

تحلیل روایت زوج‌های موفق در عبور از بحران خیانت جنسی و بازسازی صمیمیت زناشویی

مشخصات نویسندگان:



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. حمیدرضا نادری مقدم*: گروه مشاوره، دانشگاه بوعلی‌سینا، همدان، ایران

*پست الکترونیکی نویسنده مسئول: h.naderi.m@gmail.com

شيوه استناددهی: نادری مقدم، حمیدرضا. (۱۴۰۴). تحلیل روایت زوج‌های موفق در عبور از بحران خیانت جنسی و بازسازی صمیمیت زناشویی. *سنجش، ارزیابی و مداخلات زوج‌درمانی*، ۲(۵)، ۱۱-۱.

چکیده

هدف پژوهش حاضر تحلیل روایت زوج‌های موفق در عبور از بحران خیانت جنسی و شناسایی فرایندهای روایی، هیجانی و ارتباطی مؤثر در بازسازی صمیمیت زناشویی بود. این پژوهش با رویکرد کیفی و بر اساس روش تحلیل روایت انجام شد. مشارکت‌کنندگان شامل ۲۴ نفر، یعنی ۱۲ زوج ساکن شهر تهران، بودند که پس از تجربه بحران خیانت جنسی، رابطه زناشویی خود را حفظ کرده و بازسازی نسبی اعتماد و صمیمیت را گزارش کرده بودند. نمونه‌گیری به صورت هدفمند و ملاک‌محور انجام شد و فرایند جذب مشارکت‌کنندگان تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته فردی گردآوری شد. هر مصاحبه بین ۶۰ تا ۹۰ دقیقه به طول انجامید و با رضایت آگاهانه مشارکت‌کنندگان ضبط، پیاده‌سازی و ناشناس‌سازی شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار NVivo و بر اساس کدگذاری روایی، تحلیل مضمونی و مقایسه مستمر روایت‌ها تحلیل شدند. تحلیل داده‌ها به استخراج پنج مقوله اصلی انجامید: مواجهه با فروپاشی روایت پیشین ازدواج، توقف چرخه پنهان‌کاری و شکل‌گیری شفافیت رفتاری، بازتعریف مسئولیت و معنا بدون تثبیت سرزنش، گفت‌وگوی ترمیمی و تنظیم هیجان‌های پس از افشا، و بازآفرینی تدریجی صمیمیت عاطفی و جنسی. روایت زوجها نشان داد که عبور موفق از بحران خیانت صرفاً نتیجه گذشت یا فراموشی نبود، بلکه از طریق فرایندی تدریجی شامل پذیرش آسیب، پاسخ‌گویی فرد خیانت‌کننده، امکان بیان درد توسط همسر آسیب‌دیده، بازسازی مرزهای رابطه، و خلق معنای تازه برای تداوم زندگی مشترک حاصل شد. یافته‌ها نشان می‌دهد بازسازی صمیمیت پس از خیانت جنسی زمانی امکان‌پذیرتر است که زوجها بتوانند بحران را از یک «رویداد پایان‌دهنده رابطه» به یک «نقطه عطف برای بازتعریف رابطه» تبدیل کنند. شفافیت، مسئولیت‌پذیری، تنظیم هیجان، گفت‌وگوی امن و بازآفرینی تدریجی اعتماد، مؤلفه‌های مرکزی این فرایند بودند.

واژگان کلیدی: خیانت جنسی؛ تحلیل روایت؛ زوج‌های موفق؛ بازسازی اعتماد؛ صمیمیت زناشویی؛ زوج‌درمانی.

Narrative Analysis of Successful Couples' Passage Through Sexual Infidelity Crisis and Reconstruction of Marital Intimacy



© 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. Hamidreza Naderi-Moghadam*: Department of Counseling, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran

Corresponding author's email: h.naderi.m@gmail.com

How to cite: Naderi-Moghadam, H. (2025). Narrative Analysis of Successful Couples' Passage Through Sexual Infidelity Crisis and Reconstruction of Marital Intimacy. *Couple Therapy Assessment, Evaluation, and Intervention*, 2(5), 1-11.

Abstract

This study aimed to analyze the narratives of successful couples who passed through the crisis of sexual infidelity and to identify the narrative, emotional, and relational processes involved in reconstructing marital intimacy. This qualitative study was conducted using a narrative analysis approach. The participants included 24 individuals, namely 12 married couples living in Tehran, who had experienced sexual infidelity, continued their marital relationship, and reported relative reconstruction of trust and intimacy. Participants were selected through purposive criterion-based sampling, and recruitment continued until theoretical saturation was achieved. Data were collected through individual semi-structured interviews. Each interview lasted between 60 and 90 minutes and was audio-recorded, transcribed verbatim, and anonymized after obtaining informed consent. Data were analyzed using NVivo software through narrative coding, thematic interpretation, and constant comparison across participants' accounts. Data analysis led to the emergence of five main categories: confronting the collapse of the previous marital narrative, interrupting secrecy and developing behavioral transparency, redefining responsibility and meaning without stabilizing blame, restorative dialogue and regulation of post-disclosure emotions, and gradual reconstruction of emotional and sexual intimacy. The couples' narratives indicated that successful passage through sexual infidelity was not merely the result of forgiveness or forgetting, but rather a gradual process involving acknowledgment of harm, accountability by the unfaithful partner, expression of pain by the injured partner, renegotiation of relational boundaries, and the creation of a new meaning for continuing the marriage. The findings suggest that reconstructing intimacy after sexual infidelity becomes more possible when couples transform the crisis from a relationship-ending event into a turning point for redefining the relationship. Transparency, accountability, emotion regulation, safe dialogue, and gradual rebuilding of trust were central components of this process.

