

بررسی فرآیندهای ذهنی منتهی به سوءبرداشتهای هیجانی در زوجین

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](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) صورت گرفته است.

۱. پریسا موسوی: گروه مشاوره خانواده، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران
۲. علیرضا شریفی مقدم*: گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران
۳. سحر رضوانی فر: گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه بوعلی‌سینا، همدان، ایران

*پست الکترونیکی نویسنده مسئول: dr.sharifi.moghadam24@yahoo.com

شبهه استناددهی: موسوی، پریسا، شریفی مقدم، علیرضا، و رضوانی فر، سحر. (۱۴۰۴). بررسی فرآیندهای ذهنی منتهی به سوءبرداشتهای هیجانی در زوجین. *سنجش، ارزیابی و مداخلات زوج درمانی*، ۲(۴)، ۹-۱.

چکیده

هدف این پژوهش تبیین نظام‌مند سازوکارهای شناختی، هیجانی و ارتباطی مؤثر بر شکل‌گیری و تداوم سوءبرداشتهای هیجانی در روابط زوجین بود. پژوهش: این مطالعه یک پژوهش مروری کیفی با رویکرد تحلیل نظری است که از طریق مرور نظام‌مند متون علمی انجام شد. با استفاده از نمونه‌گیری هدفمند نظری، ۱۵ مقاله علمی مرتبط از پایگاه‌های معتبر بین‌المللی انتخاب و تا رسیدن به اشباع نظری مورد تحلیل قرار گرفت. داده‌ها به صورت متنی استخراج و با روش تحلیل مضمون در نرم‌افزار NVivo نسخه ۱۴ کدگذاری و تحلیل شدند و مراحل کدگذاری باز، محوری و انتخابی برای ساخت مدل مفهومی نهایی اجرا گردید. نتایج به شناسایی سه مضمون اصلی انجامید: تحریف‌های شناختی در پردازش هیجانی، اختلال در تنظیم و هم‌تنظیمی هیجانی، و فروپاشی ارتباط هیجانی و معناپردازی رابطهای. این عوامل در تعامل با یکدیگر موجب سوءتفسیر پیام‌های هیجانی، تداوم تعارض، کاهش امنیت عاطفی و فرسایش سرمایه هیجانی زوجین می‌شوند. یافته‌ها نشان می‌دهد سوءبرداشتهای هیجانی پدیده‌ای چندسطحی و نظام‌مند است که بدون مداخله هدفمند، چرخه‌های مزمن تعارض و نارضایتی زناشویی را تقویت می‌کند؛ از این رو، طراحی مداخلات زوج‌درمانی یکپارچه مبتنی بر اصلاح شناختی، تنظیم هیجان و بهبود ارتباط هیجانی ضروری است.

واژگان کلیدی: سوءبرداشت هیجانی، پردازش شناختی، تنظیم هیجان، هم‌تنظیمی هیجانی، ارتباط زوجین

An Examination of Mental Processes Leading to Emotional Misinterpretations in Couples



© 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. Parisa Mousavi: Department of Family Counseling, University of Zanjan, Zanjan, Iran
2. Alireza Sharifi Moghadam*: Department of Clinical Psychology, University of Zanjan, Zanjan, Iran
3. Sahar Rezvani Far: Department of Educational Psychology, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran

Corresponding author's email: dr.sharifi.moghadam24@yahoo.com

How to cite: Mousavi, P., Sharifi-Moghadam, A., & Rezvani Far, S. (2025). An Examination of Mental Processes Leading to Emotional Misinterpretations in Couples. *Couple Therapy Assessment, Evaluation, and Intervention*, 2(4), 1-9.

