

فرایند روان‌شناختی بروز بی‌وفایی عاطفی در زنان میانسال؛ یک نظریه داده‌بنیاد

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۶/۱۴ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۰/۱۲

ساجد یعقوب‌نژاد*

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: بی‌وفایی عاطفی یکی از مسائل پیچیده در روابط زناشویی است که سلامت روان و رضایت زوجین را تحت تأثیر قرار می‌دهد. این پدیده در زنان میانسال به دلیل تغییرات روان‌شناختی و اجتماعی میان‌سالی اهمیت ویژه‌ای دارد. پژوهش حاضر با هدف شناسایی فرایندهای روان‌شناختی بی‌وفایی عاطفی و ارائه یک مدل نظری مبتنی بر داده‌های واقعی انجام شد.

روش: داده‌ها در سال ۱۴۰۳ و از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با پنج زن میانسال (۳۵ تا ۵۵ ساله) که طی سه سال اخیر تجربه بی‌وفایی عاطفی افشا شده داشتند، جمع‌آوری شد. مصاحبه‌ها تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت و داده‌ها در دو کلینیک روان‌شناسی معتبر در تهران گردآوری شدند. تحلیل داده‌ها با استفاده از کدگذاری باز، کدگذاری محوری و کدگذاری انتخابی انجام شد و در نهایت یک مدل پارادایمی متمرکز بر فرایند روان‌شناختی مرکزی بی‌وفایی عاطفی استخراج شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد، کاهش صمیمیت عاطفی، احساس تنهایی، نارضایتی زناشویی و جستجوی حمایت عاطفی از مهم‌ترین عوامل زمینه‌ساز بی‌وفایی هستند. پس از ورود به این روابط، پنهان‌کاری، توجیه رفتار و اضطراب ناشی از افشای رابطه، به‌عنوان راهبردهای کلیدی برای مدیریت تعارضات به کار گرفته می‌شوند. افشای بی‌وفایی پیامدهایی همچون احساس گناه، کاهش عزت نفس، شرم اجتماعی و فروپاشی زندگی زناشویی دارد.

نتیجه‌گیری: یافته‌ها می‌توانند به درک بهتر علل، فرایندها و پیامدهای بی‌وفایی عاطفی کمک کنند و برای مشاوران و روان‌شناسان کاربردی باشند. پیشنهاد می‌شود با آموزش مهارت‌های ارتباطی و هیجانی، گسترش مشاوره‌های تخصصی و تقویت حمایت‌های اجتماعی، زمینه کاهش بی‌وفایی عاطفی در دوران میانسالی فراهم شود.

کلمات کلیدی: بی‌وفایی عاطفی، زنان میانسال، نظریه داده‌بنیاد.

۱. نویسنده مسئول: استادیار گروه آموزش روانشناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، صندوق پستی ۸۸۹-۱۴۶۶۵ تهران. ایران

*نویسنده مسئول: s.yaghoubnzhad@cfu.ac.ir



The psychological process of emotional infidelity in middle-aged women: A data-based theory

Received: 2025/9/4 Accepted: 2026/1/2

Sajed Yaghoubneghad*¹

Original Article

Abstract

Introduction: Emotional infidelity represents a complex phenomenon in marital relationships with profound implications for mental health and couple satisfaction. This issue holds particular significance among middle-aged women due to the unique psychological and social transitions associated with midlife. The present study aimed to identify the psychological processes underlying emotional infidelity and to develop a theoretical model grounded in empirical data.

Method: Data were collected during 2024 through semi-structured interviews with five middle-aged women (aged 35–55 years) who had experienced disclosed emotional infidelity within the preceding three years. Interviews were conducted at two reputable psychology clinics in Tehran and continued until theoretical saturation was achieved. Data analysis employed open, axial, and selective coding procedures, culminating in the extraction of a paradigmatic model centered on the core psychological process of emotional infidelity.

Findings: The results revealed that diminished emotional intimacy, feelings of loneliness, marital dissatisfaction, and the pursuit of emotional support constituted the primary antecedents of emotional infidelity. Following engagement in such relationships, participants employed concealment, cognitive rationalization of their behavior, and anxiety related to potential disclosure as key strategies for managing internal and external conflicts. Ultimately, the revelation of infidelity frequently resulted in feelings of guilt, diminished self-esteem, social shame, and marital dissolution.

Conclusion: These findings enhance understanding of the antecedents, processes, and consequences of emotional infidelity among middle-aged women and offer practical insights for family counselors and psychologists. Recommendations for mitigating emotional infidelity in this population include strengthening communication and emotional skills, expanding specialized counseling services, implementing targeted media programs, and enhancing social support networks.

Keywords: Emotional infidelity, Middle-aged women, Grounded theory.

1. Associate Professor, Department of Psychology and Counselling, Farhangian University, P.O. Box 14665-889, Tehran, Iran

* Corresponding Author: s.yaghoubneghad@cfu.ac.ir

مقدمه

یکی از آسیب‌های رو به رشد جوامع امروز، بی‌وفایی^۱ همسر یا پیمان‌شکنی زناشویی است. هرچند تحقیقات قابل توجهی در مورد موضوع بی‌وفایی انجام شده است، اما توافق کمی در مورد تعریف آن وجود دارد (روکاخ و چان^۲، ۲۰۲۳؛ وریبولوسکا و اسکرزک^۳، ۲۰۲۱). برخی از پژوهشگران، بی‌وفایی را به هر نوع رفتار عاطفی، جنسی یا عاشقانه پنهانی اطلاق می‌کنند که انحصار روابط عاشقانه را نقض می‌کند (روکاخ و چان، ۲۰۲۳؛ مارس، آنتونویچ، نظرسنجی، رنگ و ون‌دورن^۴، ۲۰۲۴). در این راستا، بلو و اوسالیوان^۵ (۲۰۲۴)، نیز بی‌وفایی را به عنوان هر نوع رفتار غیرحضور یی یا آنلاین می‌دانند که توافقات انحصاری بین شرکا را نقض می‌کند و می‌تواند برخی از مهم‌ترین آسیب‌ها را به یک رابطه صمیمانه وارد کند، زیرا پایه‌های رشد روابط یعنی اعتماد، اطمینان و امنیت را تهدید می‌کند. به طور کلی و در برآیند اغلب تعاریف، بی‌وفایی به هر نوع رفتار پنهانی اطلاق می‌شود که تعهد و انحصار مورد توافق در یک رابطه زناشویی یا عاشقانه را نقض می‌کند. در این میان، "بی‌وفایی عاطفی" به‌طور خاص به درگیری عاطفی فرد با شخصی غیر از شریک زناشویی خود اطلاق می‌شود که ممکن است بدون تماس فیزیکی رخ دهد، اما همچنان تهدیدی جدی برای پیوند زناشویی محسوب می‌شود. این اصطلاح با "خیانت زناشویی" که بیشتر بر رابطه جنسی خارج از ازدواج دلالت دارد، تفاوت دارد.

فراوانی بی‌وفایی در سال‌های اخیر افزایش یافته است. در این راستا، یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد بین ۱۱ تا ۲۵ درصد از آمریکایی‌ها حداقل یک‌بار در زندگی خود رابطه عاطفی و جنسی خارج از ازدواج انجام می‌دهند (واراش و جانسون^۶، ۲۰۲۱). علاوه بر این، داده‌های نمونه‌های نماینده ملی از ایالات متحده، نروژ، فنلاند، استونی و پترزبورگ نشان می‌دهد که ۱۳/۳٪ تا ۳۷/۵٪ از افراد در روابط عاشقانه (اغلب متاهل) گزارش می‌دهند که درگیر رابطه با شخصی غیر از شریک فعلی خود هستند (بلو و اوسالیوان، ۲۰۲۴). این موضوع زنگ خطری برای تمام جوامع و تهدیدی برای سلامت خانواده‌ها به‌ویژه در ایران به‌عنوان یک جامعه خانواده‌بنیان می‌باشد.

بی‌تردید، بی‌وفایی به‌عنوان یک رویداد استرس‌زا، اثرات زیانباری بر کانون خانواده و اعضای آن دارد و بر جنبه‌های مختلف روان همسر از جمله باورهای او تأثیر می‌گذارد و اغلب با آشفتگی شناختی همراه است. خیانت توسط یکی از زوجین به‌عنوان نوعی آسیب بین فردی در نظر گرفته می‌شود چراکه بین ۳۰٪ تا ۶۰٪ از افراد خیانت دیده علائم اختلال استرس پس از سانحه، افسردگی و اضطراب را تا سطوح معنی‌دار بالینی تجربه می‌کنند. این نشانه‌ها معمولاً با واکنش‌هایی چون بی‌اعتمادی مزمن، احساس طردشدگی، خشم و سردرگمی همراه هستند و می‌توانند به شکل‌گیری الگوهای ناسازگارانه ارتباطی و در نهایت فروپاشی خانواده منجر شوند. از دیدگاه بالینی، این مجموعه از علائم را می‌توان به‌عنوان یک اختلال سازگاری مرتبط با استرس تلقی کرد (لانرگان، برانت، ریوست-بارگارد و گرولی^۷، ۲۰۲۱).

