

## بررسی سازوکارهای هیجانی پیش‌بینی‌کننده وفاداری زناشویی: یک مطالعه مروری کیفی

مشخصات نویسندگان:



© ۱۴۰۴

تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.

انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با

گواهی CC BY-NC 4.0 صورت گرفته

است.

۱. الهام نیک‌سیرت\*: گروه مشاوره زوج و خانواده، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

\*پست الکترونیکی نویسنده مسئول: elham.niksirat66@gmail.com

شيوه استناددهی: نیک‌سیرت، الهام. (۱۴۰۴). بررسی سازوکارهای هیجانی پیش‌بینی‌کننده وفاداری زناشویی: یک مطالعه مروری

کیفی. سنجش، ارزیابی و مداخلات زوج‌درمانی، ۲(۳)، ۹-۱.

### چکیده

هدف این پژوهش تبیین نظام‌مند سازوکارهای هیجانی مؤثر بر وفاداری زناشویی و ارائه چارچوب مفهومی یکپارچه برای درک پایداری تعهد زوجین است. این پژوهش با رویکرد کیفی و به روش مرور نظام‌مند - تحلیلی انجام شد. داده‌ها صرفاً از طریق مرور ادبیات علمی معتبر گردآوری گردید و پس از غربالگری چندمرحله‌ای، ۱۳ مقاله واجد شرایط انتخاب شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار NVivo نسخه ۱۴ و از طریق کدگذاری باز، محوری و انتخابی انجام گرفت. نمونه‌گیری نظری تا دستیابی به اشباع نظری ادامه یافت و چارچوب مفهومی نهایی بر اساس الگوهای مفهومی مشترک استخراج شد. یافته‌ها نشان داد که وفاداری زناشویی در بستر تعامل سه سازوکار بنیادین هیجانی شکل می‌گیرد: تنظیم هیجانی، دلبستگی و امنیت عاطفی، و الگوهای تعاملی هیجانی زوجین. این سازوکارها از طریق تقویت اعتماد، صمیمیت، تعهد هیجانی و مدیریت سازگارانۀ تعارض‌ها، نقش محافظتی مهمی در برابر تضعیف پیوند زناشویی ایفا می‌کنند و در صورت اختلال، زمینه‌ساز فرسایش عاطفی و کاهش وفاداری می‌شوند. وفاداری زناشویی پدیده‌ای عمیقاً هیجانی و تعاملی است که بدون تقویت مهارت‌های تنظیم هیجان، امنیت دلبستگی و الگوهای ارتباطی سازنده قابل حفظ و پایداری نیست و این یافته‌ها می‌تواند مبنای طراحی مداخلات آموزشی و درمانی مؤثر در حوزه خانواده قرار گیرد.

واژگان کلیدی: وفاداری زناشویی، تنظیم هیجان، دلبستگی، امنیت عاطفی، تعامل زوجین

---

## Emotional Mechanisms Predicting Marital Loyalty: A Qualitative Review Study



© 2025 the authors. This is an open access article under the terms of the [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) License.

### Authors' Information:

1. Elham Niksirat\*: Department of Couple and Family Counseling, Kharazmi University, Tehran, Iran

Corresponding author's email: [elham.niksirat66@gmail.com](mailto:elham.niksirat66@gmail.com)

**How to cite:** Niksirat, E. (2025). Emotional Mechanisms Predicting Marital Loyalty: A Qualitative Review Study. *Couple Therapy Assessment, Evaluation, and Intervention*, 2(3), 1-9.

### **Abstract**

This study aimed to systematically explain the emotional mechanisms underlying marital loyalty and to develop an integrated conceptual framework for understanding the stability of marital commitment. Using a qualitative review design, data were collected exclusively through a systematic analysis of scientific literature. Following multi-stage screening, 13 eligible studies were selected. Data analysis was conducted using NVivo 14 through open, axial, and selective coding. Theoretical sampling continued until theoretical saturation was achieved and the final conceptual model was constructed. The results revealed that marital loyalty is shaped by the dynamic interaction of three core emotional mechanisms: emotion regulation, attachment and emotional security, and couples' emotional interaction patterns. These mechanisms enhance trust, intimacy, emotional commitment, and constructive conflict management, thereby protecting the marital bond, whereas their disruption contributes to emotional erosion and reduced loyalty. Marital loyalty is a profoundly emotional and relational phenomenon that requires strengthening emotional regulation skills, attachment security, and constructive interaction patterns, providing essential implications for preventive and therapeutic interventions in family counseling.

