

نقش عوامل میانجی بر راهبردهای همسران در جهت حفظ و ادامه زندگی پس از افشای خیانت: پژوهش کیفی

آزاده امینی‌ها^۱، کیومرث فرحبخش^۲، معصومه اسمعیلی^۲

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: خیانت زناشویی تأثیر ویرانگری بر ازدواج و افراد دارد؛ و یک مشکل چندوجهی است که باعث مراجعه همسران به زوج درمانی می‌شود. همچنین درک، ارزیابی و درمان آن در دهه گذشته تغییرات چشمگیری داشته است. لذا، پژوهش حاضر باهدف شناسایی نقش عوامل میانجی بر راهبردهای همسران در جهت حفظ و ادامه زندگی پس از افشای خیانت انجام شد.

روش: روش تحقیق کیفی، از نوع نظریه‌مبنایی بود. جامعه پژوهش شامل زوج‌های ساکن شهر تهران بود؛ که در زندگی زناشویی آن‌ها خیانت اتفاق افتاده و از زمان افشای آن حداقل ۱ سال و حداکثر ۶ سال گذشته باشد؛ و در حال حاضر باهم زندگی می‌کنند. نمونه متشکل از ۲۱ همسر زخم خورده و پیمان شکن بود که به شیوه هدفمند و نظری انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها از مصاحبه عمیق نیمه ساختاریافته و به‌منظور تحلیل داده‌ها از کدگذاری نظری و فرایند مقایسه‌ای مداوم با استفاده از مقوله‌بندی استفاده شد.

یافته‌ها: عدم کنجکاوی درباره جزئیات رابطه فرا زناشویی، خروج فرد سوم از زندگی همسر پیمان شکن، بهره‌گیری از کمک تخصصی، حمایت اجتماعی مناسب، غلبه بر نقش جنسیتی و گذشت زمان به‌عنوان عوامل میانجی بر راهبردهای همسران در جهت حفظ و ادامه زندگی شناسایی شد.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد، برآیند این یافته‌ها جهت تسهیل فرایند درمان روابط فرا زناشویی؛ ترمیم رابطه همسران و بازگشت آن‌ها به زندگی زناشویی پس از افشای خیانت کاربرد دارد.

کلیدواژه‌ها: خیانت زناشویی، راهبردهای همسران، عوامل میانجی، زوج درمانی، پژوهش کیفی

ارجاع: امینی‌ها آزاده، فرحبخش کیومرث، اسمعیلی معصومه. نقش عوامل میانجی بر راهبردهای همسران در جهت حفظ و ادامه زندگی پس از افشای خیانت: پژوهش کیفی. مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت ۱۳۹۸؛ ۸(ویژه نامه): ۷۶-۸۵.

تاریخ چاپ: ۹۸/۶/۳۰

تاریخ پذیرش: ۹۵/۶/۲۸

تاریخ دریافت: ۹۵/۴/۱

۱- دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران

۲- دانشیار، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

Email: Kiiumars@yahoo.com

نویسنده مسئول: کیومرث فرحبخش

مقدمه

روابط فرا زناشویی از سوی زوج درمانگران و متخصصان، یکی از سخت‌ترین مسائل برای درمان برشمرده می‌شود و نیازمند درک بهتری است (۱). آنچه این درمان را در وهله‌ی اول پیچیده می‌سازد، بی‌نظمی عاطفی شدید زوجین است که توانایی تفکر و تحلیل آن‌ها را مختل می‌سازد. با این‌که در ماجرای خیانت نقش همسر زخم خورده و همسر پیمان شکن مشخص است؛ اما پویایی‌های رابطه میان زوجین نقش فرد خاطی و فرد قربانی را دستخوش نوسان می‌کند؛ و این موضوع طلب عذرخواهی از سوی همسر پیمان شکن و بخشش از سوی همسر زخم خورده و متعاقباً درمان را دشوار می‌سازد. پرخاشگری کلامی، عدم همکاری زوج با درمانگر و با خودشان به علت خدشه‌دار شدن هویت و اعتماد بر دشواری درمان می‌افزاید. از آنجا که خیانت عملی قبیح و غیرقابل تأیید برای افراد جامعه محسوب می‌شود؛ معمولاً فشار اجتماعی همسر زخم خورده را تشویق به ترک ازدواج می‌کند. تمامی عوامل فوق باعث دو سو گرایی زوج برای ادامه یا قطع رابطه می‌شود؛ و این دو سوگرایی درمان را بیش از پیش دشوار می‌سازد (۲).

Olson و همکاران، سه مرحله آشفستگی عاطفی، تعلیق و اعتمادسازی را به دنبال افشای خیانت در نظر گرفتند و در هر کدام از این مراحل تجارب همسر زخم خورده را توصیف می‌کنند (۳). در مرحله آشفستگی عاطفی همان‌گونه که از نامش پیداست، عواطف همسر زخم خورده در نوسان است؛ و در مورد حفظ ازدواج و یا ترک آن شک و تردید وجود دارد. در مرحله تعلیق واکنش‌های عاطفی همسر زخم خورده فروکش کرده؛ و افکار و سواسی درباره جزئیات، فاصله‌گیری فیزیکی و عاطفی و حسادت دیده می‌شود. در مرحله اعتمادسازی که با افزایش گفتگو و نزدیک شدن دوباره زوج همراه است، همسر زخم خورده فرایند بخشش و رهایی از حس انتقام و نفرت را طی خواهد کرد. پس از افشای خیانت همسران طیف وسیعی از واکنش‌های هیجانی تا سازنده نسبت به این مسئله نشان می‌دهند؛ که در نهایت ممکن است منجر به ترک یا حفظ رابطه شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهد آنچه توانسته است همسران را در جهت آشتی فعالانه، حفظ رابطه و برگشت به