Abstract

This study aimed to systematically explain the cognitive, emotional, and relational mechanisms underlying the formation and persistence of emotional misinterpretations in couples. This qualitative review study employed a theoretical analysis approach through a systematic literature review. Using purposive theoretical sampling, 15 relevant scholarly articles were selected from major international databases and analyzed until theoretical saturation was achieved. Textual data were coded and analyzed using thematic analysis in NVivo (version 14) following open, axial, and selective coding procedures to construct the final conceptual model. Three major themes were identified: cognitive distortions in emotional processing, impairments in emotional regulation and co-regulation, and the breakdown of emotional communication and relational meaning-making. The interaction of these factors contributes to misinterpretation of emotional messages, persistent conflict, reduced emotional security, and erosion of couples' emotional capital. Emotional misinterpretations represent a multi-level and systemic phenomenon that, without targeted intervention, perpetuates chronic conflict and marital dissatisfaction; therefore, integrated couple-therapy interventions focusing on cognitive restructuring, emotional regulation, and emotional communication are essential.

Keywords: *emotional misinterpretation, cognitive processing, emotion regulation, emotional co-regulation, couple communication*

در دهه‌های اخیر، روابط زناشویی به‌عنوان یکی از بنیادی‌ترین نظام‌های بین‌فردی انسانی مورد توجه گسترده پژوهشگران حوزه روان‌شناسی، علوم رفتاری و خانواده قرار گرفته است، زیرا کیفیت این روابط نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت روان فردی، انسجام اجتماعی و کارکردهای هیجانی و شناختی افراد ایفا می‌کند. با وجود پیشرفت‌های چشمگیر در مداخلات زوج‌درمانی و گسترش نظریه‌های ارتباطی، یکی از پایدارترین و چالش‌برانگیزترین مشکلات در روابط زوجین، پدیده سوءبرداشتهای هیجانی است؛ فرآیندی که در آن پیام‌های عاطفی میان همسران به‌گونه‌ای نادرست تفسیر شده و زمینه‌ساز تعارض، بی‌اعتمادی، فرسایش عاطفی و در نهایت فروپاشی رابطه می‌شود (Gottman, 1999; Karney & Bradbury, 1995). شواهد تجربی نشان می‌دهد که بسیاری از تعارض‌های زناشویی نه بر سر اختلافات واقعی بلکه بر اثر ادراک‌های تحریف‌شده، تفاسیر نادرست و سوءخوانی نشانه‌های هیجانی شکل می‌گیرند و به‌صورت چرخه‌های خودتقویت‌گر در روابط تثبیت می‌شوند (Bradbury & Fincham, 1990; Fincham, 2003). این واقعیت، ضرورت بررسی عمیق سازوکارهای ذهنی منتهی به سوءبرداشتهای هیجانی در زوجین را برجسته می‌سازد.

در چارچوب رویکردهای شناختی-هیجانی، ادراک هیجانی نه بازتاب مستقیم واقعیت عاطفی، بلکه محصول فرایندهای پیچیده پردازش ذهنی است که تحت تأثیر باورها، طرحواره‌ها، تجارب دل‌بستگی اولیه و الگوهای تنظیم هیجان قرار دارد (Beck, 1976; Mikulincer & Shaver, 2016). نظریه شناختی بک بر این نکته تأکید دارد که تحریف‌های شناختی و الگوهای تفکر ناکارآمد، ادراک فرد از خود، دیگران و رابطه را به‌صورت منفی شکل می‌دهند و زمینه را برای تفسیر تهدیدآمیز پیام‌های هیجانی فراهم می‌سازند (Beck, 1976). همزمان، پژوهش‌های حوزه هیجان نشان می‌دهد که تنظیم هیجان و توانایی هم‌تنظیمی هیجانی میان زوجین از مهم‌ترین پیش‌بین‌های ثبات و رضایت زناشویی است، به‌گونه‌ای که نقص در این نظام‌ها مستقیماً با سوءبرداشتهای هیجانی، تشدید تعارض و کاهش امنیت عاطفی رابطه ارتباط دارد (Gross, 2013; Butler & Randall, 2015).