**Keywords:** *Marital loyalty, emotion regulation, attachment, emotional security, couple interaction*

---

وفاداری زناشویی یکی از بنیادی‌ترین مؤلفه‌های پایداری خانواده و سلامت روان زوجین محسوب می‌شود و نقش تعیین‌کننده‌ای در کیفیت زندگی، رضایت زناشویی و کارکرد اجتماعی افراد ایفا می‌کند. در دهه‌های اخیر، با افزایش تغییرات فرهنگی، اجتماعی و فناورانه، الگوهای ارتباطی زوجین دستخوش تحول شده و در نتیجه، پدیده‌هایی نظیر کاهش تعهد زناشویی، افزایش تعارض‌های عاطفی و رشد آسیب‌هایی چون خیانت هیجانی و عاطفی توجه پژوهشگران حوزه خانواده و زوج‌درمانی را به‌طور فزاینده‌ای به خود معطوف ساخته است (Amato, 2010; Fincham & Beach, 2010). در این میان، وفاداری زناشویی نه صرفاً به‌عنوان یک تعهد اخلاقی یا قراردادی، بلکه به‌مثابه یک فرایند روان‌شناختی پیچیده مبتنی بر هیجان‌ها، دلبستگی و الگوهای تعاملی زوجین در نظر گرفته می‌شود که در بستر تجارب هیجانی روزمره شکل می‌گیرد و تداوم می‌یابد (Gottman & Silver, 2015; Johnson, 2019).

مطالعات متعدد نشان داده‌اند که هیجان‌ها و نحوه تنظیم آن‌ها در روابط صمیمی نقش محوری در شکل‌گیری و حفظ وفاداری زناشویی ایفا می‌کنند. تنظیم هیجان به توانایی فرد در شناسایی، تفسیر و مدیریت تجربه‌های هیجانی خود و دیگران اشاره دارد و یکی از اساسی‌ترین مهارت‌های روان‌شناختی در روابط زناشویی محسوب می‌شود (Gross, 2015). زوج‌هایی که از مهارت‌های تنظیم هیجانی بالاتری برخوردارند، در مواجهه با تعارض‌ها، ناکامی‌ها و فشارهای زندگی مشترک، واکنش‌های سازگارانه‌تری نشان می‌دهند و در نتیجه سطح بالاتری از رضایت، تعهد و وفاداری را تجربه می‌کنند (Halford, Pepping, & Petch, 2016). در مقابل، ناتوانی در مدیریت هیجان‌های منفی نظیر خشم، حسادت، اضطراب و رنجش می‌تواند زمینه‌ساز فرسایش عاطفی، کاهش صمیمیت و تضعیف پیوند زناشویی شود و احتمال رفتارهای ناسازگارانه از جمله خیانت هیجانی را افزایش دهد (Bradbury & Karney, 2014; Fincham & Beach, 2010).