با این حال، مطالعات پیشین در این زمینه اغلب بر علل اجتماعی یا فردی بی‌وفایی عاطفی تأکید کرده‌اند، اما فرایند روان‌شناختی آن به‌طور خاص در زنان میانسال هنوز به‌طور گسترده‌ای مورد بررسی قرار نگرفته است. به‌عنوان نمونه، کایا و شکیراوغلو^۸ (۲۰۲۳)، به مرور عوامل مؤثر بر خیانت آنلاین پرداختند. بر این اساس، این پژوهشگران با مطالعه و مرور نظام‌مند هشت مطالعه در زمینه عوامل مؤثر بر خیانت آنلاین، نگرش‌های مثبت نسبت به خیانت؛ تعهد پایین‌تر به رابطه؛ کیفیت بالاتر شرکای جایگزین؛ کیفیت زناشویی پایین؛ احساس تنهایی؛ رضایت کم از رابطه و عدم اطمینان در رابطه را از جمله عوامل مؤثر و مرتبط با خیانت آنلاین می‌دانند. علاوه بر این، ناز و عثمان^۹ (۲۰۱۹) معتقدند، حدود ۳۸٪ از زنان عدم رضایت زناشویی و ۲۵٪ نیازهای عاطفی از جمله

1. Disloyalty
2. Rokach & Chan
3. Wróblewska-Skrzek
4. March, Antunovic, Poll, Dye & Van Doorn
5. Belu & O'Sullivan
6. Warach & Josephs
7. Lonergan, Brunet, Rivest & Beauregard & Groleau
8. Kaya & Şakiroğlu
9. Naz & Usman

احساس تنهایی و انزوا در زندگی زناشویی را به عنوان دلیل خیانت خود مطرح کرده‌اند. کیم و کیم^۱ (۲۰۱۳) بر این باورند که تغییرات زندگی در میانسالی مانند یائسگی و استرس‌های ناشی از آن نیز می‌توانند بر دینامیک‌های زناشویی تأثیر بگذارند و خیانت را به عنوان یک مکانیزم مقابله‌ای معرفی کنند.

در این راستا، اسکیرن، آپلانیز و واگنر^۲ (۲۰۱۸)، معتقدند خیانت به دلایلی همچون: (الف). مشروعیت ناشی از حس انتقام (یعنی شریک مستحق خیانت بود)؛ (ب). اغوا (به معنای اغوا شدن توسط شخص ثالث است)؛ (ج) عادی‌سازی (عادی شدن خیانت به عنوان یک عمل عادی)؛ (د) تمایلات جنسی (ناشی از شکاف در زندگی جنسی زوجین)؛ (ه) زمینه اجتماعی (به دلایلی مانند ازدواج زودهنگام، رشد در یک فرهنگ محافظه کار) و (و) جستجوی احساسات جدید، سرگرمی، اشتیاق و خارج شدن از روال، رخ می‌دهد. به باور این پژوهشگران مردان عمدتاً، اغواگری و زنان عمدتاً بافت اجتماعی را عامل خیانت تلقی می‌کنند.

زنان میانسالی معمولاً با تغییرات جسمانی و روانی خاصی روبه‌رو هستند که تأثیر قابل توجهی بر روابط عاطفی آن‌ها می‌گذارد. این تغییرات شامل تغییرات هورمونی ناشی از یائسگی است که می‌تواند منجر به نوسانات عاطفی و احساسات منفی شود. علاوه بر این، بحران‌های هویتی و فشارهای اجتماعی و اقتصادی، نظیر مسئولیت‌های مراقبتی، می‌توانند به استرس و فاصله‌گذاری عاطفی منجر گردند (الهوردی‌پور و همکاران، ۲۰۱۹). در این دوران، زنان ممکن است احساساتی چون یأس و سرخوردگی را تجربه کنند که این احساسات در نهایت می‌تواند به بی‌وفایی عاطفی منتهی شود (ریحانی و همکاران، ۲۰۱۸). به طور کلی، این عوامل به وضوح بر کیفیت روابط عاطفی زنان میانسالی تأثیر گذاشته و ممکن است مشکلات روانی و عاطفی جدیدی به همراه داشته باشند. بر این اساس هر چند زنان عمدتاً قربانیان بی‌وفایی و خیانت هستند اما ممکن است به دلایلی متعددی اقدام به بی‌وفایی عاطفی نیز نمایند. با وجود این حجم از مطالعات، همچنان خلأ مشخصی در زمینه‌ی بررسی دقیق فرایند روان‌شناختی بی‌وفایی عاطفی، به‌ویژه در زنان میانسالی که با تحولات زیستی و روانی خاصی مواجه‌اند، وجود دارد. پژوهش حاضر با هدف پر کردن این خلأ علمی، سعی دارد با رویکرد نظریه داده‌بنیاد، مدلی جامع از عوامل، راهبردها و پیامدهای روان‌شناختی بی‌وفایی عاطفی در این گروه سنی ارائه دهد. برجسته کردن این پدیده، علل و پیامدهای آن، می‌تواند بینش مفیدی را هم برای محققان و هم برای روان‌شناسانی که ممکن است به زوج‌هایی که با این مسائل مواجه هستند کمک کنند (روکاچ و چان، ۲۰۲۳). بر این اساس، این پژوهش با هدف شناسایی و تحلیل عوامل روان‌شناختی و عاطفی مؤثر بر این پدیده، به بررسی تغییرات ذهنی و احساسات زنانه در دوره میانسالی خواهد پرداخت.

روش

روش این پژوهش گردند تئوری بوده و مشارکت‌کنندگان این مطالعه شامل پنج زن میانسالی (۳۵ تا ۵۵ ساله) که به شیوه هدفمند انتخاب شده‌اند. در رابطه با تعداد مشارکت‌کنندگان، هنینک و کایزر^۳ (۲۰۲۲) و اسکواپر و همکاران^۴ (۲۰۲۴)، بیان کرده‌اند که در رویکردهای نظریه داده‌بنیاد، عدد مشخصی برای حجم نمونه قابل تعمیم نیست و آنچه اهمیت دارد رسیدن به اشباع نظری و کفایت مفهومی داده‌ها براساس کیفیت، عمق و غنای داده‌ها است، نه بر اساس معیارهای کمی مطلق. داده‌های پژوهش حاضر نیز با تحلیل هم‌زمان، پس از انجام مصاحبه پنجم به مرحله‌ای از انسجام مفهومی رسیدند که داده‌های بعدی صرفاً در همان چارچوب موجود تکرار و تأیید بودند و هیچ مفهوم نظری جدیدی ارائه ندادند.

معیارهای ورود به مطالعه عبارت بودند از سن بین ۳۵ تا ۵۵ سال، داشتن تجربه بی‌وفایی عاطفی که طی سه سال اخیر افشا شده باشد، تمایل به مشارکت در مصاحبه و توانایی بیان تجارب. معیارهای خروج نیز ابتلا به اختلالات شدید روان‌پزشکی (مانند اسکیزوفرنیا)، ناتوانی در بیان تجربیات شخصی به دلایل روانی یا جسمانی، و عدم رضایت برای ادامه مصاحبه بودند. با توجه به

1. Kim & Kim

2. Scheeren, Apellániz & Wagner

3. Hennink & Kaiser

4. Squire et al.

رویکرد نظریه داده‌بنیاد، تمرکز اصلی بر عمق داده‌ها و اشباع نظری بود. بنابراین، نمونه‌گیری تا زمانی ادامه یافت که اطلاعات جدیدی به چارچوب نظری پژوهش افزوده نشد. این تصمیم بر اساس مبانی نظری گردند تئوری از دیدگاه کوربین و اشتراوس (۲۰۱۵) اتخاذ شده است.

جدول ۱. ویژگی‌های شرکت‌کنندگان در پژوهش

شماره	سن (سال)	مدت زندگی مشترک (سال)	تعداد فرزند
۱	۳۸	۱۰	۱
۲	۴۲	۱۴	۲
۳	۴۹	۲۱	۳
۴	۴۵	۱۸	۱
۵	۵۱	۱۹	۲

برای گردآوری داده‌ها، از مصاحبه نیمه‌ساختاری استفاده شده است. داده‌ها با استفاده از روش‌های کدگذاری باز، محوری و انتخابی تحلیل شده‌اند. به منظور بررسی اعتبارپذیری داده‌ها، از راهبرد بازبینی توسط مشارکت‌کنندگان ۱ استفاده شد. در این فرآیند، تحلیل‌های اولیه و مقوله‌های استخراج‌شده در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت و از آن‌ها خواسته شد نظر خود را در مورد صحت و دقت تفسیرهای پژوهشگر اعلام کنند. همچنین، مشارکت‌کنندگان بررسی کردند که آیا نتایج به‌دست‌آمده با تجربیات واقعی و ذهنی آن‌ها هم‌راستا است یا خیر. تطابق بالا بین یافته‌ها و بازخورد مشارکت‌کنندگان، به عنوان نشانه‌ای از اعتبار و قابلیت اعتماد نتایج در نظر گرفته شد.

ابزار پژوهش

در این پژوهش، مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته به‌عنوان ابزار گردآوری اطلاعات استفاده شد. این ابزار با مرور ادبیات پژوهش، مطالعات پیشین درباره بی‌وفایی عاطفی (همچون ویزر و همکاران، ۲۰۲۳؛ ناز و عثمان، ۲۰۱۹) و مشورت با متخصصان حوزه روان‌شناسی تدوین گردید. در طراحی سؤالات مصاحبه تلاش شد تا پرسش‌ها به گونه‌ای باز و اکتشافی باشند تا مشارکت‌کنندگان بتوانند تجربیات عمیق، احساسات، تفاسیر و دیدگاه‌های خود را به‌طور کامل بیان کنند.