زندگی مشترک کمک نماید، به‌کارگیری راهبردهایی از قبیل مدیریت هیجانات، اعتمادسازی، مسئولیت‌پذیری دو جانبه، محبت و همدلی، شفاف‌سازی، کاهش سرزنش و گفتگو درباره علت خیانت می‌باشد (۴، ۵). Vaughan دریافت، گفتگو درباره علت خیانت و جزئیات آن، مسئولیت‌پذیری و پاسخگو بودن همسر پیمان شکن احتمال برگشت به زندگی مشترک را افزایش می‌دهد و احتمال وقوع مجدد خیانت را کاهش می‌دهد (۶). Abrahamson و همکاران دریافتند که حمایت از سوی دوستان و خانواده، مراجعه به مشاوره و زوج درمانی و پرهیز از افکار و سواسی، از جمله راهبردهایی هستند که همسران دارای تجربه خیانت در جهت آشتی فعالانه بکار می‌گیرند (۱). Staples نشان داد، مراجعه به مشاور و زوج درمانی عامل مهمی در ایجاد اعتماد میان همسران پس از افشای خیانت است (۴). نتایج حاصل از مطالعه Bird و همکاران نشان داد، مراجعه به مشاوره و درمانگر به علت ایجاد یک محیط امن و امیدبخش، ترسیم یک نقشه‌ی واقع‌گرایانه برای درمان و عادی‌سازی عواطف درمان خیانت زناشویی را تسهیل می‌کند (۵). Wang Hui Min دریافت، استفاده از حمایت و توصیه دوستان و اعضای خانواده، همچنین بهره‌گیری از کمک تخصصی نقش تسهیل‌کننده در درمان خیانت زناشویی دارد (۷). فاتحی زاده و همکاران نشان دادند، حمایت خانواده اصلی و دوستان یک نیاز اساسی برای همسر زخم خورده محسوب می‌گردد؛ همچنین آموزش روانشناختی از سوی مشاور می‌تواند گفتگو میان همسران را پس از افشای خیانت تسهیل کند (۸). Maner و Miller در بررسی تفاوت جنسیتی در پاسخ‌های عاطفی - رفتاری در مواجهه با روابط فرا زناشویی نشان دادند؛ مردان عصبانیت و تمایل به خشونت بیشتر (به‌ویژه نسبت به نفر سوم) را نشان می‌دهند، در حالی که زنان غم و اندوه را تجربه می‌کنند؛ و تمایل دارند این قضیه را با استفاده از شبکه حمایتی دوستان جبران کنند (۹). Shackelford و همکاران در پژوهشی دریافتند؛ مردها نسبت به زن‌ها خیانت جنسی را در مقایسه با خیانت عاطفی سخت‌تر می‌بخشند؛ و احتمال قطع رابطه بعد از خیانت جنسی در مقایسه با خیانت عاطفی بیشتر وجود دارد؛ و برعکس زنان نسبت به مردها خیانت عاطفی را در مقایسه

نشد؛ و فرایند نمونه‌گیری تا زمانی ادامه پیدا کرد تا نوعی اشباع اطلاعات حاصل شد. در این پژوهش ابتدا چند مصاحبه اولیه صورت گرفت، بعد از تحلیل داده‌ها و شناسایی اولین مقوله‌ها، مصاحبه‌های بعدی انجام شد؛ و این فرایند به صورت رفت و برگشت ادامه پیدا کرد؛ و در نهایت پس از انجام ۱۴ مصاحبه اشباع نظری صورت گرفت؛ اما برای اطمینان بیشتر و افزایش تنوع و غلظت مفهومی، ۷ مصاحبه دیگر صورت گرفت که مجموع مصاحبه‌ها به ۲۱ رسید که البته داده جدیدی حاصل نگردید.

جهت جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه عمیق نیمه ساختاریافته استفاده شد. برای طراحی سؤالات مصاحبه از مفاهیم متون تخصصی و پژوهش‌های قبلی استفاده گردید؛ همچنین از مصاحبه بکار گرفته شده در پژوهش Bird و همکاران (۵) و Staples (۴)، کمک گرفته شد. همچنین از اساتید و همکاران مشاور در حوزه خیانت زناشویی نظرخواهی صورت گرفت. از این رو در پژوهش حاضر پس از انجام چند مصاحبه اولیه و تحلیل آن‌ها و شناسایی مقوله‌های مقدماتی، تغییراتی در سؤالات مصاحبه‌ها بوجود آمد. محور کلی سؤالات مصاحبه حول راهبردهای بکار گرفته شده توسط همسران جهت حفظ و ادامه زندگی مشترک پس از افشا خیانت بود.

روش اجرای تحقیق: مصاحبه با شرکت‌کنندگان به صورت حضوری، توسط محقق در یک مرکز مشاوره واقع در مرکز شهر تهران انجام شد. در پایان هر مصاحبه، مصاحبه ضبط شده پیاده‌سازی و تایپ شد. هر مصاحبه بین چهل و پنج دقیقه تا یک ساعت به طول انجامید. داده‌های برگرفته از مصاحبه با زوج‌های دارای تجربه خیانت زناشویی در فاصله بین اسفند ۱۳۹۳ تا شهریور ۱۳۹۴ کامل شد.

رعایت اخلاق در تحقیق حاضر: قبل از مصاحبه برای هر کدام از افراد شرکت‌کننده به صورت تلفنی موضوع و اهداف تحقیق و این که صحبت درباره این موضوع می‌تواند برایشان دردناک و خجالت‌آور باشد، توضیح داده شد؛ از افراد شرکت‌کننده برای ضبط مصاحبه‌ها اجازه گرفته شد. شرکت‌کنندگان اجازه داشتند به هر سؤالی که می‌خواهند در صورت عدم تمایل پاسخ ندهند؛ و هر زمان که خواستند از شرکت در پژوهش انصراف دهند. محاسن و معایب احتمالی

باخیانت جنسی سخت‌تر می‌بخشد؛ و احتمال قطع رابطه از سوی زنان بعد از خیانت عاطفی در مقایسه باخیانت جنسی بیشتر است (۱۰).