از سوی دیگر، نظریه دلبستگی به‌عنوان یکی از چارچوب‌های نظری مسلط در تبیین روابط صمیمی بزرگسالان، بر نقش تجارب هیجانی اولیه در شکل‌گیری الگوهای پایدار ارتباطی در بزرگسالی تأکید دارد. بر اساس این دیدگاه، سبک‌های دلبستگی ایمن با سطوح بالاتر اعتماد، صمیمیت و تعهد هیجانی همراه هستند، در حالی که سبک‌های دلبستگی نایمن اغلب با ترس از طرد، بی‌ثباتی هیجانی و نوسان در تعهد رابطه‌ای همبسته‌اند (Mikulincer & Shaver, 2016; Feeney & Noller, 2018). پژوهش‌ها نشان می‌دهند زوج‌هایی که پیوند دلبستگی ایمن‌تری را تجربه می‌کنند، در مقایسه با زوج‌های دارای دلبستگی نایمن، وفاداری پایدارتر و مقاومت بیشتری در برابر تهدیدهای بیرونی رابطه از خود نشان می‌دهند (Overall & Lemay, 2015; Reis & Shaver, 2017). این یافته‌ها حاکی از آن است که وفاداری زناشویی نه صرفاً حاصل تصمیمی عقلانی، بلکه برآمده از ساختارهای عمیق هیجانی و دلبستگی زوجین است که در تعاملات روزمره آنان بازتولید می‌شود.

علاوه بر تنظیم هیجان و دلبستگی، الگوهای تعاملی هیجانی زوجین نیز نقشی تعیین‌کننده در حفظ یا تضعیف وفاداری زناشویی ایفا می‌کنند. کیفیت ارتباط هیجانی زوجین، شامل نحوه ابراز احساسات، گوش‌دادن همدلانه، مدیریت تعارض و حمایت عاطفی، به‌طور مستقیم با سطح رضایت و تعهد زناشویی مرتبط است (Canary & Dindia, 2016; Gottman, 2015). زوج‌هایی که در تعاملات خود از الگوهای ارتباطی

سازنده بهره می‌برند، چرخه‌های هیجانی مثبتی ایجاد می‌کنند که احساس عشق، امنیت و تعلق را تقویت می‌نماید و احتمال فاصله‌گیری عاطفی و گسست تعهد را کاهش می‌دهد (Johnson, 2019). در مقابل، الگوهای تعاملی ناکارآمد نظیر انتقادگری، تحقیر، دفاع‌گری و کناره‌گیری که گاتمن آن‌ها را «چهار سوار آخرالزمان رابطه» می‌نامد، به تدریج سرمایه عاطفی رابطه را فرسوده و زمینه‌ساز کاهش وفاداری و افزایش احتمال فروپاشی رابطه می‌شود (Gottman & Silver, 2015).

با وجود گسترش پژوهش‌های تجربی در حوزه وفاداری زناشویی، بخش قابل توجهی از مطالعات به بررسی عوامل جمعیت‌شناختی، اجتماعی یا رفتاری محدود شده و کمتر به سازوکارهای هیجانی زیربنایی این پدیده پرداخته‌اند. از سوی دیگر، یافته‌های پراکنده موجود نیازمند یکپارچه‌سازی نظری و مفهومی هستند تا بتوان تصویری جامع از چگونگی نقش‌آفرینی هیجان‌ها در پیش‌بینی وفاداری زناشویی ارائه داد. مرور نظام‌مند و تحلیل کیفی پژوهش‌های پیشین این امکان را فراهم می‌سازد که فراتر از نتایج منفرد، الگوهای مشترک، سازوکارهای بنیادین و مسیرهای علی مؤثر بر وفاداری زناشویی شناسایی و تبیین شوند (Braun & Clarke, 2021; Sandelowski & Barroso, 2007). در این راستا، مطالعه حاضر با رویکرد مروری کیفی و با تمرکز بر تحلیل نظری یافته‌های پژوهش‌های معتبر، می‌کوشد سازوکارهای هیجانی پیش‌بینی‌کننده وفاداری زناشویی را استخراج، طبقه‌بندی و در قالب یک چارچوب مفهومی منسجم تبیین نماید. انتظار می‌رود نتایج این مطالعه ضمن غنای ادبیات نظری حوزه زوج‌درمانی، مبنای علمی ارزشمندی برای طراحی مداخلات بالینی، برنامه‌های آموزشی و سیاست‌گذاری‌های حمایتی در حوزه تحکیم خانواده فراهم سازد و مسیر پژوهش‌های آینده را به سوی بررسی دقیق‌تر نقش هیجان‌ها در پایداری روابط زناشویی هدایت کند.