جدول ۲. پرسش‌های مصاحبه نیمه‌ساختاری

۱. در دوران قبل از بی‌وفایی عاطفی، چه تغییراتی در رابطه‌تان با همسرتان احساس می‌کردید؟
۲. این احساسات چگونه در شما شکل گرفت و چه تاثیری بر روابط شما تاثیر گذاشت؟
۳. آیا زمانی بوده که احساس تنهایی یا بی‌توجهی در رابطه‌تان کرده باشید؟
۴. چه عواملی باعث شد که به فکر داشتن روابط عاطفی خارج از ازدواج بیافتید؟
۵. چه زمانی تصمیم گرفتید که وارد رابطه عاطفی خارج از ازدواج شوید؟
۶. هنگام آغاز رابطه عاطفی با فرد دیگری، چه احساساتی داشتید؟
۷. آیا در حین رابطه عاطفی با فرد دیگر، ارتباط شما با همسرتان تغییرات خاصی پیدا کرد؟
۸. در این دوره، چه نیازهای عاطفی در خود حس می‌کردید که در رابطه‌تان با همسرتان برآورده نمی‌شد؟
۹. در حین بی‌وفایی عاطفی، آیا به خودتان به عنوان فردی با مشکلات روان‌شناختی یا احساسات منفی خاصی فکر می‌کردید؟ اگر بله، این مشکلات چه بودند؟

1. Member Checking

2. Weiser et al.

۱۰. در این دوره، چه احساساتی نسبت به همسران داشتید؟
۱۱. آیا در هنگام بی‌وفایی، خود را در وضعیت غیرقابل کنترلی احساس می‌کردید؟
۱۲. در این زمان، آیا فکر می‌کردید که رابطه شما با همسران دیگر قابل بازسازی نخواهد بود؟
۱۳. پس از اینکه همسران از بی‌وفایی شما مطلع شد، چه احساسی داشتید؟
۱۴. چگونه با عواقب روان‌شناختی این بی‌وفایی مواجه شدید؟
۱۵. آیا پس از بی‌وفایی، اقداماتی برای بازسازی رابطه با همسران انجام دادید؟
۱۶. آیا بی‌وفایی عاطفی شما باعث تغییرات عمده‌ای در نگرش شما به روابط زناشویی و خودتان شد؟
۱۷. اگر به گذشته برگردید، چه چیزهایی را در رابطه‌تان با همسر خود تغییر می‌دادید تا از وقوع بی‌وفایی جلوگیری کنید؟
۱۸. آیا اکنون به رفتارهای خود در آن زمان به‌طور متفاوتی نگاه می‌کنید؟
۱۹. به زنان دیگری که ممکن است احساسات مشابهی تجربه کنند و در موقعیت مشابهی قرار بگیرند، چه توصیه‌هایی دارید؟

یافته‌ها

در مرحله کدگذاری باز، ۱۹ مفهوم اولیه استخراج گردید. این مفاهیم در فرآیند تحلیل محوری در قالب ۵ مقوله اصلی و ۱۴ مقوله فرعی سازمان‌دهی شدند. در نهایت، با تلفیق و انسجام مقولات، یک مدل پارادایمی نظریه داده‌بنیاد برای تبیین فرآیند روان‌شناختی بی‌وفایی عاطفی در زنان میانسال تدوین شد. تحلیل داده‌ها نشان داد که مقولات استخراج‌شده در قالب یک مسیر روان‌شناختی به هم مرتبط‌اند به‌گونه‌ای که از ناراضی‌های عاطفی اولیه آغاز شده، با تجربه خلأهای احساسی و راهبردهای مقابله‌ای پیچیده ادامه می‌یابد و در نهایت به پیامدهای روانی ناشی از افشای بی‌وفایی منتهی می‌شود.

۱. کاهش صمیمیت و ارتباط عاطفی:

کاهش صمیمیت و ارتباط عاطفی در زوجین می‌تواند به دلایل مختلفی از جمله استرس‌های روزمره (سوکرز، نف و گلیسون^۱، ۲۰۲۴)، تنش‌های زناشویی (کاراسو و سگل-کارپاس^۲، ۲۰۲۴)، مشکلات ارتباطی و سبک‌های دلبستگی اجتنابی رخ دهد. استرس‌های روزمره می‌توانند ارتباط عاطفی را مختل کرده و منجر به کاهش فعالیت‌های جنسی و ابراز محبت شوند. همچنین، تنش‌های زناشویی تأثیر منفی بر صمیمیت عاطفی دارند، در حالی که همدلی بین زوجین می‌تواند این اثرات را کاهش دهد. ارتباط مؤثر برای حفظ صمیمیت ضروری است و ارتباط ضعیف می‌تواند منجر به سوءتفاهم‌ها و فاصله عاطفی شود (حافظ، لونا و نواز^۳، ۲۰۲۴).

کاهش رابطه عاطفی، احساس بی‌توجهی و سردی. تفاوت در سبک‌های ارتباطی، مشغله‌های روزمره (کالدا تولیباس^۴، ۲۰۲۲) و ناتوانی در بیان احساسات (کانوی^۵، ۲۰۲۵). با را می‌توان از جمله دلایل این موضوع دانست. زمانی که فرد احساس کند که برای همسرش دیگر ارزشی ندارد و توجهی به او نمی‌شود، ممکن است به دنبال فرد دیگری بگردد که حس ارزشمندی را دوباره برای او به ارمغان بیاورد (گواسپ کول و همکاران^۶، ۲۰۲۰). شرکت‌کننده شماره ۳ در این باره می‌گوید "دیگر احساس نمی‌کردم که برای همسر مهم هستم. نه حرف‌هایم را می‌شنید، نه نگران من بود. اما فرد دیگری به من نشان داد که ارزشمندم و حضورم برایش مهم است."

1. Sucrese, Neff & Gleason
2. Carasso & Segel-Karpas
3. Hafeez, Loona & Nawaz
4. Calda-Tolibas
5. Canoy
6. Guasp Coll et al.

احساس تنهایی عاطفی. احساس تنهایی عاطفی زمانی شکل می‌گیرد که فرد در زندگی مشترک از دریافت حمایت عاطفی و درک متقابل محروم باشد. این وضعیت معمولاً به دلیل کاهش تعاملات عاطفی، نبود گفت‌وگوهای مؤثر، یا بی‌توجهی همسر ایجاد می‌شود. در چنین شرایطی، حتی حضور فیزیکی در کنار همسر نیز نمی‌تواند این خلأ عاطفی را پر کند و فرد همچنان احساس انزوا و بیگانگی خواهد داشت. این احساس تنهایی ممکن است به تدریج او را به سمت جستجوی حمایت عاطفی در خارج از رابطه سوق دهد (ون تیلبورگ^۱، ۲۰۲۱). شرکت‌کننده شماره ۲ در این باره می‌گوید: "حتی زمانی که در کنار هم بودیم، احساس تنهایی می‌کردم. انگار هیچ حرفی برای گفتن نداشتیم و فقط سکوت بین ما جریان داشت".

عدم رضایت زناشویی. عدم رضایت زناشویی زمانی شکل می‌گیرد که یکی از همسران یا هر دو احساس کنند که نیازهایشان در رابطه به درستی تأمین نمی‌شود. این نارضایتی می‌تواند ناشی از نبود درک متقابل، کاهش علاقه، مشکلات ارتباطی، یا ناسازگاری شخصیتی باشد. با گذشت زمان، این احساس باعث کاهش تعاملات مثبت و ایجاد فاصله عاطفی میان زوجین شده و کیفیت رابطه را تحت تأثیر قرار می‌دهد (سی‌دی و همکاران^۲، ۲۰۱۷). شرکت‌کننده شماره ۳ در این باره مطرح می‌کند: "احساس می‌کردم در این زندگی چیزی که می‌خواستم را ندارم. دیگر هیچ شور و هیجانی بین ما باقی نمانده بود و فقط مانند دو هم‌خانه در کنار هم زندگی می‌کردیم".

کاهش صمیمیت زناشویی. کاهش صمیمیت به مرور زمان می‌تواند به سردی و بی‌روحویی در رابطه منجر شود و احساس تعلق و نزدیکی عاطفی را کاهش دهد. این وضعیت معمولاً ناشی از مشکلات ارتباطی، فشارهای روزمره زندگی و تغییر در انتظارات و نیازهای زوجین است. شرکت‌کننده شماره ۴ در این باره می‌گوید: "دیگر مانند گذشته همسرم، دستم را نمی‌گرفت، یا وقتی ناراحت بودم، دلداری نمی‌داد. این فاصله باعث شد که احساس کنم دیگر برای او جذابیت ندارم". در همین راستا، شرکت‌کننده شماره ۲ می‌گوید: "مدتها بود که حتی یک کلمه محبت‌آمیز از همسرم نشنیدم. دیگر هیچ علاقه‌ای به برقراری ارتباط صمیمانه با من نداشت".

جستجوی حمایت عاطفی خارج از رابطه همسرانه

زمانی که یکی از همسران احساس کند که در رابطه زناشویی خود حمایت عاطفی کافی دریافت نمی‌کند، ممکن است برای جبران این کمبود به دنبال تأمین نیازهای عاطفی در خارج از ازدواج باشد. این حمایت عاطفی ممکن است از سوی یک فرد دیگر فراهم شود که به فرد احساس ارزشمندی، توجه و درک متقابل می‌دهد (یدیریر و هامارتا^۳، ۲۰۱۵). در بسیاری از موارد، این فرآیند تدریجی رخ می‌دهد و فرد ابتدا تنها به دنبال یک گوش شنوا برای درد و دل‌هایش می‌گردد، اما به مرور این ارتباط می‌تواند به یک رابطه عاطفی فراتر از دوستی تبدیل شود.

