

امکانسنجی پروتکل آموزش گروهی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی بر  
صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی در زوجین متعارض

The feasibility study of the group educational protocol for preventing marital infidelity  
and increasing marital commitment on emotional intimacy and attitudes toward  
marital infidelity in conflicted couples

Elham Milaki

MA in General Psychology, Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran.

Dr. Razieh Khorramabadi \*

Assistant Professor, Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran.

[rkhorramabadi@pgu.ac.ir](mailto:rkhorramabadi@pgu.ac.ir)

Dr. Mostafa Dehghani

Assistant Professor, Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran.

الهام میلکی

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

(نویسنده مسئول)

دکتر راضیه خرم آبادی

استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

دکتر مصطفی دهقانی

استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

Abstract

The present study aimed to assess the feasibility of a group educational protocol for preventing marital infidelity and increasing marital commitment, emotional intimacy, and attitudes towards marital infidelity in conflicted couples. The present study was a semi-experimental study with a pre-test-post-test design and a control group with a two-month follow-up period. The statistical population of this study included conflicting couples referring to the state welfare counseling center in Bushehr since 2025-26. 32 people (16 couples) were selected through purposive sampling and randomly assigned to two experimental (8 couples) and control (8 couples) groups. The Personal Assessing Intimacy (PAI; Schaefer & Olson, 1981) and Attitudes Toward Infidelity Scale (ATIS; Whatley, 2008) were used to collect data. Couples in the experimental group underwent intervention as a group for 10 sessions. Data analysis was performed using repeated measures analysis of variance. The findings showed that there was a significant difference between the pre-test and post-test of emotional intimacy and attitude towards marital infidelity in the experimental and control groups ( $P<0.05$ ); however, there was no significant difference between the post-test and follow-up mean in the experimental group, and the results were maintained in the follow-up period ( $P<0.05$ ). Overall, it can be concluded that the educational protocol for preventing marital infidelity and increasing marital commitment had an effective role in emotional intimacy and attitude towards marital infidelity in conflicted couples.

**Keywords:** Marital Infidelity, Marital Commitment, Emotional Intimacy, Marital Conflict.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف امکانسنجی پروتکل آموزش گروهی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی بر صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی در زوجین متعارض انجام شد. پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش-آزمون-پس آزمون و گروه کنترل با دوره پیگیری دو ماه بود. جامعه آماری این پژوهش شامل زوجین متعارض مراجعه کننده به مرکز مشاوره دولتی حضوری بهزیستی شهرستان بوشهر از سال ۱۴۰۴ بود. ۳۲ نفر (۱۶ زوج) از افراد به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به روش تصادفی در دو گروه آزمایش (۸ زوج) کنترل (۸ زوج) گمارده شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها از ارزیابی صمیمت شخصی (PAI؛ شافر و السون، ۱۹۸۱) و مقیاس نگرش به خیانت (ATIS؛ واتلی، ۲۰۰۸) استفاده شد. زوجین گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه به‌صورت گروهی تحت مداخله قرار گرفتند. تحلیل داده‌ها به روش تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر انجام شد. یافته‌ها نشان داد که بین پیش آزمون و پس آزمون صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود داشت ( $P<0.05$ )؛ اما بین میانگین پس آزمون و پیگیری در گروه آزمایش تفاوت معناداری وجود نداشت و نتایج در دوره پیگیری حفظ شد ( $P<0.05$ ). در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که پروتکل آموزشی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی نقش موثری بر صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی در زوجین متعارض داشته است.

**واژه‌های کلیدی:** خیانت زناشویی، تعهد زناشویی، صمیمیت عاطفی، تعارض زناشویی.

## مقدمه

خیانت زناشویی و کاهش تعهد، آسیب‌های جدی برای روابط زناشویی و خانوادگی در جامعه معاصر هستند، خیانت، اعتماد را که یکی از پایه‌های اصلی ثبات زناشویی است، از بین می‌برد و اغلب باعث درد عاطفی پایدار، خشم و ناامنی می‌شود (زارع و همکاران، ۲۰۲۵)؛ اختلال و سعید، ۲۰۲۶). وقتی تعهد ضعیف می‌شود، همسران کمتر تمایل دارند که برای ارتباط، حل تعارض و حمایت متقابل سرمایه‌گذاری کنند که این امر رابطه را بیشتر بی‌ثبات می‌کند (روکاچ و چان<sup>۱</sup>، ۲۰۲۳). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که تعارض زناشویی یکی از عوامل موثر بر گرایش افراد متاهل به خیانت زناشویی است و می‌تواند باعث افزایش ناساگاری بیشتر در روابط آنها گردد (مادوکاو<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۵). مطالعات همچنین نشان می‌دهد که روابط فرازناشویی والدین می‌تواند باعث ایجاد تنش، سردرگمی و اختلال در نقش در سیستم خانواده شود و بر بهزیستی کودکان و روابط والدین و فرزند تأثیر بگذارد؛ علاوه بر این، روابط زناشویی پایدار و متعهد با بهزیستی بلندمدت مرتبط است، در حالی که بی‌ثباتی با پیامدهای ضعیف‌تر مرتبط است (جامز<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). به همین دلایل، خیانت و کاهش تعهد باید به عنوان تهدیدهای اصلی برای سلامت و تداوم زندگی زوجی تلقی شود. خیانت زناشویی اغلب نه تنها به عنوان یک رفتار، بلکه به عنوان الگویی که مقدم بر باورها و نگرش‌های سهل‌گیرانه است، مورد مطالعه قرار گرفته است؛ تحقیقات قبلی نشان می‌دهد که نگرش مثبت‌تر نسبت به خیانت با احتمال بیشتر درگیر شدن در رفتارهای خارج از ازدواج مرتبط است (روکاچ و چان، ۲۰۲۳). وقتی افراد خیانت را قابل قبول، کم‌ضررتر یا توجیه‌پذیرتر می‌دانند، ممکن است موانع درونی کمتری در برابر عبور از مرزهای زناشویی تجربه کنند (محمدی و کرمی، ۲۰۲۵). مطالعات در مورد نگرش‌ها نسبت به خیانت همچنین نشان داده‌اند که عوامل رابطه‌ای مانند رضایت زناشویی پایین و تعهد ضعیف با دیدگاه‌های مطلوب‌تر نسبت به خیانت مرتبط هستند؛ این بدان معناست که نگرش می‌تواند به عنوان یک نشانگر روانشناختی اولیه قبل از وقوع خیانت واقعی عمل کند (وارما و ماهشواری<sup>۴</sup>، ۲۰۲۵). به عبارت دیگر، تأیید خیانت توسط فرد ممکن است نشان‌دهنده گشودگی بیشتر به روابط جایگزین و سرمایه‌گذاری ضعیف‌تر در ازدواج باشد؛ چنین نگرش‌هایی خیانت را تضمین نمی‌کنند، اما احتمال اینکه وسوسه در صورت بروز فرصت به کار گرفته شود را افزایش می‌دهند (ویسر و ویگل<sup>۵</sup>، ۲۰۱۵).

پژوهش‌های قبلی نشان می‌دهد که صمیمیت عاطفی یک عامل محافظتی قوی در برابر خیانت زناشویی است؛ چراکه وقتی همسران از نظر عاطفی احساس نزدیکی، درک و ارزشمندی می‌کنند، کمتر احتمال دارد که به دنبال ارتباط خارج از ازدواج باشند (هوتانو و هولمن<sup>۶</sup>، ۲۰۲۶). پژوهش‌های حوزه روابط عاطفی نشان می‌دهد که وفاداری عاطفی (نگه داشتن شریک زندگی به عنوان منبع اصلی حمایت و اعتماد) ارتباط نزدیکی با ثبات زناشویی دارد (لیکر و کارلوزی<sup>۷</sup>، ۲۰۱۴). فقدان صمیمیت عاطفی می‌تواند باعث تنهایی، ناراضی و فاصله شود که ممکن است آسیب‌پذیری در برابر خیانت را افزایش دهد و در مقابل، روابط عاطفی پاسخگو، امنیت، گشودگی و رضایت را افزایش می‌دهند که همه اینها انگیزه نقض پیوند زناشویی را کاهش می‌دهد (یعقوب نژاد قاین، ۱۴۰۴). وقتی زوجین مرتباً احساسات، نیازها و آسیب‌پذیری‌های خود را به اشتراک می‌گذارند، رابطه در برابر وسوسه‌های بیرونی مقاوم‌تر می‌شود؛ به همین دلیل، یافته‌های قبلی از صمیمیت عاطفی به عنوان یک شاخص مهم برای کاهش خطر خیانت زناشویی حمایت می‌کنند (اسودای و همکاران، ۲۰۲۲). به طور خلاصه، هر چه پیوند عاطفی بین همسران قوی‌تر باشد، احتمال وقوع خیانت کمتر است.

