

تبیین روان‌شناختی شکل‌گیری تعارضات پنهان زناشویی

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. ریحانه شمس: گروه مشاوره خانواده، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران
۲. سیدمحمدرضا علوی*: گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران

*پست الکترونیکی نویسنده مسئول: alavi.mr23@yahoo.com

شبهه استناددهی: شمس، ریحانه، و علوی، سیدمحمدرضا. (۱۴۰۴). تبیین روان‌شناختی شکل‌گیری تعارضات پنهان زناشویی. *سنجش، ارزیابی و مداخلات زوج‌درمانی*، ۲(۴)، ۹-۱.

چکیده

این پژوهش با هدف تبیین سازوکارهای روان‌شناختی زیربنایی شکل‌گیری تعارضات پنهان در روابط زناشویی انجام شد. مطالعه حاضر یک پژوهش مروری کیفی است که با رویکرد تحلیل محتوای تفسیری انجام گرفت. داده‌ها صرفاً از طریق مرور نظام‌مند متون علمی گردآوری شد و ۱۴ مقاله علمی معتبر پس از فرایند غربالگری هدفمند و دستیابی به اشباع نظری انتخاب گردید. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار NVivo نسخه ۱۴ کدگذاری و تحلیل شد و فرایند تحلیل شامل کدگذاری باز، محوری و انتخابی بود که در نهایت به استخراج یک چارچوب مفهومی یکپارچه انجامید. نتایج نشان داد تعارضات پنهان زناشویی محصول تعامل سه فرایند اصلی شامل فرسایش تدریجی پیوند هیجانی، تحریف‌های شناختی در ادراک رابطه و الگوهای رفتاری پنهان‌ساز تعارض است. این عوامل به صورت تدریجی موجب کاهش صمیمیت، افزایش فاصله هیجانی، تثبیت سوءبداشتهای شناختی و گسترش الگوهای اجتناب ارتباطی می‌شوند که نهایتاً تعارض را به شکلی خاموش اما مزمن در ساختار رابطه نهادینه می‌کنند. تبیین تعارضات پنهان مستلزم رویکردی یکپارچه است که هم‌زمان ابعاد هیجانی، شناختی و رفتاری روابط زوجین را هدف قرار دهد و مبنای طراحی مداخلات پیشگیرانه و درمانی اثربخش فراهم آورد.

واژگان کلیدی: تعارض پنهان زناشویی، تنظیم هیجان، تحریف‌های شناختی، الگوهای ارتباطی، زوج‌درمانی.

Psychological Elucidation of the Formation of Latent Marital Conflicts



© 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. Reyhaneh Shams: Department of Family Counseling, University of Mazandaran, Babolsar, Iran
2. Seyed Mohammadreza Alavi*: Department of Clinical Psychology, University of Mazandaran, Babolsar, Iran

Corresponding author's email: alavi.mr23@yahoo.com

How to cite: Shams, R., & Alavi, S. M. (2025). Psychological Elucidation of the Formation of Latent Marital Conflicts. *Couple Therapy Assessment, Evaluation, and Intervention*, 2(4), 1-9.

Abstract

This study aimed to explain the underlying psychological mechanisms involved in the formation of latent marital conflicts. This research employed a qualitative review design using interpretive content analysis. Data were collected exclusively through systematic literature review, and 14 high-quality scientific articles were purposefully selected until theoretical saturation was achieved. The extracted data were analyzed using NVivo software (version 14) following open, axial, and selective coding procedures, resulting in the development of an integrated conceptual framework. The findings indicated that latent marital conflicts emerge from the interaction of three core processes: gradual erosion of emotional bonding, cognitive distortions in relationship perception, and behavioral patterns that conceal conflict. These mechanisms progressively reduce intimacy, intensify emotional distance, stabilize maladaptive cognitions, and promote avoidant communication patterns, thereby embedding conflict in a silent yet chronic form within marital relationships. Understanding latent marital conflicts requires an integrative psychological approach that simultaneously addresses emotional, cognitive, and behavioral dimensions of couple relationships and provides a foundation for effective preventive and therapeutic interventions.

