



Predicting Extramarital Affairs Based on Cognitive Avoidance in Married Women in District Four of Tehran

Rezvan Seyed Mohammad Shahi^{*1} Shahin Ghiasi² Sare Mirshekar³

1. Master of General Psychology, Islamic Azad University E-Campus, Tehran, Iran
<https://orcid.org/0009-0008-5385-8592>
2. Department of primary Education IL.C, Islamic Azad University, Ilam, Iran
<https://orcid.org/0009-0007-2832-9229>
3. Department of Psychology, Ilam Branch, Islamic Azad University, Ilam, Iran
<https://orcid.org/0000-0001-8400-2625>

Article Info

ABSTRACT

Article type:
Research Paper

Article History:

Received:
April 26 , 2025

Accepted:
July 2, 2025

Keywords:
Cognitive Avoidance,
Extramarital Affairs,
Women

Intruduction: The present study aimed to predict extramarital affairs based on cognitive avoidance in married women. **Methods:** This research was applied in terms of its purpose and descriptive-correlational in terms of its method. The statistical population of the study included married women referring to counseling centers in District Four of Tehran city. From this population, 120 individuals were selected as the research sample using convenience sampling. In this study, the Cognitive Avoidance Questionnaire (Sexton & Dugas, 2008) and the Marital Infidelity Questionnaire (Whatley, 2008) were utilized. Data analysis was performed using Pearson correlation and stepwise regression tests with SPSS-26 software. **Results:** The results indicated a positive and significant relationship between cognitive avoidance and extramarital affairs, and that cognitive avoidance as the ability to rreii ct e ramaiital affairs i maiiie women..... **Conclusion:** Therefore, based on the results, it can be concluded that cognitive avoidance is one of the effective factors in extramarital affairs.

Cite this article:

Seyed Mohammad Shahi, R., Ghiasi, S., Mirshekar, S.(2025). Predicting Extramarital Affairs Based on Cognitive Avoidance in Married Women in District Four of Tehran. Journal of Islamic-Iranian Family studies. 5(1), 52-65.

Corresponding author

Rezvan Seyed Mohammad Shahi

Address : Islamic Azad University E-Campus, Tehran, Iran

Email: rezvanmshahi@gmail.com

Extended Abstract

Introduction

The family, as a pivotal social unit, plays a fundamental role in maintaining societal stability, with marriage serving as its primary foundation (Ganiyeva, 2022; Khan et al., 2020; Elsayed, 2024; Arslan, 2023). Extramarital affairs, defined as crossing marital boundaries by establishing physical or emotional intimacy with an outside individual (Ojedokun, 2015), represent one of the most significant threats to this foundation. This phenomenon is one of the strongest predictors of marital dissolution and constitutes a complex therapeutic challenge for couples (Kanani & Alijani, 2022; Pichon et al., 2020). The research literature indicates that cognitive and emotional factors play a significant role in marital problems (Bortolon et al., 2019). Among these, cognitive avoidance has emerged as a key factor (Mohammadian et al., 2021). This strategy, which refers to an individual's attempt to escape from unpleasant thoughts and feelings (Maeda et al., 2017; Bianchi et al., 2020), is utilized more frequently by dysfunctional couples, leading to the exacerbation of communication problems (Saffari et al., 2024), and it also correlates positively with marital conflict (Mahmoudpour et al., 2021). Therefore, the present study was conducted with the aim of predicting extramarital affairs based on cognitive avoidance in married women in District Four of Tehran city.

Methodology

This study was applied in terms of purpose and employed a descriptive-correlational method. The statistical population consisted of 580 married women involved in extramarital affairs who had sought counseling services in District 4 of Tehran city during the 2024-2025 academic year. A sample of 120 women was selected using convenience sampling, based on the Tabachnick and Fidell formula. Inclusion criteria were having at least a high school diploma and providing informed consent, while the exclusion criterion was the submission of incomplete questionnaires. In this study, two primary questionnaires were utilized: the Attitudes Towards Infidelity Scale (ATIS) and the Cognitive Avoidance Questionnaire (CAQ). The ATIS, developed by Whitty (2008), comprises 12 items on a 7-point Likert scale (scores ranging from 12 to 84), with items 2, 5, 6, 7, 8, and 12 reverse-scored; higher scores indicate a more positive attitude towards infidelity. Its reliability and validity have been confirmed in original studies (Cronbach's $\alpha = 0.87$) and in Iran (Habibi et al., 2019: $\alpha = 0.71$). In the present study, the Cronbach's α for this scale was calculated as ... The CAQ, developed by Sexton and Dugas (2008), consists of 25 items on a 5-point Likert scale (scores ranging from 25 to 125) measuring various dimensions of cognitive avoidance; higher scores indicate greater cognitive avoidance. Its reliability has been reported in Iran (Kazemi et al.,

..... :Cronbac'' s alpha = ..))) , an in the crrent styyy, a Cronaach's alpha o. 0.91 was obtained.

Results

This study included 269 participants. Demographically, the majority (53.2%) were over 36 years old, and the largest group by marital duration had been married for over 10 years (39%). Notably, half of the participants (50.6%) had no children. Regression analysis was used to predict extramarital affairs based on cognitive avoidance, with the results presented in the subsequent tables.

Table 1. Regression Model Summary for Predicting Extramarital Affairs Based on Cognitive Avoidance

Multiple Coefficient	Correlation	R-squared	Adjusted squared	R-Standard Estimate	Error of the
0.739		0.546	0.535	8.88	

Table 1 presents the model summary. The coefficient of determination (R-squared) was found to be 0.546. This indicates that 54.6% of the variance in extramarital affairs scores can be explained by cognitive avoidance.