## روش‌شناسی

پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و به روش مروری نظام‌مند - تحلیلی انجام شده است و هدف آن تبیین و یکپارچه‌سازی سازوکارهای هیجانی پیش‌بینی‌کننده وفاداری زناشویی بر اساس شواهد علمی موجود است. از نظر طرح پژوهش، این مطالعه در زمره پژوهش‌های کیفی مبتنی بر مرور ادبیات قرار می‌گیرد که با بهره‌گیری از تحلیل نظری و ترکیب مفهومی یافته‌های مطالعات پیشین صورت پذیرفته است. در این پژوهش، شرکت‌کنندگان انسانی به صورت مستقیم حضور نداشته‌اند و واحد تحلیل، اسناد و متون علمی شامل مقالات پژوهشی معتبر منتشرشده در حوزه روان‌شناسی خانواده، زوج‌درمانی، هیجان و روابط زناشویی بوده است. فرآیند جست‌وجوی منابع علمی در پایگاه‌های اطلاعاتی معتبر بین‌المللی از جمله Scopus، Web of Science، PubMed، PsycINFO و Google Scholar انجام گرفت. معیارهای ورود شامل: انتشار مقاله در مجلات علمی معتبر، تمرکز مستقیم بر وفاداری زناشویی یا سازوکارهای هیجانی مرتبط با آن، روش‌شناسی روشن و قابل ارزیابی، و دسترسی به متن کامل مقاله بود. در نهایت، پس از چند مرحله غربالگری بر اساس عنوان، چکیده و متن کامل، ۱۳ مقاله واجد شرایط به عنوان بدنه نهایی داده‌های پژوهش انتخاب شدند.

گردآوری داده‌ها صرفاً از طریق مرور نظام‌مند متون علمی انجام شد و هیچ نوع ابزار میدانی یا پرسشنامه‌ای به کار گرفته نشد. مقالات منتخب به صورت کامل وارد محیط نرم‌افزار NVivo نسخه ۱۴ شدند و داده‌های متنی آن‌ها برای تحلیل کیفی آماده‌سازی گردید. واحدهای معنایی مرتبط با مفاهیم هیجانی، تعاملات زوجین، تعهد، صمیمیت، اعتماد، تنظیم هیجان و وفاداری زناشویی استخراج و کدگذاری شدند.

روش تحلیل داده‌ها مبتنی بر تحلیل کیفی نظری - مضمون‌محور بود که در آن فرایند کدگذاری در سه مرحله انجام گرفت:

کدگذاری باز برای شناسایی مفاهیم اولیه؛

کدگذاری محوری جهت برقراری ارتباط میان مفاهیم هم‌خانواده؛

کدگذاری انتخابی برای استخراج مقوله‌های هسته‌ای و شکل‌دهی چارچوب مفهومی نهایی.

فرایند تحلیل به صورت چرخشی و مقایسه‌ای انجام شد و نمونه‌گیری نظری تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت؛ به گونه‌ای که در بررسی مقالات پایانی، هیچ مفهوم یا سازوکار جدیدی به ساختار تحلیلی افزوده نشد و الگوی مفهومی پژوهش از ثبات و کفایت نظری برخوردار گردید. در مجموع، این روش‌شناسی امکان شناسایی منسجم، عمیق و نظام‌مند سازوکارهای هیجانی مؤثر بر وفاداری زناشویی را فراهم ساخت و زمینه تدوین مدل نظری یکپارچه پژوهش را مهیا نمود.