Keywords: *sexual infidelity; narrative analysis; successful couples; trust reconstruction; marital intimacy; couple therapy.*

خیانت جنسی یکی از شدیدترین بحران‌های زناشویی است؛ زیرا به‌طور هم‌زمان اعتماد، امنیت هیجانی، تصویر فرد از خود، تصویر او از همسر، و معنای کلی رابطه را دچار فروپاشی می‌کند. در بسیاری از تعارض‌های زناشویی، اختلاف بر سر الگوهای ارتباطی، مسائل مالی، نقش‌های خانوادگی یا سبک‌های تربیتی است؛ اما در بحران خیانت، مسئله تنها نقض یک توافق رفتاری نیست، بلکه شکستن یک روایت بنیادین درباره «ما»، «وفاداری»، «تعهد» و «قابل اعتماد بودن دیگری» است. از این منظر، خیانت جنسی نوعی زخم رابطه‌ای و گاه تجربه‌ای شبه‌آسیب‌زا محسوب می‌شود که می‌تواند به نشخوار ذهنی، بی‌اعتمادی، شرم، خشم، کناره‌گیری، حساسیت شدید نسبت به نشانه‌های تهدید و بازنگری در گذشته رابطه منجر شود. پژوهش‌های حوزه زوج‌درمانی نیز نشان داده‌اند که خیانت از دشوارترین مسائل درمانی در کار با زوج‌هاست، زیرا هم‌زمان با درد همسر آسیب‌دیده، دفاع‌مندی، شرم، گناه یا اجتناب همسر خیانت‌کننده و بی‌ثباتی تصمیم درباره ماندن یا ترک رابطه همراه می‌شود (Gordon et al., 2005; Snyder et al., 2008).

ادبیات پژوهشی خیانت زناشویی نشان می‌دهد که خیانت پدیده‌ای تک‌علتی نیست و می‌تواند در بستر عوامل فردی، رابطه‌ای، موقعیتی و فرهنگی رخ دهد. برخی مطالعات، متغیرهایی مانند فرصت‌های بیرونی، وضعیت شغلی، کیفیت رابطه، باورهای فردی درباره وفاداری، الگوهای هیجان‌خواهی، نارضایتی زناشویی، ضعف مرزبندی با افراد بیرون از رابطه و تاریخچه تعارض را در فهم خیانت دخیل دانسته‌اند (Atkins et al., 2001; Blow & Hartnett, 2005). مطالعات کلاسیک درباره توجیه‌های روابط فرازناشویی نیز نشان داده‌اند که افراد ممکن است خیانت را با دلایلی همچون نیاز جنسی، نیاز به عشق رمانتیک، کمبود صمیمیت عاطفی یا فشارهای بیرونی توجیه کنند (Glass & Wright, 1992). با این حال، شناخت زمینه‌های وقوع خیانت، به‌تنهایی برای فهم بازسازی رابطه کافی نیست؛ زیرا برخی زوج‌ها پس از افشا به جدایی، طلاق عاطفی یا رابطه‌ای فرسایشی می‌رسند، در حالی که برخی دیگر، با وجود شدت بحران، فرایندی تدریجی از بازسازی اعتماد، گفت‌وگو و صمیمیت را تجربه می‌کنند.

در رویکردهای درمانی معاصر، خیانت صرفاً به‌عنوان تخلف اخلاقی یا شکست فردی تحلیل نمی‌شود، بلکه به‌عنوان رخدادی رابطه‌ای مورد توجه قرار می‌گیرد که در آن باید هم مسئولیت رفتار خیانت‌آمیز و هم زمینه‌های تعاملی رابطه بررسی شود. رویکرد یکپارچه درمان خیانت پیشنهاد می‌کند که زوج‌ها برای عبور از بحران، ابتدا باید با پیامدهای فوری افشا مواجه شوند، سپس عوامل زمینه‌ساز را بدون توجیه رفتار خیانت‌آمیز بررسی کنند و در نهایت درباره معنای آینده رابطه تصمیمی آگاهانه بگیرند (Snyder et al., 2008). این مدل با یافته‌های درمانی گوردون و همکاران همسو است که نشان می‌دهد کار درمانی با زوج‌های درگیر خیانت، مستلزم رسیدگی به آسیب، بخشش، معناسازی و بازسازی الگوهای ارتباطی است (Gordon et al., 2004; Gordon et al., 2005). به بیان دیگر، بازسازی رابطه پس از خیانت، نه با فراموشی سریع و نه با بازگشت صوری به وضعیت پیشین حاصل می‌شود، بلکه نیازمند ساختن روایتی تازه است که در آن حقیقت، مسئولیت، درد، مرز و امید به شکلی هم‌زمان جای بگیرند.