جستجوی تأیید و توجه خارج از ازدواج. زمانی که شخص محبت و تحسین را از فردی دیگر دریافت می‌کند، ممکن است احساس ارزشمندی را تجربه کند که در زندگی مشترکش از دست داده است. این احساسات مثبت می‌توانند به بهبود عزت نفس و کاهش احساس تنهایی کمک کنند (هسه و تیان^۴، ۲۰۲۰). دریافت محبت و تحسین از دیگران می‌تواند او را به سمت جستجوی روابط عاطفی جدید سوق دهد (منگ لوئیس و همکاران^۵، ۲۰۲۱). این روابط می‌توانند به عنوان یک منبع تأمین عاطفی عمل کنند و احساسات مثبت را در فرد تقویت کنند در نتیجه، کمبود توجه و محبت در یک رابطه شرکت‌کننده شماره ۱ در این

1 . Van Tilburg

2 . Sidi et al.

3 . Yedirir & Hamarta

4 . Hesse & Tian

5 . Meng-Lewis

باره می‌گوید "سال‌ها بود که از همسرم هیچ تحسین یا توجهی نمی‌دیدم. انگار که اصلاً برایش وجود نداشتم. اما وقتی آن فرد به من گفت که چقدر شنونده خوبی هستم و چقدر برایش مهم هستم، احساس کردم دوباره زنده شده‌ام".

استراتژی‌های اجتنابی در برابر تعارض زناشویی. برخی افراد در مواجهه با تعارضات زناشویی، به جای تلاش برای حل آن‌ها، به دنبال راهی برای فرار می‌گردند. یکی از این راه‌ها می‌تواند ورود به یک رابطه عاطفی جدید باشد که در آن فرد از تنش‌های زندگی مشترک فاصله گرفته و احساس آرامش بیشتری را تجربه می‌کند. این رفتار معمولاً ناشی از تمایل به امنیت عاطفی و فاصله‌گیری از تنش‌های موجود در رابطه فعلی است. جستجوی روابط جدید می‌تواند به عنوان یک پناهگاه موقت عمل کند و به افراد اجازه دهد تا راحتی عاطفی را دور از مشکلات زناشویی خود تجربه کنند (چاندا^۱، ۲۰۲۴). شرکت‌کننده شماره ۲ در این باره می‌گوید "بحث‌های ما هیچ‌وقت به نتیجه نمی‌رسید، همیشه به من بی‌احترامی می‌کرد و من دیگر انرژی‌ای برای جنگیدن نداشتم. در نهایت، به جای اینکه در این مشاجره‌های بی‌پایان بمانم، کسی را پیدا کردم که به حرف‌هایم گوش می‌داد و مرا درک می‌کرد".

تمایل به احساس امنیت عاطفی. زنانی که در زندگی مشترک احساس ناامنی عاطفی می‌کنند، ممکن است به دنبال فردی باشند که بتواند نیازهای عاطفی آن‌ها را برآورده کرده و فضایی از حمایت، اعتماد و آرامش برایشان فراهم کند تا احساس امنیت بیشتری داشته باشند. این نیاز به حمایت عاطفی می‌تواند به‌ویژه در شرایطی که زنان در روابط خود با چالش‌هایی مواجه هستند، به‌طور قابل توجهی افزایش یابد (فالکونیر و همکاران^۲، ۲۰۲۳). شرکت‌کننده شماره ۵ در این باره می‌گوید "در زندگی مشترکم همیشه این ترس را داشتم که همسرم روزی مرا ترک کند یا دیگر مرا نخواهد. اما وقتی فرد دیگری وارد زندگی‌ام شد و به من اطمینان داد که همیشه کنارم خواهد بود، احساس کردم بالاخره کسی را پیدا کرده‌ام که واقعاً مرا می‌خواهد".

وابستگی به شخص سوم برای تأمین نیازهای عاطفی. وقتی فرد در رابطه زناشویی خود نتواند نیازهای عاطفی‌اش را تأمین کند، ممکن است به تدریج به شخص دیگری وابسته شود تا این نیازها را برآورده کند. این وابستگی می‌تواند به رابطه‌ای جدی‌تر تبدیل شود و در نهایت منجر به خیانت و طلاق گردد. به عنوان نمونه، شرکت‌کننده شماره ۴ در این باره می‌گوید "در ابتدا فقط دوست داشتم با او حرف بزنم و کسی باشد که مرا درک کند. اما بعد از مدتی متوجه شدم که دیگر بدون او نمی‌توانم زندگی کنم. او شده بود تنها کسی که به من احساس شادی و آرامش می‌داد". در همین راستا، شرکت‌کننده شماره ۲ اظهار می‌کند "وقتی وارد این رابطه شدم، احساس کردم که بالاخره کسی هست که می‌فهمد چه می‌خواهم. کم‌کم آن قدر به او وابسته شدم که دیگر برگشتن به زندگی قبلی برایم ممکن نبود".

۳. پنهان‌کاری

پس از ورود به یک رابطه عاطفی خارج از ازدواج، بسیاری از افرادی برای جلوگیری از آشکار شدن رفتارشان به پنهان‌کاری و عدم صداقت روی می‌آورند. این پنهان‌کاری می‌تواند شامل دروغ گفتن درباره زمان و مکان حضور، مخفی کردن پیام‌ها و تماس‌ها، یا حتی ایجاد بهانه‌هایی برای توجیه رفتارهای غیرمعمول باشد (ویزر و وایگل^۳، ۲۰۱۷). در برخی موارد، فرد ممکن است رفتار خود را در برابر همسرش توجیه کند تا احساس گناه خود را کاهش دهد. این فرایند به تدریج رابطه زناشویی را به سمت بی‌اعتمادی و فروپاشی سوق می‌دهد.

1. Chanda
2. Falconier et al.
3. Weiser & Weigel

انکار و توجیه خیانت. شیوه‌های انکار و توجیه خیانت شامل چندین مکانیسم روان‌شناختی است که افراد خیانت‌کار برای توجیه رفتار خود و فرار از مسئولیت آن استفاده می‌کنند. یکی از این شیوه‌ها، مقصر دانستن همسر یا شرایط زندگی است. افراد ممکن است احساس کنند که مشکلات موجود در رابطه، مانند بی‌توجهی همسر یا فشارهای زندگی، به آنها این حق را می‌دهد که خیانت کنند. در این حالت، خیانت به عنوان نتیجه نیازهایی تلقی می‌شود که در رابطه به‌درستی برآورده نشده‌اند (لیشمن و هولمن، ۲۰۲۰). علاوه بر این، برخی افراد خیانت را به‌عنوان اشتباهی موقتی و بی‌اهمیت توجیه می‌کنند و ادعا می‌کنند که این رفتار تأثیری بر روابط نداشته و فقط یک اتفاق گذرا بوده است (پرز و همکاران، ۲۰۲۳).

پنهان‌کاری و دروغ‌گویی. برای جلوگیری از آشکار شدن خیانت، افراد معمولاً به پنهان‌کاری و دروغ‌گویی روی می‌آورند. این رفتارها ممکن است شامل حذف پیام‌ها، تغییر گذرواژه‌های شخصی، بهانه‌تراشی برای تأخیرها و غیبت‌ها، و حتی ایجاد سناریوهای جعلی برای پوشاندن حقیقت باشد. به عنوان نمونه، شرکت‌کننده شماره ۵ در این باره می‌گوید "همیشه قبل از رسیدن به خانه، پیام‌هایم را پاک می‌کردم. هر وقت همسرم سوالی می‌پرسید، جوابی می‌دادم که هیچ شکی در ذهنش ایجاد نشود".

استفاده از راهبردهای کنترل همسر. پس از خیانت، برخی افراد برای حفظ موقعیت خود و جلوگیری از افشای حقیقت، از راهبردهای کنترل همسر استفاده می‌کنند. این راهبردها شامل نظارت بیشتر بر رفتار همسر، ایجاد حس گناه در او یا حتی متهم کردن وی به بی‌توجهی و سردی می‌شود تا توجه را از رفتار خیانت‌آمیز خود منحرف کنند. گاهی فرد خیانت‌کار با افزایش محبت یا نشان دادن تعهد ظاهری سعی می‌کند همسر را آرام کرده و احتمال شک و تردید را کاهش دهد. این اقدامات در نهایت به تداوم پنهان‌کاری و حفظ شرایط موجود کمک می‌کنند (روکاج و چان، ۲۰۲۳).

۴. شکل‌گیری هیجان‌های منفی

افرادی که به خیانت در روابط خود دست می‌زنند، معمولاً احساسات منفی شدیدی مانند گناه و اضطراب را تجربه می‌کنند. این احساسات ناشی از تضادهای درونی، ترس از افشای خیانت و درک پیامدهای احتمالی برای زندگی زناشویی و خانوادگی است (کوپ گوردون و میچل، ۲۰۲۰). برخی از این افراد ممکن است پس از خیانت، نیاز به تغییر در رابطه یا حتی خروج از ازدواج را احساس کنند، اما ترس و تردید مانع از تصمیم‌گیری قاطع آن‌ها می‌شود (ورما و ماهشواری، ۲۰۲۴). این احساسات منفی می‌تواند به مشکلاتی مانند افسردگی و کاهش عزت نفس منجر شود و بر روی روابط و سلامت روانی فرد تأثیر بگذارد (دبسکا و والکا-ماتیا، ۲۰۲۴).