Keywords: *Latent marital conflict, emotion regulation, cognitive distortions, communication patterns, couple therapy*

در دهه‌های اخیر، پدیده تعارض زناشویی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین چالش‌های روان‌شناختی روابط زوجین مورد توجه گسترده پژوهشگران قرار گرفته است، زیرا کیفیت تعاملات همسران نه‌تنها بر سلامت روان فردی بلکه بر ثبات خانواده، رشد فرزندان و سلامت اجتماعی تأثیرات عمیق و ماندگاری بر جای می‌گذارد (Bradbury & Karney, 2010; Fincham & Beach, 2010). با وجود این، بخش قابل توجهی از تعارضات زوجین نه به‌صورت آشکار و پرتنش بلکه به‌گونه‌ای خاموش، تدریجی و پنهان شکل می‌گیرد؛ تعارضاتی که به دلیل فقدان نشانه‌های رفتاری آشکار، اغلب از دید زوجین، درمانگران و حتی پژوهشگران پنهان می‌مانند، اما در بلندمدت بنیان هیجانی و شناختی رابطه را به‌طور عمیق دچار فرسایش می‌کنند (Gottman & Levenson, 2000; Johnson, 2019). این نوع تعارضات پنهان معمولاً در قالب فاصله‌گیری هیجانی، کاهش صمیمیت، سردشده‌گی عاطفی، بی‌تفاوتی تعاملی و نارضایتی مزمن از رابطه بروز می‌یابند و اگر به‌موقع شناسایی و مداخله نشوند، می‌توانند به فروپاشی تدریجی پیوند زناشویی بینجامند (Karney & Bradbury, 1995; Halford, Markman, & Stanley, 2008).

پژوهش‌های نظری و تجربی نشان می‌دهند که شکل‌گیری تعارضات پنهان زناشویی حاصل برهم‌کنش پیچیده فرایندهای هیجانی، شناختی و رفتاری است که در بستر تاریخچه رابطه، الگوهای دلبستگی و سبک‌های ارتباطی زوجین تکوین می‌یابد (Mikulincer & Shaver, 2016; Dattilio, 2010). در سطح هیجانی، ناتوانی زوجین در تنظیم هیجان، فقدان پاسخ‌دهی همدلانه و انباشت ناکامی‌های عاطفی موجب می‌شود نیازهای بنیادی به امنیت، تعلق و پذیرش به‌تدریج ناکام بماند و احساس ناایمنی عاطفی گسترش یابد (Johnson, 2004; Gross, 2015). نظریه دلبستگی به‌طور خاص تأکید می‌کند که تهدید پیوند عاطفی میان زوجین یکی از قدرتمندترین محرک‌های تنش و تعارض است و زمانی که این تهدید به‌صورت مزمن و حل‌نشده باقی بماند، رابطه وارد چرخه‌های خاموش فاصله‌گیری و بی‌اعتمادی می‌شود که بستر تعارضات پنهان را شکل می‌دهد (Hazan & Shaver, 1987; Mikulincer & Shaver, 2016).

در سطح شناختی، نظام باورها، انتظارات و اسنادهای زوجین نقش تعیین‌کننده‌ای در ادراک کیفیت رابطه ایفا می‌کند. مدل‌های شناختی روابط زناشویی نشان می‌دهند که تحریف‌های شناختی، اسنادهای منفی پایدار، انتظارات غیرواقع‌بینانه و تفکر قطبی می‌توانند حتی تعاملات نسبتاً خنثی را به‌صورت تهدیدآمیز، تحقیرکننده یا خصمانه تعبیر کنند و بدین ترتیب چرخه‌های نارضایتی و سوءبرداشت را تقویت نمایند (Beck, 2002; Epstein & Baucom, 2002; Bradbury & Fincham, 1990). زمانی که زوجین در دام این الگوهای شناختی گرفتار می‌شوند، به‌تدریج ظرفیت خود برای تفسیر منصفانه رفتار همسر، همدلی شناختی و حل مسئله سازنده را از دست می‌دهند و تعارض به‌جای آنکه در سطح رفتاری آشکار شود، به لایه‌های زیرین رابطه منتقل می‌گردد و به شکل تعارض پنهان تداوم می‌یابد (Fincham, Beach, & Davila, 2004).