صمیمیت زناشویی در این زمینه جایگاهی مرکزی دارد. صمیمیت صرفاً نزدیکی جنسی یا هم‌نشینی روزمره نیست، بلکه فرایندی ارتباطی است که از خودافشایی، پاسخ‌دهی عاطفی، احساس پذیرفته‌شدن، امنیت و اعتماد متقابل شکل می‌گیرد. مدل فرایند بین‌فردی صمیمیت نشان می‌دهد که تجربه صمیمیت زمانی تقویت می‌شود که فرد بتواند خود را آشکار کند و پاسخ شریک رابطه را حمایت‌گرانه، فهم‌کننده و معتبرساز ادراک نماید (Reis & Shaver, 1988; Laurenceau et al., 1998). در بحران خیانت، دقیقاً همین سازوکار دچار آسیب می‌شود؛ زیرا خودافشایی جای خود را به پنهان‌کاری، پاسخ‌دهی عاطفی جای خود را به دفاع‌مندی یا حمله، و امنیت جای خود را به تردید می‌دهد. از این رو، بازسازی صمیمیت پس از خیانت نیازمند احیای تدریجی امکان‌گفتن، شنیده‌شدن و پاسخ‌گرفتن است.

خیانت جنسی همچنین با مسئله بخشش ارتباط دارد، اما بخشش در این زمینه مفهومی پیچیده و مرحله‌ای است. بخشش، در معنای درمانی، به معنای انکار آسیب، رفع مسئولیت فرد خاطی یا الزام همسر آسیب‌دیده به ادامه رابطه نیست؛ بلکه فرایندی است که می‌تواند پس از پذیرش واقعیت، بیان رنج، مسئولیت‌پذیری، جبران و بازسازی امنیت شکل گیرد. پژوهش‌های مربوط به بخشش در ازدواج نشان داده‌اند که بخشش با حل تعارض و کیفیت بهتر رابطه ارتباط دارد (Fincham et al., 2004; Fincham et al., 2007). با این حال، در زمینه خیانت، بخشش زمانی سازنده است که با شفافیت، پاسخ‌گویی و تغییر رفتاری همراه باشد. بخشش زود هنگام، تحمیلی یا مبتنی بر فشار فرهنگی می‌تواند درد همسر آسیب‌دیده را خاموش کند، اما الزاماً رابطه را ترمیم نمی‌کند.

یکی از خلأهای مهم در مطالعات خیانت، تمرکز بیش از حد بر عوامل خطر، شیوع، پیامدهای منفی یا مداخلات درمانی استاندارد است؛ در حالی که تجربه زوج‌هایی که توانسته‌اند از بحران عبور کنند و صمیمیت زناشویی را بازسازی نمایند، کمتر به صورت روایی بررسی شده است. رویکرد تحلیل روایت برای چنین موضوعی مناسب است، زیرا خیانت نه تنها یک رخداد رفتاری، بلکه رخدادی روایی است: زوج‌ها گذشته را بازخوانی می‌کنند، لحظه افشا را به عنوان نقطه گسست معنا می‌دهند، جایگاه خود و دیگری را بازتعریف می‌کنند و برای ادامه یا پایان رابطه داستانی تازه می‌سازند. در تحلیل روایت، تجربه انسانی از طریق داستان‌هایی فهم می‌شود که افراد درباره خود، روابط و تغییرات زندگی می‌سازند (Clandinin & Connelly, 2000; Riessman, 2008). بنابراین، بررسی روایت زوج‌های موفق می‌تواند نشان دهد که بازسازی رابطه چگونه در زبان، معنا، گفت‌وگو و کنش‌های روزمره ساخته می‌شود.

در بافت فرهنگی ایران، مطالعه چنین موضوعی اهمیت مضاعف دارد. ازدواج در جامعه ایرانی، علاوه بر رابطه عاطفی و جنسی دو فرد، با شبکه‌ای از انتظارات خانوادگی، مذهبی، آبروی اجتماعی، نقش‌های جنسیتی و هنجارهای وفاداری پیوند دارد. از یک سو، خیانت جنسی ممکن است با شرم شدید، پنهان‌کاری، ترس از قضاوت و فشار برای حفظ ظاهر همراه شود؛ از سوی دیگر، همین بافت فرهنگی می‌تواند منابعی مانند تعهد، معنویت، حمایت خانوادگی محدود و ارزش استمرار زندگی مشترک را فعال کند. بنابراین، تجربه زوج‌های موفق در تهران می‌تواند نشان دهد که زوج‌ها چگونه میان درد فردی، هنجارهای اجتماعی، تصمیم اخلاقی، نیاز به امنیت و میل به بازسازی صمیمیت حرکت می‌کنند. چنین مطالعه‌ای می‌تواند برای زوج‌درمانگران، مشاوران خانواده و پژوهشگران حوزه خانواده ایرانی، تصویری عمیق‌تر از فرایندهای ترمیمی پس از خیانت فراهم کند.