Table2. Regression Coefficients for the Model Predicting Extramarital Affairs Scores Based on Cognitive Avoidance

Variable	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients	t	Sig. (p)
	B	Std. Error	Beta	
Cognitive Avoidance	0.823	0.050	0.713	16.62

Table 2 presents the regression coefficients for the model predicting extramarital affairs scores based on cognitive avoidance. The standardized regression coefficient (beta) for cognitive avii dance i Therefore, aased nn tee tall e' resll t,, ciini tiee aiii dance ha tee aiii lity t predict extramarital affairs in married women.

Discussion and Conclusion

The present study aimed to predict extramarital affairs based on cognitive avoidance. The results indicated a significant positive correlation between marital infidelity and the components of positive thought substitution, situational avoidance, and the total cognitive avoidance score (Saberi et al., 2024; Sabetroo et al., 2023). Conversely, no significant correlation was found between infidelity and components such as the suppression of worrying thoughts or changing mental images, a finding that aligns with previous research (Atapour et al., 2021). In explaining these findings, cognitive avoidance is defined as a strategy to escape unpleasant thoughts and feelings (Wang et al., 2024; Kashdan et al., 2014). Women who employ this strategy may turn to extramarital affairs as a defense mechanism to reduce anxiety and escape negative emotions arising from marital problems, rather than confronting them directly (Rezakhaniha & Ashkan, 2022; Cabrera Garcia & Aya Gómez, 2014). This behavior can create a vicious cycle whereby problems are ignored and intensify, leading the individual to seek further refuge in the external relationship (Maner et al., 2009). Furthermore, these individuals may develop a strong

dependency on external validation and affection that they perceive as absent in their marriage, driving them towards infidelity (Vakilian et al., 2024). This research conclusively demonstrates that cognitive avoidance is a pivotal psychological factor and a powerful predictor of extramarital affairs in women. Maladaptive strategies, such as substituting positive thoughts or avoiding challenging situations, fail to resolve marital issues and instead drive individuals to seek gratification outside the relationship, creating a vicious cycle. These findings provide an essential foundation for designing targeted preventive and therapeutic interventions focused on teaching adaptive coping skills like problem-solving, emotion regulation, and effective communication, ultimately empowering couples to confront challenges directly and preserve family stability.

Limitations and Suggestions

Like many other studies, this research faced certain limitations. The findings should be generalized with caution to populations with different cultural, economic, and social contexts, and the use of self-report questionnaires may have introduced social desirability bias. The results indicated that cognitive avoidance plays a significant role in the occurrence of extramarital relationships among married women. Women with a tendency toward cognitive avoidance may be more susceptible to negative emotions and, instead of addressing marital issues directly, may resort to extramarital involvement. Recognizing and understanding this association can assist counselors and psychologists in developing effective strategies for preventing such relationships and enhancing marital quality and psychological well-being.

Funding

The present study was taken from a master's thesis and was conducted without financial support.

Ethics approval and consent to participate

This article, extracted from the first author's master's thesis, adheres — all ethical principles, including informed consent, participant confidentiality, and the right to withdraw.

Conflict of interests

The authors declare that there is no conflict of interest in publishing this paper.

Acknowledgements

Hereby, we extend our sincere gratitude and appreciation to all couples who participated in this study.



پیش بینی روابط فرازنشویی بر اساس اجتناب شناختی در زنان متأهل منطقه چهار شهر

تهران

رضوان سید محمد شاهی^{۱*}، شهین غیائی^۲، ساره میرشکار^۳

۱. کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، واحد الکترونیک تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

<https://orcid.org/0009-0008-5385-8592>

۲. گروه آموزش ابتدایی، واحد ایلام، دانشگاه آزاد اسلامی، ایلام، ایران

<https://orcid.org/0009-0007-2832-9229>

۳. گروه روانشناسی، واحد ایلام، دانشگاه آزاد اسلامی، ایلام، ایران

<https://orcid.org/0000-0001-8400-2625>

اطلاعات مقاله چکیده

نوع مقاله :

مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله :

تاریخ دریافت:

۶ اردیبهشت ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش:

۱۱ تیر ۱۴۰۴

واژه های کلیدی :

اجتناب شناختی،
روابط فرازنشویی،
زنان

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف پیش بینی روابط فرازنشویی براساس اجتناب شناختی در زنان متأهل انجام شد. **روش:** این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز مشاوره منطقه چهار شهر تهران بود. از میان این جامعه، ۱۲۰ نفر با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. در این پژوهش از پرسشنامه های اجتناب شناختی (سکستون و داگاس، ۲۰۰۸) و پرسشنامه خیانت زناشویی (واتلی، ۲۰۰۸) استفاده شد. تحلیل داده ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام با نرم افزار SPSS-26 انجام شد. **یافته ها:** نتایج نشان داد که بین اجتناب شناختی و روابط فرازنشویی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و اجتناب شناختی توان پیش بینی روابط فرازنشویی در زنان متأهل را دارند ($p \leq 0/05$). **نتیجه گیری:** بنابراین براساس نتایج می توان گفت که اجتناب شناختی یکی از عوامل موثر در روابط فرازنشویی هستند.

سید محمد شاهی، رضوان، غیائی، شهین، میرشکار، ساره. (۱۴۰۴). پیش بینی روابط فرازنشویی بر اساس اجتناب شناختی در زنان متأهل منطقه چهار شهر تهران، فصلنامه مطالعات اسلامی ایرانی خانواده. (۱)، ۵۲-۶۵.