با توجه به مباحث مطرح شده مداخلات آموزشی برای زوجین متعارض ضروری است، زیرا تعارض مداوم می‌تواند اعتماد را تضعیف کند، صمیمیت را کاهش دهد و خیانت را قابل قبول‌تر جلوه دهد (موحدرداد و همکاران، ۱۴۰۴). وقتی زوجین روش‌های سالم‌تری برای برقراری ارتباط یاد می‌گیرند، بهتر می‌توانند نیازها را ابراز کنند، خشم را مدیریت کنند و مشکلات را بدون آسیب رساندن به رابطه حل کنند؛ این امر می‌تواند با کمک به زوجین برای دیدن واضح‌تر هزینه‌های عاطفی و رابطه‌ای خیانت، نگرش‌های مطلوب نسبت به خیانت را کاهش دهد (باقری و صداقتی فرد، ۱۴۰۳؛ آگبو<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). آموزش همچنین به زوجین می‌آموزد که چگونه می‌توان به نیازهای برآورده نشده در درون ازدواج به جای بیرون از آن رسیدگی کرد؛ همانطور که زوجین مهارت‌های همدلی، گوش دادن فعال و تنظیم هیجان

1 Rokach & Chan

2 Madukwe

3 James

4 Varma & Maheshwari

5 Weiser & Weigel

6 Hutanu & Holman

7 Leeker & Carlozzi

8 Agbo

را یاد می‌گیرند، صمیمیت زناشویی اغلب بهبود می‌یابد (دردگر شهری و علی صوفی، ۱۴۰۴؛ یزدان‌پناه و صفری، ۱۴۰۴؛ رجبی و همکاران، ۱۴۰۱). همچنین صمیمیت بیشتر، دلبستگی قوی‌تر، رضایت بیشتر و حس عمیق‌تری از تعهد بین همسران ایجاد می‌کند و این تغییرات می‌تواند از رابطه در برابر عوامل بیرونی محافظت کند و احتمال خیانت را کاهش دهد (کوئل<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۵؛ قیاسی و همکاران، ۲۰۲۴؛ روسل<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۳). مداخلات آموزشی همچنین به زوجین کمک می‌کنند تا الگوهای مخرب را قبل از مزمن شدن تشخیص دهند (الهورنی<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۵). بر این اساس، اجرای مداخلات آموزشی برای زوجین متعارض یک راهبرد پیشگیرانه مهم برای کاهش نگرش‌های مرتبط با خیانت و افزایش صمیمیت است.

در بررسی مطالعات قبلی یافته‌ها دلالت بر این دارند که مداخلات زوج‌درمانی متمرکز بر شفقت (بدری بنام و اسمخانی اکبری نژاد، ۱۴۰۴)، اثر بخشی زوج درمانی گاتمن (وطن خواه کورنده و همکاران، ۱۴۰۴) و غنی‌سازی زندگی زناشویی بر اساس مدل گاتمن (محمدی و همکاران، ۱۴۰۴) بر افزایش صمیمیت و مداخلات درمان هیجان‌مدار (فدایی و همکاران، ۱۴۰۴)، برنامه روان آموزشگری مبتنی بر روی آورد سیستمی-رفتاری گاتمن (شاهمرادی و همکاران، ۱۳۹۸) و آموزش مثبت‌نگری و درمان تصویرسازی ارتباطی (نجاواصل و همکاران، ۱۳۹۹) بر کاهش نگرش به خیانت موثر بوده‌اند. تحقیقات قبلی اغلب خیانت زناشویی و تعهد را بررسی کرده‌اند، اما به ندرت بر این موضوع تمرکز داشته‌اند که آیا یک پروتکل تخصصی برای پیشگیری باید اجرا شود یا خیر. بیشتر مداخلات قبلی با محتوای گسترده روابط یا مشاوره طراحی شده بودند، نه یک برنامه هدفمند ویژه برای پیشگیری از خیانت زناشویی؛ در نتیجه، اثرات منحصر به فرد یک پروتکل آموزشی با عنوان «پروتکل آموزشی برای پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی» به طور مستقیم مورد بررسی قرار نگرفت. این بدان معناست که نیاز خاص به یک رویکرد ساختاریافته، تخصصی و پیشگیرانه تا حد زیادی نادیده گرفته شده است. مداخلات عمومی ممکن است ارتباط یا رضایت را بهبود بخشند، اما همیشه بر باورها و رفتارهای خاصی که منجر به خیانت می‌شوند تمرکز نمی‌کنند؛ همچنین ممکن است به اندازه کافی قوی نباشند که به طور سیستماتیک تعهد زناشویی را در زوجین در معرض خطر تقویت کنند. بنابراین، شکاف موجود در تحقیقات قبلی در فقدان یک پروتکل متمرکز متناسب با پیشگیری از خیانت و افزایش تعهد نهفته است. پروتکل آموزشی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی به‌طور اختصاصی بر نه مقوله اصلی عوامل اجتماعی؛ روان شناختی؛ فرهنگی؛ خانوادگی؛ فردی؛ رابطه‌ای و زوجی؛ اقتصادی؛ رسانه‌ای و زمینه‌ای تمرکز دارد (میلکی، ۱۴۰۳) که در مقایسه با سایر مداخلات موجود عوامل دخیل گسترده‌ای را مورد بررسی قرار می‌دهد تا بیشترین کارایی را بر پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی داشته باشد.

از آنجا که تعارض زناشویی اغلب صمیمیت عاطفی را تضعیف می‌کند و زوجین را در برابر خیانت آسیب‌پذیرتر می‌کند؛ انجام پژوهش در این گروه از زوجین از اهمیت بالایی برخوردار است. یک مطالعه امکان‌سنجی می‌تواند نشان دهد که آیا یک پروتکل آموزشی برای زوجینی که دچار آشفتگی جدی در روابط هستند، واقع‌بینانه، قابل قبول و مفید است یا خیر؛ همچنین می‌تواند آزمون کند که آیا پروتکل به کاهش نگرش‌های سهل‌گیرانه نسبت به خیانت زناشویی قبل از برنامه‌ریزی مداخله بزرگتر کمک می‌کند یا خیر. در عین حال، این مطالعه می‌تواند بررسی کند که آیا این برنامه صمیمیت عاطفی را که یک عامل محافظتی کلیدی در ازدواج است، تقویت می‌کند یا خیر. چنین شواهدی در حوزه بالینی از اهمیت بالایی برخوردار است زیرا این مداخلات اختصاصی می‌تواند نقش مهمی در غنی‌سازی روابط زوجی و پیشگیری از خیانت داشته باشد؛ به این ترتیب، این تحقیق ارزش مستقیمی برای پیشگیری و مداخله در روابط زناشویی دارد. بنابراین، انجام این مطالعه برای شناسایی اینکه آیا این پروتکل می‌تواند به طور مؤثر برای بهبود صمیمیت و کاهش نگرش به خیانت در زوجین متعارض استفاده شود، مهم است. علاوه بر این، یافته‌های احتمالی این پژوهش می‌تواند نقش مهمی در تدوین و کاربرست مداخلات روانشناختی جهت پیشگیری از خیانت و بهبود صمیمیت عاطفی در زوجین متعارض داشته باشد که می‌توان از این برنامه‌ها در مراکز مشاوره و خدمات روانشناختی استفاده کرد. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف امکان‌سنجی پروتکل آموزش گروهی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی بر صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی در زوجین متعارض انجام شد.