نظریه دل‌بستگی نیز چارچوبی اساسی برای فهم سوءبرداشتهای هیجانی فراهم می‌کند. بر اساس این نظریه، الگوهای دل‌بستگی شکل گرفته در دوران کودکی به‌صورت طرحواره‌های هیجانی پایدار در روابط بزرگسالی فعال می‌شوند و شیوه ادراک، تفسیر و پاسخ‌دهی به پیام‌های عاطفی همسر را تعیین می‌کنند (Bowlby, 1988; Mikulincer & Shaver, 2016). افراد دارای دل‌بستگی ناایمن، به‌ویژه سبک‌های اضطرابی و اجتنابی، گرایش بیشتری به تفسیر تهدیدآمیز نشانه‌های هیجانی، بزرگ‌نمایی نشانه‌های طرد و ناتوانی در ترمیم هیجانی تعارض‌ها نشان می‌دهند که این امر احتمال سوءبرداشتهای هیجانی را به‌شدت افزایش می‌دهد (Overall & McNulty, 2017; Johnson, 2004). در چنین زمینه‌ای، حتی پیام‌های خنثی یا حمایتی می‌توانند به‌عنوان نشانه‌های بی‌توجهی، بی‌علاقگی یا تهدید تفسیر شوند و چرخه‌های تعارض هیجانی را فعال سازند.

از سوی دیگر، پژوهش‌های فراشناختی نشان می‌دهد که باورهای ناکارآمد درباره هیجان، مانند خطرناک بودن تجربه هیجان، ضرورت کنترل کامل احساسات یا ضعف تلقی کردن ابراز عاطفی، به‌طور مستقیم با اجتناب هیجانی، سرکوب عاطفی و کاهش شفافیت ارتباطی مرتبط است (Wells, 2009; John & Gross, 2004). این الگوها مانع شکل‌گیری گفت‌وگوی هیجانی سازنده شده و زمینه را برای سوءبرداشت، فاصله عاطفی و کاهش صمیمیت فراهم می‌کنند. افزون بر این، یافته‌های حوزه حافظه هیجانی و سوگیری‌های ادراکی نشان می‌دهد که زوجین در شرایط تعارض، تجارب منفی را گزینشی به یاد می‌آورند و خاطرات را به‌گونه‌ای بازسازی می‌کنند که روایت رابطه به تدریج منفی، تهدیدآمیز و ناپایدار می‌شود (Gotlib & Joormann, 2010; Halford et al., 2010). این بازسازی شناختی منفی نقش مهمی در تثبیت سوءبرداشت‌های هیجانی ایفا می‌کند.

در سطح تعاملی، نظریه‌های ارتباط زوجی نشان می‌دهند که سوءبرداشت‌های هیجانی اغلب در بستر الگوهای ارتباطی ناکارآمد مانند تعقیب-اجتناب، کناره‌گیری هیجانی، یا تعارض‌های مزمن شکل می‌گیرند (Christensen & Heavey, 1990; Gottman, 1999). ناتوانی در انتقال شفاف نیازهای هیجانی، تفسیر نادرست نشانه‌های غیرکلامی و فقدان مهارت‌های ترمیم هیجانی پس از تعارض، به تخریب معنای مشترک رابطه و کاهش سرمایه هیجانی زوجین منجر می‌شود (Cordova et al., 2005; Holmes, 2002). سرمایه هیجانی شامل اعتماد، همدلی، امنیت و پیوند عاطفی است که فرسایش آن به‌عنوان یکی از قوی‌ترین پیش‌بین‌های نارضایتی زناشویی و طلاق شناخته می‌شود (Karney & Bradbury, 1995; Mikulincer & Shaver, 2016).