استناد :

رضوان سید محمد شاهی

نشانی: واحد الکترونیک تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

ایمیل: rezvanmshahi@gmail.com

نویسنده

مسئول:

مقدمه

خانواده به عنوان یک واحد اجتماعی نقش محوری در حفظ ثبات و تداوم جامعه دارد. ازدواج مبنای اصلی تشکیل خانواده است (Ganiyeva, 2022). ازدواج در واقع یکی از جنبه‌های مهم زندگی انسان است زیرا مربوط به تلاش برای تشکیل خانواده و داشتن فرزندان است (Khan et al., 2020). ازدواج مکانیسم مهمی برای تحقق یک خانواده هماهنگ است. خانواده سالم و شایسته به عنوان نتیجه ازدواج انجام شده توسط یک مرد و زن رویای همه است (Elsayed, 2024). ازدواج به طور کلی با جنبه‌های فرهنگی و مذهبی و همچنین باورهای هر فرد مرتبط است. یک ازدواج قوی می‌تواند فضایی امن برای شریک زندگی فراهم کند تا احساسات خود را به اشتراک بگذارد و محیطی برای رشد کودکان فراهم کند و همچنین می‌تواند به تقویت پیوند بین اعضای خانواده کمک کند. ازدواج نه تنها برای افراد درگیر مهم است، بلکه نقش مهمی در جامعه به عنوان یک کل دارد (Arslan, 2023).

عوامل مختلفی بر فروپاشی بنیان خانواده مؤثر است. یکی از این عوامل روابط فرازنشویی^۱ است که به عنوان بخشی از رفتار انسان پدیده‌ای بین فردی است که به راحتی نمی‌توان آن را مشاهده کرد (Michaelson et al., 2021). اغلب مردم برای داشتن عشق واقعی و روابط متعهد عاشقانه اشتیاق دارند؛ اما با این حال در این روابط به خیانت‌های همسر تهدید می‌شوند. می‌توان گفت، روابط فرازنشویی یکی از قوی‌ترین و پیش‌بینی‌کننده‌ترین عوامل انحلال رابطه برای زوج‌های متأهل است (Kanani & Alijani, 2022). روابط فرازنشویی، عبور فرد از مرز رابطه زناشویی با برقراری صمیمیت فیزیکی یا عاطفی فرد با فردی خارج از حیطه زناشویی است (Ojedokun, 2015). روابط فرازنشویی یک مشکل جدید نیست و زوج‌های متعددی تحت تأثیر آن قرار دارند. روابط فرازنشویی می‌تواند تبدیل به چالش مهمی برای زوجها شود که یکی از سخت‌ترین موارد برای درمان است (Pichon et al., 2020). پیچیدگی ارتباطات صمیمی و اثرات روابط فرازنشویی بر روی آن، ضرورتی را ایجاد کرده که درمانگران از منظرهای مختلف به این اثرات توجه کنند. ارتباطات صمیمی، متعهدانه و درازمدت، صرفاً به عنوان ازدواج یک زن و مرد در نظر گرفته می‌شود و برای روابط دیگر منظری ندارد (Whisman & Sanchez, 2024). زوجی که زندگی با یکدیگر را انتخاب می‌کنند؛ با ورود فرزندان خانواده‌ای را شکل می‌دهند، تصمیم می‌گیرند صرفاً با یکدیگر زندگی کنند، همه این ارتباطات تنها در قوانین ازدواج تعیین می‌شود (Sanchez et al., 2022).

بررسی پیشینه پژوهشی نشان می‌دهد بخش مهمی از پژوهش‌ها در زمینه آسیب‌شناسی و سبب‌شناسی مشکلات زوجین، به عوامل هیجانی و شناختی نظیر مشکلات و مسائل مربوط به شناخت، مدیریت، ارزیابی و نظارت بر هیجان‌ها در ارتباط متقابل همسران توجه کرده‌اند (Bortolon et al., 2019). به نظر می‌رسد یکی دیگر از عوامل شناختی که می‌تواند در جریان روابط فرازنشویی اثرگذار باشد، اجتناب شناختی^۲ است (Mohammadian et al., 2021). اجتناب شناختی راهی است که زوجین در مواجهه با رویدادهای اجتماعی و ارتباط‌های بین فردی انتخاب می‌کنند تا به شرایط فشارزا پاسخ گویند (Maeda et al., 2017). اجتناب شناختی به راهبردهایی گفته می‌شود که افراد خاطرات ناخوشایند یا افکار اضطراب‌برانگیز را به صورت هوشیارانه در ذهنشان سرکوب می‌نمایند و از آن‌ها اجتناب می‌کنند که این اجتناب شناختی گاهی اوقات در قالب نگرانی یا نشخوار ذهنی نمایان می‌شود (Bianchi et al., 2020). طبق شواهد موجود، زوجینی که در

¹. extramarital affairs

². cognitive avoidance

روابط زوجی خود دچار بدعملکردی هستند نسبت به سایرین، بیشتر از راهبردهای اجتناب شناختی برای رهایی از تفکرات نگران‌کننده مربوط به روابط خود استفاده می‌کنند که این فرایند با تشدید مشکلات ارتباطی در آن‌ها همراه است (Saffari et al., 2024). خرم‌آبادی و همکاران در پژوهشی نشان دادند که کارکردهای اجرایی، از جمله بازداری و حافظه فعال، با میانجی‌گری تعهد، بر روابط فرازنشویی تأثیر مستقیم دارند (Khorramabadi et al., 2019). محمودپور و همکاران در پژوهش خود نشان دادند که اجتناب شناختی با تعارضات زنشویی همبستگی مثبت و معناداری دارد (Mahmoudpour et al., 2021). نتایج پژوهش خلیلی و همکاران نشان داد که احساس حقارت و منبع کنترل با نگرش به روابط فرازنشویی همبستگی مثبت و معناداری دارند (Khalili et al., 2021).