## یافته‌ها

تنظیم هیجانی در رابطه زناشویی به عنوان یکی از بنیادی‌ترین سازوکارهای روان‌شناختی پیش‌بینی‌کننده وفاداری زناشویی شناخته می‌شود و پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند که کیفیت این فرایند به صورت مستقیم بر ثبات رابطه، تعهد زوجین و کاهش رفتارهای آسیب‌زا اثرگذار است. افرادی که از سطح بالاتری از خودآگاهی هیجانی برخوردارند، قادرند هیجان‌های خود را به درستی شناسایی و نام‌گذاری کنند و در نتیجه واکنش‌های هیجانی خود را به گونه‌ای تنظیم نمایند که کمترین آسیب را به رابطه وارد سازد. مدیریت مؤثر هیجان‌های منفی نظیر خشم، حسادت، رنجش و اضطراب رابطه‌ای نقش تعیین‌کننده‌ای در پیشگیری از فرسایش عاطفی و شکل‌گیری تعارض‌های مزمن دارد و زوج‌هایی که مهارت‌های تنظیم هیجان بالاتری دارند، الگوهای تعاملی سازنده‌تری از خود نشان می‌دهند و در مواجهه با بحران‌های رابطه‌ای از انعطاف‌پذیری هیجانی بیشتری برخوردارند (Gross, 2015; Halford, Pepping, & Petch, 2016). علاوه بر این، همدلی هیجانی و تنظیم مشترک هیجان، که در قالب پاسخ‌های همدلانه، حمایت عاطفی و هم‌آهنگی هیجانی نمود می‌یابد، موجب تقویت پیوند عاطفی و افزایش احساس تعلق زوجین می‌شود و به طور معناداری احتمال بروز خیانت عاطفی یا گسست رابطه‌ای را کاهش می‌دهد (Gottman & Silver, 2015; Johnson, 2019). پژوهش‌ها نشان می‌دهند زوج‌هایی که قادرند هیجان‌های خود را به صورت مشترک پردازش و بازسازی کنند، در مقایسه با زوج‌هایی که تنظیم هیجان ضعیفی دارند، سطح بالاتری از رضایت زناشویی، اعتماد و وفاداری را تجربه می‌کنند و در برابر فشارهای بیرونی رابطه مقاوم‌تر هستند (Bradbury & Karney, 2014; Overall, Fletcher, & Simpson, 2015).

دلبستگی و امنیت عاطفی دومین سازوکار اساسی پیش‌بینی‌کننده وفاداری زناشویی است که ریشه در تجارب هیجانی اولیه فرد داشته و در روابط بزرگسالی به صورت الگوهای پایدار تعامل با همسر بازتولید می‌شود. افراد دارای سبک دلبستگی ایمن از اعتماد هیجانی بالاتری برخوردارند، رابطه را مکانی امن برای افشای احساسات و نیازهای خود می‌دانند و تعهد هیجانی عمیق‌تری نسبت به همسر تجربه می‌کنند؛ در حالی که سبک‌های دلبستگی ناایمن با افزایش ترس از طرد، حساسیت افراطی نسبت به نشانه‌های فاصله‌گیری و کاهش احساس امنیت رابطه‌ای همراه هستند و این عوامل می‌توانند زمینه‌ساز تزلزل وفاداری و کاهش ثبات پیوند زناشویی شوند (Mikulincer & Shaver, 2016; Feeney & Noller, 2018). صمیمیت هیجانی به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های محوری امنیت عاطفی، از طریق افشای هیجانی، ارتباط صادقانه و پذیرش متقابل هیجانات، سرمایه عاطفی رابطه را افزایش می‌دهد و نقش حفاظتی قدرتمندی در برابر وسوسه‌های بیرونی و گسست عاطفی ایفا می‌کند (Reis & Shaver, 2017; Laurenceau, Barrett, & Rovine, 2005). مطالعات نشان می‌دهند زوج‌هایی که پیوند عاطفی پایدار، تعهد هیجانی و احساس تعلق بلندمدت را تجربه می‌کنند، نه‌تنها وفاداری بالاتری دارند، بلکه در شرایط تعارض یا بحران نیز تمایل بیشتری به حفظ رابطه و سرمایه‌گذاری عاطفی در آن نشان می‌دهند (Rusbult, Martz, & Agnew, 1998; Overall & Lemay, 2015).