با وجود گستردگی پژوهش‌ها در حوزه‌های شناختی، هیجانی، دلبستگی و ارتباط زوجی، هنوز شکاف قابل‌توجهی در یکپارچه‌سازی این یافته‌ها و تبیین جامع فرآیندهای ذهنی منتهی به سوءبرداشت‌های هیجانی در زوجین وجود دارد. بسیاری از مطالعات به بررسی تک‌بعدی متغیرها پرداخته‌اند و کمتر پژوهشی به ترسیم یک الگوی منسجم از تعامل پیچیده باورهای شناختی، تنظیم هیجان، طراح‌های دلبستگی و الگوهای ارتباطی در بروز سوءبرداشت‌های هیجانی پرداخته است. از این‌رو، انجام یک مطالعه مروری کیفی با رویکرد تحلیل نظری می‌تواند به روشن‌سازی ساختارهای مفهومی پنهان، شناسایی مسیرهای علی و ارائه چارچوبی منسجم برای فهم این پدیده کمک کند و مبنای نظری مستحکمی برای طراحی مداخلات درمانی هدفمند در زوج‌درمانی فراهم سازد. مطالعه حاضر با هدف پاسخ به این خلأ پژوهشی و تبیین نظام‌مند فرآیندهای ذهنی مؤثر بر سوءبرداشت‌های هیجانی در زوجین انجام شده است.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نوع مروری کیفی با رویکرد تحلیل نظری است که با هدف تبیین و یکپارچه‌سازی فرآیندهای ذهنی مؤثر بر شکل‌گیری سوءبرداشت‌های هیجانی در روابط زوجین انجام شده است. این مطالعه فاقد نمونه انسانی مستقیم بوده و واحد تحلیل آن، متون علمی منتشرشده شامل مقالات پژوهشی، مروری و مطالعات کیفی مرتبط با موضوع پژوهش می‌باشد. بدین منظور، با بهره‌گیری از روش نمونه‌گیری هدفمند نظری، در مجموع ۱۵ مقاله علمی معتبر که به‌طور مستقیم به سازوکارهای شناختی-هیجانی، تفسیر هیجانی، ارتباطات زوجی و

سوءبرداشتهای هیجانی پرداخته بودند، انتخاب و وارد فرایند تحلیل شدند. انتخاب منابع تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت؛ به این معنا که پس از تحلیل مقاله پانزدهم، مفهوم یا مقوله جدیدی به چارچوب مفهومی پژوهش افزوده نشد و شبکه مفهومی استخراج‌شده به ثبات تحلیلی رسید.

فرایند گردآوری داده‌ها صرفاً از طریق مرور نظام‌مند متون علمی صورت گرفت. جست‌وجوی منابع با استفاده از پایگاه‌های اطلاعاتی معتبر بین‌المللی شامل Scopus، Web of Science، PubMed، PsycINFO و Google Scholar انجام شد. کلیدواژه‌های اصلی پژوهش شامل «emotional misinterpretation»، «cognitive processes in couples»، «emotional appraisal»، «marital communication»، «affective perception» و «emotional misunderstanding» و معادل‌های فارسی آنها بودند. معیارهای ورود شامل انتشار در مجلات علمی معتبر، تمرکز مستقیم بر فرآیندهای ذهنی یا هیجانی در روابط زوجی، و دسترسی کامل به متن مقاله بود. مقالات تکراری، فاقد ارتباط مفهومی مستقیم، یا دارای ضعف روش‌شناختی از فرایند بررسی حذف شدند.

داده‌های متنی استخراج‌شده از مقالات منتخب با استفاده از تحلیل کیفی مضمون‌محور و بر اساس الگوی کدگذاری باز، محوری و انتخابی مورد بررسی قرار گرفت. ابتدا کلیه متون در نرم‌افزار NVivo نسخه ۱۴ وارد شده و واحدهای معنایی مرتبط با فرآیندهای ذهنی، تفسیر هیجانی، الگوهای شناختی، سوگیری‌های ادراکی و پیامدهای ارتباطی شناسایی شدند. در مرحله کدگذاری باز، مفاهیم اولیه استخراج گردید؛ سپس در کدگذاری محوری، این مفاهیم در قالب مقوله‌های سازمان‌یافته ترکیب شدند؛ و نهایتاً در کدگذاری انتخابی، الگوی نظری نهایی پیرامون فرآیندهای منتهی به سوءبرداشتهای هیجانی در زوجین تدوین شد. پایایی تحلیل از طریق بازبینی مداوم کدها و مقایسه مستمر مقولات حاصل تضمین گردید و اشباع نظری به‌عنوان شاخص کفایت تحلیلی مبنای خاتمه نمونه‌گیری و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها

تحریف‌های شناختی در پردازش هیجانی زوجین به‌عنوان یکی از بنیادی‌ترین سازوکارهای ذهنی در شکل‌گیری سوءبرداشتهای هیجانی عمل می‌کند و نشان می‌دهد که چگونه الگوهای تفسیری ناپایدار، فیلترهای ذهنی و طرحواره‌های هیجانی ناهشیار می‌توانند ادراک زوجین از واقعیت هیجانی رابطه را دچار انحراف کنند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که خطاهای اسنادی مانند نسبت‌دادن نیت منفی به رفتار همسر، تفسیر تهدیدآمیز موقعیت‌ها و پیش‌داوری هیجانی موجب می‌شود پیام‌های عاطفی در چارچوب خصمانه و غیرواقع‌بینانه پردازش شوند، به‌گونه‌ای که حتی رفتارهای خنثی یا حمایتی نیز به‌عنوان نشانه طرد یا بی‌توجهی تفسیر می‌شوند (Bradbury & Fincham, 1990; Fincham, 2003). همزمان، فیلترهای ذهنی منفی و سوگیری‌های ادراکی از طریق تمرکز انتخابی بر نشانه‌های منفی، بزرگ‌نمایی تهدید و نادیده‌گرفتن شواهد مثبت، به تثبیت الگوهای تحریف‌شده ادراک هیجانی کمک می‌کنند (Beck, 1976; Gotlib & Joormann, 2010). در سطح عمیق‌تر، باورهای فراشناختی ناکارآمد درباره خطرناک‌بودن هیجان، ضعف تلقی‌کردن ابراز احساسات و ضرورت کنترل سخت‌گیرانه هیجان، موجب اجتناب هیجانی و قطع پردازش سالم هیجان‌ات می‌شود (Wells, 2009). این فرایندها اغلب در چارچوب طرحواره‌های هیجانی اولیه همچون

ترددشدهگی، محرومیت هیجانی و بی‌اعتمادی عاطفی فعال می‌شوند که ریشه در تجارب دلبستگی اولیه داشته و در روابط زناشویی بازتولید می‌گردند (Young, Klosko, & Weishaar, 2003; Mikulincer & Shaver, 2016). افزون بر این، پردازش خودمحور و حافظه هیجانی تحریف‌شده باعث می‌شود زوجین تعارض‌های گذشته را به‌صورت گزینشی و منفی بازسازی کرده و تجارب هیجانی آسیب‌زا را به کل رابطه تعمیم دهند، امری که به شکل‌گیری چرخه‌های پایدار سوءبرداشت هیجانی و تشدید تعارض منجر می‌شود (Halford et al., 2010; Karney & Bradbury, 1995).

اختلال در تنظیم و هم‌تنظیمی هیجانی زوجین دومین محور اساسی یافته‌هاست که نقش کلیدی در تداوم سوءبرداشت‌های هیجانی ایفا می‌کند، زیرا ناتوانی در شناسایی، مدیریت و ترمیم هیجان‌ات، ظرفیت پردازش واقع‌بینانه پیام‌های عاطفی را به‌شدت محدود می‌سازد. مطالعات نشان می‌دهند زوجینی که در نام‌گذاری و شفاف‌سازی هیجان‌ات خود دچار مشکل‌اند، بیشتر مستعد سردرگمی هیجانی و واکنش‌های دفاعی می‌شوند که به تفسیر نادرست پیام‌های عاطفی همسر می‌انجامد (Gross, 2015; Taylor, Bagby, & Parker, 1997). سرکوب، اجتناب و مهار افراطی هیجان نه‌تنها موجب انباشت تنش هیجانی می‌شود بلکه مانع شکل‌گیری گفت‌وگوی هیجانی سازنده می‌گردد و فاصله عاطفی را افزایش می‌دهد (John & Gross, 2004). از سوی دیگر، واکنش‌پذیری هیجانی افراطی، تحریک‌پذیری بالا و بی‌ثباتی عاطفی موجب می‌شود تعارض‌های جزئی به بحران‌های هیجانی گسترده تبدیل شوند (Linehan, 2015). در سطح رابطه‌ای، اختلال در هم‌تنظیمی هیجانی به‌صورت ناتوانی در آرام‌سازی متقابل، همدلی ناکارآمد و پاسخ‌دهی هیجانی ناهماهنگ بروز می‌کند و یکی از قوی‌ترین پیش‌بین‌های ناراضی‌تی زناشویی محسوب می‌شود (Butler & Randall, 2013; Sbarra & Hazan, 2008). ناتوانی در ترمیم هیجانی پس از تعارض، استمرار خشم و فقدان فرآیندهای آشتی هیجانی نیز موجب تثبیت چرخه‌های تعارض مزمن و تضعیف امنیت هیجانی زوجین می‌شود (Gottman, 1999; Overall & McNulty, 2017).