مرور پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که اگرچه روابط فرازنشویی و عوامل مؤثر بر آن در مطالعات مختلف مورد بررسی قرار گرفته است، اغلب این تحقیقات بر متغیرهایی نظیر رضایت زنشویی (Aarti & Anuradha, 2019)، سبک‌های دلبستگی (Ghiasi et al., 2024) و ویژگی‌های شخصیتی (Dabagh Ghazvini et al., 2022) متمرکز بوده‌اند و نقش مؤلفه‌های شناختی، به‌ویژه اجتناب شناختی، کمتر به طور نظام‌مند مطالعه شده است. این خلأ پژوهشی، ضرورت انجام مطالعه حاضر را آشکار می‌سازد. بنابراین با وجود شواهد موجود مبنی بر نقش اجتناب شناختی در تعارضات و مشکلات کلی‌تر زنشویی، به نظر می‌رسد ادبیات پژوهشی موجود در زمینه بررسی مستقیم و پیش‌بینی‌کننده نقش اجتناب شناختی بر بروز روابط فرازنشویی، به‌ویژه در بافت فرهنگی و اجتماعی ایران، همچنان نیازمند غنای بیشتری است. از این رو، انجام پژوهش‌هایی که به طور خاص به این پیوند بپردازند و مستندات علمی بیشتری در این حوزه فراهم آورند، حائز اهمیت است تا بتوان مبنای مستحکمی برای طراحی مداخلات پیشگیرانه و درمانی مؤثر ایجاد کرد. بنابراین پژوهش حاضر با هدف پاسخگویی به این سوال انجام شد که آیا اجتناب شناختی می‌تواند روابط فرازنشویی را در زنان متأهل منطقه چهار شهر تهران پیش‌بینی کند؟

روش

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر روش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی زنان متأهل دارای روابط فرازنشویی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره منطقه ۴ شهر تهران به تعداد ۵۸۰ نفر در سال ۱۴۰۴-۱۴۰۳ بود. از میان جامعه آماری زنان متأهل دارای روابط فرازنشویی که جهت دریافت خدمات مشاوره و روان‌درمانی به کلینیک‌های منطقه ۴ شهر تهران مراجعه کردند براساس میزان آمادگی و رضایت آنان با توجه به روش پژوهش تعداد ۱۲۰ زن به روش در دسترس براساس فرمول نمونه‌گیری تاباچنیک و فیدل به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شد. بر اساس فرمول تاباچنیک و فیدل برای نمونه‌گیری حداقل حجم نمونه در مطالعات همبستگی از فرمول $N \geq 50 + 8M$ برآورد شد. در این فرمول N حجم نمونه و M تعداد متغیرهای پیش‌بین (مستقل) است. روش انتخاب نمونه ابتدا بدین شکل بود که پس از پاسخگویی به پرسشنامه خیانت زنشویی (روابط فرازنشویی) تعداد ۱۲۰ زن که دارای تجربه روابط فرازنشویی بودند انتخاب و در ادامه پرسشنامه اجتناب شناختی در اختیار آنان قرار داده شد. پس از پاسخگویی به پرسشنامه‌های پژوهش، تمامی پاسخ‌ها جهت تجزیه و تحلیل از آنان اخذ شد. لازم به ذکر است معیارهای ورود به پژوهش شامل: داشتن دیپلم، اعلام رضایت جهت شرکت در پژوهش بود. معیارهای خروج شامل عدم پاسخگویی کامل به پرسشنامه‌های پژوهش و عدم همکاری با پژوهشگر بود. در این پژوهش از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد.

مقیاس نگرش به خیانت زناشویی: این ابزار توسط واتلی در ۱۲ گویه طراحی شده است. گویه‌ها بر اساس مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت کاملاً موافقم (۷)، موافقم (۶)، نسبتاً موافقم (۵)، نظری ندارم (۴)، نسبتاً مخالفم (۳)، مخالفم (۲) و کاملاً مخالفم (۱) نمره‌گذاری و نمره‌گذاری و نمره‌گذاری می‌شوند، لذا دامنه نمرات بین ۱۲ تا ۸۴ است و نمره بالاتر نشان دهنده نگرش مثبت فرد به خیانت زناشویی می‌باشد. طراح این مقیاس، روایی آن را به روش واگرا ۰/۸۶ و پایایی با روش آلفای کرونباخ را ۰/۸۷ گزارش کرد (Whatley, 2008). ویژگی‌های روان سنجی این مقیاس در ایران توسط حبیبی و همکاران در بین ۵۲۸ نفر از زنان و مردان مراجعه کننده به مراکز مشاوره در تهران مورد بررسی قرار گرفت و ساختار عاملی مقیاس در یک عامل مرتبه اول با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی، تأیید شد؛ آنها همچنین پایایی با روش آلفای کرونباخ را ۰/۷۱ و به روش بازآزمایی ۰/۸۷ برآورد کردند (Habibi et al., 2019). در پژوهش فعلی پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ محاسبه شد.