از منظر رفتاری نیز، راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد زوجین نقش مهمی در پنهان‌سازی و مزمن‌شدن تعارضات ایفا می‌کند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که بسیاری از زوجین به‌جای مواجهه مستقیم با اختلافات، به الگوهایی نظیر اجتناب ارتباطی، کناره‌گیری تعاملی، سکوت تعمدی،

سرکوب هیجان و نمایش ثبات ظاهری متوسل می‌شوند که در کوتاه‌مدت از شدت تنش می‌کاهد اما در بلندمدت به انباشت تعارض حل‌نشده و فرسایش تدریجی رابطه منجر می‌شود (Christensen & Heavey, 1990; Gottman, 1994; Markman, Rhoades, Stanley, Ragan, & Whitton, 2010). الگوهای تعاملی ناسالم، از جمله چرخه تقاضا-کناره‌گیری، به‌عنوان یکی از مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های نارضایتی زناشویی و فروپاشی رابطه شناخته شده‌اند و بستر اصلی تعارضات خاموش و پایدار را فراهم می‌سازند (Overall, Simpson, & Struthers, 2013; Halford et al., 2008).

با وجود انبوه پژوهش‌ها درباره تعارضات آشکار زناشویی، خلأ قابل توجهی در ادبیات علمی در زمینه تبیین جامع تعارضات پنهان وجود دارد. بسیاری از مطالعات موجود بر نشانه‌های بیرونی تعارض تمرکز داشته‌اند و کمتر به سازوکارهای درونی، تدریجی و زیرسطحی این پدیده پرداخته‌اند، در حالی که شواهد بالینی نشان می‌دهد بخش عمده‌ای از فروپاشی‌های زناشویی دقیقاً از همین تعارضات خاموش و نادیده‌گرفته‌شده سرچشمه می‌گیرد (Gottman & Levenson, 2000; Johnson, 2019). افزون بر این، تعارضات پنهان معمولاً با مقاومت زوجین در برابر درمان همراه است، زیرا نبود نشانه‌های آشکار باعث می‌شود زوجین مشکل را جدی نگیرند یا آن را به عوامل بیرونی نسبت دهند و زمانی به مداخله روی آورند که آسیب‌های رابطه‌ای به سطح مزمن و گاه برگشت‌ناپذیر رسیده است (Dattilio, 2010; Halford et al., 2008).

در چنین بستری، ضرورت دارد پژوهش‌هایی با رویکرد تحلیلی و تلفیقی انجام گیرد که بتواند با کنار هم قرار دادن شواهد نظری و تجربی، الگوی منسجمی از فرایندهای زیربنایی شکل‌گیری تعارضات پنهان زناشویی ارائه دهد. تبیین دقیق این فرایندها نه‌تنها به غنای ادبیات نظری روان‌شناسی خانواده می‌افزاید، بلکه مبنای طراحی مداخلات درمانی دقیق‌تر و اثربخش‌تر برای پیشگیری و درمان نارضایتی‌های مزمن زناشویی فراهم می‌سازد. از این‌رو، مطالعه حاضر با هدف تبیین روان‌شناختی سازوکارهای شکل‌گیری تعارضات پنهان زناشویی، به مرور نظام‌مند و تحلیل کیفی پژوهش‌های منتخب پرداخته و تلاش کرده است چارچوب مفهومی جامعی از نقش عوامل هیجانی، شناختی و رفتاری در این فرایند پیچیده ارائه دهد؛ چارچوبی که بتواند به درک عمیق‌تر پویایی‌های خاموش روابط زوجین و ارتقای کیفیت مداخلات بالینی در حوزه زوج‌درمانی یاری رساند.

روش‌شناسی

این پژوهش با رویکرد کیفی و با هدف تبیین روان‌شناختی سازوکارهای شکل‌گیری تعارضات پنهان زناشویی انجام شده است. طرح پژوهش از نوع مروری کیفی - تحلیلی است که بر تحلیل عمیق متون علمی و نظریه‌های معتبر در حوزه روان‌شناسی خانواده، زوج‌درمانی و تعارضات زناشویی استوار بوده است. این مطالعه با اتخاذ رویکرد تفسیری - ساخت‌گرایانه، تلاش نموده است الگوی مفهومی منسجمی از فرایندهای زیربنایی و ناپیدای تعارضات زناشویی را بر اساس شواهد نظری و تجربی موجود استخراج و تبیین نماید.