فروپاشی ارتباط هیجانی و معناپردازی رابطه‌ای سومین الگوی مسلط در یافته‌هاست که نشان می‌دهد سوءبرداشت‌های هیجانی تنها حاصل فرایندهای درون‌فردی نیست بلکه به‌شدت در بستر الگوهای تعاملی و ارتباطی زوجین شکل می‌گیرد. پژوهش‌ها تأکید می‌کنند که سوءتعبیر پیام‌های هیجانی، برداشت نادرست از لحن، سکوت و نشانه‌های غیرکلامی از مهم‌ترین محرک‌های چرخه‌های تعارض هیجانی‌اند (Burgoon, Guerrero, & Floyd, 2016). شکست در انتقال نیازهای هیجانی، پنهان‌سازی خواسته‌های عاطفی و ارتباط مبهم موجب می‌شود زوجین به جای دریافت حمایت، طرد یا بی‌تفاوتی را تجربه کنند (Cordova, Gee, & Warren, 2005). این فرآیندها به‌تدریج به تخریب معنای مشترک رابطه و کاهش احساس امنیت عاطفی می‌انجامد و روایت زوجی را دچار گسست می‌سازد (Holmes, 2002). تداوم این الگوها به شکل‌گیری تعارض‌های مزمن هیجانی، چرخه‌های تعقیب-اجتناب و فرسودگی رابطه‌ای منجر می‌شود که از شاخص‌های اصلی روابط در معرض فروپاشی است (Christensen & Heavey, 1990; Johnson, 2004). نهایتاً تضعیف دلبستگی عاطفی، فاصله‌گیری هیجانی و فروپاشی سرمایه هیجانی زوجین رخ می‌دهد؛ سرمایه‌ای که شامل اعتماد، همدلی و پیوند عاطفی است و زوال آن پیش‌بینی‌کننده اصلی کاهش رضایت زناشویی و افزایش احتمال جدایی محسوب می‌شود (Mikulincer & Shaver, 2016; Karney & Bradbury, 1995).