بر این اساس، پژوهش حاضر با تمرکز بر روایت زوج‌هایی انجام شد که با وجود تجربه خیانت جنسی، رابطه خود را حفظ کرده و بازسازی نسبی صمیمیت را تجربه کرده‌اند. اهمیت این مطالعه در آن است که به جای تمرکز صرف بر شکست رابطه، الگوهای موفق عبور از بحران را بررسی می‌کند؛ الگوهایی که نه به معنای حذف درد، بلکه به معنای تبدیل بحران به فرایندی برای بازتعریف اعتماد، گفت‌وگو و تعهد هستند. هدف پژوهش حاضر تحلیل روایت زوج‌های موفق در عبور از بحران خیانت جنسی و بازسازی صمیمیت زناشویی بود.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و به روش تحلیل روایت انجام شد. انتخاب این روش از آن جهت صورت گرفت که موضوع پژوهش، یعنی عبور از بحران خیانت جنسی و بازسازی صمیمیت زناشویی، ماهیتی تجربه‌محور، زمان‌مند و روایی دارد. در این مطالعه، تمرکز بر این بود که زوجها چگونه بحران خیانت را در قالب داستان زندگی زناشویی خود بازگو می‌کنند، چه نقطه‌هایی را به‌عنوان گسست، تغییر یا ترمیم برجسته می‌سازند، چگونه نقش خود و همسر را در روایت بازسازی می‌کنند و چه معناهایی را برای تداوم رابطه مشترک تولید می‌نمایند. مشارکت‌کنندگان شامل ۲۴ نفر، یعنی ۱۲ زوج ساکن شهر تهران، بودند. معیارهای ورود شامل تجربه خیانت جنسی در رابطه زناشویی، گذشت حداقل یک سال از زمان افشا یا آگاهی همسر، تداوم زندگی مشترک پس از بحران، گزارش هر دو همسر از بهبود نسبی اعتماد و صمیمیت، تمایل به مشارکت در مصاحبه، و توانایی بیان تجربه شخصی بود. معیارهای خروج شامل وجود خشونت فعال شدید، پرونده طلاق در جریان، اعتیاد فعال درمان‌نشده، اختلال روان‌پزشکی شدید گزارش شده، یا عدم تمایل یکی از زوجین به ادامه مصاحبه بود. نمونه‌گیری به‌صورت هدفمند و ملاک‌محور از طریق مراکز مشاوره خانواده و زوج‌درمانی در شهر تهران انجام شد. فرایند نمونه‌گیری تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت؛ به‌گونه‌ای که پس از مصاحبه با مشارکت‌کننده بیست‌ویکم، کد تازه معناداری به دست نیامد و سه مصاحبه پایانی برای اطمینان از پایداری مقوله‌ها انجام شد.

داده‌ها تنها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته فردی گردآوری شد. برای کاهش فشار روانی و افزایش امکان بیان آزادانه تجربه، با هر یک از زوجین به‌صورت جداگانه مصاحبه شد. پیش از مصاحبه، هدف پژوهش، محرمانگی اطلاعات، حق انصراف از مطالعه، شیوه ضبط و استفاده پژوهشی از داده‌ها برای مشارکت‌کنندگان توضیح داده شد و رضایت آگاهانه کتبی دریافت گردید. مصاحبه‌ها بین ۶۰ تا ۹۰ دقیقه طول کشید و در فضایی امن و محرمانه انجام شد. راهنمای مصاحبه شامل پرسش‌هایی درباره روایت رابطه پیش از خیانت، لحظه آگاهی یا افشا، واکنش‌های هیجانی اولیه، تصمیم برای ماندن یا جدایی، تجربه گفت‌وگوهای پس از بحران، عوامل مؤثر در بازسازی اعتماد، تغییرات صمیمیت عاطفی و جنسی، نقش درمان یا حمایت اجتماعی، و معنای کنونی رابطه بود. نمونه پرسش‌ها عبارت بودند از: «وقتی به دوره بحران نگاه می‌کنید، داستان رابطه‌تان را چگونه روایت می‌کنید؟»، «چه چیزی باعث شد رابطه را تمام‌شده ندانید؟»، «اعتماد چگونه و از کجا دوباره شروع شد؟»، و «صمیمیت شما بعد از این بحران چه تفاوتی با قبل پیدا کرد؟». همه مصاحبه‌ها با اجازه مشارکت‌کنندگان ضبط، سپس کلمه‌به‌کلمه پیاده‌سازی و ناشناس‌سازی شدند.

تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار NVivo انجام شد. فرایند تحلیل در چند مرحله صورت گرفت. ابتدا متن مصاحبه‌ها چندین بار خوانده شد تا پژوهشگران با کلیت روایت‌ها، نقاط عطف و الگوهای زبانی مشارکت‌کنندگان آشنا شوند. سپس کدگذاری اولیه انجام شد و واحدهای معنایی مرتبط با تجربه خیانت، واکنش‌های پس از افشا، بازسازی اعتماد، گفت‌وگوی زوجی، مسئولیت‌پذیری، بخشش، مرزبندی و صمیمیت استخراج گردید. در مرحله بعد، کدهای مشابه ادغام شدند و خوشه‌های روایی شکل گرفتند. تحلیل، هم در سطح درون‌موردی و هم در سطح بین‌موردی انجام شد؛ یعنی ابتدا روایت هر مشارکت‌کننده به صورت مستقل بررسی شد و سپس الگوهای مشترک میان روایت‌ها استخراج گردید. برای افزایش اعتبار یافته‌ها، از بازبینی مشارکت‌کنندگان، بررسی همکار پژوهشی، یادداشت‌برداری تحلیلی، مقایسه مستمر و حفظ زنجیره تصمیم‌های تحلیلی استفاده شد. معیارهای اعتماد‌پذیری شامل اعتبار، انتقال‌پذیری، وابستگی و تأییدپذیری بر اساس پیشنهاد‌های لینکلن و گوبا مورد توجه قرار گرفت (Lincoln & Guba, 1985). همچنین، اشباع نظری بر اساس تکرار الگوهای معنایی، کفایت نمونه‌ها برای هر مقوله و عدم ظهور کدهای تازه در مصاحبه‌های پایانی ارزیابی شد (Morse, 2015; Saunders et al., 2018).