در این پژوهش، شرکت‌کنندگان به معنای سنتی وجود نداشته‌اند، بلکه واحد تحلیل، اسناد و مقالات علمی منتخب بودند. جامعه پژوهش شامل کلیه مقالات علمی، پژوهش‌های تجربی، مطالعات نظری و گزارش‌های علمی منتشرشده در پایگاه‌های معتبر بین‌المللی و داخلی در حوزه

تعارضات زناشویی و روان‌شناسی زوجین طی دو دهه اخیر بود. نمونه پژوهش به صورت هدفمند و بر اساس معیارهای ورود شامل ارتباط مستقیم با موضوع تعارضات پنهان زناشویی، برخورداری از چارچوب نظری مشخص، روش‌شناسی معتبر و دسترسی کامل به متن مقاله انتخاب شد. در نهایت، ۱۴ مقاله واجد شرایط پس از غربالگری اولیه و ارزیابی کیفی وارد فرایند تحلیل شدند. انتخاب مقالات تا دستیابی به اشباع نظری ادامه یافت؛ بدین معنا که با افزوده شدن مقاله جدید، مفهوم یا مقوله نوینی به چارچوب مفهومی پژوهش اضافه نمی‌شد و الگوی مفهومی به ثبات نظری رسید.

گردآوری داده‌ها صرفاً از طریق مرور نظام‌مند متون و اسناد علمی انجام گرفت. جستجوی منابع در پایگاه‌هایی نظیر Web of Science، PubMed، PsycINFO و Google Scholar با استفاده از کلیدواژه‌هایی مانند «marital conflict»، «hidden conflict»، «latent conflict»، «emotional disengagement»، «marital dissatisfaction» و معادل‌های فارسی آنها صورت پذیرفت. پس از بازیابی اولیه منابع، مقالات بر اساس عنوان، چکیده و متن کامل مورد ارزیابی قرار گرفتند و مقالات نامرتبط یا فاقد کیفیت علمی مناسب حذف شدند. داده‌های پژوهش شامل گزاره‌ها، مفاهیم، الگوهای تبیینی و نتایج گزارش‌شده در مقالات منتخب بود که به صورت نظام‌مند استخراج و مستندسازی گردید.

تحلیل داده‌ها با بهره‌گیری از روش تحلیل محتوای کیفی و رویکرد کدگذاری نظری انجام شد. داده‌های متنی وارد نرم‌افزار NVivo نسخه ۱۴ گردید و فرایند کدگذاری در سه مرحله کدگذاری باز، محوری و انتخابی انجام گرفت. در مرحله کدگذاری باز، واحدهای معنایی شناسایی و مفاهیم اولیه استخراج شدند. در مرحله کدگذاری محوری، مفاهیم مشابه در قالب مقوله‌های مفهومی سازمان‌دهی شدند و روابط میان آنها مورد بررسی قرار گرفت. در نهایت، در مرحله کدگذاری انتخابی، مقوله‌های اصلی حول یک چارچوب نظری یکپارچه سامان یافتند و مدل تبیینی شکل‌گیری تعارضات پنهان زناشویی استخراج گردید. روند تحلیل تا دستیابی کامل به اشباع نظری ادامه یافت و اعتبار یافته‌ها از طریق بازبینی مستمر داده‌ها، مقایسه تطبیقی منابع و کنترل انسجام درونی مقولات تضمین شد.

یافته‌ها

فرسایش تدریجی پیوند هیجانی به‌عنوان یکی از بنیادی‌ترین سازوکارهای شکل‌گیری تعارضات پنهان زناشویی، فرایندی تدریجی، خاموش و عمیق است که در بستر تعاملات روزمره زوجین به آرامی گسترش می‌یابد و بدون آنکه الزاماً با تعارضات آشکار همراه باشد، بنیان هیجانی رابطه را دچار تضعیف می‌کند؛ مطالعات متعدد نشان داده‌اند که کاهش همدلی، سردشده‌گی عاطفی مزمن، گسست در الگوهای دلبستگی ایمن و انباشت ناکامی‌های هیجانی به‌مرور موجب شکل‌گیری نوعی فرسودگی هیجانی پنهان می‌شود که زوجین را در وضعیتی از بی‌تفاوتی، دلزدگی و خستگی رابطه‌ای قرار می‌دهد و زمینه را برای بروز تعارضات خاموش و ناپایدار فراهم می‌سازد (Gottman & Levenson, 2000; Johnson, 2019; Mikulincer & Shaver, 2016; Fincham & Beach, 2010). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که زمانی که نیازهای هیجانی به‌طور مستمر نادیده گرفته می‌شوند و پاسخ‌های عاطفی همسر به‌تدریج کاهش می‌یابد، احساس ناایمنی عاطفی افزایش یافته و الگوهای دلبستگی