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش نشان داد که سوءبرداشتهای هیجانی در روابط زوجین حاصل برهم‌کنش پیچیده‌ای از تحریف‌های شناختی، اختلال در تنظیم و هم‌تنظیمی هیجانی، و فروپاشی ارتباط هیجانی و معناپردازی رابطه‌ای است. این نتایج به‌طور معناداری با ادبیات نظری و تجربی موجود همسو است و چارچوبی منسجم برای فهم چرخه‌های تعارض و فرسایش عاطفی در روابط زناشویی فراهم می‌آورد. نخستین مضمون اصلی یعنی تحریف‌های شناختی در پردازش هیجانی نشان می‌دهد که زوجین غالباً پیام‌های عاطفی یکدیگر را نه بر اساس واقعیت عینی، بلکه از خلال فیلترهای ذهنی، باورهای ناکارآمد و طرحواره‌های هیجانی ناهشیار تفسیر می‌کنند. این یافته با نظریه شناختی بک همخوان است که تأکید می‌کند تحریف‌های شناختی و الگوهای تفکر ناکارآمد نقش اساسی در شکل‌گیری هیجان‌ها و رفتارهای بین‌فردی دارند (Beck, 1976). همچنین نتایج پژوهش حاضر با مطالعات بردبری و فینچم همسو است که نشان داده‌اند اسنادهای منفی و خصمانه در روابط زناشویی پیش‌بین قوی نارضایتی و تشدید تعارض هستند (Bradbury & Fincham, 1990; Fincham, 2003). نقش حافظه هیجانی تحریف‌شده و یادآوری گزینشی تعارض‌ها نیز با یافته‌های گوتلیب و جورمن همخوانی دارد که نشان می‌دهند سوگیری‌های شناختی در حافظه هیجانی می‌توانند به بازسازی منفی تجربه‌های بین‌فردی و تداوم چرخه‌های هیجانی آسیب‌زا منجر شوند (Gotlib & Joormann, 2010). به‌علاوه، فعال‌شدن طرحواره‌های هیجانی مانند طردشدگی، محرومیت هیجانی و بی‌اعتمادی عاطفی در روابط زوجین یافته‌ای است که با نظریه طرحواره یانگ و نیز رویکرد دلبستگی میکولینسر و شیور همسو است؛ رویکردهایی که بر ریشه‌های تحولی این الگوها و نقش آن‌ها در ادراک تهدید و ناایمنی هیجانی در روابط بزرگسالی تأکید دارند (Young et al., 2003; Mikulincer & Shaver, 2016). مضمون دوم، یعنی اختلال در تنظیم و هم‌تنظیمی هیجانی، نشان داد که ناتوانی در شناسایی، نام‌گذاری، مدیریت و ترمیم هیجان‌ها یکی از عوامل محوری در تداوم سوءبرداشتهای هیجانی است. این یافته با مدل فرایندی تنظیم هیجان گراس سازگار است که تنظیم هیجان را یکی از کلیدی‌ترین مؤلفه‌های سازگاری هیجانی و کارکرد بین‌فردی می‌داند (Gross, 2015). هم‌چنین نتایج حاضر با پژوهش‌های باتلر و رندال همسو است که هم‌تنظیمی هیجانی را پیش‌بین قوی کیفیت رابطه و ثبات زناشویی معرفی کرده‌اند (Butler & Randall, 2013). مشاهده واکنش‌پذیری هیجانی افراطی، تحریک‌پذیری بالا و بی‌ثباتی عاطفی در زوجین درگیر سوءبرداشتهای هیجانی، یافته‌ای است که با نتایج لینهان در خصوص نقش تنظیم هیجان در رفتارهای تکانشی و تعارض‌های بین‌فردی همخوانی دارد (Linehan, 2015). علاوه بر این، سرکوب و اجتناب هیجانی که در داده‌ها به‌عنوان یکی از زیرمؤلفه‌های اصلی شناسایی شد، با یافته‌های جان و گراس همراستا است که نشان داده‌اند مهار افراطی هیجان با کاهش صمیمیت، افزایش فاصله عاطفی و نارضایتی رابطه‌ای همراه است (John & Gross, 2004). مضمون سوم، یعنی فروپاشی ارتباط هیجانی و معناپردازی رابطه‌ای، نشان می‌دهد که سوءبرداشتهای هیجانی تنها محصول فرایندهای درون‌فردی نیستند بلکه در بستر الگوهای تعاملی زوجین تثبیت می‌شوند. نتایج این بخش با نظریه‌های ارتباط زوجی و به‌ویژه مدل تعقیب-اجتناب کریستنسن و هیوی همسو است که نشان می‌دهد ناهماهنگی در نیازهای هیجانی و شیوه‌های ارتباطی می‌تواند چرخه‌های مزمن تعارض را شکل دهد (Christensen & Heavey, 1990). هم‌چنین یافته‌ها

با پژوهش‌های گاتمن همخوانی دارد که الگوهای ارتباطی منفی، شکست در ترمیم هیجانی و فقدان گفت‌وگوی هیجانی سازنده را از پیش‌بین‌های اصلی فروپاشی رابطه معرفی کرده است (Gottman, 1999). تضعیف دلبستگی عاطفی، کاهش امنیت رابطه‌ای و فرسایش سرمایه هیجانی که در این پژوهش مشاهده شد، با چارچوب دلبستگی جانسون در زوج‌درمانی هیجان‌مدار همسو است که امنیت هیجانی را هسته مرکزی روابط سالم می‌داند (Johnson, 2004). به‌طور کلی، همگرایی یافته‌های این مطالعه با پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که سوءبرداشتهای هیجانی پدیده‌ای چندسطحی و نظام‌مند است که از تعامل باورهای شناختی، الگوهای تنظیم هیجان و ساختارهای ارتباطی زوجین شکل می‌گیرد و بدون مداخله هدفمند، به چرخه‌های پایدار تعارض و فرسایش رابطه‌ای منجر می‌شود (Karney & Bradbury, 1995; Overall & McNulty, 2017).