1 Coyle

2 Russell

3 AlHorany

## روش

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس آزمون و گروه کنترل با دوره پیگیری دو ماه بود. جامعه آماری این پژوهش شامل زوجین متعارض مراجعه کننده به مرکز مشاوره دولتی حضوری بهزیستی شهرستان بوشهر از سال ۱۴۰۴ بود. حجم نمونه با استفاده از فرمول کوهن با اندازه اثر ۰/۵ و توان آزمون ۰/۸۵ برای هر گروه ۱۲ نفر (۶ زوج) محاسبه شد؛ جهت پیشگیری از ریزش احتمالی برای هر گروه ۱۶ نفر (۸ زوج) لحاظ شد. بر این اساس ۳۲ نفر (۱۶ زوج) از افراد به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به روش تصادفی در دو گروه آزمایش (۸ زوج) کنترل (۸ زوج) گمارده شدند. معیارهای ورود به پژوهش شامل دامنه سنی ۱۸ الی ۴۵ سال، عدم سابقه طلاق قانونی، داشتن حداقل یک فرزند، عدم وجود خشونت فیزیکی در رابطه زوجی، عدم وجود افکار خودکشی، داشتن حداقل تحصیلات سیکل، عدم ابتلاء به اختلالات روانشناختی سایکوتیک و همچنین عدم ابتلاء به بیماری‌های جسمانی مزمن بود که با استفاده از مصاحبه بالینی در شروع پژوهش مورد ارزیابی قرار گرفتند. انصراف از ادامه همکاری در جلسات آموزشی، غیبت در جلسات آموزشی و نیاز به درمان فردی به عنوان معیارهای خروج لحاظ شد. ملاحظات اخلاقی در تمام مراحل پژوهش در نظر گرفته شد. به تمامی شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که نام و اطلاعات هویتی آن‌ها در هیچ قسمتی از پژوهش ذکر نخواهد شد و تنها از نتایج داده‌ها استفاده می‌شود. به منظور انجام پژوهش، یک جلسه توجیهی برگزار و فرم رضایت نامه و پرسشنامه حاوی اطلاعات جمعیت‌شناختی بین شرکت‌کنندگان توزیع شد. با هدف ناشناس ماندن و برای اینکه حریم خصوصی شرکت‌کنندگان تضمین شود، برای هر شرکت‌کننده کد شخصی اختصاص داده شد. علاوه بر موارد فوق، همه افراد از اهداف پژوهش آگاه بودند و به آن‌ها تضمین داده شد که شرکت در این پژوهش هیچ آسیب و ضرر جسمانی و روانی برای آن‌ها به دنبال ندارد. مداخله و مراحل سنجش در طی فصول پاییز و زمستان سال ۱۴۰۴ به صورت حضوری در سالن آموزش مرکز مشاوره دولتی بهزیستی شهرستان بوشهر اجرا شد. پس از اجرای حضوری پیش‌آزمون، اعضای گروه‌های آزمایش تحت مداخله گروهی قرار گرفتند و سپس از هر دو گروه پس آزمون و پس از گذشت دو ماه مجدداً آزمون پیگیری اجرا شد. تحلیل داده‌ها در نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۴ با استفاده از آزمون آماری تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر انجام شد.

## ابزار سنجش

**ارزیابی صمیمیت شخصی (PAI):**<sup>۱</sup> این پرسشنامه توسط شافر و السون<sup>۲</sup> (۱۹۸۱) با هدف سنجش صمیمت در روابط بین فردی طراحی شده است؛ این پرسشنامه حاوی ۳۶ سوال است و صمیمت را در شش بعد عاطفی، اجتماعی، جنسی، عقلانی، تفریحی، عرفی در طیف لیکرت ۵ درجه از هیچ وقت (نمره ۱) الی همیشه (نمره ۵) نمره‌گذاری می‌شود؛ دامنه نمرات در این ابزار بین ۳۶ الی ۱۸۰ است و نمرات بالاتر نشان دهنده صمیمت بیشتر است (شافر و السون، ۱۹۸۱). در این پژوهش فقط از سوالات زیرمقیاس عاطفی استفاده شد. ضریب آلفای کرونباخ صمیمت عاطفی ۰/۷۵ محاسبه شده است و روایی همگرای آن با اجرای همزمان با مقیاس سازگاری زناشویی ۰/۶۶ محاسبه شده است (شافر و السون، ۱۹۸۱). در ایران آلفای کرونباخ ۰/۷۷ و روایی ملاکی با مقیاس صمیمیت واکر و تامپسون ۰/۵۴ گزارش شده است (ستوده ناورودی و همکاران، ۱۳۹۹). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۸۰ محاسبه شده است.

**مقیاس نگرش به خیانت (ATIS):**<sup>۳</sup> این مقیاس توسط واتلی<sup>۴</sup> (۲۰۰۸) با ۱۲ سوال با هدف سنجش نگرش مثبت به خیانت زناشویی طراحی و اعتباریابی شده است، سوالات این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه از کاملاً موافقم (نمره ۷) الی کاملاً مخالفم (نمره ۱) نمره‌گذاری می‌شود؛ دامنه نمرات در این مقیاس بیت ۱۲ الی ۸۴ است و نمرات بالاتر نشان دهنده نگرش مثبت و به خیانت زناشویی است (واتلی، ۲۰۰۸). ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۰ و روایی محتوایی بر اساس ضریب توافق بین متخصصان ۰/۷۸ گزارش شده است (واتلی، ۲۰۰۸). در نمونه ایرانی ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ و روایی همگرا با مقیاس رضایت زناشویی کانزاس ۰/۲۲- محاسبه شده است (شالچیان پورخلجان و همکاران، ۱۴۰۱). در پژوهش حاضر پایایی ۰/۷۹ آلفای کرونباخ محاسبه شد.

**پروتکل آموزش گروهی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی:** ساخت و اعتباریابی این پروتکل در دو فاز اجرایی انجام شد؛ فاز اول به روش مرور کتابخانه‌ای و تحلیل محتوای کیفی با رویکرد قیاسی، با کاوش در ادبیات پژوهشی مرتبط به دنبال شناسایی و خلاصه‌سازی عوامل پیش‌بین خیانت زناشویی برای رسیدن به یک مدل مفهومی اولیه در جهت ساخت و طراحی پروتکل

1 Personal assessing intimacy (PAI)

2 Schaefer & Olson

3 Attitudes Toward Infidelity Scale (ATIS)

4 Whatley

آموزشی بود. در این راستا تمام مقالات پژوهشی داخلی و خارجی که به روش کمی، کیفی، مروری و فراتحلیل بودند که به دنبال کشف و شناسایی عوامل پیش‌بین خیانت زناشویی بودند و از سال ۱۳۹۷ تا ۱۴۰۳ و ۲۰۱۷ تا ۲۰۲۳ در پایگاه‌های معتبر علمی منتشر شده بودند؛ مورد کاوش قرار گرفتند. نمونه موردنظر از مقالات به روش هدفمند و تعیین حجم نمونه به شیوه اشباع نظری صورت گرفت که در نهایت ۸۸ مقاله فارسی و ۶۲ مقاله خارجی انتخاب شد که به‌منظور سازمان‌دهی داده‌های به‌دست‌آمده، ماتریس ساخت‌یافته با استفاده از روش تحلیل محتوای کیفی با رویکرد قیاسی ترسیم شد. نتایج تحلیل شده از مرور اسناد در نه مقوله اصلی طبقه‌بندی شد که شامل ۱- عوامل اجتماعی؛ ۲- عوامل روان‌شناختی؛ ۳- عوامل فرهنگی؛ ۴- عوامل خانوادگی؛ ۵- عوامل فردی؛ ۶- عوامل رابطه‌ای و زوجی؛ ۷- عوامل اقتصادی؛ ۸- عوامل رسانه‌ای؛ ۹- عوامل زمینه‌ای بود که دارای ۳۵ زیر مقوله و ۱۸۰ مصداق بود. فاز دوم پژوهش شامل طراحی و تدوین پروتکل آموزشی پیشگیری از خیانت زناشویی و اعتبارسنجی محتوایی آن بود. بر اساس داده‌های تحلیل شده از فاز اول پژوهش، یک پروتکل آموزشی پیشگیرانه ۱۰ جلسه‌ای با محوریت دو هدف آگاهی بخشی و اصلاح نگرش‌ها و مهارت آموزشی طراحی شد. جهت اعتبارسنجی درونی و محتوایی پروتکل طراحی شده از روش دلفی (بازخوردگیری از خبرگان) استفاده شد. ۷ متخصص زوج و خانواده با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و دردسترس انتخاب شدند. برای این منظور، یک پرسش‌نامه که میزان ضرورت و مرتبط بودن هر جلسه آموزشی طراحی شده را به‌صورت جداگانه مورد سنجش قرار می‌داد به همراه خلاصه‌ای از پروتکل ساخته شده که شامل عناوین، اهداف، محتوا و تکالیف هر جلسه آموزشی بود برای متخصصان ارسال شد و نسبت روایی محتوایی<sup>۱</sup> (CVR) و شاخص روایی محتوایی<sup>۲</sup> (CVI) محاسبه شد. یافته‌های آماری اعتبارسنجی پروتکل آموزشی نشان داد که شاخص روایی محتوایی و نسبت روایی محتوایی برای تمامی جلسات بالای ۰/۷۹ و ۰/۹۹ به دست آمد که روایی قابل قبولی برای جلسات بوده است. خلاصه و شرح جلسات در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: خلاصه و شرح جلسات پروتکل آموزش گروهی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی

| جلسات      | عنوان                                                                                 | محتوا                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | CVR | CVI  |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|
| جلسه اول   | مروری بر مفهوم‌سازی خیانت زناشویی و عواقب مخرب چندگانه آن                             | مفهوم‌سازی ازدواج، کارکردها و اهداف مورد انتظار آن، ضرورت آگاهی‌بخشی و مهارت‌آموزی، مفهوم‌سازی خیانت، انواع و روند شکلگیری آن، مروری بر پیامدهای مخرب و چندگانه خیانت زناشویی، ارائه کاربرگ‌ها و تمرینات عملی                                                                                                                                                                                      | ۱   | ۰/۸۵ |
| جلسه دوم   | مروری بر عوامل خطر ساز خیانت زناشویی و راهکارهایی برای پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی | بیان و تشریح عوامل زمینه‌ساز و خطر ساز درون فردی و بین فردی (رابطه‌ای) تأثیرگذار در شکل‌گیری خیانت، عوامل تسهیل‌کننده بافتاری و موقعیتی، نقش تکنولوژی و رسانه‌های اجتماعی در افزایش شکلگیری خیانت، ارائه راهکارها و تکنیک‌هایی برای پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی، ارائه کاربرگ‌ها و تمرینات عملی                                                                                                 | ۱   | ۰/۸۵ |
| جلسه سوم   | آموزش مهارت‌های ارتباط مؤثر و سالم بین همسران                                         | تعریف ارتباط و ضرورت کسب مهارت‌های ارتباطی، بیان ویژگی‌های یک ارتباط سالم و مؤثر بین همسران، معرفی سبک‌های ارتباطی، مهارت ابراز خود و گوش‌دادن فعال و همدلانه، بیان عادات مخرب ارتباطی، پیام‌های سمی و پرخاشگرانه، موانع ارتباط در نقش‌گوبندگی و شنودگی، ارائه کاربرگ‌ها و تمرینات عملی.                                                                                                           | ۱   | ۱    |
| جلسه چهارم | آموزش سواد هیجانی و مهارت‌های تنظیم هیجانی مؤثر                                       | مفهوم‌سازی هیجان و تنظیم هیجان و بیان کارکردها، آموزش مهارت درک و شناسایی الگوهای واکنشی هیجانی خود در شش گام، ارائه چند تکنیک برای شناسایی و برجسب‌زدن به هیجانات، ارزیابی مجدد شناختی و جایگزین کردن افکار واقع‌بینانه، تمرین بررسی شواهد مخالف و موافق افکار در هنگام موقعیت‌های برانگیزان هیجانات، تمرین مشاهده ذهن‌آگاهانه و بدون قضاوت به هیجان‌ها در ۸ گام، ارائه کاربرگ‌ها و تمرینات عملی. | ۱   | ۱    |
| جلسه پنجم  | آموزش مهارت‌های اعتمادسازی و ایجاد                                                    | تعریف اعتماد در رابطه عاطفی، بیان مزایای شکل‌گیری دلبستگی ایمن، گام‌های شکست در فرایند اعتمادسازی، مهارت‌های اعتمادسازی (گفتگوی همدلانه با سؤالات                                                                                                                                                                                                                                                  | ۱   | ۱    |

1 Content Validity Ratio

2 Content Validity Index

امکانسنجی پروتکل آموزش گروهی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی بر صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی در زوجین متعارض  
The feasibility study of the group educational protocol for preventing marital infidelity and increasing marital ...

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| دلبستگی ایمن بین | باز - پاسخ متقابل، گفتگوی عمیق با مهارت‌های بازتاب‌دهنده (خلاصه‌سازی، انعکاس محتوا)، مهارت ابراز همدلی و محبت، توجه و پاسخگویی به خواسته‌ها و نیازهای یکدیگر، آموزش اقدامات ترمیمی و جبرانی جهت توجه به خواسته‌ها و انتظارات، ارائه کاربرگ‌ها و تمرینات عملی. | همسران                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| جلسه ششم         | آموزش مهارت‌هایی در زمینه افزایش رضایت عاطفی، صمیمیت چندگانه، عشق و تعلق خاطر                                                                                                                                                                                 | مفهوم‌سازی صمیمیت و آموزش ریشه‌های بنیادین نیاز به صمیمیت و تعلق خاطر، معرفی ابعاد نه‌گانه صمیمیت و چگونگی ایجاد آن در رابطه، معرفی ۵ زبان عشق و شیوه‌شناسایی زبان عشق خود و همسر و ابراز این عشق به طرف مقابل، آموزش روز مهرورزی و توجه به همسر، ارائه کاربرگ‌ها و تمرینات عملی.                                                                                                                 |
| جلسه هفتم        | آموزش مهارت‌هایی در زمینه مدیریت حل تعارض و تنش‌زدایی                                                                                                                                                                                                         | مفهوم‌سازی تعارض، بیان ضرورت فراگیری مهارت‌های حل تعارض، اصلاح باورهای ناکارآمد درباره آن، معرفی و تشریح انواع سبک‌های مذاکره و حل تعارض، بیان شیوه‌های رایج ناکارآمد حل تعارض و کشف این شیوه‌های ناکارآمد، گام‌های اساسی برای حل تعارض، آموزش مهارت مدیریت خشم در حل تعارض، آموزش تمرین پردازش و التیام زخم‌های پیشین و رنجش‌زدایی، ارائه کاربرگ‌ها و تمرینات عملی.                              |
| جلسه هشتم        | آموزش مهارت‌هایی در زمینه افزایش رضایت و صمیمیت جنسی                                                                                                                                                                                                          | مفهوم‌سازی رضایت و صمیمیت زناشویی و جنسی، اهمیت و ضرورت پرداختن به این موضوع، معرفی و تشریح تسهیل‌کننده‌های رضایت جنسی طبق نتایج پژوهش‌ها، معرفی و بیان ویژگی‌های سبک متفاوت تمایل جنسی، ارائه راهکارهایی برای تعیین آداب آغازگری جنسی و رد درخواست جنسی بین همسران، آموزش درباره مراحل یک عملکرد جنسی سالم، آموزش و مروری بر اختلالات جنسی خاص                                                   |
| جلسه نهم         | آموزش مهارت‌هایی در زمینه افزایش تعهد و مرزبندی در روابط                                                                                                                                                                                                      | مفهوم‌بندی تعهد زناشویی و بیان انواع تعهد در رابطه، آموزش گام‌های فرضی تا بی تعهدی، معرفی و تشریح ده رفتار تخریب‌کننده تعهد، راهکارها و تکنیک‌هایی برای حفظ حریم زناشویی و افزایش تعهد در رابطه.                                                                                                                                                                                                  |
| جلسه دهم         | مروار، جمع‌بندی و ارزیابی جلسات آموزشی                                                                                                                                                                                                                        | مرور جلسات پیشین و دریافت بازخورد از شرکت‌کنندگان، پاسخ‌دادن به پرسش‌های احتمالی اعضای شرکت‌کننده در دوره آموزشی، از شرکت‌کنندگان خواسته می‌شود تجربیات خود را از حضور در جلسه بیان کنند. از اعضا خواسته می‌شود هر کدام سطح تغییرات را در خود، همسر و رابطه زناشویی بعد از اتمام جلسات ارزیابی کنند. از زوجین شرکت‌کننده خواسته می‌شود تا جنبه‌های احتمالی مثبت و منفی جلسات آموزشی را بیان کنند. |