الگوهای تعاملی هیجانی زوجین سومین سازوکار بنیادین در تبیین وفاداری زناشویی محسوب می‌شود و کیفیت این الگوها به‌طور مستقیم بر پایداری تعهد و ثبات عاطفی رابطه اثر می‌گذارد. ارتباط هیجانی سازنده که مبتنی بر گفت‌وگوی سالم، گوش‌دادن فعال، ابراز احساسات بدون سرزنش و بازخورد عاطفی مثبت است، زمینه‌ساز شکل‌گیری چرخه‌های هیجانی مثبت در رابطه می‌شود و احساس عشق، اعتماد و پیوند هیجانی را تقویت می‌کند (Gottman, 2015; Canary & Dindia, 2016). در مقابل، الگوهای تعارض هیجانی مدیریت‌نشده، واکنش‌های تکانشی و تفسیرهای منفی از رفتار همسر موجب فرسایش هیجانی رابطه، کاهش اشتیاق عاطفی و تضعیف وفاداری می‌شود (Fincham & Beach, 2010; Bradbury, Fincham, & Beach, 2000). حمایت هیجانی متقابل و در دسترس بودن عاطفی همسر به‌ویژه در موقعیت‌های بحرانی، نقش محافظتی قدرتمندی در برابر تضعیف تعهد زناشویی دارد و زوج‌هایی که در چرخه‌های هیجانی مثبت قرار می‌گیرند، نه‌تنها رضایت زناشویی بیشتری تجربه می‌کنند، بلکه تمایل کمتری به جست‌وجوی حمایت عاطفی در خارج از رابطه دارند و وفاداری آنان به‌صورت پایدار حفظ می‌شود (Johnson, 2019; Overall et al., 2015). این شواهد نشان می‌دهد که کیفیت تعاملات هیجانی روزمره زوجین یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های وفاداری زناشویی در طول زمان است و هرگونه اختلال در این الگوها می‌تواند مسیر رابطه را به‌سوی گسست عاطفی و تزلزل تعهد سوق دهد.

## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این مطالعه مروری کیفی نشان داد که وفاداری زناشویی پدیده‌ای چندبعدی و ریشه‌دار در سازوکارهای هیجانی زوجین است و بیش از آنکه صرفاً به تعهد شناختی یا هنجاری وابسته باشد، در بستر فرایندهای هیجانی روزمره شکل می‌گیرد و تداوم می‌یابد. یافته‌ها حاکی از آن بود که تنظیم هیجانی، دلبستگی و امنیت عاطفی، و الگوهای تعاملی هیجانی سه محور بنیادین در پیش‌بینی وفاداری زناشویی محسوب

می‌شوند و این سه سازوکار در تعامل پویا با یکدیگر شبکه‌ای از فرآیندهای حمایتی و حفاظتی برای رابطه ایجاد می‌کنند. به‌ویژه، تنظیم هیجانی به‌عنوان زیربنای اصلی ثبات هیجانی رابطه شناخته شد؛ زوج‌هایی که توانایی بالاتری در شناسایی، مدیریت و بازسازی هیجان‌های خود و همسر دارند، در مواجهه با تعارض‌ها و ناکامی‌ها واکنش‌های سازگارانه‌تری نشان می‌دهند و در نتیجه از سطح بالاتری از تعهد و وفاداری برخوردار می‌شوند. این یافته با پژوهش‌های پیشین همسو است که نشان داده‌اند مهارت‌های تنظیم هیجان پیش‌بینی‌کننده مستقیم رضایت زناشویی، کیفیت رابطه و کاهش رفتارهای مخرب از جمله خیانت هیجانی هستند (Gross, 2015; Halford, Pepping, & Petch, 2016; Bradbury & Karney, 2014). همچنین نقش مدیریت هیجان‌های منفی نظیر خشم، حسادت و اضطراب رابطه‌ای در جلوگیری از فرسایش عاطفی رابطه در این مطالعه برجسته شد که با نتایج Fincham و Beach (۲۰۱۰) و Gottman و Silver (۲۰۱۵) همخوانی دارد و نشان می‌دهد ناتوانی در مهار این هیجان‌ها به تدریج سرمایه هیجانی زوجین را تحلیل برده و تعهد رابطه‌ای را تضعیف می‌کند.