یافته‌ها

در این پژوهش، ۲۴ نفر شامل ۱۲ زن و ۱۲ مرد از میان زوج‌های ساکن شهر تهران مشارکت داشتند. دامنه سنی مشارکت‌کنندگان بین ۲۹ تا ۵۲ سال بود و میانگین تقریبی سن آنان ۳۹.۶ سال برآورد شد. از نظر مدت ازدواج، ۳ زوج بین ۵ تا ۹ سال، ۵ زوج بین ۱۰ تا ۱۵ سال و ۴ زوج بیش از ۱۵ سال سابقه زندگی مشترک داشتند. از نظر سطح تحصیلات، ۴ نفر دارای دیپلم یا فوق‌دیپلم، ۱۱ نفر دارای مدرک کارشناسی، ۷ نفر دارای مدرک کارشناسی ارشد و ۲ نفر دارای مدرک دکتری بودند. از نظر وضعیت فرزند، ۳ زوج بدون فرزند، ۶ زوج دارای یک فرزند و ۳ زوج دارای دو فرزند بودند. از نظر فاصله زمانی از افشای خیانت تا زمان مصاحبه، در ۵ زوج بین یک تا دو سال، در ۴ زوج بین دو تا چهار سال و در ۳ زوج بیش از چهار سال گذشته بود. همه مشارکت‌کنندگان گزارش کردند که پس از دوره‌ای از تعارض شدید، فاصله عاطفی یا تصمیم موقت به جدایی، در نهایت وارد فرایندی تدریجی برای بازسازی رابطه شده‌اند.

مقوله اول: مواجهه با فروپاشی روایت پیشین ازدواج. نخستین مقوله نشان داد که افشای خیانت برای بیشتر مشارکت‌کنندگان، تنها کشف یک رفتار جنسی خارج از رابطه نبود، بلکه به فروپاشی روایت قبلی آنان از ازدواج منجر شد. همسر آسیب‌دیده معمولاً گذشته رابطه را از نو مرور می‌کرد و بسیاری از خاطرات پیشین را زیر سؤال می‌برد. در روایت‌ها، عباراتی مانند «همه چیز یک‌دفعه بی‌معنا شد»، «دیگر نمی‌دانستم کدام بخش زندگی‌مان واقعی بوده»، و «احساس کردم ازدواجی که می‌شناختم تمام شده» تکرار شد. یکی از زنان مشارکت‌کننده گفت: «درد اصلی فقط رابطه جنسی نبود؛ این بود که حس کردم تمام سال‌هایی که فکر می‌کردم ما با هم صادقیم، شاید یک داستان ساختگی بوده است.» در مقابل، همسران خیانت‌کننده نیز اغلب از تجربه شرم، ترس از دست دادن خانواده و ناتوانی اولیه در پاسخ‌گویی سخن گفتند. یکی از مردان بیان کرد: «اول فقط می‌خواستم ماجرا تمام شود و دیگر درباره‌اش حرف نزنیم، اما فهمیدم برای او تازه شروع شده بود.» این

مقوله نشان می‌دهد که نقطه آغاز بازسازی، پذیرش این واقعیت بود که رابطه نمی‌تواند بدون مواجهه با فروپاشی معنایی ناشی از خیانت به وضعیت عادی بازگردد.

مقوله دوم: توقف چرخه پنهان‌کاری و شکل‌گیری شفافیت رفتاری. دومین مقوله به نقش شفافیت در بازسازی اعتماد اشاره داشت. زوج‌های موفق گزارش کردند که بازسازی اعتماد زمانی آغاز شد که فرد خیانت‌کننده، به جای کوچک‌نمایی، انکار، حمله متقابل یا پنهان‌کاری، مسئولیت رفتاری را پذیرفت و امکان نظارت موقت، پاسخ‌گویی و روشن‌سازی را فراهم کرد. شفافیت در روایت مشارکت‌کنندگان شامل قطع رابطه بیرونی، پاسخ‌دادن به پرسش‌های ضروری، حذف کانال‌های پنهان ارتباطی، هماهنگی درباره مرزهای ارتباط با جنس مخالف و پذیرش دوره‌ای از بی‌اعتمادی همسر آسیب‌دیده بود. یکی از زنان گفت: «من دنبال کنترل همیشگی نبودم؛ دنبال این بودم که ببینم وقتی می‌پرسم، پنهان نمی‌کند.» یکی از مردان نیز بیان کرد: «وقتی پذیرفتم که اعتماد با گفتن یک معذرت‌خواهی برنمی‌گردد، تازه توانستم کاری کنم که او کم‌کم آرام شود.» در این مقوله، شفافیت به‌عنوان سازوکاری برای «قابل پیش‌بینی شدن دوباره رابطه» عمل می‌کرد، نه به‌عنوان کنترل دائمی یا انتقام. زوج‌ها زمانی احساس پیشرفت می‌کردند که شفافیت از حالت اجبار اولیه به عادت رابطه‌ای جدید تبدیل می‌شد.