## یافته‌ها

در پژوهش حاضر، ۳۲ نفر در دو گروه ۱۶ نفری مشارکت داشتند، میانگین و انحراف معیار سنی گروه آزمایش ( $30/12 \pm 6/46$ ) و گروه کنترل ( $29/6 \pm 70/39$ ) بر حسب سال همگون بود. میانگین و انحراف معیار مدت ازدواج گروه آزمایش ( $7/21 \pm 5/33$ ) و گروه کنترل ( $6/4 \pm 51/09$ ) بر حسب سال همگون بود. از نظر وضعیت اشتغال در گروه آزمایش ۲ نفر ( $12/50$  درصد) بیکار و ۱۴ نفر ( $87/50$  درصد) شاغل بودند؛ همچنین در گروه کنترل ۳ نفر ( $18/80$  درصد) بیکار و ۱۳ نفر ( $81/20$  درصد) شاغل بودند. در گروه آزمایش ۴ نفر ( $25$  درصد) سیکل، ۵ نفر ( $31/25$  درصد) دیپلم، ۲ نفر ( $12/50$  درصد) کاردانی و ۵ نفر ( $31/25$  درصد) کارشناسی بودند. همچنین در گروه کنترل ۳ نفر ( $18/80$  درصد) سیکل، ۴ نفر ( $25/00$  درصد) دیپلم، ۳ نفر ( $18/80$  درصد) کاردانی و ۶ نفر ( $37/50$  درصد) کارشناسی بودند. در جدول ۲ شاخص‌های گرایش مرکزی متغیرهای صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی و نرمال بودن توزیع داده‌ها ارائه شده است.

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی متغیرهای صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی به تفکیک گروه‌ها

| متغیرها               | مراحل     | گروه   | میانگین | انحراف معیار | آماره | شاپیرو ویلک<br>معناداری |
|-----------------------|-----------|--------|---------|--------------|-------|-------------------------|
| صمیمیت عاطفی          | پیش آزمون | آزمایش | ۱۰/۶۸   | ۶/۹۸         | ۰/۹۸  | ۰/۹۴                    |
|                       |           | کنترل  | ۱۰/۱۲   | ۶/۲۱         | ۰/۹۳  | ۰/۲۴                    |
|                       | پس آزمون  | آزمایش | ۱۹/۸۱   | ۸/۷۶         | ۰/۹۱  | ۰/۱۱                    |
|                       |           | کنترل  | ۱۱/۰۶   | ۵/۳۴         | ۰/۹۲  | ۰/۱۳                    |
|                       | پیگیری    | آزمایش | ۱۸/۷۵   | ۶/۹۵         | ۰/۹۳  | ۰/۲۳                    |
|                       |           | کنترل  | ۹/۳۱    | ۴/۸۱         | ۰/۹۲  | ۰/۱۸                    |
|                       | پیش آزمون | آزمایش | ۴۶/۸۷   | ۸/۲۲         | ۰/۹۷  | ۰/۵۹                    |
|                       |           | کنترل  | ۴۷/۳۱   | ۹/۰۳         | ۰/۹۶  | ۰/۶۷                    |
| نگرش به خیانت زناشویی | پس آزمون  | آزمایش | ۲۴/۹۳   | ۱۰/۴۹        | ۰/۹۵  | ۰/۵۵                    |
|                       |           | کنترل  | ۴۸/۹۳   | ۹/۶۰         | ۰/۹۶  | ۰/۶۶                    |
|                       | پیگیری    | آزمایش | ۲۴/۵۶   | ۷/۵۴         | ۰/۹۳  | ۰/۲۱                    |
|                       |           | کنترل  | ۴۶/۳۱   | ۹/۷۵         | ۰/۹۶  | ۰/۶۶                    |

در جدول ۲ نتایج نشان می‌دهد که گروه مداخله نسبت به کنترل در طول مراحل سنجش تغییرات بیشتری در متغیرهای صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی داشته است؛ در واقع روند تغییرات در در متغیر صمیمیت عاطفی افزایشی اما در نگرش به خیانت زناشویی کاهش یافته است. همچنین نتایج آزمون شاپیرو ویلک نشان داد، داده‌های هر دو متغیر در مراحل مختلف سنجش به تفکیک گروه‌ها دارای توزیع نرمال بودند ( $P > 0.05$ )؛ بر این اساس می‌توان از آزمون‌های پارامتری استفاده کرد. جهت بررسی همگونی خطای واریانس‌ها از آزمون لون استفاده شد، نتایج نشان داد که خطای واریانس‌ها در هر دو متغیر به تفکیک مراحل سنجش همگون بود؛ همچنین نتایج آزمون ام باکس نشان داد که ماتریس کوواریانس‌ها در حالت چندمتغیره برقرار بود ( $P = 0.07$ ,  $F = 1.50$ ,  $\eta^2 = 0.37$ ، ام باکس). نتایج آزمون کرویت موچلی با حضور گروه کنترل نشان داد که مقادیر متغیرهای صمیمیت عاطفی ( $\text{Chi-Square} = 4.74$ ,  $P = 0.06$ ) و نگرش به خیانت زناشویی ( $\text{Chi-Square} = 3.86$ ,  $P = 0.15$ ) معنادار نبود، بر این اساس گزارش شاخص  $F$  در آزمون تحلیل واریانس نیاز به اصلاح ندارد. با توجه به ملاحظات مورد نظر در پیش‌فرض‌های آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر، جهت آزمون اثربخشی مداخله در مراحل سنجش و مقایسه آن‌ها از این آزمون استفاده شده است. در جدول ۳ نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر مختلط (میکس آنوا) ارائه شده است.

جدول ۳: نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر برای متغیرهای صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی

| اثر  | آزمون‌ها          | ارزش | مقدار F | درجه آزادی اثر | درجه آزادی خطا | معناداری | ضریب اتا | توان آماری |
|------|-------------------|------|---------|----------------|----------------|----------|----------|------------|
| گروه | اثر پیلایی        | ۰/۵۲ | ۱۰/۵۸   | ۴              | ۱۲۰            | ۰/۰۱     | ۰/۲۶     | ۱          |
|      | لامبدای ویلکز     | ۰/۴۹ | ۱۲/۶۳   | ۴              | ۱۱۸            | ۰/۰۱     | ۰/۳۰     | ۱          |
|      | اثر هتلینگ        | ۱/۰۲ | ۱۴/۷۳   | ۴              | ۱۱۶            | ۰/۰۱     | ۰/۳۳     | ۱          |
|      | بزرگترین ریشه‌روی | ۰/۹۹ | ۲۹/۷۶   | ۲              | ۶۰             | ۰/۰۱     | ۰/۵۰     | ۱          |

در جدول ۳ نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر مختلط ارائه شده است؛ نتایج ارزیابی درون گروهی نشان می‌دهد نشان داد که بین نمرات پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در ترکیب گروه‌ها و متغیر وابسته به‌طور همزمان ( $P = 0.01$ ,  $F = 10.58$ ,  $\eta^2 = 0.52$ ) تفاوت معناداری وجود داشت. به عبارتی یافته‌های فوق حاکی از آن است که روند تغییر معناداری در میانگین متغیرهای مورد بررسی در مراحل ارزیابی مشاهده شده و میزان تغییرات مربوط به متغیر طی مراحل ارزیابی در دو گروه مورد مطالعه متفاوت بوده است، اما دقیق

امکانسنجی پروتکل آموزش گروهی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی بر صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی در زوجین متعارض  
The feasibility study of the group educational protocol for preventing marital infidelity and increasing marital ...