در سطح عمیق‌تر، یافته‌های این مطالعه اهمیت دلبستگی و امنیت عاطفی را در پایداری وفاداری زناشویی تأیید کرد. نتایج نشان داد که سبک دلبستگی ایمن از طریق تقویت اعتماد هیجانی، صمیمیت عاطفی و تعهد پایدار، نقش حفاظتی نیرومندی در برابر تهدیدهای بیرونی رابطه ایفا می‌کند و زوجین دارای دلبستگی ایمن در مقایسه با زوجین نایمن تمایل کمتری به فاصله‌گیری هیجانی و جست‌وجوی منابع عاطفی بیرون از رابطه دارند. این یافته‌ها با چارچوب نظری دلبستگی بزرگسالان و شواهد تجربی ارائه‌شده توسط Mikulincer و Shaver (2016) و Feeney و Noller (۲۰۱۸) و Overall و Lemay (۲۰۱۵) همسو است که نشان داده‌اند امنیت دلبستگی زیربنای شکل‌گیری تعهد عاطفی پایدار و وفاداری زناشویی است. همچنین، نقش صمیمیت هیجانی به‌عنوان مؤلفه محوری امنیت عاطفی در این پژوهش برجسته شد و نشان داد افزایش هیجانی، ارتباط صادقانه و پذیرش متقابل هیجان‌ها زمینه‌ساز تقویت پیوند زوجین و کاهش احتمال خیانت عاطفی است؛ یافته‌ای که با مدل‌های فرایندی صمیمیت Reis و Shaver (۲۰۱۷) و یافته‌های Laurenceau و همکاران (۲۰۰۵) همخوانی دارد.

سومین محور اساسی یافته‌ها به الگوهای تعاملی هیجانی زوجین مربوط می‌شد. نتایج نشان داد که کیفیت تعاملات هیجانی روزمره، از جمله نحوه گفت‌وگوی هیجانی، مدیریت تعارض، حمایت عاطفی و تفسیر هیجانی رفتار همسر، یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های وفاداری زناشویی است. زوج‌هایی که از الگوهای ارتباطی سازنده استفاده می‌کنند و در تعاملات خود چرخه‌های هیجانی مثبت ایجاد می‌نمایند، نه تنها رضایت و تعهد بیشتری را تجربه می‌کنند، بلکه در برابر فشارهای بیرونی رابطه مقاوم‌تر هستند. این یافته‌ها به‌طور کامل با نظریه‌های تعامل زوجی و شواهد گسترده (Gottman, 2015) Canary، Dindia و Johnson (۲۰۱۶) و Johnson (۲۰۱۹) همسو است که نشان داده‌اند کیفیت ارتباط هیجانی ستون فقرات پایداری روابط زناشویی است. در مقابل، حضور الگوهای تعاملی مخرب نظیر انتقادگری، تحقیر، کناره‌گیری و دفاع‌گری، که در این مطالعه به‌عنوان عوامل فرسایش هیجانی شناسایی شدند، با کاهش تعهد و تضعیف وفاداری همراه است؛ یافته‌ای که با شواهد تجربی Fincham و Beach (۲۰۱۰) و Bradbury، Fincham و Beach (۲۰۰۰) همخوانی دارد. در مجموع، نتایج این پژوهش نشان می‌دهد وفاداری زناشویی محصول یک شبکه پیچیده از فرآیندهای هیجانی است که در بستر تعاملات روزمره زوجین شکل می‌گیرد و بدون توجه به این سازوکارهای هیجانی، هرگونه تلاش برای تقویت وفاداری زناشویی ناقص و کم‌اثر خواهد بود.