مقیاس اجتناب شناختی: این پرسشنامه توسط سکستون و داگاس ساخته شده است. پرسشنامه دارای ۲۵ سوال بوده و هدف آن سنجش اجتناب شناختی از ابعاد مختلف (واپس زنی افکار نگران کننده، جانشینی افکار مثبت به جای افکار نگران کننده، استفاده از توجه برگردانی برای قطع روند نگرانی، اجتناب از موقعیت‌ها و فعالیت‌های فعال ساز افکار نگران کننده، تغییر تصاویر ذهنی به افکار کلامی) است. این مقیاس در طیف پنج درجه‌ای از کاملاً غلط تا کاملاً درست نمره‌گذاری می‌شود. برای به دست آوردن امتیاز کلی مقیاس، مجموع امتیازات همه سوالات با هم جمع می‌شود. دامنه نمرات مقیاس بین ۲۵ تا ۱۲۵ خواهد بود. نمره پایین نشان دهنده اجتناب شناختی پایین و نمره بالاتر به معنای اجتناب شناختی بالا است. آزمودنی‌ها بر اساس طیف لیکرتی بین ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) به سؤال‌ها پاسخ می‌دهند (Sexton & Dugas, 2008). این پرسشنامه برای اولین بار در ایران توسط بساک نژاد و همکاران ترجمه و بر روی جمعیت دانشجویان اعتباریابی شد. ایشان ضریب پایایی این مقیاس را به روش آلفای کرونباخ در کل آزمودنی‌ها برای نمره کل اجتناب شناختی برابر ۰/۹۱ و به ترتیب برای خرده مقیاس فرونشانی فکر ۰/۹۰، جانشینی فکر ۰/۷۱، حواس پرتی ۰/۸۹، اجتناب از محرک تهدید کننده ۰/۹۰ و برای تبدیل تصورات به افکار ۰/۸۴ گزارش کردند. ضریب روایی این ابزار از طریق ضریب همبستگی با سیاهه فرونشانی فکر خرس سفید برابر ۰/۴۸ به دست آمد که در سطح ۰/۰۱ معنی دار است (Bassak-Nejad et al., 2011). در پژوهش فعلی پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ محاسبه شد.

یافته‌ها

در این پژوهش ۱۲۰ نفر شرکت داشتند بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه پژوهش نشان می‌دهد که از نظر توزیع سنی، ۴ نفر (۳٫۳٪) در دامنه سنی ۲۰ تا ۲۵ سال، ۲۴ نفر (۲۰٪) بین ۲۶ تا ۳۰ سال، ۲۳ نفر (۱۹٫۲٪) بین ۳۱ تا ۳۵ سال و ۶۹ نفر (۵۷٫۵٪) بیش از ۳۶ سال سن داشتند. در خصوص مدت ازدواج، ۳۳ نفر (۲۷٫۱٪) بین ۱ تا ۳ سال، ۲۰ نفر (۱۶٫۴٪) بین ۴ تا ۶ سال، ۲۱ نفر (۱۷٫۵٪) بین ۷ تا ۱۰ سال و ۴۶ نفر (۳۹٪) بیش از ۱۰ سال سابقه ازدواج داشتند. همچنین، از لحاظ تعداد فرزندان، ۶۱ نفر (۵۰٫۶٪) فرزندی نداشتند، ۳۰ نفر (۲۵٫۳٪) دارای یک فرزند، ۲۴ نفر (۲۰٫۴٪)

دارای دو فرزند و ۵ نفر (۰.۴,۱) دارای سه فرزند یا بیشتر بودند. جدول ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. جدول ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	مولفه	تعداد	حداقل نمره	حداکثر نمره	میانگین	انحراف معیار
اجتناب شناختی	واپس زنی افکار نگران کننده	۱۲۰	۷	۲۵	۱۶/۸۹	۴/۲۲
	جاننشینی افکار مثبت	۱۲۰	۵	۳۳	۱۳/۴۱	۴/۳۷
	برگردانی توجه	۱۲۰	۵	۲۵	۱۶/۱۱	۴/۷۲
	اجتناب از موقعیت	۱۲۰	۵	۲۵	۱۶/۰۶	۴/۱۶
	تغییر تصاویر ذهنی	۱۲۰	۵	۳۴	۱۵/۰۶	۴/۰۵
	نمره کل اجتناب شناختی	۱۲۰	۳۱	۱۱۳	۷۷/۵۵	۱۸/۲۸
	خیانت زناشویی	۱۲۰	۱۲	۶۲	۲۵/۵۸	۱۳/۰۳

جدول ۲ ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
واپس زنی افکار نگران کننده	۱						
جاننشینی افکار مثبت	۰/۴۲۵	۱					
برگردانی توجه برای قطع نگرانی	۰/۶۲۳	۰/۶۷۰	۱				
اجتناب از موقعیت	۰/۶۴۷	۰/۶۴۸	۰/۶۹۱	۱			
تغییر تصاویر ذهنی	۰/۶۴۶	۰/۶۸۸	۰/۷۳۹	۰/۷۲۲	۱		
نمره کل اجتناب شناختی	۰/۷۸۷	۰/۸۱۳	۰/۸۸۲	۰/۸۷۱	۰/۸۸۹	۱	
خیانت زناشویی	۰/۰۵۹	۰/۳۰۲	۰/۰۰۸	۰/۱۵۱	۰/۰۲۲	۰/۱۲۷	۱
	۰/۳۳۸	۰/۰۰۱	۰/۹۰۲	۰/۰۱۳	۰/۷۲۲	۰/۰۳۷	

نتایج جدول نشان می‌دهد که بین خیانت زناشویی با مولفه های جاننشینی افکار مثبت، اجتناب از موقعیت و نمره کل اجتناب شناختی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نتایج نشان می‌دهد که بین خیانت زناشویی با مولفه های واپس زنی افکار نگران کننده، برگردانی توجه برای قطع نگرانی و تغییر تصاویر ذهنی همبستگی معناداری مشاهده نشد. جهت پیش بینی روابط فرازناشویی بر اساس اجتناب شناختی از تحلیل رگرسیون استفاده شد که نتایج در جداول زیر ارائه شده است.