مشخص نسیت که در کدام یک از گروه‌ها در ترکیب متغیرها این چنین بوده است، برای بررسی دقیق روند تغییرات در ادامه، نتایج تک متغیره در متن میکس آنرا ارائه خواهد شد.

جدول ۴: نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری‌های مکرر در متن میکس آنوا برای متغیرهای پژوهش

| متغیر         | منبع تغییرات | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | مقدار F | معناداری | اندازه اثر | توان آماری |
|---------------|--------------|---------------|------------|-----------------|---------|----------|------------|------------|
| صمیمیت عاطفی  | زمان         | ۳۸۶/۴۴        | ۲          | ۱۹۳/۲۲          | ۴/۷۱    | ۰/۰۱     | ۰/۱۴       | ۰/۷۷       |
|               | زمان*گروه    | ۴۳۶/۸۹        | ۲          | ۲۱۸/۴۵          | ۵/۳۲    | ۰/۰۱     | ۰/۱۵       | ۰/۸۲       |
|               | خطا          | ۲۴۶۰/۰۰       | ۶۰         | ۴۱/۰۰           |         |          |            |            |
| بین گروه‌هی   |              | ۸۸۸/۱۷        | ۱          | ۸۸۸/۱۷          | ۲۰/۰۵   | ۰/۰۱     | ۰/۴۰       | ۱          |
| نگرش به خیانت | زمان         | ۲۵۷۳/۵۲       | ۲          | ۱۲۸۶/۷۶         | ۲۸/۳۰   | ۰/۰۱     | ۰/۴۹       | ۱          |
| زناشویی       | زمان*گروه    | ۲۷۰۵/۲۷       | ۲          | ۱۳۵۲/۶۴         | ۲۹/۷۵   | ۰/۰۱     | ۰/۴۹       | ۱          |
|               | خطا          | ۲۷۲۷/۸۸       | ۶۰         | ۴۵/۴۷           |         |          |            |            |
| بین گروه‌هی   |              | ۵۶۸۸/۷۶       | ۱          | ۵۶۸۸/۷۶         | ۵۳/۳۳   | ۰/۰۱     | ۰/۵۴       | ۱          |

نتایج آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر در جدول ۴ نشان داد که بین گروه‌ها در متغیر صمیمیت عاطفی ( $F=۲۰/۰۵$ ,  $P=۰/۰۱$ ) و نگرش به خیانت زناشویی ( $\eta^2=۰/۴۰$ ,  $F=۵۳/۳۳$ ,  $P=۰/۰۱$ ) تفاوت معنادار وجود دارد؛ در واقع مداخله نقش موثری بر افزایش صمیمیت عاطفی و کاهش نگرش به خیانت زناشویی داشته است. جهت بررسی روند تغییرات در گروه‌ها در ادامه نتایج آزمون تعقیبی بن‌فرونی به تفکیک گروه‌ها در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵: نتایج آزمون تعقیبی بن‌فرونی برای مقایسه تغییرات درون گروهی متغیرهای صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی

| متغیرها               | مراحل سنجش | گروه آزمایش    | گروه کنترل     |
|-----------------------|------------|----------------|----------------|
|                       |            | اختلاف میانگین | اختلاف میانگین |
| صمیمیت عاطفی          | پیش‌آزمون  | ۹/۱۳           | ۰/۰۱           |
|                       | پیش‌آزمون  | ۸/۰۶           | ۰/۰۱           |
|                       | پس‌آزمون   | ۱/۰۶           | ۱/۰۰           |
| نگرش به خیانت زناشویی | پیش‌آزمون  | ۲۱/۹۳          | ۰/۰۱           |
|                       | پیش‌آزمون  | ۲۲/۳۱          | ۱/۰۰           |
|                       | پس‌آزمون   | ۱/۰۰           | ۲/۶۲           |

نتایج آزمون بن‌فرونی در جدول ۵ نشان داد که فقط در گروه آزمایش بین نمرات پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری تفاوت وجود داشت ( $P=۰/۰۱$ )؛ این در حالی است که در گروه آزمایش بین پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود ندارد که نشان دهنده ثبات نتایج در طول زمان است ( $P<۰/۰۵$ ).

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف امکانسنجی پروتکل آموزشی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی بر صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی در زوجین متعارض انجام شد. یافته اول نشان داد که پروتکل آموزشی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی بر صمیمیت عاطفی زوجین متعارض تا مرحله پیگیری در مقایسه با گروه کنترل موثر بوده است؛ در واقع این پروتکل آموزشی نقش موثری بر افزایش صمیمیت عاطفی داشته است. این یافته همسو با پژوهش‌های وطن خواه کورنده و همکاران (۱۴۰۴)، محمدی و همکاران (۱۴۰۴) و فدایی و همکاران (۱۴۰۴) است. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که این پروتکل آموزشی از آن جهت بر افزایش صمیمیت عاطفی زوجین متعارض مؤثر بوده است که با رویکردی چندبعدی، هم‌زمان بر آگاهی، نگرش و مهارت‌های ارتباطی و هیجانی

آنان اثر می‌گذارد، چرا که نگرش‌ها و مهارت‌های ارتباطی نقش مهم در صمیمت زناشویی دارند (هوتانو و هولمن، ۲۰۲۶). زوجین ابتدا با شناختی عمیق‌تر از ماهیت پیچیده خیانت، عوامل خطر ساز، پیامدهای مخرب آن و ضرورت حفظ مرزهای سالم در فضای واقعی و مجازی، به یک فهم مشترک دست می‌یابند و این هم‌فهمی، زمینه کاهش سوء تفاهم و افزایش امنیت روانی را فراهم می‌کند. سپس آموزش مهارت‌های ارتباطی، بهبود گفت‌وگو، تقویت همدلی، ارتقای سواد هیجانی و تنظیم هیجان باعث می‌شود زوجین بتوانند هیجان‌های خود را بهتر مدیریت و احساساتشان را به شکل سالم‌تری ابراز کنند؛ موضوعی که به کاهش تعارض و افزایش نزدیکی عاطفی منجر می‌شود (وطن خواه کورنده و همکاران، ۱۴۰۴). توجه به ابعاد عشق، اعتماد، دلبستگی ایمن و یادگیری اقدامات ترمیمی نیز اعتماد ازدست رفته را احیاء کرده و شکاف عاطفی را کاهش می‌دهد. علاوه بر این، پرداختن به نقش رابطه جنسی، رفع باورهای ناکارآمد و آموزش راه‌های افزایش صمیمیت جنسی، کیفیت رابطه را در سطحی عمیق ارتقا می‌دهد. در نهایت، افزایش خودآگاهی، اصلاح نگرش‌ها، تقویت حل تعارض، و ایجاد فرصت برای بازتاب تجربیات در پایان جلسات، موجب تثبیت تغییرات مثبت و استحکام پیوند عاطفی زوجین می‌شود و همین ترکیب هماهنگ، صمیمیت عاطفی را به‌طور معناداری افزایش می‌دهد (یعقوب نژاد قاین، ۱۴۰۴).