اضطرابی یا اجتنابی فعال می‌شوند که خود منجر به کناره‌گیری هیجانی، اجتناب از صمیمیت و تضعیف اعتماد متقابل می‌گردد و این چرخه منفی به‌صورت پنهان، اما پایدار، ساختار هیجانی رابطه را دچار فروپاشی تدریجی می‌کند (Davila & Bradbury, 2001; Hazan & Shaver, 1987; Karney & Bradbury, 1995).

تحریف‌های شناختی در ادراک رابطه دومین بستر اصلی تعارضات پنهان زناشویی است که از طریق فیلترهای ذهنی ناکارآمد، تجربه زوجین از واقعیت رابطه را به‌شدت دچار اعوجاج می‌کند؛ در این چارچوب، اسنادهای منفی پایدار، انتظارات غیرواقع‌بینانه، تفکر قطبی، باورهای ناکارآمد ارتباطی و الگوهای تحریف‌شده خوانش هیجانی همسر موجب می‌شود که زوجین رفتارهای یکدیگر را با سوگیری منفی تفسیر کرده، نیت‌های خصمانه را به هم نسبت دهند و حتی تعاملات خنثی را نیز تهدیدآمیز یا تحقیرکننده ادراک کنند، امری که به‌طور مستقیم به تضعیف سرمایه روانی رابطه و تشدید چرخه تعارض خاموش منجر می‌شود (Bradbury & Fincham, 1990; Epstein & Baucom, 2002; Beck, 1988; Dattilio, 2010). شواهد تجربی نشان می‌دهد که الگوهای اسنادی منفی و تحریف‌های شناختی پیش‌بینی‌کننده قدرتمند نارضایتی زناشویی، کاهش کیفیت ارتباط و افزایش تعارضات پنهان هستند و زمانی که این الگوها در حافظه هیجانی زوج تثبیت می‌شوند، به‌صورت خودتقویت‌گر عمل کرده و زوجین را در چرخه‌ای بسته از سوءبرداشت، فاصله‌گیری هیجانی و بی‌اعتمادی ارتباطی گرفتار می‌کند (Karney & Bradbury, 2005; Fincham et al., 2004; Baucom et al., 1996).

پویایی‌های رفتاری پنهان‌ساز تعارض سومین محور بنیادین در تکوین تعارضات خاموش زناشویی است که از طریق الگوهای تعامل ناسالم، اجتناب ارتباطی مزمن، کنترل غیرمستقیم، سرکوب تعارض و همزیستی ظاهراً آرام عمل می‌کند و تعارض را به سطحی زیرپوستی و فرساینده منتقل می‌سازد؛ مطالعات نشان داده‌اند که بسیاری از زوجین به‌جای مواجهه مستقیم با اختلافات، به راهبردهایی چون سکوت تعمدی، کناره‌گیری تعاملی، طعنه‌زنی، دستکاری هیجانی و نمایش ثبات ظاهری متوسل می‌شوند که در کوتاه‌مدت تنش را کاهش می‌دهد اما در بلندمدت به انباشت تعارض حل‌نشده و فرسایش تدریجی پیوند زناشویی منجر می‌گردد (Christensen & Heavey, 1990; Gottman, 1994; Overall et al., 2009; Markman et al., 2010). این الگوهای رفتاری با فعال‌سازی چرخه‌های تعارض خاموش و بی‌ثباتی تعامل بلندمدت، انسجام رابطه را به‌صورت پنهان تهدید کرده و حتی در روابطی که از بیرون آرام و باثبات به نظر می‌رسند، زمینه‌ساز فروپاشی هیجانی و روانی پیوند زوجین می‌شوند (Halford et al., 2010; Stanley et al., 2002; Laurenceau et al., 2004).