جدول ۳. خلاصه مدل رگرسیون برای پیش بینی روابط فرازناشویی بر اساس اجتناب شناختی

ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تبیین چندگانه	ضریب تبیین چندگانه تعدیل شده	خطای معیار برآورد
۰/۷۳۹	۰/۵۴۶	۰/۵۳۵	۸/۸۸

در جدول ۳ خلاصه مدل ارائه شده است ضریب تبیین برابر با ۰/۵۴۶ بدست آمده است در نتیجه می‌توان گفت که ۰/۵۵ درصد از واریانس نمرات روابط فرازناشویی بر اساس اجتناب شناختی قابل تبیین است.

جدول ۴. خلاصه آنوا برای بررسی معنی داری مدل رگرسیون برای پیش بینی نمرات روابط فرازناشویی براساس اجتناب شناختی

پراکنش	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی داری
رگرسیون	۳۵/۸۸۵	۱	۳۵/۸۸۵	۲۱۱/۴۸۷	۰/۰۰۱
باقیمانده	۲۰/۰۲۲	۱۱۸	۰/۱۷۰		
کل	۵۵/۹۰۷	۱۱۹			

نتایج آزمون آنوا برای بررسی معنی داری مدل رگرسیون برای پیش بینی نمرات روابط فرازناشویی براساس اجتناب شناختی ارائه شده است. مقدار F برابر با ۲۱۱/۴۸۷ بوده و در سطح ۰/۰۰۱ معنی دار است. بنابراین می توان گفت که بین نمرات روابط فرازناشویی با اجتناب شناختی رابطه خطی وجود دارد.

جدول ۵. ضرایب رگرسیون مدل پیش بینی نمرات روابط فرازناشویی براساس اجتناب شناختی

گام	ضرایب استاندارد نشده	ضرایب استاندارد شده	T	سطح معناداری
آماره	خطای معیار			
اجتناب شناختی	۰/۸۲۳	۰/۰۵۰	۱۶/۶۲	۰/۰۰۱

در جدول ۵ ضرایب رگرسیون مدل پیش بینی نمرات روابط فرازناشویی براساس اجتناب شناختی ارائه شده است. ضریب رگرسیون استاندارد شده برای اجتناب شناختی ۰/۷۱۳ می باشد. بنابراین با توجه به نتایج جدول، اجتناب شناختی توان پیش بینی روابط فرازناشویی در زنان متأهل را دارد.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش بینی روابط فرازناشویی براساس اجتناب شناختی انجام شد. نتایج نشان داد که بین خیانت زناشویی با مولفه های جانشینی افکار مثبت، اجتناب از موقعیت و نمره کل اجتناب شناختی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش صابری و همکاران (۱۴۰۳) و ثابت رو و همکاران (۲۰۲۳) همسو بود. همچنین نتایج نشان داد که بین خیانت زناشویی با مولفه های واپس زنی افکار نگران کننده، برگردانی توجه برای قطع نگرانی و تغییر تصاویر ذهنی همبستگی معناداری مشاهده نشد که همسو با نتایج پژوهش های عطاپور و همکاران (۲۰۲۱) بود. در تبیین این نتایج می توان گفت اجتناب شناختی به معنای تلاش فرد برای فرار از افکار، احساسات و موقعیت های ناخوشایند است (Wang et al., 2024). در این راستا، بررسی ارتباط بین اجتناب شناختی و بروز روابط فرازناشویی در زنان متأهل می تواند به درک بهتری از این پدیده کمک کند. اجتناب شناختی به فرآیندهایی اشاره دارد که در آن فرد سعی می کند از افکار و احساسات منفی خود دوری کند. این نوع اجتناب می تواند شامل نادیده گرفتن مشکلات، تغییر موضوع گفتگو، یا

حتی استفاده از مکانیزم‌های دفاعی مانند انکار باشد. افرادی که به اجتناب شناختی تمایل دارند، معمولاً در مواجهه با چالش‌ها و مشکلات، به جای مواجهه و حل آن‌ها، به فرار از آن‌ها روی می‌آورند (Kashdan et al., 2014). این رفتار می‌تواند به نادیده گرفتن مشکلات موجود در روابط زناشویی و عدم تلاش برای بهبود آن‌ها منجر شود. زنانی که به اجتناب شناختی تمایل دارند، ممکن است در مواجهه با مشکلات زناشویی، به جای تلاش برای حل آن‌ها، به روابط فرازناشویی روی آورند. این امر می‌تواند به عنوان یک مکانیزم دفاعی برای کاهش احساسات منفی و اضطراب عمل کند (Rezakhaniha & Ashkan, 2022). به عبارت دیگر، وقتی که یک زن متأهل نمی‌تواند با احساسات منفی ناشی از مشکلات زناشویی خود کنار بیاید، ممکن است به دنبال راهی برای فرار از این احساسات باشد و روابط خارج از ازدواج را به عنوان یک راه‌حل انتخاب کند (Cabrera Garcia & Aya Gómez, 2014). اجتناب شناختی می‌تواند به نادیده گرفتن مشکلات موجود در رابطه و عدم تلاش برای حل آن‌ها منجر شود. زنانی که به اجتناب از افکار و احساسات منفی خود تمایل دارند، ممکن است به راحتی از مشکلات زناشویی خود چشم‌پوشی کنند و به جای مواجهه با آن‌ها، به روابط فرازناشویی پناه ببرند (Maner et al., 2009). این نوع رفتار می‌تواند به ایجاد یک چرخه معیوب منجر شود که در آن مشکلات زناشویی به جای حل شدن، تشدید می‌شوند و فرد به روابط خارج از ازدواج روی می‌آورد. زنان متأهلی که به اجتناب شناختی تمایل دارند، ممکن است به شدت به تأیید و محبت از سوی دیگران وابسته شوند. این نیاز به تأیید می‌تواند آن‌ها را به سمت روابط خارج از ازدواج سوق دهد، زیرا در این روابط ممکن است احساس ارزشمندی و تأیید را تجربه کنند. این امر به ویژه در شرایطی که احساس می‌کنند در رابطه زناشویی خود نادیده گرفته شده‌اند، بیشتر مشهود است (Vakilian et al., 2024).