یافته دوم نشان داد که پروتکل آموزشی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی بر نگرش به خیانت زناشویی زوجین متعارض تا مرحله پیگیری در مقایسه با گروه کنترل موثر بوده است؛ در واقع این پروتکل آموزشی نقش موثری بر کاهش نگرش مثبت به خیانت زناشویی داشته است. این یافته همسو با پژوهش‌های فدایی و همکاران (۱۴۰۴)، شاهمرادی و همکاران (۱۳۹۸) و نجاراصل و همکاران (۱۳۹۹) است. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که پروتکل آموزشی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی از این جهت توانسته نگرش مثبت به خیانت را در زوجین متعارض کاهش دهد که ابتدا با آگاه‌سازی شناختی، تصویر ساده‌انگارانه و توجیه‌گرایانه خیانت را به چالش می‌کشد و آن را از یک رفتار ظاهراً قابل قبول به پدیده‌ای پرهزینه و آسیب‌زا بازتعریف می‌کند (روکاچ و چان، ۲۰۲۳). این آموزش‌ها به زوجین نشان می‌دهد که خیانت نه راه حل تعارض، بلکه عاملی برای تشدید بی‌اعتمادی، فرسایش عاطفی و تضعیف بنیان خانواده است. همچنین با شناسایی عوامل خطر ساز، زمینه‌های فردی، ارتباطی و محیطی گرایش به خیانت برای آنان روشن می‌شود و در نتیجه، نگرش‌های سهل گیرانه جای خود را به نگاه مسئولانه و پیشگیرانه می‌دهد. آموزش مهارت‌های ارتباطی، حل تعارض و تنظیم هیجان نیز باعث می‌شود افراد به جای توجیه خیانت در پاسخ به ناکامی‌ها، راهبردهای سالم‌تری برای مواجهه با تنش‌های زناشویی در اختیار داشته باشند (لیکر و کارلوزی، ۲۰۱۴). از سوی دیگر، تقویت عشق، اعتماد، دلبستگی ایمن و صمیمیت در ابعاد عاطفی و جنسی، جذابیت روانی و ذهنی روابط فرازناشویی را کاهش می‌دهد، زیرا نیازهای اساسی فرد بیشتر در بستر رابطه زناشویی پاسخ می‌گیرد. همچنین آموزش مرزبندی در فضای مجازی، خودکنترلی و حفظ حریم زناشویی، هنجارهای وفاداری را در ذهن و رفتار زوجین تقویت می‌کند (فدایی و همکاران، ۱۴۰۴).

در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که پروتکل آموزشی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی نقش موثری بر افزایش صمیمیت عاطفی و کاهش نگرش مثبت به خیانت زناشویی در زوجین متعارض داشته است. در مجموع می‌توان گفت اجرای پروتکل آموزشی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی، با ایجاد آگاهی عمیق‌تر، اصلاح نگرش‌ها و ارتقای مهارت‌های ارتباطی و هیجانی، توانسته است به شکل مؤثری کیفیت روابط زوجین متعارض را بهبود بخشد. این پروتکل نه تنها با تقویت صمیمیت عاطفی، همدلی و پیوند هیجانی، زمینه‌ای امن‌تر و نزدیک‌تر برای تعامل زوجین فراهم کرده، بلکه با کاهش نگرش‌های مثبت یا توجیهی نسبت به خیانت، هنجارهای وفاداری و مسئولیت‌پذیری را نیز در رابطه مستحکم‌تر ساخته است.

روش‌شناسی این پژوهش اگرچه چارچوبی دقیق برای سنجش اثربخشی مداخله فراهم کرده است، اما همچون بسیاری از مطالعات نیمه‌آزمایشی با محدودیت‌هایی همراه است؛ از جمله اینکه حجم نمونه نسبتاً کوچک و مبتنی بر نمونه‌گیری هدفمند بوده و این موضوع تعمیم‌پذیری نتایج را محدود می‌کند، همچنین استفاده از ابزارهای خودگزارشی می‌تواند تحت تأثیر خطاهای ادراکی یا تمایل به پاسخ‌دهی اجتماعی قرار گیرد، و در نهایت، انجام پژوهش در یک مرکز دولتی مشاوره بوشهر، امکان تعمیم به سایر مناطق یا فرهنگ‌های متفاوت را کاهش می‌دهد. بر این اساس پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با حجم نمونه بزرگ‌تر و با روش نمونه‌گیری تصادفی در محیط‌های متنوع‌تر انجام شود، علاوه بر ابزارهای خودگزارشی از سنجه‌های مشاهده‌ای و ارزیابی‌های متخصصان نیز استفاده شود، و نیز دوره‌های پیگیری طولانی‌تری در نظر گرفته شود تا پایداری اثرات مداخله در بازه‌های زمانی گسترده‌تر بررسی گردد. بر اساس یافته‌های این پژوهش، دو پیشنهاد کاربردی قابل ارائه است: نخست آن که مراکز مشاوره خانواده و ارائه دهندگان خدمات روان‌شناختی و مشاوره می‌توانند این پروتکل آموزشی را به‌عنوان بخشی از برنامه‌های استاندارد مداخله با زوجین متعارض به کار گیرند تا از طریق تقویت صمیمیت عاطفی،

امکانسنجی پروتکل آموزش گروهی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی بر صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی در زوجین متعارض  
The feasibility study of the group educational protocol for preventing marital infidelity and increasing marital ...

مهارت‌های ارتباطی و ارتقاء تعهد، از بروز یا تشدید تعارضات و گرایش به خیانت پیشگیری شود. دوم آن‌که اجرای این پروتکل در قالب کارگاه‌های گروهی برای زوجین در آستانه ازدواج، زوجین جوان یا زوجین در معرض خطر نیز می‌تواند به‌عنوان یک برنامه پیشگیرانه مؤثر عمل کرده و با اصلاح نگرش‌ها و ارتقاء مهارت‌های تنظیم هیجان، ارتباط و حفظ مرزهای زناشویی، سلامت و پایداری روابط زوجین را در سطح وسیع‌تری تقویت کند.