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش نشان داد که تعارضات پنهان زناشویی نه پدیده‌ای تصادفی و مقطعی، بلکه حاصل یک فرایند پیچیده، تدریجی و چندبعدی است که در بستر تعامل مستمر عوامل هیجانی، شناختی و رفتاری شکل می‌گیرد. نتایج تحلیل کیفی نشان داد که فرسایش تدریجی پیوند هیجانی به‌عنوان هسته مرکزی تعارضات پنهان عمل می‌کند و زمانی که همدلی، پاسخ‌دهی هیجانی و احساس امنیت عاطفی زوجین به‌طور مزمن تضعیف می‌شود، رابطه وارد چرخه‌ای خاموش از فاصله‌گیری، بی‌تفاوتی و سردشدگی می‌گردد. این الگو با یافته‌های گسترده

پژوهش‌های حوزه دلبستگی و زوج‌درمانی همسو است که نشان می‌دهند تهدید پیوند عاطفی و کاهش در دسترس بودن هیجانی همسر، قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده تنش‌های پایدار زناشویی است (Johnson, 2004; Mikulincer & Shaver, 2016; Gottman & Levenson, 2000). همچنین نتایج حاضر تأیید می‌کند که ناکامی‌های هیجانی انباشته و ناتوانی زوجین در تنظیم هیجان به تدریج منجر به فرسودگی هیجانی پنهان می‌شود که در ظاهر آرام اما در باطن فرساینده است و زمینه را برای تعارضات حل‌نشده فراهم می‌کند؛ یافته‌ای که با شواهد پژوهش‌های مربوط به فرسودگی رابطه‌ای و نارضایتی مزمن همخوانی دارد (Halford et al., 2008; Fincham & Beach, 2010).

در بعد شناختی، نتایج نشان داد که تحریف‌های شناختی و اسنادهای منفی پایدار نقش تعیین‌کننده‌ای در تثبیت تعارضات پنهان دارند. زوجینی که در دام تفکر قطبی، انتظارات غیرواقع‌بینانه و تفسیرهای خصمانه از رفتار همسر گرفتار می‌شوند، حتی تعاملات خنثی را نیز تهدیدآمیز یا تحقیرکننده ادراک می‌کنند و این فرایند به تدریج چرخه‌ای از سوءبرداشت، بی‌اعتمادی و فاصله‌گیری شناختی ایجاد می‌کند. این یافته با مدل‌های شناختی روابط زناشویی که توسط بک، اپستین و همکاران ارائه شده همراستا است و نشان می‌دهد باورهای ناکارآمد و اسنادهای منفی پیش‌بینی‌کننده قدرتمند نارضایتی زناشویی و تعارض پایدار هستند (Beck, 1988; Epstein & Baucom, 2002; Bradbury & Fincham, 1990). افزون بر این، نتایج حاضر تأیید می‌کند که زمانی که این الگوهای شناختی در حافظه هیجانی زوج تثبیت می‌شوند، خودتقویت‌گر شده و اصلاح آن‌ها بدون مداخله درمانی هدفمند بسیار دشوار می‌گردد؛ موضوعی که در پژوهش‌های طولی نیز مورد تأکید قرار گرفته است (Karney & Bradbury, 1995; Fincham et al., 2004).

در سطح رفتاری، یافته‌ها نشان داد که الگوهای تعاملی ناسالم، به‌ویژه اجتناب ارتباطی، کناره‌گیری تعاملی، سکوت تعمدی و کنترل غیرمستقیم، مهم‌ترین سازوکارهای پنهان‌ساز تعارض هستند. این الگوها اگرچه در کوتاه‌مدت از بروز تعارض آشکار جلوگیری می‌کنند، اما در بلندمدت موجب انباشت تعارض حل‌نشده و فرسایش تدریجی انسجام زناشویی می‌شوند. این نتیجه با نظریه چرخه تقاضا-کناره‌گیری و یافته‌های گسترده گاتمن و همکاران همخوانی دارد که نشان می‌دهند زوجینی که به‌طور مزمن از مواجهه مستقیم با تعارض اجتناب می‌کنند، بیشترین خطر نارضایتی مزمن و فروپاشی رابطه را تجربه می‌کنند (Christensen & Heavey, 1990; Gottman, 1994; Overall et al., 2013). همچنین پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که همزیستی ظاهراً آرام یکی از خطرناک‌ترین اشکال بی‌ثباتی رابطه است، زیرا زوجین بدون تعارض آشکار، پیوند هیجانی خود را به تدریج از دست می‌دهند (Stanley et al., 2002; Halford et al., 2008).