ترس از مواجهه با حقیقت و آشکار شدن خیانت. یکی از بزرگ‌ترین دغدغه‌های فرد، در جریان خیانت، ترس از آشکار شدن خیانت و پیامدهای آن است. این ترس می‌تواند منجر به اضطراب شدید و حتی رفتارهایی مانند پنهان‌کاری و دروغ‌گویی شود. به عنوان نمونه، شرکت‌کننده شماره ۴ می‌گوید "هر بار که گوشی‌م زنگ می‌خورد یا پیام می‌آید، قلبم فرو می‌ریخت. همیشه این ترس را داشتم که همسرم متوجه حقیقت شود و زندگی‌ام از هم بپاشد". در همین راستا، شرکت‌کننده شماره ۱ اظهار می‌کند "می‌دانستم که اگر خیانت‌م آشکار شود، همه چیز تمام خواهد شد. اما نمی‌توانستم هم از این رابطه دست بکشم. در یک دوراهی وحشتناک گرفتار شده بودم".

1. Lişman & Holman

2. Perez et al.

3. Coop Gordon & Mitchell

4. Varma & Maheshwari

5. Dębska & Wałęcka-Matyja

احساس گناه، شرم و پشیمانی پس از بی‌وفایی. در جریان خیانت، بسیاری از زنان با احساسات متناقض گناه، شرم و پشیمانی مواجه می‌شوند، اما اغلب تلاش می‌کنند این احساسات را توجیه یا سرکوب کنند. احساس گناه زمانی بروز می‌کند که فرد متوجه آسیب عاطفی‌ای که به همسر و خانواده‌اش وارد می‌کند، می‌شود، اما در عین حال، ممکن است برای کاهش این احساس، مسئولیت خیانت را به مشکلات زناشویی نسبت دهد. احساس شرم نیز به‌ویژه در موقعیت‌هایی که امکان فاش شدن رابطه وجود دارد، شدت می‌گیرد، چراکه فرد نگران قضاوت دیگران و از دست دادن وجهه اجتماعی خود است. همزمان، پشیمانی لحظه‌ای ممکن است در لحظاتی که فرد میان تعهد به زندگی مشترک و هیجانات جدید درگیر است، شکل بگیرد، اما اغلب با توجیهات ذهنی یا امید به بهبود شرایط، این احساسات سرکوب می‌شوند. تحقیقات نشان می‌دهند که احساس گناه و پشیمانی، به ویژه در مواردی که خیانت به صورت برنامه‌ریزی شده انجام شده است، تأثیرگذار است (ورما و ماهشواری، ۲۰۲۴).

نگرانی درباره آینده. در فرایند خیانت، برخی افراد نگران آینده خود می‌شوند و نمی‌دانند که آیا تصمیم درستی گرفته‌اند یا خیر. این نگرانی معمولاً زمانی شدت می‌گیرد که فرد متوجه شود رابطه جدید نیز مشکلات خاص خود را دارد. شرکت‌کننده شماره ۳ می‌گوید: "اوایل فکر می‌کردم که این رابطه جدید می‌تواند همه چیز را بهتر کند، اما هرچه پیش می‌رفت، بیشتر دچار تردید می‌شدم. مدام با خودم کلنجار می‌رفتم که اگر این رابطه هم به بن‌بست برسد، چه سرنوشتی در انتظارم خواهد بود؟ احساس می‌کردم که دیگر هیچ راه برگشتی ندارم."

احساس نیاز به تغییر در رابطه. پس از ورود به یک رابطه عاطفی جدید، برخی افراد به درک عمیق‌تری از مشکلات زناشویی خود می‌رسند و متوجه می‌شوند که این مشکلات جدی‌تر از آن بوده‌اند که بتوانند صرفاً با ورود به یک رابطه جدید آن‌ها را جبران کنند. این آگاهی می‌تواند باعث افزایش تمایل به تغییر در زندگی مشترک یا حتی پایان دادن به آن شود. در این شرایط، فرد ممکن است بین احساس گناه از خیانت و میل به تجربه یک زندگی متفاوت گرفتار شود. به عنوان نمونه، شرکت‌کننده شماره ۱ می‌گوید: "وقتی این رابطه را شروع کردم، تازه فهمیدم چقدر در زندگی مشترکم احساس کمبود داشتم. برای اولین بار حس کردم که باید تغییری در زندگی‌ام ایجاد کنم، اما نمی‌دانستم از کجا شروع کنم. از یک طرف، نمی‌خواستم زندگی قبلی‌ام را از دست بدهم، اما از طرف دیگر، احساس می‌کردم دیگر نمی‌توانم مثل قبل ادامه بدهم."

۵. پیامدهای روانی افشا شدن خیانت

پس از آشکار شدن خیانت، فرد با پیامدهای روانی متعددی روبه‌رو می‌شود. در این مرحله، فرد ممکن است با واکنش‌های شدید همسر، خانواده و اطرافیان مواجه شود که احساسات منفی او را تشدید می‌کند. عموماً زنان پس از افشای خیانت، به شدت پشیمان می‌شوند و متوجه می‌شوند که تصمیمات آن‌ها نه تنها باعث بهبود شرایط نشده، بلکه زندگی زناشویی و حیثیت فردی آن‌ها را نیز تحت تأثیر قرار داده است. حضور فرزند در این شرایط می‌تواند احساس گناه و پشیمانی را تشدید کند، زیرا زنان نه تنها نگران از دست دادن رابطه زناشویی هستند، بلکه احساس مسئولیت بیشتری نسبت به آسیب‌های روانی و عاطفی که ممکن است به فرزندشان وارد شود، دارند.

افشا شدن خیانت. لحظه آشکار شدن خیانت یک تغییر اساسی و نقطه عطفی در زندگی زنان درگیر بی‌وفایی است، زیرا در این لحظه همه چیز تغییر می‌کند و فرد دیگر نمی‌تواند رابطه پنهانی خود را ادامه دهد. این افشاکاری معمولاً با شوک عاطفی، خشم همسر، و حتی عواقب قانونی و اجتماعی همراه است. از نظر اجتماعی، پیامدهای خیانت در بسیاری از موارد منجر به انحلال رابطه و طلاق می‌شود (ودویاک و همکاران^۱، ۲۰۲۴). افراد تحت تأثیر ممکن است با عواقب قانونی و اجتماعی از جمله انگ اجتماعی و تغییر در دینامیک‌های اجتماعی قرار گیرند (کوپ گوردون و میچل، ۲۰۲۰). به عنوان نمونه، شرکت‌کننده شماره ۴ در

1. Wdowiak et al.

این باره می‌گوید "وقتی همسرمتوجه شد، دنیا روی سرم خراب شد. هرگز فکر نمی‌کردم که این لحظه این قدر وحشتناک باشد. نمی‌دانستم چه بگویم و چطور توضیح دهم". در همین راستا، شرکت‌کننده شماره ۱ اظهار می‌کند "همه چیز خیلی سریع اتفاق افتاد. یک روز گوشی‌ام را بررسی کرد و همه چیز تمام شد. هیچ فرصتی برای جبران نداشتم".

احساس پشیمانی شدید پس از افشا شدن. پس از آشکار شدن خیانت، احساس پشیمانی شدید در بسیاری از افراد شایع است، که معمولاً ناشی از درک آسیب‌های وارد شده به زندگی زناشویی و از دست دادن همسر و خانواده است. به عنوان مثال، شرکت‌کننده شماره ۳ بیان می‌کند: "وقتی دیدم که همسرم چطور به من نگاه می‌کند، دلم می‌خواست که زمان را به عقب برگردانم و هرگز این اشتباه را مرتکب نشوم." این احساسات نه تنها بر روابط زناشویی تأثیر می‌گذارد، بلکه می‌تواند بر روابط با فرزندان نیز تأثیر منفی بگذارد. از دست دادن همسر و خانواده می‌تواند به احساس تنهایی و ناتوانی در ایفای نقش والدینی منجر شود، که این خود به مشکلات عاطفی و روانی بیشتری دامن می‌زند.

خودانتقادی. پس از افشای خیانت، زنان میانسال با خودانتقادی شدیدی مواجه می‌شوند، زیرا در این مرحله از زندگی، هویت فردی و اجتماعی آن‌ها بیشتر تثبیت شده و مسئولیت‌های خانوادگی و اجتماعی سنگین‌تری بر عهده دارند. این احساسات می‌توانند منجر به کاهش عزت نفس، افسردگی و کناره‌گیری اجتماعی شوند. بسیاری از این زنان در مواجهه با قضاوت‌های اجتماعی و فشارهای فرهنگی، دچار ترس از آینده و احساس ناتوانی در جبران اشتباهات گذشته می‌شوند، که این امر بازسازی زندگی پس از طلاق را برای آن‌ها دشوارتر می‌کند (بیرمن و همکاران^۱، ۲۰۲۱). به عنوان نمونه، شرکت‌کننده شماره ۲ می‌گوید "بعد از جدایی، مدام از خودم می‌پرسیدم که چرا این کار را کردم؟ آیا واقعاً ارزشش را داشت؟ هر روز به اشتباهاتم فکر می‌کردم و از خودم متنفر بودم".