مقوله سوم: بازتعریف مسئولیت و معنا بدون تثبیت سرزنش. سومین مقوله نشان داد که زوج‌های موفق توانسته بودند میان دو خطر افراطی تمایز بگذارند: از یک سو، توجیه خیانت با مشکلات رابطه و از سوی دیگر، تبدیل کل رابطه به صحنه دائمی سرزنش. همسر آسیب‌دیده نیاز داشت که مسئولیت مستقیم رفتار خیانت‌آمیز از سوی فرد خیانت‌کننده پذیرفته شود؛ اما در مراحل بعد، زوج‌ها توانسته بودند درباره زمینه‌های رابطه‌ای، فاصله عاطفی، سکوت‌های طولانی، تعارض‌های حل‌نشده یا نیازهای بیان‌نشده گفت‌وگو کنند. یکی از زنان گفت: «تا وقتی او می‌گفت تو هم مقصر بودی، من نابود می‌شدم؛ اما وقتی گفت انتخاب من اشتباه بود، بعدش توانستم درباره مشکلات خودمان هم حرف بزنم.» یکی از مردان مشارکت‌کننده بیان کرد: «قبلاً فکر می‌کردم اگر درباره سردی رابطه حرف بزنم یعنی دارم خیانت‌م را توجیه می‌کنم. بعد فهمیدم اول باید مسئولیت کارم را بپذیرم، بعد درباره زمینه‌ها حرف بزنیم.» در این مقوله، معناسازی نه به معنای بخشیدن فوری، بلکه به معنای فهمیدن مسیر فروپاشی و یافتن راهی برای جلوگیری از تکرار آن بود.

مقوله چهارم: گفت‌وگوی ترمیمی و تنظیم هیجان‌های پس از افشا. چهارمین مقوله به فرایند دشوار گفت‌وگوهای پس از خیانت مربوط بود. روایت‌ها نشان داد که زوج‌های موفق نه از ابتدا گفت‌وگوهای آرام و سازنده داشتند و نه بدون خشم و گریه از بحران عبور کردند؛ بلکه به تدریج یاد گرفتند گفت‌وگو را از بازجویی، حمله، فرار یا سکوت به سمت بیان درد، شنیدن فعال و تنظیم هیجان ببرند. بسیاری از زوج‌ها گزارش کردند که در ماه‌های نخست، گفت‌وگوها تکراری، فرسایشی و گاه انفجاری بود؛ اما با گذر زمان، مرزهایی برای زمان گفت‌وگو، نحوه پرسش، توقف هنگام تشدید هیجان و بازگشت به بحث تعیین کردند. یکی از مردان گفت: «هر شب تا صبح دعوا می‌کردیم. بعد در مشاوره یاد گرفتیم که هر حرفی را هر زمانی نزنیم، اما فرار هم نکنیم.» یکی از زنان نیز بیان کرد: «چیزی که کم‌کم کرد این بود که بالاخره توانست فقط

گوش بدهد؛ نه دفاع کند، نه بگوید بس کن، نه بگوید گذشته را فراموش کن.» این مقوله نشان داد که گفت‌وگوی ترمیمی، مهارتی تدریجی است و بدون تحمل هیجان‌های دردناک، امکان بازسازی صمیمیت محدود می‌ماند.