نتایج این پژوهش به وضوح نشان داد که اجتناب شناختی، به‌ویژه ابعاد «جان‌شینی افکار مثبت» و «اجتناب از موقعیت‌های تحریک‌کننده»، عاملی روان‌شناختی محوری و پیش‌بین قدرتمند در بروز و تداوم روابط فرازناشویی در زنان متأهل است. این یافته حاکی از آن است که راهبردهای ناسازگارانه اجتناب شناختی، از جمله سرکوب افکار منفی مرتبط با ازدواج یا پرهیز از مواجهه با چالش‌های زناشویی، می‌تواند به جای حل مشکلات اساسی، فرد را به سمت جستجوی ارضای نیازها و فرار از ناراحتی‌ها در خارج از چارچوب ازدواج سوق دهد. این فرایند با جلوگیری از پردازش سازنده تعارضات و هیجانات منفی، چرخه‌ای معیوب ایجاد می‌کند که در آن مشکلات زناشویی نادیده گرفته شده و تمایل به روابط فرازناشویی به عنوان یک مکانیزم دفاعی یا راه‌حل موقت تقویت می‌شود. این درک عمیق‌تر از نقش اجتناب شناختی، مبنایی قوی برای طراحی و توسعه مداخلات پیشگیرانه و درمانی هدفمند در حوزه روابط زناشویی فراهم می‌آورد.

محدودیت‌های و پیشنهاد‌های پژوهش

این پژوهش، همانند سایر پژوهش‌ها، با محدودیت‌هایی همراه بود؛ از جمله اینکه تعمیم نتایج به جوامع مشابه، از قبیل شهرها و مناطق جغرافیایی با فرهنگ‌ها و شرایط اقتصادی و اجتماعی متفاوت، باید با احتیاط صورت گیرد؛ به علت استفاده از ابزار پرسشنامه امکان سوگیری اجتماعی آزمون شوندگان وجود داشت. در نهایت، می‌توان گفت که اجتناب شناختی نقش مهمی در بروز روابط فرازناشویی در زنان متأهل ایفا می‌کند. زنانی که به اجتناب شناختی تمایل دارند، ممکن است به راحتی تحت تأثیر احساسات منفی قرار گیرند و به جای مواجهه با مشکلات زناشویی، به روابط خارج از ازدواج روی آورند. شناسایی و درک این ارتباط می‌تواند به مشاوران و روان‌شناسان کمک کند تا راهکارهای مؤثری برای پیشگیری از روابط

فرازناشویی و بهبود کیفیت روابط زناشویی ارائه دهند. به این ترتیب، توجه به اجتناب شناختی به عنوان یک عامل کلیدی در درمان و مشاوره برای زنان متأهل می‌تواند به بهبود سلامت روانی و کیفیت زندگی آن‌ها کمک کند.

تعارض منافع

این پژوهش برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد می‌باشد. همچنین همکاری شرکت کنندگان داوطلبانه بود و رضایت آنها اعلام شد. آغاز همکاری علاوه بر این، جنبه‌های محرمانه بودن و انصراف از تحقیقات در هر مرحله به آنها اعلام شد.

اخلاق پژوهش

این مقاله برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد واحد الکترونیک تهران با کد مصوب ۵۰۳۰۲۹۲۴۵۰۰۷۳۲۱۷ است. پژوهش حاضر با رعایت اصول اخلاقی از جمله کسب رضایت‌نامه کتبی به منظور شرکت در پژوهش؛ احترام به اصل رازداری در پژوهش به طوری که جهت محرمانه بودن اسامی و اطلاعاتی که موجب شناسایی هویت شرکت کنندگان می‌گردید، حذف شد؛ ارائه اطلاعات کافی در مورد چگونگی پژوهش به تمام شرکت کنندگان و آزاد بودن آنها برای خروج از روند پژوهش انجام شد.

حمایت مالی

پژوهش حاضر برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد بوده و بدون حمایت مالی انجام گرفته است.

سپاسگزاری

بدینوسیله از زوجین شرکت کننده در این تحقیق تشکر و قدردانی می‌نمایم.