احساس بی‌ارزشی. برخی از زنانی که خیانتشان افشا شده است، پس از مواجهه با طرد شدن از سوی همسر، خانواده و حتی دوستان، دچار احساس عمیق بی‌ارزشی می‌شوند. این احساس ناشی از از دست دادن جایگاه خود در خانواده و جامعه است و می‌تواند به کاهش شدید عزت نفس منجر شود. در این شرایط، بسیاری از آن‌ها درگیر افکار سرزنش‌آمیز شده و احساس می‌کنند که دیگر مورد پذیرش و احترام نیستند (آستوتی و لستری^۲، ۲۰۲۱). شرکت‌کننده شماره ۵ در این باره می‌گوید "وقتی همه چیز تمام شد، احساس کردم که هیچ ارزشی ندارم. انگار هویتم را از دست داده بودم. دیگر کسی به من اعتماد نداشت و من مانده بودم با یک احساس پوچی بزرگ".

جدول ۳. کدهای باز و محوری حاصل از کدگذاری داده‌های مصاحبه‌ی نیمه ساختار

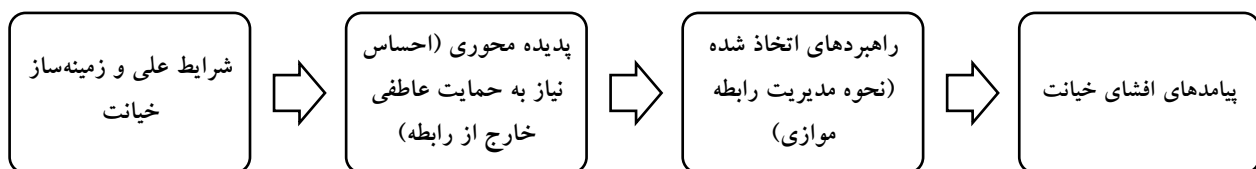
ردیف	کد باز	کد محوری
۱	کاهش ارتباط عاطفی، احساس بی‌توجهی و سردی	
۲	احساس تنهایی عاطفی	تعامل ناهمساز و صمیمیت آسیب‌دیده
۳	عدم رضایت زناشویی	
۴	کاهش صمیمیت زناشویی	
۵	جستجوی تایید و توجه خارج از ازدواج	
۶	فرار از تعارض زناشویی	جستجوی حمایت عاطفی خارج از رابطه همسرانه
۷	تمایل به احساس امنیت عاطفی	
۸	وابستگی به شخص سوم برای تأمین نیازهای عاطفی	
۹	انکار و توجیه خیانت	
۱۰	پنهان‌کاری و دروغ‌گویی	پنهان‌کاری
۱۱	استفاده از راهبردهای کنترل همسر	

1. Biermann et al.

2. Astuti & Lestari

	ترس از مواجهه با حقیقت و آشکار شدن خیانت	۱۲
	احساس گناه، شرم و پشیمانی پس از بی‌وفایی	۱۳
شکل‌گیری هیجان‌های منفی	اضطراب و نگرانی درباره آینده	۱۴
	احساس نیاز به تغییر در رابطه	۱۵
	افشا شدن خیانت	۱۶
	احساس پشیمانی شدید پس از افشا شدن	۱۷
پیامدهای روانی افشا شدن خیانت	خودانتقادی	۱۸
	احساس بی‌ارزشی	۱۹

در مجموع، تحلیل مقولات نشان می‌دهد که هر یک از عناصر به‌دست‌آمده از داده‌ها، به‌صورت زنجیروار در قالب یک مدل پارادایمی در کنار یکدیگر قرار گرفته‌اند؛ به این معنا که شرایط علی، پدیده محوری، راهبردهای اتخاذشده و پیامدهای روان‌شناختی به‌گونه‌ای به هم پیوسته‌اند که سیر تدریجی و درونی فرایند بی‌وفایی عاطفی در زنان میانسال را به‌صورت منسجم و نظام‌مند تبیین می‌کنند.



۱. شرایط علی (عوامل زمینه‌ساز خیانت)

بی‌وفایی عاطفی در زنان میانسال یک فرایند ناگهانی نیست، بلکه حاصل یک نارضایتی تدریجی و یک روند طولانی‌مدت از کاهش ارتباط عاطفی، بی‌توجهی و تنهایی در رابطه زناشویی است. عواملی که به‌عنوان محرک‌های اولیه این فرایند شناخته می‌شوند، معمولاً در طول سال‌های زندگی مشترک شکل می‌گیرند و باعث ایجاد فاصله عاطفی میان زوجین می‌شوند. در این مرحله، زنان احساس می‌کنند که دیگر برای همسرشان اولویت ندارند و نیازهای عاطفی آن‌ها نادیده گرفته می‌شود. این احساسات می‌تواند ناشی از مجموعه‌ای از عوامل فردی، بین‌فردی و اجتماعی باشد که به‌تدریج کیفیت زندگی زناشویی را کاهش داده و ارتباط زوجین را تضعیف می‌کند. این شرایط، به‌تدریج زنان را به سمتی سوق می‌دهد که در جستجوی جبران این کمبودها باشند. این مرحله نقطه آغاز فرایندی است که ممکن است در نهایت به بی‌وفایی عاطفی منجر شود.

۲. پدیده محوری (احساس نیاز به حمایت عاطفی خارج از رابطه)

پس از سال‌ها تجربه نارضایتی عاطفی و کاهش ارتباط زناشویی، زنان میانسال به‌تدریج احساس می‌کنند که نیازهای عاطفی آن‌ها در زندگی مشترک برآورده نمی‌شود. این احساس خلأ، آن‌ها را به سمت جستجوی راه‌هایی برای جبران کمبودهای عاطفی و یافتن امنیت روانی سوق می‌دهد. در ابتدا، این زنان ممکن است صرفاً به دنبال کسی باشند که به صحبت‌هایشان گوش دهد و احساسات آن‌ها را درک کند. اما به‌تدریج این ارتباطات می‌تواند فراتر از یک دوستی ساده رود و به نوعی رابطه عاطفی جایگزین تبدیل شود. در این مرحله، زنانی که به دنبال حمایت عاطفی خارج از رابطه زناشویی هستند، ممکن است هنوز نیت خیانت نداشته باشند، اما شدت گرفتن این ارتباطات می‌تواند آن‌ها را به سمت ورود به یک رابطه عاطفی جدید سوق دهد.

۳. راهبردهای اتخاذ شده (نحوه مدیریت رابطه موازی)

هنگامی که فرد وارد یک رابطه عاطفی خارج از ازدواج می‌شود، با چالش‌های جدیدی مواجه می‌گردد. از یک سو، او احساس وابستگی عاطفی به فرد جدید دارد و این رابطه را برای جبران کمبودهای خود ارزشمند می‌داند. از سوی دیگر، هنوز در زندگی زناشویی خود حضور دارد و باید از افشای این رابطه جلوگیری کند. در این مرحله، فرد برای مدیریت تعارض‌های درونی و بیرونی، مجموعه‌ای از راهبردهای پنهان‌کاری و توجیه خیانت را به کار می‌گیرد. این راهبردها به فرد کمک می‌کنند تا از پیامدهای خیانت جلوگیری کند و

در عین حال تضادهای احساسی خود را کنترل نماید. این مرحله نشان‌دهنده اوج بحران درونی فرد است. او در یک وضعیت دوگانه قرار دارد که از یک سو، نمی‌خواهد رابطه زناشویی خود را از دست بدهد، و از سوی دیگر، نمی‌تواند از رابطه عاطفی جدید خود چشم‌پوشی کند. در نهایت، این تضادها ممکن است منجر به افشای خیانت و ورود به مرحله پیامدهای آن شود.

۴. پیامدهای افشای خیانت

با بر ملا شدن خیانت، فرد با واکنش‌های شدید از سوی همسر، خانواده و اجتماع روبه‌رو می‌شود. این مرحله معمولاً با بحران‌های روان‌شناختی، احساس گناه و اضطراب شدید همراه است. درک پیامدهای این خیانت و تأثیر مخربی که بر زندگی شخصی و خانوادگی فرد گذاشته است، می‌تواند به یک تجربه تکان‌دهنده تبدیل شود. بسیاری از زنان در این مرحله متوجه می‌شوند که بی‌وفایی عاطفی نه تنها مشکلاتشان را حل نکرده، بلکه به پیچیدگی‌های بیشتری منجر شده است. آن‌ها با احساس پشیمانی، خودانتقادی و حتی بی‌ارزشی مواجه می‌شوند و ممکن است در بحران هویت گرفتار شوند. افشای خیانت معمولاً به یک نقطه عطف در زندگی فرد تبدیل می‌شود. در این مرحله، او متوجه می‌شود که تصمیماتش نه تنها مشکلات را حل نکرده، بلکه پیامدهای سنگین‌تری را به دنبال داشته است. احساس گناه، شرم، پشیمانی، اضطراب و کاهش عزت نفس، او را درگیر یک بحران عاطفی و روان‌شناختی می‌کند.