با توجه به این که اکثر رویکردهای درمان خیانت زناشویی راهکارهایی مانند مدیریت هیجان‌های منفی، مسئولیت‌پذیری دو جانبه، اعتمادسازی، همدلی با همسر زخم خورده، عذرخواهی و شناسایی دلایل خیانت را راهبردهایی سازنده برای مداخله پیشنهاد کرده‌اند؛ همچنین پژوهش‌های بسیاری نیز کارایی این مداخلات را تأیید کرده است (۲۰-۱۱)، لذا شناسایی عوامل میانجی تسهیل‌کننده این راهبردها، به منظور تدوین مداخلات درمانی مناسب، ضروری به نظر می‌رسید؛ بنابراین، پژوهش حاضر درصدد پاسخ به این پرسش بود؛ که عوامل میانجی تأثیرگذار بر راهبردهای همسران به منظور حفظ و ادامه زندگی پس از افشای خیانت کدامند؟

روش

روش تحقیق حاضر کیفی از نوع نظریه‌مبنایی (Strauss & Corbin) بود. به منظور گردآوری داده‌ها، با زوج‌هایی که دارای تجربه خیانت زناشویی بودند؛ و در حال حاضر با یکدیگر زندگی می‌کردند، مصاحبه انجام شد؛ و با استفاده از کدگذاری نظری و فرایند مقایسه‌ای مداوم واحد سازی و مقوله‌بندی صورت گرفت.

جامعه آماری؛ شامل زوج‌های ساکن شهر تهران که در زندگی زناشویی آن‌ها خیانت اتفاق افتاده بود؛ می‌شد. جهت ورود به پژوهش ملاک‌هایی نظیر از زمان افشای خیانت حداقل ۱ سال و حداکثر ۶ سال گذشته باشد، پس از افشای خیانت به زندگی باهم ادامه داده باشند، فقط یکی از همسران درگیر خیانت شده باشد، مدت زمان ازدواج آنان حداکثر ۲۵ سال باشد؛ در نظر گرفته شد.

نمونه‌گیری به شیوه هدفمند و نظری صورت گرفت؛ محقق با فراخوان از طریق اعلان به همکاران و آگهی در شبکه‌های اجتماعی از افرادی که شرایط لازم برای ورود به پژوهش را داشتند، دعوت به عمل آورد.

با توجه به مفروضات اساسی و زیربنایی رویکرد کیفی؛ و طبق نمونه‌گیری نظری، تعداد نمونه پیش از اجرای تحقیق تعیین

می‌دانند؛ و برخی از آنان به کنکاش جزئیات می‌پردازند. بنا به اظهارات اکثر شرکت‌کنندگان، کنجکاوی درباره جزئیات رابطه فرا زناشویی باعث تشدید واکنش‌های هیجانی منفی می‌گردد. یک مرد زخم خورده در این خصوص می‌گفت: «*وایل درباره جزئیات رابطه خیلی می‌پرسیدم؛ این طوری حال آدم بدتر میشه، دانستن جزئیات باعث مقایسه میشه*» (شرکت‌کننده شماره ۲).

یک زن زخم خورده نیز بیان کرد: «*همسر کلیات رابطه با اون زن رو برام گفته بود؛ اما من دوست داشتم جزئیات رابطه رو بدونم و کنجکاو بودم اما مشاورم می‌گفت: خودت اذیت میشی، زیاد سؤال نکن و الآن فکر می‌کنم اگر می‌دانستم بدتر بود، چون خیلی ناراحت می‌شدم*» (شرکت‌کننده شماره ۳).

یک همسر پیمان شکن می‌گفت: «*بزرگ‌ترین اشتباهی که کردم این بود که جزئیات رابطه جنسی‌مون رو برایش گفتم. هرچقدر هم که اون پافشاری می‌کرد، نباید می‌گفتم چون هنوز اذیتش می‌کنه*» (شرکت‌کننده شماره ۱).

با توجه به موارد فوق می‌توان نتیجه گرفت که اطلاعات درباره کلیات آنچه اتفاق افتاده برای همسر زخم خورده حائز اهمیت است؛ و می‌تواند به بازسازی اعتماد کمک نماید؛ اما دانستن جزئیات می‌تواند باعث تشدید واکنش‌ها و هیجانات منفی گردد؛ و موجب آسیب بیشتری برای همسر زخم خورده شود.

خروج فرد سوم

اکثر همسران پیمان شکن در تحقیق حاضر اظهار داشتند که در حالت دو سو گرایی بین علاقه به همسر و علاقه به فرد سوم (معشوق) قرار گرفته بودند؛ و قطع ارتباط عاطفی با فرد سوم را کاری دشوار دانستند. تحلیل داده‌ها نشان داد؛ میزان رابطه عاطفی همسر پیمان شکن با فرد سوم، کم‌رنگ شدن نقش فرد سوم به‌عنوان معشوق واقعی؛ و خروج او تأثیر مهمی در بازگشت همسران به رابطه داشت. هنگامی که همسران پیمان شکن از ایده آل سازی معشوق فاصله می‌گرفتند؛ و از جانب او طرد می‌شدند یا فرد سوم از این مثلث خارج می‌شد؛ تمایل پیدا می‌کردند تا برای حفظ رابطه زناشویی بیشتر تلاش کنند. این همسران با تأکید بر نوع

شرکت در مصاحبه و درمان با آن‌ها در میان گذاشته شد؛ همچنین در مورد حفظ رازداری اطمینان خاطر داده شد؛ و در تحلیل مصاحبه‌ها از نام مستعار استفاده گردید.

برای تحلیل داده‌ها پس از تبدیل مصاحبه‌ها به متن از کدگذاری باز، انتخابی و محوری استفاده شد. برای ارزیابی روایی داده‌های کیفی از باورپذیری، اطمینان‌پذیری، تأیید پذیری و انتقال‌پذیری استفاده گردید. به‌منظور باورپذیری زمان کافی برای گردآوری و تحلیل داده‌ها تخصیص داده شد؛ و از نتیجه‌گیری زود هنگام اجتناب گردید؛ و پژوهشگر با بررسی مداوم داده‌ها توانست نسبت به داده‌ها آشنایی کامل پیدا کند. همچنین از بیش از یک تحلیل‌گر جهت بررسی و بازنگری داده‌ها استفاده شد؛ تا از طریق زاویه‌بندی تحلیلی، امکان سوگیری کاهش یابد. برای اطمینان‌پذیری، یافته‌های حاصل از مصاحبه با شرکت‌کنندگان در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت؛ و آن‌ها نیز صحت یافته‌ها را تأیید کردند. به‌منظور تأیید پذیری از تمامی فرایندهای کدگذاری یادداشت برداری شد؛ و منابع داده‌ها در دسترس قرار گرفت.