مقوله پنجم: باز آفرینی تدریجی صمیمیت عاطفی و جنسی. پنجمین مقوله به بازگشت تدریجی صمیمیت اشاره داشت. مشارکت‌کنندگان تأکید کردند که صمیمیت پس از خیانت به سادگی به وضعیت قبل بازنگشت، بلکه شکل تازه‌ای پیدا کرد. در بسیاری از روایت‌ها، صمیمیت جنسی در ابتدا با تردید، مقایسه، خشم، بی‌میلی یا احساس ناامنی همراه بود. با این حال، زوج‌هایی که توانستند صمیمیت را بازسازی کنند، ابتدا بر صمیمیت عاطفی، مراقبت روزمره، گفت‌وگوی صادقانه، لمس غیرجنسی، وقت‌گذرانی مشترک و احساس دیده‌شدن تمرکز کردند. یکی از زنان گفت: «برای من رابطه جنسی وقتی ممکن شد که قبلش دوباره احساس کردم برایش مهمم، نه فقط همسرش هستم.» یکی از مردان نیز اظهار کرد: «ما صمیمیت را از چیزهای کوچک شروع کردیم؛ قدم زدن، حرف زدن، پیام دادن، گفتن اینکه کجایم و چه احساسی دارم.» این مقوله نشان می‌دهد که صمیمیت بازسازی‌شده، اغلب آگاهانه‌تر، مرزبندی‌شده‌تر و گفت‌وگومحورتر از صمیمیت پیش از بحران بود.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تحلیل روایت زوج‌های موفق در عبور از بحران خیانت جنسی و بازسازی صمیمیت زناشویی انجام شد. یافته‌ها نشان داد که عبور موفق از خیانت، فرایندی خطی، سریع یا صرفاً مبتنی بر تصمیم عقلانی برای ادامه زندگی مشترک نیست، بلکه مسیری چندمرحله‌ای است که از فروپاشی روایت پیشین ازدواج آغاز می‌شود و در صورت وجود شفافیت، مسئولیت‌پذیری، گفت‌وگوی ترمیمی و بازآفرینی صمیمیت، می‌تواند به شکل‌گیری روایت تازه‌ای از رابطه منجر شود. این یافته با دیدگاه‌های روایی درباره تجربه انسانی همسو است؛ زیرا در تحلیل روایت، بحران‌های زندگی زمانی فهم‌پذیر می‌شوند که افراد بتوانند آن‌ها را در قالب داستانی معنادار درباره گذشته، حال و آینده خود سازمان دهند (Clandinin & Connelly, 2000; Riessman, 2008). در این مطالعه نیز زوجها زمانی از وضعیت آشوب هیجانی فاصله گرفتند که توانستند خیانت را نه انکار کنند و نه کل زندگی مشترک را به آن تقلیل دهند، بلکه آن را به‌عنوان نقطه‌ای بحرانی در داستان رابطه بازخوانی کنند. مقوله نخست، یعنی مواجهه با فروپاشی روایت پیشین ازدواج، نشان داد که خیانت جنسی برای همسر آسیب‌دیده معمولاً به بحران هویت رابطه‌ای منجر می‌شود. این یافته با ادبیات درمان خیانت همسو است که خیانت را رویدادی آسیب‌زا برای رابطه می‌داند و تأکید می‌کند که پیامدهای آن تنها به حسادت یا خشم محدود نیست، بلکه اعتماد بنیادین و ادراک فرد از واقعیت رابطه را دچار اختلال می‌کند (Gordon et al., 2005; Snyder et al., 2008). در روایت مشارکت‌کنندگان، پرسش اصلی اغلب این نبود که «چرا این اتفاق افتاد؟»، بلکه این بود که «پس زندگی ما چه معنایی داشت؟». این نکته اهمیت بالینی زیادی دارد؛ زیرا اگر درمانگر یا همسر خیانت‌کننده بحران را صرفاً به یک خطای رفتاری تقلیل دهد، عمق فروپاشی معنایی همسر آسیب‌دیده نادیده گرفته می‌شود.

مقوله دوم نشان داد که شفافیت رفتاری، نقطه آغاز بازسازی اعتماد بود. این یافته با مدل‌های درمانی خیانت هماهنگ است که بر قطع رابطه بیرونی، توقف پنهان‌کاری، پاسخ‌گویی و ایجاد امنیت اولیه تأکید می‌کند (Fife et al., 2008; Snyder et al., 2008). شفافیت در این

مطالعه، به معنای کنترل دائمی یا نظارت بیمارگونه نبود؛ بلکه نوعی پاسخ‌گویی ترمیمی بود که به همسر آسیب‌دیده کمک می‌کرد رابطه را دوباره قابل پیش‌بینی تجربه کند. از منظر بالینی، اعتماد پس از خیانت با وعده‌های کلی بازسازی نمی‌شود، بلکه به مجموعه‌ای از رفتارهای تکرارشونده، قابل مشاهده و پایدار نیاز دارد. زوج‌های موفق در این پژوهش توانسته بودند دوره‌ای از شفافیت فشرده را بپذیرند، بدون آنکه آن را به الگوی دائمی قدرت و کنترل تبدیل کنند.

مقوله سوم، یعنی بازتعریف مسئولیت و معنا بدون تثبیت سرزنش، یکی از ظریف‌ترین یافته‌های پژوهش بود. زوجها زمانی وارد فرایند ترمیم شدند که ابتدا مسئولیت رفتار خیانت‌آمیز به‌روشنی پذیرفته شد و سپس امکان بررسی زمینه‌های رابطه‌ای فراهم گردید. این یافته با رویکردهای یکپارچه درمان خیانت همخوان است که میان «مسئولیت فردی برای خیانت» و «بررسی زمینه‌های رابطه‌ای» تمایز قائل می‌شوند (Gordon et al., 2004; Snyder et al., 2008). اگر پس از پذیرش مسئولیت مطرح شوند، می‌توانند به فهم عمیق‌تر رابطه و پیشگیری از تکرار کمک کنند. بنابراین، معناسازی در زوج‌های موفق نه به معنای عادی‌سازی خیانت بود و نه به معنای باقی ماندن در چرخه سرزنش، بلکه نوعی بازخوانی مسئولانه رابطه محسوب می‌شد. مقوله چهارم نشان داد که گفت‌وگوی ترمیمی و تنظیم هیجان، نقش تعیین‌کننده‌ای در عبور از بحران دارد. این یافته با پژوهش‌های مربوط به بخشش و حل تعارض در ازدواج همسو است که نشان می‌دهند بخشش سازنده با بهبود الگوهای تعارض و کیفیت رابطه ارتباط دارد (Fincham et al., 2004; Fincham et al., 2007). نشانه آرامش باشد، اغلب از دل هیجان‌های شدید شکل می‌گیرد. زوج‌های موفق یاد گرفته بودند که نه در سکوت دفاعی بمانند و نه گفت‌وگو را به بازآسیب‌رسانی تبدیل کنند. این امر نشان می‌دهد که آموزش تنظیم هیجان، زمان‌بندی گفت‌وگو، شنیدن بدون دفاع و اعتباربخشی به درد همسر آسیب‌دیده، باید بخش اصلی مداخلات زوج‌درمانی پس از خیانت باشد.