## منابع

- باقری، س. و صداقتی فرد، م. (۱۴۰۳). پیش بینی کیفیت ادراک شده رابطه زناشویی براساس نگرش به خیانت و صداقت در زنان متأهل. *فصلنامه مدیریت ارتقای سلامت*، ۱۳ (۵)، ۳۰-۴۰. <http://jhpm.ir/article-1-1767-fa.html>
- بدری بنام، ن.، اسمخانی اکبری نژاد، ه. (۱۴۰۴). اثربخشی زوج‌درمانی متمرکز بر شفقت بر تعارضات زناشویی و صمیمیت عاطفی زوجین دارای همسر مبتلا به سرطان پستان. *بیماری‌های پستان/ایران*، ۱۸ (۳)، ۱۳۸-۱۵۳. <http://ijbd.ir/article-1-1170-fa.html>
- درودرگر شهری، م.، علی صوفی، الف. ن. (۱۴۰۴). مدل علی صمیمیت زناشویی بر اساس گذشت و همدلی با توجه به نقش میانجی معنویت (مورد مطالعه: زنان متأهل شهر زاهدان). *فصلنامه مطالعات اسلامی در حوزه سلامت*، ۳، ۸۷-۱۰۲. [https://ish.tums.ac.ir/article\\_40564.html?lang=fa](https://ish.tums.ac.ir/article_40564.html?lang=fa)
- رجبی، غ. ر.، کاظمی، ف. و شیرالی نیا، خ. (۱۴۰۱). ارزیابی مدل رابطه بین ذهن‌آگاهی و رضایت زناشویی با میانجی‌گری همدلی زناشویی. *فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی*، ۱۳ (۱)، ۱۸۳-۱۹۸. [https://japir.ut.ac.ir/article\\_87060.html](https://japir.ut.ac.ir/article_87060.html)
- ستوده ناورودی، س. الف.، نیک نام، م. و فتاحی اندبیل، الف. (۱۳۹۹). اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر پیوستگی، انطباق پذیری، صمیمیت عاطفی، و کیفیت ارتباطی والدین بعد از تولد فرزند نخست. *فصلنامه سلامت روان کودک*، ۷ (۳)، ۱-۱۳. <http://childmentalhealth.ir/article-1-1026-fa.html>
- شالچیپان پورخلجان، ن.، اسدی، ج.، حسن زاده، ر. و خواجوند خوشلی، الف. (۱۴۰۱). رابطه خودپنداره جنسی با گرایش به روابط فرازناشویی با نقش میانجی‌گر تنظیم هیجان. *رویش روان شناسی*، ۱۱ (۱)، ۱۵۵-۱۶۴. <http://frooyesh.ir/article-1-3933-fa.html>
- شاهمرادی، ح.، صادقی، م.، گودرزی، ک. و روزبهانی، م. (۱۳۹۸). هم سنجی اثربخشی رویکردهای تلفیقی هیجان مدار-گاتمن و راهبردی-راه حل محور بر بازیابی صمیمیت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق. *پژوهش های نوین روانشناختی*، ۵۴، ۲۹۳-۳۲۷. [https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article\\_9444\\_en.html?lang=fa](https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_9444_en.html?lang=fa)
- فدایی، م.، اکبری، ب. و مقتدر، ل. (۱۴۰۴). مقایسه اثربخشی درمان هیجان‌مدار و درمان شناختی رفتاری بر خودتنظیمی هیجان و نگرش به روابط فرازناشویی در زنان نابارور حاشیه‌نشین. *روان‌شناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، ۳ (۴)، ۱-۱۴. <https://jpmbh.com/index.php/jpmbh/article/view/jpmbh-2512-1938>
- محمدی، م.، جهانبخشی، ز. و فاتحی زاده، م. (۱۴۰۴). اثربخشی مداخله آموزشی غنی‌سازی زندگی زناشویی بر اساس مدل گاتمن بر صمیمیت جنسی و احساس تنهایی زوجین. *خانواده پژوهی*، ۲۱ (۲)، ۴۸-۶۸. [https://jfr.sbu.ac.ir/article\\_105752.html](https://jfr.sbu.ac.ir/article_105752.html)
- موحدرد، ف.، سیدعلی تبار، س. ه.، محمدی، ع. و حسینی فرد، و. (۱۴۰۲). اثربخشی مشاوره مبتنی بر توانمندی بر گرایش به خیانت زناشویی و خودشفقت ورزی زوجین متعارض. *فصلنامه سنجش و پژوهش در مشاوره کاربردی*، ۵ (۲)، ۱۳-۲۲. <https://civilica.com/doc/1810761>
- نجاراصل، ص.، عسگری، پ.، نادری، ف. و اسمعیل خانی، ف. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی آموزش مثبت‌نگری و درمان تصویرسازی ارتباطی بر اسنادهای ارتباطی، نگرش به روابط فرازناشویی و تمایز یافتگی خود در مراجعین به مراکز روانشناختی. *پژوهشنامه روانشناسی مثبت*، ۲۴، ۶۳-۸۰. [https://ppls.ui.ac.ir/article\\_25503.html](https://ppls.ui.ac.ir/article_25503.html)
- وطن خواه کورنده، ح. ر.، چاهرو، ز. و آزاد یکتا، م. (۱۴۰۴). بررسی اثر بخشی زوج درمانی گاتمن بر صمیمیت زناشویی پرستاران شهر تهران در نیمه دوم سال ۱۴۰۳. *پرستار و پزشک در رزم*، ۱۳ (۴۶)، ۳۶-۴۳. <http://npwjm.ajau.ac.ir/article-1-1081-fa.html>
- یزدان پناه، م. و صفری ن. (۱۴۰۴). تاثیر همدلی عاطفی بر کیفیت روابط زناشویی با نقش میانجی‌گری صمیمیت. *پویایی روانشناختی در اختلال های خلقی*، ۴ (۲)، ۱۵-۲۸. <https://doi.org/10.61838/kman.pdmd.4.2.2>
- یعقوب نژاد قاین، س. (۱۴۰۴). فرایند روانشناختی بروز بی‌وفایی عاطفی در زنان میانسال؛ یک نظریه داده‌بنیاد. *پژوهش های روانشناسی اجتماعی*، ۱۵ (۶)، ۱-۱۰. <https://doi.org/10.22034/spr.2026.520338.2121>
- Agbo, B. O., Agbo, C. C., & Gloria, C. (2023). Effect of Digital Infidelity in Marital Communication among Couples in Enugu Metropolis. *International Journal of Media, Security & Development (IJMSD)*, 8(1), es34. <http://rhycekerex.org>
- Akhtar, S., & Saeed, M. (2026). Causes and Effects of Extra-Marital Relationships in Tehsil Taxila: An Analytical Study. *Advance Social Science Archive Journal*, 5(01), 1-29. <https://www.assajournal.com/index.php/36/article/view/1283>

- AlHorany, A. K., Hassan, S. A., Juhari, R., & Aljaberi, M. A. (2025). Effectiveness of integrative structural family therapy and double ABCX model on marital adjustment and parenting stress among parents of children with autism: Randomized controlled trial. *Child & Family Behavior Therapy*, 47(1), 1-31. <https://doi.org/10.1080/07317107.2024.2395296>
- Asvadi, M., Bakhshipoor, A., & Razavi Tabadeghan, B. Z. (2022). Comparing the effectiveness of emotionally focused couple therapy and cognitive-behavioral couple therapy on forgiveness and marital intimacy of women affected by infidelity in Mashhad. *Journal of Community Health Research*, 11(4), 277-286. <http://jhr.ssu.ac.ir/article-1-855-en.html>
- Coyle, P., Van Doorn, G., Teese, R., & Dye, J. (2025). Adverse childhood experiences and infidelity: The mediating roles of anxious and avoidant attachment styles. *Family Process*, 64(1), e13088. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/famp.13088>
- Ghiasi, N., Rasool, D., Haseli, A., & Feli, R. (2024). The interplay of attachment styles and marital infidelity: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, 10(1), 12. [https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440\(23\)10469-5](https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440(23)10469-5)
- Huțanu, T. E., & Holman, A. C. (2026). Insecure, detached, and unfaithful: Propensity towards infidelity as predicted by authenticity, emotional intimacy and insecure attachment styles. *Personality and Individual Differences*, 257, 113758. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886926001224>
- Isma, M. N. P., & Turnip, S. S. (2019). Personality traits and marital satisfaction in predicting couples' attitudes toward infidelity. *Journal of Relationships Research*, 10, e13. <https://doi.org/10.1017/jrr.2019.10>
- James, S. L., Nelson, D. A., Jorgensen-Wells, M. A., & Calder, D. (2022). Marital quality over the life course and child well-being from childhood to early adolescence. *Development and Psychopathology*, 34(4), 1492-1505. <https://doi.org/10.1017/S0954579421000122>
- Leeker, O., & Carlozzi, A. (2014). Effects of sex, sexual orientation, infidelity expectations, and love on distress related to emotional and sexual infidelity. *Journal of marital and family therapy*, 40(1), 68-91. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1752-0606.2012.00331.x>
- Madukwe, A. U., Njoku, J. C., Uzoekwe, R. N., & Agonodi-Victor, U. N. (2025). Marital Expectations, Marital Infidelity and Neuroticism as Predictors of Marital Conflict. *Nigerian Journal of Social Psychology*, 8(1), 73. <https://nigerianjps.com/index.php/NJSP/article/view/208>
- Mohammadi, M., & Karami, A. (2025). Prediction of Attitude Toward Marital Infidelity in Married Women Based on Quality of Relationship with Father, Religious Attitude and Emotional Dysregulation. *Health, Spirituality & Medical Ethics Journal*, 12(1), 9-16. <http://jhsme.muq.ac.ir/article-1-579-en.html>
- Rokach, A., & Chan, S. H. (2023). Love and infidelity: Causes and consequences. *International journal of environmental research and public health*, 20(5), 3904. <https://doi.org/10.3390/ijerph20053904>
- Russell, V. M., Baker, L. R., & McNulty, J. K. (2013). Attachment insecurity and infidelity in marriage: Do studies of dating relationships really inform us about marriage?. *Journal of family psychology*, 27(2), 242. <https://psycnet.apa.org/buy/2013-11026-005>
- Schaefer, M. T., & Olson, D. H. (1981). Assessing intimacy: The PAIR inventory. *Journal of marital and family therapy*, 7(1), 47-60. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1752-0606.1981.tb01351.x>
- Varma, P., & Maheshwari, S. (2025). Emotional consequences of infidelity: Guilt and regret experiences among perpetrators of cheating in heterosexual dating relationships. *The Family Journal*, 33(3), 392-398. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/10664807241293150>
- Whatley, M. A. (2008). Attitudes toward infidelity scale. *Choices in relationships*, 19, 561-47. <https://psychologyroots.com/attitudes-toward-infidelity-scale/>
- Zare, M., Heidari, M., Far, M. R. S., & Ashrafy, M. (2025). An Analysis of the Causes and Consequences of Women's Infidelity Toward Their Spouses and Preventive Strategies at the Family and Societal Levels. *Journal of Historical Research, Law and Policy*, 199, 1-10. <https://jhrlp.com/index.php/jhrlp/article/view/199>

امکانسنجی پروتکل آموزش گروهی پیشگیری از خیانت زناشویی و افزایش تعهد زناشویی بر صمیمیت عاطفی و نگرش به خیانت زناشویی در زوجین متعارض

The feasibility study of the group educational protocol for preventing marital infidelity and increasing marital ...