یافته‌ها

ویژگی‌های توصیفی مصاحبه‌شوندگان: کل مصاحبه‌شوندگان ۲۱ نفر بود؛ از این تعداد ۱۲ نفر زن زخم خورده؛ ۳ نفر زن پیمان شکن؛ ۲ نفر مرد زخم خورده و ۴ نفر مرد پیمان شکن بودند. میانگین سنی زنان زخم خورده ۳۵ سال؛ زنان پیمان شکن ۳۳ سال؛ مردان زخم خورده ۳۹ سال و مردان پیمان شکن ۳۲ سال بود.

در پژوهش حاضر در راستای پاسخ به پرسش پژوهش، عوامل تأثیرگذار بر راهبردهای همسران در خصوص بازگشت و ادامه زندگی پس از افشای خیانت مورد بررسی قرار گرفت. به دنبال تحلیل داده‌ها ۶ مقوله شناسایی شد. در زیر با ذکر مصادیق مقولات توضیح و تفسیر گردید.

عدم کنجکاوی درباره جزئیات

داده‌ها حاکی از آن بود که همسر زخم خورده به دنبال افشای خیانت به دنبال دانستن حقایق است. اکثر آن‌ها ارائه اطلاعات از سوی همسر پیمان شکن درباره نوع رابطه فرا زناشویی، چگونگی شروع آن و هویت فرد سوم را حق خود

همسر زخم خورده دیگر نیز چنین می‌گفت: «نگذاشتیم خانواده‌ها بفهمند، چون نگاه دیگران و برخورد دیگران خیلی اذیت می‌کرد؛ اما یک دوستی داشتیم که خیلی شنونده خوبی بود و منو به حفظ زندگی تشویق می‌کرد» (شرکت‌کننده شماره ۶).

یک زن پیمان شکن گفت: «هیچ‌کس نفهمید حتی دخترم و این کلید طلایی حفظ زندگی ما بود» (شرکت‌کننده شماره ۸).

یک همسر زخم خورده نیز می‌گوید: «نباید به خانواده‌ها من می‌گفتم به هیچ‌کس نباید می‌گفتم. الان همه می‌دونند و اجازه دخالت به خودشون میدن. توی دوستانم فقط یک نفر مورد اعتماد بود که قضاوت نکرد بقیه از این موضوع سوءاستفاده کردند» (شرکت‌کننده شماره ۴).

یک زن زخم خورده می‌گوید: «خانواده‌ها فقط اوضاع رو بدتر کردند. خانواده شوهرم به جای کمک به من به دنبال پیدا کردن نقطه ضعف من بودند. خانواده من هم که فقط می‌خواستند من جدا نشم. دنبال حل مشکل نبودند» (شرکت‌کننده شماره ۲).

بهره‌گیری از کمک تخصصی

تمامی شرکت‌کنندگان در تحقیق اظهار داشتند، پس از افشای خیانت و در فرایند تصمیم‌گیری برای ادامه زندگی، به‌طور فردی یا به همراه همسرشان برای مشاوره مراجعه کرده بودند؛ همچنین اکثر آن‌ها در پاسخ به این سؤال که به زوج‌های مشابه خود چه توصیه‌ای دارند؟ کمک گرفتن از یک متخصص در قالب مشاور یا زوج‌درمانگر را پیشنهاد کردند. این همسران گوش دادن فعال و غیر قضاوتی از سوی مشاور را عاملی تسهیل‌کننده برای مدیریت صحیح و تعدیل هیجانات منفی می‌دانستند. کمک در جهت شناسایی دلایل خیانت، ارائه راهکار به‌منظور مشارکت بیشتر زوجین برای حل مسئله، آگاهی از نقش و مسئولیت خود در ایجاد مشکل به‌واسطه جلسات مشاوره از نکات مهمی بود که مصاحبه‌شوندگان درباره نقش مشاوره اشاره کردند.

به‌طور مثال یک مرد زخم خورده گفت: «مشاوره خیلی کمک کرد، شاید خیلی چیزها رو خودمون می‌دونستیم ولی وقتی که یک نفر که تخصص داره و مسائل رو می‌گه آدم راحت‌تر

واکنش فرد سوم، اظهار داشتند طرد از جانب معشوق، باعث درهم شکستن دنیای خیالی و آرمانی آن‌ها شده بود.

یک مرد پیمان شکن در این زمینه می‌گفت: «وقتی اون زن بهم گفت با شخص دیگه‌ای تو رابطه است، احساس کردم طردم کرد. باوجود کشتی که نسبت به او داشتم تصمیم گرفتم ارتباط رو باهاش قطع کنم و پذیرفتم که باید برگردم به زندگی» (شرکت‌کننده شماره ۵).

یک زن پیمان شکن دیگر تجربه خود را این‌گونه توضیح داد: «ازش پرسیدم اگر من از همسرم طلاق بگیرم تو حاضری با من ازدواج کنی؟ اون گفت: تو انتخاب من نیستی. شاید همون جا فهمیدم باید با همسرم دوباره شروع کنم» (شرکت‌کننده شماره ۳).

یک زن زخم خورده که معتقد بود اتمام رابطه فرا زناشویی از جانب همسرش منجر به بازسازی اعتماد شده است، می‌گوید: «شوهرم وقتی فهمید که اون زن با مردهای دیگه هم رابطه داره، برگشت و بهم گفت هیچ‌کس مثل تو نمیشه! جلوی چشم خودم زنگ زد به اون خانم و گفت همه چی تموم شده. این باعث شد اعتمادم بهش بیشتر بشه» (شرکت‌کننده شماره ۶).