در مجموع، نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که تعارضات پنهان زناشویی حاصل هم‌افزایی فرایندهای هیجانی، شناختی و رفتاری است و مداخلات مؤثر در این حوزه باید به‌صورت هم‌زمان هر سه سطح را هدف قرار دهند. یافته‌ها به‌طور ضمنی از اثربخشی رویکردهای یکپارچه زوج‌درمانی، به‌ویژه درمان متمرکز بر هیجان و درمان شناختی-رفتاری زوجین حمایت می‌کنند، زیرا این رویکردها دقیقاً بر بازسازی پیوند هیجانی، اصلاح باورهای ناکارآمد و تغییر الگوهای تعاملی ناسالم تمرکز دارند (Johnson, 2019; Dattilio, 2010). بر این اساس، می‌توان گفت که تبیین روان‌شناختی تعارضات پنهان نه‌تنها درک عمیق‌تری از پویایی‌های خاموش روابط زوجین ارائه می‌دهد، بلکه مبنای طراحی مداخلات پیشگیرانه و درمانی دقیق‌تر را نیز فراهم می‌سازد.

از مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به ماهیت مروری و کیفی آن اشاره کرد که مبتنی بر تحلیل ثانویه متون علمی است و امکان آزمون تجربی روابط علی را فراهم نمی‌کند. همچنین انتخاب محدود ۱۴ مقاله، هرچند بر اساس اشباع نظری صورت گرفت، ممکن است برخی دیدگاه‌ها یا یافته‌های نوظهور را به‌طور کامل پوشش نداده باشد. افزون بر این، تفاوت‌های فرهنگی و بافتی مطالعات وارد شده می‌تواند بر قابلیت تعمیم نتایج اثرگذار باشد، زیرا تعارضات زناشویی در بسترهای فرهنگی مختلف ممکن است الگوهای متفاوتی به خود بگیرد. پژوهش‌های آینده می‌توانند با بهره‌گیری از طرح‌های تجربی و طولی، مدل مفهومی استخراج‌شده در این مطالعه را در نمونه‌های واقعی زوجین مورد آزمون قرار دهند و روابط علی میان مؤلفه‌های هیجانی، شناختی و رفتاری را با دقت بیشتری بررسی کنند. همچنین پیشنهاد می‌شود مطالعات آتی به نقش متغیرهای فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی در شکل‌گیری تعارضات پنهان بپردازند و از روش‌های ترکیبی کیفی-کمی برای غنای بیشتر یافته‌ها استفاده نمایند.

در سطح کاربردی، یافته‌های این پژوهش می‌تواند راهنمای مهمی برای درمانگران زوج، مشاوران خانواده و سیاست‌گذاران حوزه سلامت روان باشد. تمرکز بر شناسایی زودهنگام نشانه‌های تعارض پنهان، آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان، اصلاح باورهای شناختی ناکارآمد و ارتقای مهارت‌های ارتباطی زوجین می‌تواند نقش بسزایی در پیشگیری از نارضایتی مزمن و فروپاشی روابط زناشویی ایفا کند. همچنین طراحی برنامه‌های آموزشی پیش از ازدواج و مداخلات پیشگیرانه مبتنی بر این الگوی مفهومی می‌تواند به ارتقای سلامت روان خانواده‌ها و پایداری نظام خانواده در سطح جامعه کمک شایانی نماید.

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

- Beck, A. T. (1988). *Love is never enough: How couples can overcome misunderstandings, resolve conflicts, and solve relationship problems through cognitive therapy*. Harper & Row.
- Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1990). Attributions in marriage: Review and critique. *Psychological Bulletin*, 107(1), 3–33.
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2010). *Intimate relationships*. W. W. Norton.

- Christensen, A., & Heavey, C. L. (1990). Gender and social structure in the demand/withdraw pattern of marital conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(1), 73–81.
- Dattilio, F. M. (2010). *Cognitive-behavioral therapy with couples and families*. Guilford Press.
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010). Marriage in the new millennium: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 630–649.
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18(1), 72–81.
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Lawrence Erlbaum.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-year period. *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 737–745.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.
- Halford, W. K., Markman, H. J., & Stanley, S. M. (2008). Strengthening couples' relationships with education: Social policy and public health perspectives. *Journal of Family Psychology*, 22(4), 497–505.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.
- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy*. Brunner-Routledge.