مقوله پنجم، یعنی بازآفرینی تدریجی صمیمیت عاطفی و جنسی، نشان داد که صمیمیت پس از خیانت باید دوباره ساخته شود و نمی‌توان آن را با فشار، انتظار فوری یا بازگشت ظاهری به رابطه جنسی احیا کرد. این یافته با مدل فرایند بین‌فردی صمیمیت همخوان است که صمیمیت را محصول خودافشایی، پاسخ‌دهی عاطفی و ادراک پذیرش از سوی شریک رابطه می‌داند (Reis & Shaver, 1988; Laurenceau et al., 1998). در روایت مشارکت‌کنندگان، صمیمیت جنسی زمانی امکان‌پذیرتر شد که پیش از آن صمیمیت عاطفی، امنیت، مراقبت و گفت‌وگوی صادقانه بازسازی شده بود. این یافته نشان می‌دهد که در مداخلات زوجی، تمرکز زود هنگام بر بازگشت رابطه جنسی بدون رسیدگی به ناامنی عاطفی می‌تواند نتیجه معکوس داشته باشد.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که زوج‌های موفق، خیانت را فراموش نکرده بودند، بلکه شیوه متفاوتی برای حمل و معنا دادن به آن یافته بودند. آنان توانسته بودند از روایت «همه چیز نابود شد» به روایت پیچیده‌تری برسند که در آن درد، مسئولیت، تغییر و امکان ادامه هم‌زمان حضور داشت. این نتیجه با دیدگاه‌های معاصر زوج‌درمانی همسو است که به جای تأکید صرف بر آشتی، بر تصمیم آگاهانه، بازسازی اعتماد، مرزبندی و معناسازی تأکید می‌کنند (Fife et al., 2008; Gordon et al., 2005; Snyder et al., 2008).

کاربردی، موفقیت در عبور از خیانت زمانی محتمل‌تر است که هر دو همسر به جای بازسازی ظاهری رابطه، وارد بازسازی ساختاری آن شوند؛ یعنی قواعد جدیدی برای صداقت، مرز، گفت‌وگو، مراقبت و صمیمیت ایجاد کنند.

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

- Atkins, D. C., Baucom, D. H., & Jacobson, N. S. (2001). Understanding infidelity: Correlates in a national random sample. *Journal of Family Psychology, 15*(4), 735–749. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.15.4.735>
- Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships I: A methodological review. *Journal of Marital and Family Therapy, 31*(2), 183–216. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2005.tb01555.x>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2000). *Narrative inquiry: Experience and story in qualitative research*. Jossey-Bass.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE.
- Fife, S. T., Weeks, G. R., & Gambescia, N. (2008). Treating infidelity: An integrative approach. *The Family Journal, 16*(4), 316–323. <https://doi.org/10.1177/1066480708323205>
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology, 18*(1), 72–81. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.1.72>
- Fincham, F. D., Beach, S. R. H., & Davila, J. (2007). Longitudinal relations between forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology, 21*(3), 542–545. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.3.542>
- Glass, S. P., & Staeheli, J. C. (2003). *Not "just friends": Rebuilding trust and recovering your sanity after infidelity*. Free Press.
- Glass, S. P., & Wright, T. L. (1992). Justifications for extramarital relationships: The association between attitudes, behaviors, and gender. *The Journal of Sex Research, 29*(3), 361–387. <https://doi.org/10.1080/00224499209551654>
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2004). An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *Journal of Marital and Family Therapy, 30*(2), 213–231. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2004.tb01235.x>
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2005). Treating couples recovering from infidelity: An integrative approach. *Journal of Clinical Psychology, 61*(11), 1393–1405. <https://doi.org/10.1002/jclp.20189>
- Laurenceau, J. P., Barrett, L. F., & Pietromonaco, P. R. (1998). Intimacy as an interpersonal process: The importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(5), 1238–1251. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1238>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE.
- Morse, J. M. (2015). "Data were saturated...". *Qualitative Health Research, 25*(5), 587–588. <https://doi.org/10.1177/1049732315576699>

- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions* (pp. 367–389). Wiley.
- Riessman, C. K. (2008). *Narrative methods for the human sciences*. SAGE.
- Saunders, B., Sim, J., Kingstone, T., Baker, S., Waterfield, J., Bartlam, B., Burroughs, H., & Jinks, C. (2018). Saturation in qualitative research: Exploring its conceptualization and operationalization. *Quality & Quantity*, 52, 1893–1907. <https://doi.org/10.1007/s11135-017-0574-8>
- Snyder, D. K., Baucom, D. H., & Gordon, K. C. (2008). An integrative approach to treating infidelity. *The Family Journal*, 16(4), 300–307. <https://doi.org/10.1177/1066480708323200>