حمایت‌های اجتماعی

شرکت‌کنندگان در پژوهش معتقد بودند؛ در میان گذاشتن ماجرا با والدین و بستگان نه تنها به حل شدن مشکل کمکی نمی‌کند؛ بلکه به علت قضاوت نادرست و پیش‌داوری، ادامه و حفظ زندگی دشوارتر می‌شود. نگاه منفی دیگران به خیانت؛ و فردی که می‌خواهد باوجود پیمان شکنی به زندگی مشترک ادامه دهد نیز از مسائلی بود که شرکت‌کنندگان عنوان کردند. علیرغم این نکته، یافته‌ها حاکی از آن بود که برخورداری از حمایت فردی مطمئن مانند یک دوست؛ به دلیل همدلی و نگاه غیر قضاوتی، می‌تواند در جهت تعدیل هیجانات منفی همسران مفید باشد.

به‌طور مثال یک مرد زخم خورده تجربه خود را چنین توصیف می‌کرد: «ما نگذاشتیم خانواده‌ها من بفهمند؛ اگر خانواده‌ها می‌فهمیدند حتماً توصیه به طلاق می‌کردند؛ من فقط به یکی از دوستان مورد اعتمادم گفتم و اون منو آروم کرد» (شرکت‌کننده شماره ۱).

اشتباهی بکنه اجازه نمیدن اشتباهش رو جبران کنه، اون زن مطرود میشه و طلاقش واجب» (شرکت‌کننده شماره ۱).
مرد زخم خورده دیگری درباره فشار و نگاه قضاوتی جامعه درباره ادامه زندگی با یک زن پیمان شکن عنوان کرد: «گر بفهمند که من زنم رو بخشیدم به من میگن بی‌غیرت!» (شرکت‌کننده شماره ۷).

یک زن زخم خورده در این مورد می‌گفت: «تو فرهنگ ما مرد حق انتخاب داره، راحت میتونه زنش رو طلاق بده و با یکی دیگه ازدواج کنه؛ اما زن‌ها نه! برای همین زن‌ها باید زندگی رو حفظ کنند و ببخشند چون مهربان‌تر و لطیف‌ترند، مردها سخت‌تر میتونن ببخشند، باوجود نگاهی که در مورد زن خیانتکار وجود داره اگر مردی زنش رو ببخشه خیلی مرده» (شرکت‌کننده شماره ۲).

گذشت زمان

داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها نشان داد؛ افشای خیانت هم برای همسر زخم خورده و هم برای همسر پیمان شکن بسیار طاقت‌فرسا است و آن‌ها را شدیداً تحت تأثیر قرار می‌دهد. اکثر شرکت‌کنندگان در تحقیق حاضر اظهار داشتند؛ گذشت زمان در کاهش و فرونشینی هیجانات منفی، بعد از افشای خیانت و بازسازی اعتماد و کمک به فرایند بخشش مؤثر است.

به‌عنوان مثال یک همسر پیمان شکن گفت: «مرور زمان خیلی کمکم کرد، هر چه زمان گذشت این مسئله کم‌رنگ‌تر شد، اون موقع تونستم به همسرم نزدیک‌تر بشم و ببخشمش» (شرکت‌کننده شماره ۷).

در مثال دیگری یک همسر زخم خورده درباره زمان و اثر آن بر تعدیل هیجانات می‌گفت: «فکار منفی دوهفته‌ای اول به اوج می‌رسید. بعد تصمیم گرفتم زمان بدم تا آرام بشم» (شرکت‌کننده شماره ۶).

یک مرد زخم خورده نیز عنوان کرد: «ومدیم مشاوره، اول هفته به هفته بعد دوهفته‌ای یک‌بار، بعد ماهی یک‌بار جلسه می‌گذاشت و زمان داد. این راهکار زمان دادن خوب بود» (شرکت‌کننده شماره ۱).

یک همسر زخم خورده درباره گذشت زمان اظهار داشت: «آروم آروم که زمان گذشت دوباره بهش اعتماد کردم، همه

میتونه قبول کنه. توصیه می‌کنم کسانی که مشکل ما رو دارن حتماً از مشاور کمک بگیرن» (شرکت‌کننده شماره ۱).
یک زن زخم خورده که همسرش حاضر به شرکت در جلسات زوج درمانی نشده بود؛ با تأکید بر مفید بودن جلسات فردی عنوان کرد: «قبل از اینکه پیام مشاوره فکر می‌کردم همه چیز رو میدونم؛ اما وقتی اومدم مشاوره دیدم من چقدر پرت بودم، مشاوره باعث شد من تغییر کنم، الگوهای غلط ذهنی خودم را شناختم. برای همین مشاوره رو صد در صد توصیه می‌کنم» (شرکت‌کننده شماره ۲).

یک همسر زخم خورده می‌گوید: «با همسرم رفتیم مشاوره. مشاور یادمون داد باهم حرف بزنیم. ایراد هامون رو بفهمیم و این خیلی کمک کننده بود» (شرکت‌کننده شماره ۶).

غلبه بر نقش جنسیتی

تحلیل داده‌ها نشان داد، جنسیت و نقش جنسیتی تأثیر مهمی بر به‌کارگیری نوع راهبردهای همسران دارد. مردان زخم خورده شرکت‌کننده در تحقیق معتقد بودند، افراد جامعه ادامه زندگی با زن پیمان شکن را برای یک مرد شایسته نمی‌دانند؛ و اکثر مردان در چنین شرایطی به علت مورد قضاوت قرار گرفته شدن، فشار شدیدی را متحمل می‌شوند. همچنین هم مردان و هم زنان شرکت‌کننده در تحقیق اظهار داشتند؛ جامعه نگرش سهل‌گیرانه‌تری نسبت به خیانت مردان دارد؛ و یکی از دلایلی که اکثر مردان پیمان شکن حاضر به شفاف‌سازی نیستند این است که در بسیاری از موارد، خیانت نه تنها برای مردان امری غیراخلاقی محسوب نمی‌شود؛ بلکه گاهی یک حق و نوعی از توانمندی محسوب می‌گردد. بالعکس از زنان این توقع می‌رود که برای حفظ رابطه تلاش بیشتری را نسبت به مردان داشته باشند. مبتنی بر یافته‌های تحقیق این‌گونه به نظر رسید که زنان در موقعیت همسر پیمان‌شکن و مردان در موقعیت همسر زخم خورده بیشتر تحت فشار نقش جنسیتی قرار دارند.