در یک نگاه کل‌نگر، می‌توان گفت که مراحل مختلف فرایند بی‌وفایی عاطفی همچون قطعات یک پازل به‌طور منسجم در کنار هم قرار می‌گیرند؛ نارضایتی‌های اولیه، احساس خلاء، جستجوی حمایت جایگزین، راهبردهای مقابله‌ای، و پیامدهای روانی، همگی حلقه‌هایی از یک زنجیره تحولی‌اند که نمایانگر سیر پیچیده اما قابل تبیین این پدیده در چارچوب روان‌شناختی هستند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش، تدوین یک نظریه داده‌بنیاد پیرامون فرایند روان‌شناختی بروز بی‌وفایی عاطفی در زنان میانسال است. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که بی‌وفایی عاطفی اغلب از کاهش صمیمیت، احساس بی‌توجهی، تنهایی عاطفی، و عدم رضایت زناشویی آغاز می‌شود. زنان میانسال به دلیل تغییرات هورمونی، بحران‌های هویتی و فشارهای اجتماعی و خانوادگی، بیش از دیگر گروه‌های سنی در معرض نارضایتی عاطفی قرار دارند. این نارضایتی می‌تواند آن‌ها را به جستجوی روابط جایگزین سوق دهد که در ابتدا ممکن است به‌عنوان راهی برای جبران کمبودهای عاطفی و ارتباطی تلقی شود، اما در نهایت منجر به ورود به یک رابطه عاطفی خارج از ازدواج می‌شود. این یافته‌ها، با نتایج پژوهش‌های اسکیرن، آپلانیز و واگنر (۲۰۱۸)، هسه و تیان (۲۰۲۰)، (روکاج و چان، ۲۰۲۳) همراستا است. در مقایسه با پژوهش‌های پیشین، این مطالعه نه تنها یافته‌های آن‌ها در مورد نقش نارضایتی زناشویی و احساس تنهایی در بی‌وفایی را تأیید می‌کند، بلکه با ارائه یک مدل فرایندی، رابطه بین این عوامل، راهبردهای روانی، و پیامدهای نهایی را به‌شکل منسجم‌تری نشان داده است. برخلاف مطالعاتی که تنها به عوامل زمینه‌ساز یا پیامدها اشاره کرده‌اند (مانند ناز و عثمان، ۲۰۱۹؛ اسکیرن و همکاران، ۲۰۱۸)، این پژوهش توانسته است گذار روان‌شناختی از نیازهای عاطفی برآورده‌نشده تا تصمیم‌گیری برای بازسازی یا ترک رابطه را تبیین کند.

اسکیرن، آپلانیز و واگنر (۲۰۱۸)، به اهمیت خیانت زناشویی به عنوان یک پدیده پیچیده و چندبعدی اشاره می‌کنند که می‌تواند تأثیرات عمیقی بر روابط زوجین و سلامت روانی فرد داشته باشد. آن‌ها تأکید می‌کنند که خیانت در زمینه‌های فرهنگی، اجتماعی و فردی متنوعی رخ می‌دهد و عوامل متعددی همچون ویژگی‌های شخصیتی، کیفیت رابطه زناشویی و باورهای اجتماعی در بروز و پیامدهای آن نقش دارند. به باور این پژوهشگران، مردان و زنان ممکن است انگیزه‌ها، واکنش‌ها و پیامدهای متفاوتی در مواجهه با خیانت داشته باشند. به عنوان مثال، مردان بیشتر از زنان خیانت را به دلایلی مانند جستجوی تنوع یا هیجان تجربه می‌کنند، در حالی که زنان اغلب آن را با نیازهای عاطفی و احساسی مرتبط می‌دانند. علاوه بر این زنان بعد از خیانت احساس گناه و عذاب وجدان بیشتری دارند زیرا خیانت را در تضاد با تعهد عاطفی و احساسی خود می‌دانند اما مردان نسبت به خیانت خود کمتر احساس گناه داشتند و آن را گاهی توجیه می‌کردند، به‌ویژه زمانی که معتقد بودند همچنان به خانواده و همسرشان پایبند هستند.

یکی از یافته‌های مهم این پژوهش، نقش احساس تنهایی عاطفی به‌عنوان یک عامل کلیدی در گرایش به بی‌وفایی است. بسیاری از شرکت‌کنندگان گزارش داده‌اند که حتی در حضور همسرشان، احساس تنهایی کرده و خلأ عاطفی را تجربه کرده‌اند. احساس تنهایی ممکن است به تدریج فرد را به سمت جستجوی حمایت عاطفی در خارج از رابطه سوق دهد (ون تیلبورگ، ۲۰۲۱). از سوی دیگر، نارضایتی زناشویی و نبود تعامل مؤثر میان زوجین به‌عنوان عوامل زمینه‌ساز بی‌وفایی شناخته شدند. بسیاری از زنان میانسال شرکت‌کننده در این پژوهش بیان کرده‌اند که احساس ارزشمندی، محبت و قدردانی را در رابطه زناشویی خود از دست داده‌اند و این امر آن‌ها را به جستجوی تأیید و محبت در خارج از ازدواج سوق داده است. یکی از مراحل مهم در فرایند بی‌وفایی، ورود تدریجی به یک رابطه جدید است. در این مرحله، افراد در ابتدا به دنبال یک گوش شنوا و هم‌دلی هستند، اما این ارتباطات به تدریج به وابستگی عاطفی منجر می‌شود. زنان میانسال مورد بررسی در این پژوهش اظهار کرده‌اند که در ابتدا نیت خیانت نداشته‌اند، اما به مرور زمان، به دلیل تأمین نیازهای عاطفی، درگیر روابط عمیق‌تری شده‌اند. یافته‌ها نشان می‌دهد که پنهان‌کاری و دروغ‌گویی از ویژگی‌های بارز این مرحله است. فرد برای جلوگیری از آشکار شدن رابطه جدید، رفتارهایی مانند مخفی کردن پیام‌ها، توجیه تغییرات رفتاری، و حتی متهم کردن همسر به بی‌توجهی را اتخاذ می‌کند.

پس از ورود به رابطه جدید، احساسات متناقضی در افراد شکل می‌گیرد. از یک‌سو، احساس گناه و شرم به دلیل خیانت به همسر و نقض تعهدات زناشویی، و از سوی دیگر، احساس رضایت از توجه و محبت دریافتی از فرد جدید، موجب تنش‌های درونی می‌شود. برخی از شرکت‌کنندگان در این پژوهش اذعان داشته‌اند که در این مرحله به‌شدت دچار اضطراب شده و حتی سلامت روانی‌شان تحت تأثیر قرار گرفته است. با افشای خیانت، پیامدهای روانی شدیدی برای افراد به همراه دارد. این پیامدها شامل احساس گناه شدید، پشیمانی، خودانتقادی، و نگرانی درباره آینده است. در بسیاری از موارد، فرد پس از برملا شدن رابطه، دچار کاهش عزت‌نفس و احساس بی‌ارزشی می‌شود. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که برخی از زنان پس از افشای خیانت، درصدد جبران اشتباه خود برآمده‌اند، درحالی‌که برخی دیگر با از دست دادن رابطه زناشویی و مشکلات اجتماعی ناشی از طلاق مواجه شده‌اند. فشارهای اجتماعی و قضاوت‌های فرهنگی نیز نقش مهمی در افزایش احساس شرم و سرخوردگی در زنان خیانت‌کار دارد.

این پژوهش نشان می‌دهد که بی‌وفایی عاطفی در زنان میانسال یک فرایند تدریجی و پیچیده است که در اثر نارضایتی‌های زناشویی، مشکلات ارتباطی، احساس تنهایی، و نیازهای عاطفی تأمین‌نشده شکل می‌گیرد. یافته‌ها بر اهمیت بهبود کیفیت روابط زناشویی، تقویت مهارت‌های ارتباطی زوجین، و افزایش آگاهی نسبت به نیازهای عاطفی تأکید دارند. از آنجاکه بسیاری از موارد بی‌وفایی ناشی از کمبود ارتباط مؤثر و عدم توجه عاطفی است، توصیه می‌شود که مشاوران و متخصصان حوزه خانواده، بر توانمندسازی زوجین در ایجاد تعاملات مثبت و افزایش رضایت زناشویی تمرکز کنند.

از نظر کاربردی، این پژوهش می‌تواند برای مشاوران خانواده، روان‌شناسان و سیاست‌گذاران اجتماعی مفید باشد. مشاوران می‌توانند از یافته‌های این پژوهش برای درک بهتر ریشه‌های بی‌وفایی عاطفی و ارائه راهکارهای مناسب برای بهبود روابط زناشویی استفاده کنند. علاوه بر این، پیشنهاد می‌گردد، با برگزاری کارگاه‌های مهارت‌های ارتباطی زوجین با تمرکز بر همدلی و شنیدن فعال؛ آموزش مدیریت هیجان و تنظیم احساسات در مواجهه با استرس‌های میانسالی؛ گسترش خدمات مشاوره‌ای تخصصی برای زنان در دوره میانسالی با رویکرد پیشگیرانه؛ طراحی برنامه‌های رسانه‌ای برای افزایش آگاهی عمومی درباره اهمیت صمیمیت عاطفی و نقش آن در سلامت رابطه؛ و در نهایت، لحاظ کردن حمایت‌های روانی و اجتماعی برای زنانی که در موقعیت‌های آسیب‌پذیر قرار دارند در سیاست‌های رفاه اجتماعی بستر کاهش بی‌وفایی در میانسالی کاهش یابد. این پژوهش، با وجود ارائه تصویری عمیق از فرایند روان‌شناختی بی‌وفایی عاطفی در زنان میانسال، با محدودیت‌هایی نیز همراه بوده است. نخست، حجم نمونه کوچک (پنج نفر) و انتخاب هدفمند شرکت‌کنندگان، قابلیت تعمیم نتایج را به کل جمعیت محدود می‌سازد. دوم، داده‌ها از طریق مصاحبه‌های خوداظهاری گردآوری شده‌اند که ممکن است تحت تأثیر سوگیری حافظه، خجالت یا تلاش برای ارائه تصویری مطلوب از خود قرار گرفته باشند. سوم، تمرکز انحصاری بر زنان، امکان مقایسه با تجربه‌های مردان را فراهم نمی‌سازد. در نهایت، چارچوب فرهنگی و اجتماعی خاص جامعه ایرانی ممکن است نقش مهمی در شکل‌گیری و تفسیر بی‌وفایی ایفا کند که تعمیم نتایج به سایر فرهنگ‌ها را دشوار می‌سازد.