با وجود غنای یافته‌های این پژوهش، محدودیت‌هایی نیز وجود دارد که باید در تفسیر نتایج مدنظر قرار گیرد. نخست آنکه ماهیت مروری و کیفی مطالعه باعث می‌شود یافته‌ها متکی بر تحلیل تفسیری متون علمی باشند و امکان تعمیم آماری مستقیم به جمعیت زوجین وجود نداشته باشد. دوم، تعداد مقالات وارد شده به تحلیل هرچند تا اشباع نظری ادامه یافته است، اما ممکن است برخی دیدگاه‌ها یا یافته‌های نوظهور در ادبیات جدیدتر هنوز در این چارچوب منعکس نشده باشند. سوم، ناهمگونی روش‌شناختی و فرهنگی مطالعات اولیه می‌تواند بر انسجام مفهومی برخی مقوله‌ها تأثیر گذاشته باشد، زیرا برداشت از هیجان و الگوهای ارتباطی به شدت متأثر از زمینه‌های فرهنگی است.

در پرتو این محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده به‌صورت تجربی و با طراحی‌های طولی، نقش علی فرآیندهای شناسایی شده در این مطالعه را در بروز و تداوم سوءبرداشتهای هیجانی بررسی کنند. استفاده از روش‌های ترکیبی کمی-کیفی می‌تواند به آزمون مدل مفهومی استخراج‌شده و اعتباربخشی آماری به آن کمک کند. همچنین پیشنهاد می‌شود مطالعات آینده به بررسی تفاوت‌های فرهنگی، جنسیتی و تحولی در این فرآیندها بپردازند تا روشن شود آیا الگوهای شناسایی شده در این پژوهش در بافت‌های فرهنگی گوناگون به شکل مشابه عمل می‌کنند یا خیر.

از منظر کاربردی، یافته‌های این پژوهش دلالت‌های مهمی برای مداخلات زوج‌درمانی دارد. درمانگران می‌توانند با تمرکز همزمان بر اصلاح تحریف‌های شناختی، آموزش مهارت‌های تنظیم و هم‌تنظیمی هیجانی و بازسازی الگوهای ارتباطی زوجین، به کاهش سوءبرداشتهای هیجانی و بهبود امنیت عاطفی رابطه کمک کنند. ادغام رویکردهای شناختی-رفتاری، هیجان‌مدار و مبتنی بر دلبستگی می‌تواند چارچوبی جامع برای مداخله فراهم سازد. همچنین آموزش زوجین در زمینه شناسایی هیجان‌ها، گفت‌وگوی هیجانی سازنده و ترمیم هیجانی پس از تعارض، می‌تواند از شکل‌گیری چرخه‌های مزمن تعارض پیشگیری کرده و کیفیت روابط زناشویی را به‌طور معناداری ارتقا دهد.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

موازن 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. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1990). Attributions in marriage: Review and critique. *Psychological Bulletin*, 107(1), 3–33.
- Butler, E. A., & Randall, A. K. (2013). Emotional coregulation in close relationships. *Emotion Review*, 5(2), 202–210.
- 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.
- Cordova, J. V., Gee, C. B., & Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness in marriage. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(2), 218–235.
- Fincham, F. D. (2003). Marital conflict: Correlates, structure, and context. *Current Directions in Psychological Science*, 12(1), 23–27.
- Gotlib, I. H., & Joormann, J. (2010). Cognition and depression. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 285–312.
- Gottman, J. M. (1999). *The marriage clinic*. New York: W. W. Norton.
- 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. (2010). Strengthening couples' relationships. *Journal of Family Psychology*, 24(1), 1–9.
- Holmes, J. (2002). *All about love: New visions*. New York: HarperCollins.
- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy*. New York: Brunner-Routledge.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation. *Journal of Personality*, 72(6), 1301–1334.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3–34.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Overall, N. C., & McNulty, J. K. (2017). What type of communication during conflict is beneficial for intimate relationships? *Current Opinion in Psychology*, 13, 1–5.
- Wells, A. (2009). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. New York: Guilford Press.