یک مرد زخم خورده گفت: «من مطمئنم اگر این ماجرا رو به هر نحوی با دوستانم مطرح کنم و بگم که همسرم به من خیانت کرده؛ و من ببخشیدم به من به چشم یک ترسو یا یک بی‌عرضه نگاه می‌کنند. تو فرهنگ ما اگر یک زن یک چنین

چی تموم شد، انگار زخمه خوب شد، درش بسته شد» (شرکت‌کننده شماره ۴).

بحث

همچنان که یافته‌های تحقیق حاضر نشان داد؛ خروج فرد سوم از زندگی همسر پیمان شکن در اتمام رابطه فرا زناشویی و حفظ و ادامه زندگی تأثیر مهمی دارد. تقریباً اکثر درمان‌های خیانت زناشویی بر ارزیابی مدت خیانت، نوع خیانت و میزان درگیری همسر پیمان شکن با فرد سوم تأکید کرده‌اند؛ و شرط خاتمه رابطه همسر پیمان شکن با فرد سوم را امری مهم در بازسازی اعتماد و مشارکت در درمان می‌دانند (۱۶-۵،۱۴). از آنجا که اغلب درمانگران پس از افشای خیانت بیشتر بر احساس همسر زخم خورده تمرکز می‌کنند؛ معمولاً از تعارض‌ها و درگیری‌های عاطفی همسر پیمان شکن با فرد سوم غافل می‌شوند، لذا کمک به همسر پیمان شکن در جهت قطع ارتباط با فرد سوم، می‌تواند در طراحی یک برنامه درمانی حائز اهمیت باشد.

همسو با یافته‌های تحقیق حاضر در خصوص عدم کنجکاووی درباره جزئیات، Baucom و همکاران؛ در رویکرد تلفیقی خود برای درمان خیانت، معتقدند جستجو برای یافتن جزئیات بسیار ریز به ندرت مفید واقع می‌شود و ممکن است به تشدید رنج و نشخوار فکری بر سر مسائل جزئی منجر شود (۲). از آنجا که همسر زخم خورده می‌خواهد درباره جزئیات خیانت اطلاعات داشته باشد، باید تعیین کرد که چه اطلاعاتی مفید و چه اطلاعاتی مضر خواهد بود؛ به طور مثال دانستن جزئیات رابطه جنسی نه تنها به همسر زخم خورده کمکی نمی‌کند بلکه به وی آسیب نیز خواهد زد (۲۱). برای کنترل آسیب حاصل از افشای خیانت باید به همسر زخم خورده آموزش داد تا سوالات واقع گرایانه درباره خیانت بپرسد و برای همسران باید مشخص کرد که چه مقدار و در مورد چه جنبه‌هایی از آن می‌توانند بحث کنند.

یافته تحقیق حاضر نشان داد؛ اطلاع یافتن خانواده‌ها و اطرافیان نه تنها به حفظ رابطه همسران کمک نمی‌کند بلکه موضوع را پیچیده‌تر می‌سازد. Gordon و همکاران در خصوص حمایت‌های اجتماعی معتقدند؛ همسران دارای

تجربه خیانت زناشویی، باید به‌طور حساب شده و دقیق متوجه باشند که با چه کسانی می‌توان موضوع پیمان شکنی را مطرح کرد؛ و با چه کسانی نمی‌توان آن را در میان گذاشت (۱۷). Abrahamson و همکاران معتقدند؛ همسر زخم خورده به علت خیانت همسر از سوی دیگران دلداری داده می‌شود؛ اما هنجار اجتماعی این توقع را از او دارد که به زندگی با فرد پیمان شکن خاتمه دهد؛ همسران پیمان شکن نیز به علت خیانت مورد انتقاد دیگران قرار می‌گیرند؛ و در نتیجه از سوی دوستان و بستگان حمایت کمتری را دریافت می‌کنند (۱). این نکته که اطرافیان در خصوص تغییر رفتار همسر پیمان شکن تردید دارند؛ و از این بابت به همسر زخم خورده هشدار می‌دهند، تصمیم‌گیری درباره ادامه و حفظ زندگی مشترک را برای همسر زخم خورده دشوار می‌سازد.

Olson و همکاران، در مطالعه‌ای نشان دادند که پس از افشای خیانت انتظارات، توصیه‌ها و حمایت‌های دیگران نقش مهمی در بازگشت همسران به یکدیگر ایفا می‌کند (۳). یافته‌های تحقیق حاضر می‌تواند برای زوج درمانگران از این جهت حائز اهمیت باشد؛ که در هنگام کار کردن در چنین زمینه‌ای به موانع فرهنگی که ادامه زندگی زوجین را به چالش می‌کشاند، آگاه باشند. این موانع فرهنگی شامل عدم درک درست از سوی بستگان و اطرافیان، عقاید غیرمنطقی آنان و مورد قضاوت قرار گرفته شدن به‌منظور بازگشت به زندگی است.

همسو با یافته‌های تحقیق حاضر در خصوص تأثیر بهره‌گیری از درمان تخصصی، Bird و همکاران عادی‌سازی عواطف، ایجاد محیطی غیر قضاوتی و امن، توضیح درباره فرایند درمان از سوی درمانگر را در تعدیل ثبات عاطفی و شناختی همسران درگیر در تجربه خیانت مفید دانستند (۵). همچنین Staples در مطالعه‌ای نشان داد؛ زوجینی که در فرایند حفظ و ادامه زندگی پس از افشای خیانت جهت زوج درمانی مراجعه کرده بودند، بر اثربخشی مداخله‌های درمانگر در جهت تنظیم هیجانی، بازسازی اعتماد و تسهیل بخشش تأکید داشتند (۴). پژوهش Abrahamson و همکاران نیز نشان داد؛ مشاوره به علت ایجاد فضای امن و غیر قضاوتی، تسهیل گفتگوی میان همسر زخم خورده و همسر پیمان شکن در

همسو با یافته‌های تحقیق حاضر، Olmstead و همکاران (۲۸)، Bird و همکاران (۵)، معتقدند بخشش و اعتمادسازی فرایندی است که نیازمند گذشت زمان می‌باشد. از آنجایی که دو نفر با دو جایگاه متفاوت در یک رابطه وجود دارند، گذشت زمان می‌تواند به هماهنگ کردن آن‌ها کمک نماید؛ و شتاب درمانگر در فرایند درمان می‌تواند اثرات منفی به دنبال داشته باشد.