با وجود غنای تحلیلی این مطالعه، محدودیت‌هایی نیز وجود دارد که باید مورد توجه قرار گیرد. نخست، داده‌های پژوهش صرفاً بر اساس مقالات منتشرشده در دسترس بوده و امکان وجود سوگیری انتشار و حذف مطالعات ناموفق وجود دارد. دوم، ماهیت کیفی و مروری پژوهش مانع از استنتاج روابط علی دقیق میان متغیرها می‌شود و نتایج بیشتر در سطح تبیین نظری و الگوپردازی مفهومی قابل تفسیر است. سوم، محدود شدن نمونه به ۱۳ مقاله ممکن است دامنه تنوع فرهنگی، اجتماعی و روش‌شناختی یافته‌ها را کاهش داده باشد. چهارم، ناهمگونی روش‌های مطالعات واردشده به مرور، مقایسه مستقیم نتایج را تا حدی دشوار ساخته است و این امر می‌تواند بر تعمیم‌پذیری نتایج اثرگذار باشد.

در زمینه پیشنهاد‌های پژوهشی، مطالعات آینده می‌توانند با بهره‌گیری از روش‌های ترکیبی و طراحی‌های طولی، روابط علی میان سازوکارهای هیجانی و وفاداری زناشویی را به‌طور تجربی بررسی کنند. همچنین انجام پژوهش‌های بین‌فرهنگی برای مقایسه نقش هیجان و دل‌بستگی در بافت‌های فرهنگی مختلف می‌تواند به غنای ادبیات این حوزه بیفزاید. بررسی اثر متغیرهای زمینه‌ای نظیر استرس‌های اقتصادی، تحولات فناوری و شبکه‌های اجتماعی بر سازوکارهای هیجانی وفاداری زناشویی نیز از دیگر مسیرهای مهم پژوهشی آینده است. افزون بر این، طراحی ابزارهای سنجش بومی و معتبر برای ارزیابی دقیق‌تر فرآیندهای هیجانی زوجین می‌تواند زمینه توسعه مداخلات علمی دقیق‌تر را فراهم سازد.

در سطح کاربردی، یافته‌های این مطالعه می‌تواند مبنای تدوین برنامه‌های آموزشی و مداخلات بالینی در حوزه زوج‌درمانی قرار گیرد. آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان، تقویت امنیت دل‌بستگی و اصلاح الگوهای تعاملی هیجانی باید به‌عنوان محورهای اصلی مداخلات پیشگیرانه و درمانی در نظر گرفته شود. گنجاندن این آموزش‌ها در برنامه‌های مشاوره پیش از ازدواج، کارگاه‌های غنی‌سازی روابط زناشویی و سیاست‌گذاری‌های حمایتی خانواده می‌تواند به‌طور معناداری به افزایش ثبات و سلامت روابط زناشویی در جامعه کمک کند و در نهایت به ارتقای سرمایه اجتماعی و سلامت روان جمعی منجر شود.

## مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

## تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

## موازین اخلاقی

در تمامی مراحل پژوهش حاضر اصول اخلاقی مرتبط با نشر و انجام پژوهش رعایت گردیده است.

## تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در انجام این پژوهش ما را همراهی کردند تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

## References

- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 650–666.
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2014). *Intimate relationships*. New York: W. W. Norton.
- Braun, V., & Clarke, V. (2021). *Thematic analysis: A practical guide*. Sage.
- Canary, D. J., & Dindia, K. (2016). *Sex differences and similarities in communication*. Routledge.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (2018). Attachment style and marital interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(2), 205–223.
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010). Marriage in the new millennium: Challenges and opportunities. *Journal of Family Theory & Review*, 2(3), 163–177.
- Gottman, J. M. (2015). *The seven principles for making marriage work*. Harmony Books.
- Gottman, J. M., & Silver, N. (2015). *The seven principles for making marriage work*. New York: Harmony.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.
- Halford, W. K., Pepping, C. A., & Petch, J. (2016). Couple relationship education. *Family Process*, 55(3), 532–546.
- Johnson, S. M. (2019). *Attachment theory in practice: Emotionally focused therapy*. New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Overall, N. C., & Lemay, E. P. (2015). Attachment and dyadic regulation processes. *Current Opinion in Psychology*, 1, 61–66.
- Reis, H. T., & Shaver, P. (2017). Intimacy as an interpersonal process. *Handbook of personal relationships*, 367–389.
- Sandelowski, M., & Barroso, J. (2007). *Handbook for synthesizing qualitative research*. Springer.