و اساس و بنیان خانواده شده، پردازد. شناسایی عوامل مرتبط و علل گرایش افراد به خیانت زناشویی با توجه به شیوع بالای آن در سال‌های اخیر اهمیت ویژه‌ای پیدا کرده است. خیانت زناشویی و نظریات مختلفی که به توضیح و تفسیر آن پرداخته‌اند و همین‌طور پژوهش‌ها و تحقیقات زیادی نشان دهنده آن بود که در سال‌های اخیر تلاش زیادی برای شناسایی عوامل پیش‌بینی‌کننده خیانت زناشویی صورت گرفته است. با توجه به تعاریف و نظریاتی که در فصل دوم برای انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و بدتنظیمی هیجان در خانواده بیان شد که نشان دهنده مهم بودن انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در روابط افراد با یکدیگر است و اهمیتی که شناخت هیجان در تصمیم‌گیری و جایگاه افراد در خانواده دارد. با توجه به نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده‌ها، می‌توان نتیجه گرفت که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و بدتنظیمی هیجان در افراد توانایی پیش‌بینی گرایش به خیانت زناشویی را دارند. نتایج به دست آمده در این پژوهش نشان داد علاوه بر موارد قبلی که در گرایش به خیانت موثر بودند، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و بدتنظیمی هیجان نیز می‌توانند پیش‌بینی‌کننده خیانت زناشویی باشند. بدین ترتیب توجه به این متغیرها می‌تواند در پیشگیری از بروز خیانت زناشویی و بهبود روابط زوجین و حفظ بنیان خانواده و سلامت جامعه موثر و کارگشا باشد. با توجه به یافته‌ها و پیشینه پژوهش، پیشنهاد می‌شود از نتایج

این پژوهش در مراکز آموزشی، مشاوره، درمانی و سازمان بهزیستی و معاونت پیشگیری آسیب های اجتماعی دادگستری استفاده کنند.

## منابع

- خزاعی، سانه و بابایی، مهسا. (۱۳۹۹)، نقش انعطاف پذیری شناختی و راهبردهای مقابله مذهبی در پیش بینی میل به طلاق زنان دارای تجربه خیانت. اولین همایش بین المللی مشاوره
- خسروی، ا؛ حیدرنیا، ا و نظیفی، م (۱۳۹۹). نقش نگرش مذهبی در نگرش به خیانت زناشویی با میانجی گری بهزیستی ذهنی در زنان متأهل. پژوهشنامه روان شناسی مثبت، ۵(۳)، ۲۸-۱۳.
- خورشیدی، غزال و دشت بزرگی، زهرا. (۱۳۹۸)، رابطه جنبه های تاریک شخصیت، احقاق جنسی و انعطاف پذیری شناختی با دلزدگی زناشویی در پرستاران زن، پژوهش پرستاری، ۱۴ (۱): ۶۵-۷۱.
- خیراللهی، محمد، جعفری، قمری، محمد، باباجانی، وحیده. (۱۳۹۸). طراحی مدل پیش بینی انعطاف پذیری شناختی بر اساس تحلیل روند تغییرات چرخه زندگی در زوجین متقاضی طلاق. فرهنگ مشاوره و رواندرمانی، ۱۰ (۳۹)، ۱۵۷ - ۱۶۹.
- راهیما، هادی؛ ادیب راد، نسترن و نورانی پور، (۱۳۹۷) بخشی آموزش دانش آموزان پسر سال اول دبیرستان. بهبود فصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه. ۱۴(۱۳)۲۱۸-۱۲۱.
- رضاپور میرصالح، یاسر؛ شفیع زاده، رویا و امین، فرزانه. (۱۴۰۰). اثربخشی درمان تلفیقی هیجانمحور و بخشودگی در افزایش همبستگی خانوادگی و کاهش میل به طالق زنان آسیبدیده از خیانت زناشویی، نشریه علمی فرهنگی - تربیتی زنان و خانواده سال شانزدهم، شماره ۵۶: ۲۱۶-۱۹۳.
- صالحی، حانیه؛ مقدم کوشا، صدیقه و کاظمی دلیوند، فردوس. (۱۴۰۰)، میرزایی، نگار و اضطراب بیماری در پرستاران بیمارستان: پیش بین های ذهن آگاهی و انعطاف پذیری روان شناختی در دوران کووید -۱۹، پژوهش های کاربردی در مشاوره، ۱۴(۱۸): ۱۱۳-۱۳۰.
- عبدالملکی، مریم. (۱۳۹۵). رسانه، بازاندیشی و گرایش به روابط فرا زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته پژوهش علوم اجتماعی، دانشگاه الزهراء (س) تهران.
- عیسی زادگان، فرزانه؛ تقوا، (۱۳۹۵). مقایسه راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان در سربازان با مشکلات رفتاری و سربازان سالم. مجله علمی ابن سینا. ۱(۲): ۴۷-۴۵.

- عیسی‌نژاد، امید و باقری، آرزو. (۱۳۹۷). پدیدارشناسی روش های توجیه خیانت: سازوکارهای رویارویی با ناهماهنگی های شناختی در روابط فرا زناشویی. مشاوره و روان درمانی خانواده، ۶ (۲)، ۱۸۸-۲۰۷.
- فاضلی، مژگان و احتشام زاده، پروین. (۱۳۹۶). اثربخشی درمان شناختی - رفتاری بر انعطاف پذیری پذیری شناختی افراد افسرده. فصلنامه اندیشه و رفتار، ۸ (۹۴)، ۷۲ - ۵۳.
- کریمی، سارا. (۱۳۹۷). نقش طرحواره های ناسازگار اولیه و صفات بنیادی شخصیت در پیشینی باورها در مورد خیانت زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان.

- Eaves, S.H. (2012). The relationship between self-worth and marital infidelity: A pilot study. *The Family Journal*, 15(4), 382-386.
- Fadai Moghadam, M.; Khoshakhlaq, H. and Rezaei Jamaloui, H. (1401), comparing the effectiveness of McLee's cognitive couple therapy and schema therapy on impulsivity and improving relationship performance in couples with marital conflict in Qom. *Women's Quarterly*, 13(1), 166-141.
- Fife, S. T., Weeks, G. R., & Stellberg-Filbert, J. (2016). Facilitating Forgiveness in the Treatment of Infidelity: An Interpersonal Model. *Journal of Family Therapy*, 35(4), 343-367.
- Filipovic, S., Vukosavljevic-Gvozden, T., & Opacic, G. (2015). Irrational Beliefs, Dysfunctional Emotions, and Marital Adjustment: A Structural Model. *Journal of Family Issues*, 28(7), 1- 18.
- Fincham, F. D., & May, R. W. (2017). Infidelity in Romantic Relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 70-74.
- Fincham, F. D., & May, R. W. (2018). Infidelity in Romantic Relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 70-74.
- Regulation Training Based on Grass Model on Reducing Rumination and Social Anxiety in Female Students with ۶۰-Day Follow-up. *Journal of Health Education and Health Promotion*. ۲۰۱۹. ۱:۱-۹ (۷)