نتیجه‌گیری

از یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت، راهبردهای سازنده همسرانی که پس از افشای خیانت به زندگی مشترک ادامه داده بودند تحت تأثیر عوامل میانجی از قبیل عدم کنجکاوی درباره جزئیات، خروج فرد سوم، بهره‌گیری از کمک تخصصی، حمایت اجتماعی مناسب، غلبه بر نقش جنسیتی و گذشت زمان قرار داشتند. برآیند این یافته‌ها جهت تسهیل فرایند درمان روابط فرا زناشویی، ترمیم رابطه همسران و بازگشت آنان به زندگی زناشویی پس از افشای خیانت کاربرد دارد.

محدودیت‌های این پژوهش استفاده از مصاحبه بود که حفظ بی‌طرفی مصاحبه‌گر را دشوار می‌ساخت و امکان سوگیری وجود داشت. تکیه صرف به گزارش‌های یکی از همسران و عدم مصاحبه با هر دو طرف به‌طور هم‌زمان، یکی دیگر از محدودیت‌های این پژوهش بود. به پژوهشگران این حوزه توصیه می‌شود اثربخشی یافته‌های این تحقیق را در طرح آزمایشی به آزمون بگذارند. همچنین این یافته‌ها نیز می‌تواند در مداخلات درمانی کاربرد داشته باشد.

تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از رساله دکتری دانشگاه آزاد واحد علوم و تحقیقات بود. بدین وسیله از تمامی کسانی که در به انجام رساندن این رساله همکاری نمودند تقدیر و تشکر به عمل می‌آید.

تضاد منافع

فرایند بازگشت زوجین به رابطه زناشویی پس از افشای خیانت مؤثر است (۱).

یکی از حوزه‌هایی که در ادبیات خیانت به‌طور خاص مورد سوگیری و تعصب قرار داشت، حوزه جنسیت بود. Dodini جنسیت را عامل مهمی در درمان خیانت می‌داند؛ او معتقد است جامعه عقاید سهل‌گیرانه‌تری نسبت به خیانت مردان دارد (۲۲). مبتنی بر روانشناسی تکاملی، کنار آمدن با خیانت جنسی نسبت به خیانت عاطفی برای مردان سخت‌تر است (۲۳، ۱۰). اما تحقیقات نشان داده است مردان و زنان در پاسخ به خیانت (جنسی یا عاطفی) یک اندازه رنج می‌برند؛ و آثار مخرب خیانت و شدت واکنش‌های هیجانی نسبت به آن در هر دو جنس یکسان است (۲۴، ۱۵). در این راستا Cann و همکاران، معتقدند تأثیر عقاید جامعه و تجارب آموخته شده را نباید نادیده گرفت؛ این عقاید در نوع واکنش مردان و زنان نقش مهمی را ایفا می‌کنند (۲۳). Williams معتقد است مردی که به همسرش خیانت می‌کند، ممکن است به سختی بتواند بر آموخته‌هایش درباره مردانگی غلبه کند. این آموخته‌ها مبنی بر این که مرد نباید ضعیف باشد توانایی همدلی و عذرخواهی او را نسبت به زنش محدود می‌سازد (۲۵). Silverstein نیز با تأکید بر این که کلیشه مردانگی در جامعه شامل گستره‌ای از رفتارهای منفی مثل خشونت، افراط جنسی، عقب نشینی عاطفی و رفتارهای ناکارآمد در رابطه میان همسران و ... می‌باشد، معتقد است جامعه برای زنان این پیام را دارد که آنان مسئول کیفیت و حفظ رابطه هستند (۲۶). اگرچه تحقیقات زیادی درباره تفاوت جنسیتی در رابطه با خیانت انجام شده است؛ اما تعداد اندکی از الگوهای درمانی نقش جنسیتی را مداخله‌ای برای درمان محسوب کرده‌اند؛ و این‌گونه به نظر می‌رسد که نقش جنسیتی فقط در ارزیابی اولیه برای درمان خیانت در نظر گرفته شده است (۲۷). مبتنی بر یافته‌های تحقیق حاضر همسرانی که پس از افشای خیانت در جهت حفظ و ادامه زندگی آشتی‌فعالانه در پیش گرفته بودند، توانسته بر فشارهای نقش جنسیتی غلبه کنند. لذا با توجه موارد ذکر شده و مبتنی بر یافته‌های تحقیق حاضر توجه به نقش جنسیتی در هسته درمان در فرهنگ ما امری ضروری به نظر می‌رسد.

در انجام رساندن مقاله حاضر، نویسندگان هیچ‌گونه تضاد منافی نداشتند.