بر این اساس، پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی، پژوهشگران با بهره‌گیری از نمونه‌های گسترده‌تر، رویکردهای مقایسه‌ای جنسیتی و ابزارهای متنوع‌تری از جمع‌آوری داده، به تحلیل عمیق‌تری دست یابند.

منابع

- Allahverdipour, H., Karimzadeh, Z., Alizadeh, N., Asghari Jafarabadi, M., & Javadivala, Z. (2019). Psychological well-being and happiness among middle-aged women: A cross-sectional study. *Health Care for Women International*, 42(1), 28–42. <https://doi.org/10.1080/07399332.2019.1703990>
- Astuti, V. W., & Lestari, S. (2022). Psychological condition of women who divorced due to husbands' infidelity. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 7(1), 61–74. <https://doi.org/10.33367/psi.v7i1.2084>
- Belu, C. F., & O'Sullivan, L. F. (2024). It's just a little crush: Attraction to an alternative and romantic relationship quality, breakups, and infidelity. *The Journal of Sex Research*, 1–14. <https://doi.org/10.1080/00224499.2024.2310702>
- Biermann, M., Bohus, M., Gilbert, P., Vonderlin, R., Cornelisse, S., Osen, B., ... & Lyssencko, L. (2021). Psychometric properties of the German version of the Forms of Self-Criticizing/Attacking and Self-Reassuring Scale (FSCRS). *Psychological Assessment*, 33(1), 97. <https://doi.org/10.1037/pas0000956>
- Calda-Tolibas, M. A. (2022). The Role of psychological distress in relational health instability among romantic couples: A Qualitative Inquiry. *The Malaysian Journal of Nursing (MJN)*, 14(2), 101–108. <https://doi.org/10.31674/mjn.2022.v14i02.017>
- Canoy, C. F. M. (2025). Love of the lotus: Exploring romantic relationships among adult survivors of childhood sexual abuse. *Journal of Interdisciplinary Perspectives*, 3(2), 1–1. <https://doi.org/10.69569/jip.2024.0660>
- Carasso, E., & Segel-Karpas, D. (2024). Marital strain and emotional intimacy in midlife couples: The moderating role of empathy. *Personal Relationships*, 31(3), 648–663. <https://doi.org/10.1111/pere.12559>
- Chanda, L. (2024). Exploring the factors behind romantic relationship conflicts among university students: A case of Mukuba University. *British Journal of Multidisciplinary and Advanced Studies*, 5(5), 1–12. <https://doi.org/10.37745/bjmas.2022.04174>
- Coop Gordon, K., & Mitchell, E. A. (2020). Infidelity in the time of COVID-19. *Family Process*, 59(3), 956–966. <https://doi.org/10.1111/famp.12576>
- Dębska, J., & Wałęcka-Matyja, K. K. (2024). The role of managing information about infidelity and differentiation of self in the adaptation of spouses after infidelity. *Family Forum*, 14, 87–105. <https://doi.org/10.25167/FF/5515>
- Falconier, M. K., Wojda-Burlij, A. K., Conway, C. A., & Kim, J. (2023). The role of emotion regulation in couples' stress communication and dyadic coping responses. *Stress and Health*, 39(2), 309–322. <https://doi.org/10.1002/smi.3186>
- Guasp Coll, M., Navarro-Mateu, D., Giménez-Espert, M. D. C., & Prado-Gascó, V. J. (2020). Emotional intelligence, empathy, self-esteem, and life satisfaction in Spanish adolescents: Regression vs. QCA models. *Frontiers in Psychology*, 11, 1629. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01629>
- Hafeez, H. T., Loona, M. I., & Nawaz, A. (2024). Impact of communication patterns and relationship dissatisfaction on emotional distress among married individuals. *Foundation University Journal of Psychology*, 8(2), 31–41. <https://doi.org/10.33897/fujp.v8i2.729>
- Hesse, C., & Tian, X. (2020). Affection deprivation in marital relationships: An actor-partner interdependence mediation analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(3), 965–985. <https://doi.org/10.1177/0265407519883697>
- Hennink, M., & Kaiser, B. N. (2022). Sample sizes for saturation in qualitative research: A systematic review of empirical tests. *Social science & medicine*, 292, 114523. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114523>
- Kaya, M. M., & Şakiroğlu, M. (2023). Factors affecting online infidelity: A review. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, 15(1), 29–37. <https://doi.org/10.18863/pgy.1070731>
- Kim, S. J., & Kim, S. Y. (2013). A study on the relationship of marital intimacy, depression, and menopausal symptoms in middle-aged women. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 19(3), 176–187. <https://doi.org/10.4069/kjwhn.2013.19.3.176>
- Lişman, C. G., & Holman, A. C. (2021). Cheating under the circumstances in marital relationships: The development and examination of the propensity towards infidelity scale. *Social Sciences*, 10(10), 392. <https://doi.org/10.3390/socsci10100392>
- Lonergan, M., Brunet, A., Rivest-Beauregard, M., & Groleau, D. (2021). Is romantic partner betrayal a form of traumatic experience? A qualitative study. *Stress and Health*, 37(1), 19–31. <https://doi.org/10.1002/smi.2968>

- March, E., Antunovic, J., Poll, A., Dye, J., & Van Doorn, G. (2024). High (in) fidelity: Gender, the dark tetrad, and infidelity. *Sexual and Relationship Therapy*, 39(2), 549–566. <https://doi.org/10.1080/14681994.2023.2220279>
- Meng-Lewis, Y., Xian, H., Lewis, G., & Zhao, Y. (2021). “Enthusiastic admiration is the first principle of knowledge and its last”: A qualitative study of admiration for the famous. *Sage Open*, 11(2), 21582440211006730. <https://doi.org/10.1177/21582440211006730>
- Naz, Z., & Usman, N. (2019). Infidelity and its impact in the perspective of women. *International Journal on Women Empowerment*, 5, 9–14. <https://doi.org/10.29052/2413-4252.v5.i1.2019.9-14>
- Perez, C., Fife, S. T., Eggleston, D., & Whiting, J. B. (2023). Justifying by degrees: A grounded theory of men's decision-making process in infidelity. *Journal of Marital and Family Therapy*, 49(4), 879–898. <https://doi.org/10.1111/jmft.12663>
- 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>
- Scheeren, P., Apellániz, I. D. A. M. D., & Wagner, A. (2018). Marital infidelity: The experience of men and women. *Trends in Psychology*, 26, 355–369. <https://doi.org/10.9788/TP2018.1-14En>
- Sidi, H., Wahab, S., Ss, L., Zin, N. M., & Baharuddin, N. (2017). Assessment of marital dissatisfaction and its association with sexual dysfunction and psychiatric morbidities among primary health attenders in Malaysia. *IJUM Medical Journal Malaysia*, 16(2). <https://doi.org/10.31436/imjm.v16i2.320>
- Squire, C. M., Giombi, K. C., Rupert, D. J., Amoozegar, J., & Williams, P. (2024). Determining an appropriate sample size for qualitative interviews to achieve true and near code saturation: Secondary analysis of data. *Journal of Medical Internet Research*, 26, e52998. doi:10.2196/52998
- Sucrese, A. M., Neff, L. A., & Gleason, M. E. (2024). “Not Now, I Am Too Stressed”: Stress and Physical Intimacy in Early Marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*. <https://doi.org/10.1177/01461672241239134>
- Van Tilburg, T. G. (2021). Social, emotional, and existential loneliness: A test of the multidimensional concept. *The Gerontologist*, 61(7), e335–e344. <https://doi.org/10.1093/geront/gnaa082>
- Varma, P., & Maheshwari, S. (2024). Emotional Consequences of Infidelity: Guilt and Regret Experiences Among Perpetrators of Cheating in Heterosexual Dating Relationships. *The Family Journal*. <https://doi.org/10.1177/10664807241293150>
- Warach, B., & Josephs, L. (2021). The aftershocks of infidelity: A review of infidelity-based attachment trauma. *Sexual and Relationship Therapy*, 36(1), 68–90. <https://doi.org/10.1080/14681994.2019.1577961>
- Wdowiak, K., Maciocha, A., Wąż, J., Słomka, P., Drogoń, J., Chachaj, W., ... & Konieczko, D. (2024). Cheating in relationships—literature review. *Polish Journal of Public Health*, 134, 104–108. <https://doi.org/10.12923/2083-4829/2024-0023>
- Weiser, D. A., ShROUT, M. R., Thomas, A. V., Edwards, A. L., & Pickens, J. C. (2023). “I’ve been cheated, been mistreated, when will I be loved”: Two decades of infidelity research through an intersectional lens. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(3), 856–898. <https://doi.org/10.1177/02654075221113032>
- Yedirir, S., & Hamarta, E. (2015). Emotional expression and spousal support as predictors of marital satisfaction: The case of Turkey. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 15(6), 1549–1558. DOI:10.12738/estp.2015.6.2822