References

1. Abrahamson L, Rafat H, Khan A, Schofield MJ. What helps couples rebuild their relationship after therapy? *Journal of Family Issue* 2012; 33(11): 1494-519.
2. Baucom DH, Snyder DK, Gordon KC. *Helping Couples Get Past the Affair: A Clinician's Guide*. New York: Guilford Press; 2009.
3. Olson MM, Russell CS, Higgins Kessler M, Miller RB. Emotional process following disclosure of an extramarital affair. *J Marital Fam Ther* 2002; 28(4): 423-34.
4. Staples JM. *Couple's Process of Healing from Infidelity while Therapy* [dissertation]. Nevada: University of Nevada; 2010.
5. Bird MH, Butler MH, Fife ST. The process of couple healing following infidelity. *J Couple Relatsh Ther* 2007; 6(4): 1-25.
6. Vaughan P. *The Monogamy MYTH*. 3rd ed. New York: William Morrow Paperbacks; 2003.
7. Wang Hui Min R. The impact of discovering spouse's infidelity: A pilot Study on Singaporean Chinese [dissertation]. London: Middlesex University; 2005-2006.
8. Fatehizade M, Rahimi A, Yousefi Z. The lived experiences of Iranian women, injured from their husbands' infidelity. *Modern Applied Science* 2016; 10(4): 70-5.
9. Miller SL, Maner JK. Coping with romantic betrayal: Sex differences in responses to partner infidelity. *Evolutionary Psychology* 2008; 6(3): 413-26.
10. Shackelford, Todd, K. Buss, David, M. & Bennett, Kevin. Forgiveness or Breakup: Sex differences in responses to a partner's infidelity. *Cognition and Emotion* 2002; 16(2): 299-307.
11. Levine SB. A clinical perspective on infidelity. *Sexual and Relational Therapy* 2005; 20(2): 143-53.
12. Fathi M, Fekrazad H, Ghaffary G, Bolhari J. Recognizing the fundamental factors of married men engaged in marital infidelity. *Social Welfare Quarterly* 2012; 13(51): 109-37.
13. Kroger C, Reibner T, Vasterling I, Schutz K, Kliem S. therapy for couple after an affair a randomized-controlled trial. *Behav Res Ther* 2012; 50(12): 786-96.
14. Makinen JA, Johnson SM. Resolving attachment injuries in couples emotionally focused therapy: Steps toward forgiveness and reconciliation. *J Consult Clin Psychol* 2006; 74(6): 1055-64.
15. Fife ST, Weeks GR, Gambesia N. Treating infidelity: An integrative approach. *The Family Journal* 2008; 16(4): 316-23.
16. Gordon KC, Baucom DH, Snyder DK. An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *Journal of Marital and Family Therapy* 2004; 30(32): 213-31.
17. Gordon KC, Baucom DH, Snyder DK. Optimal strategies in couple therapy: threatening couple dealing with the trauma of infidelity. *Contemporary Psychotherapy* 2008; 38: 151-60.
18. Karimi J, Sodani M, Mehrbizadeh Honarmand M, Nisi A. Comparison of the efficacy of integrative couple therapy and emotionally focused couple therapy on symptoms of depression and post-traumatic stress symptoms caused by extra-marital relations in couples. *Journal of Clinical Psychology* 2013; 5(3): 35-46. [In Persian].
19. Momeni Javid M, Shoaakazemi M. The efficacy of couple therapy on life quality of couples dealing with the trauma of infidelity. *Journal of Research and Health* 2011; 1(1): 53-63. [In Persian].
20. Najafi M, Soleimani AA, Ahmadi K, Javidi N, Kamkar EH. The effectiveness of emotionally focused therapy on enhancing marital adjustment and quality of life among infertile couples with marital conflicts. *Int J Fertil Steril* 2015; 9(2): 238-46.
21. O'Leary KD, Heyman RE, Arthur JJ. *The Couples Psychotherapy Treatment Planner*. 2nd ed. New Jersey: Wiley; 2011.
22. Dodini AJ. *Treating infidelity: therapists' ratings of hope, threat, forgiveness, and justification* [dissertation]. Virginia: Virginia Polytechnic Institute; 2000.
23. Cann A, Mangum JL, Wells M. Distress in response to relationship infidelity: The roles of gender and attitudes about relationships. *The Journal of Sex Research* 2001; 38(3): 185-90.
24. Carpenter CJ. Meta-analyses of sex differences in responses to sexual versus emotional infidelity: men and women are more similar than different. *Psychology of Women Quarterly* 2010; 36(1): 25-37.
25. Williams K. A socio-emotional relational framework for infidelity: The relational justice approach. *Fam Process* 2011; 50(4): 516-28.
26. Silverstein LB. *Feminist Family Therapy*. Washington, DC: American Psychological Association; 2003. p. 163-76.
27. Williams K. Development of a contextual model for the treatment of infidelity [dissertation]. Loma Linda: Loma Linda University; 2012. p.105.
28. Olmstead SB, Blick RW, Mills LI. Helping couple work toward the forgiveness of marital infidelity: Therapist' perspectives. *Am J Fam Ther* 2009; 37(1): 48-66.

The Role of Mediators on Couples Strategies to Keep Marriage after Disclosure of Infidelity: A Qualitative Study

Azadeh Aminiha¹ , Kiumars Farahbakhsh² , Masumeh Smaili²

Original Article

Abstract

Introduction: Infidelity has a devastating effect on marriage and individuals, and is a multifaceted problem that makes couples to enter couple therapy. Understanding, assessment, and treatment of extramarital affairs has significantly changed in the last decade. Therefore, the present study was conducted to identify the role of mediators on couples strategies to keep marriage following infidelity disclosure.

Method: The is a qualitative study based on the grounded theory. The research population included 21 couples living in Tehran who experienced infidelity and still live together from the time of infidelity disclosure (at least 1 year and at most 6 years). Subjects were selected using purposive sampling method. Data were collected using semi-structured in-depth interviews. Data were analyzed using theoretical coding and constant comparative analysis using categorization.

Results: Stop the curiosity about the details of extramarital relationship, elimination of the third person from the life of person who was unfaithful, seeking professional help, effective social support, overcoming the sexuality role, and time were identified as the mediators affecting couples strategies to keep marriage after disclosure of infidelity.

Conclusion: According to the results, the mediators obtained in this study are effective in facilitating the couple therapy, improving the marital relationship, and helping couples keep marriage after disclosure of infidelity.

Keywords: Infidelity, Couple strategies, Mediator factors, Couple therapy, Qualitative study

Citation: Aminiha A, Farahbakhsh K, Smaili M. **The Role of Mediators on Couples Strategies to Keep Marriage after Disclosure of Infidelity: A Qualitative Study.** J Qual Res Health Sci 2019; 8(Special Issue): 76-85. [In Persain]

Received date: 21.06.2016

Accept date: 18.09.2016

Published: 21.09.2019

1- Candidate of Ph.D in Counseling, Department of Counseling, School of Counseling, Islamic Azad University, Science and Research Branch of Tehran, Tehran, Iran

2- Associate Professor, Department of Counseling, School of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

Corresponding Author: Kiumars Farahbakhsh, Email: Kiiumars@yahoo.com