References

- Aarti, S., & Anuradha, M. (2019). Marital satisfaction and extramarital intentions in clinical and non-clinical samples. *International Journal of Indian Psychology*, 7(4).
- Arslan, A. (2023). Characteristics, types and functions of family concept. *African Educational Research Journal*, 11(1), 45-48.
- Bassak-Nejad, S., Moini, N., & Mehrabzadeh-Honarmand, M. (2011). The relationship between post event processing and cognitive avoidance with social anxiety among students. *International Journal of Behavioral Sciences*, 4(4), 335-340.
- Bianchi, D., Lonigro, A., Baiocco, R., Baumgartner, E., & Laghi, F. (2020). Social anxiety and peer communication quality during adolescence: The interaction of social avoidance, empathic concern and perspective taking. *Child & Youth Care Forum*,

- Bortolon, C., Lopes, B., Capdevielle, D., Macioce, V., & Raffard, S. (2019). The roles of cognitive avoidance, rumination and negative affect in the association between abusive supervision in the workplace and non-clinical paranoia in a sample of workers working in France. *Psychiatry research*, 271, 581-589.
- Cabrera Garcia, V., & Aya Gómez, V. (2014). Limitations of evolutionary theory in explaining marital satisfaction and stability of couple relationships. *International Journal of Psychological Research*, 7(1), 81-93.
- Dabagh Ghazvini, S., Moinalghorabaei, M., Baharestani, B., Alizadeh Ghavidel, A., & Ranjbaripour, T. (2022). Extramarital Relationship Prediction Model Based on Personality Traits and Attachment Styles Mediated by Self-Control, Conflict Management and Forgiveness. *Razi Journal of Medical Sciences*, 29(10), 479-485.
- Elsayed, W. (2024). Building a better society: The Vital role of Family's social values in creating a culture of giving in young Children's minds. *Heliyon*, 10(7).
- Ganiyeva, F. (2022). The role of the family as a social institution in the formation of society in modern times. *Vakaniivis-Uluslararası Tarih Araştırmaları Dergisi*, 7(Sp. Issue), 1566-1581.
- Ghiasi, N., Rasoal, D., Haseli, A., & Feli, R. (2024). The interplay of attachment styles and marital infidelity: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, 10(1).
- Habibi, M., Sayed Alitabar, S. H., Pouravari, M., & Salehi, S. (2019). Reliability, validity and factor structure for the attitudes toward infidelity scale. *Journal of Research and Health*, 9(4), 294-301.
- Kanani, M. A., & Alijani, M. (2022). Extramarital Affairs and the Contexts: A qualitative Study in Rasht. *Sociology of Social Institutions*, 8(18), 273-296.
- Kashdan, T. B., Goodman, F. R., Machell, K. A., Kleiman, E. M., Monfort, S. S., Ciarrochi, J., & Nezlek, J. B. (2014). A contextual approach to experiential avoidance and social anxiety: evidence from an experimental interaction and daily interactions of people with social anxiety disorder. *Emotion*, 14(4), 769.
- Khalili, R., Bahmani, B., Khanjani, M., & Vahedi, M. (2021). The Relationship between Attitude towards Extramarital affairs with the Feeling of Inferiority, Locus of Control, and Practice of Religious Beliefs in Wives of Addicted Men.
- Khan, F. U., Islam, Z. U., & Jabeen, A. (2020). The family as a social institution and its role in the promotion of sports. *Journal of Social Research Development (JSRD)*, 1(1), 46-59.
- Khorramabadi, R., Sepehri Shamloo, Z., Salehi Fadardi, J., & Bigdeli, I. (2019). Prediction of extramarital relationships based on executive functions with the mediatory role of marital commitment. *Practice in Clinical Psychology*, 7(2), 147-157.
- Maeda, S., Sato, T., Shimada, H., & Tsumura, H. (2017). Post-event processing predicts impaired cortisol recovery following social stressor: the moderating role of social anxiety. *Frontiers in Psychology*, 8, 1919.
- Mahmoudpour, A., Aminian, A., Nowzari, M., & Naeimi, E. (2021). The role of cognitive avoidance and emotional expression in predicting marital conflict in women in Tehran. *Journal of Psychological Science*, 20(98), 209-218.

- Maner, J. K., Gailliot, M. T., & Miller, S. L. (2009). The implicit cognition of relationship maintenance: Inattention to attractive alternatives. *Journal of Experimental Social Psychology, 45*(1), 174-179.
- Michaelson, V., Pilato, K. A., & Davison, C. M. (2021). Family as a health promotion setting: A scoping review of conceptual models of the health-promoting family. *PloS one, 16*(4), e0249707.
- Mohammadian, S., Asgari, P., Makvandi, B., & Naderi, F. (2021). Effects of schema therapy on anxiety, cognitive avoidance, and resilience in couples with conflicts. *Caspian Journal of Health Research, 6*(2), 47-56.
- Ojedokun, I. M. (2015). Extramarital affair as correlate of reproductive health and home instability among couples in Ibadan, Nigeria. *African Journal of social work, 5*(2), 1-40.
- Pichon, M., Treves-Kagan, S., Stern, E., Kyegombe, N., Stöckl, H., & Buller, A. M. (2020). A mixed-methods systematic review: Infidelity, romantic jealousy and intimate partner violence against women. *International journal of environmental research and public health, 17*(16), 5682.
- Rezakhaniha, G., & Ashkan, S. (2022). Prediction of tendency to extramarital relationships based on early maladaptive schemas and social support in women. *Advances in Cognitive Science, 24*(1), 133-146.
- Saffari, E., Nasehi, M., & Yousefzadeh, P. (2024). Cognitive Emotion Regulation Strategies and Marital Communication Patterns in Married Women: Investigating the Mediating Role of Defense Mechanisms. *Practice in Clinical Psychology, 12*(3), 285-296.
- Sanchez, L., Whisman, M. A., Hughes, J. A., & Gordon, K. C. (2022). Diversity in the prevalence and correlates of extramarital sex in a probability sample of Latino adults. *Journal of Family Psychology, 36*(4), 555.
- Sexton, K. A., & Dugas, M. J. (2008). The cognitive avoidance questionnaire: validation of the English translation. *Journal of anxiety disorders, 22*(3), 355-370.
- Vakilian, K., Ebrahimi, S., Fouladvand, M., Moslemi, A., & Najdi, N. (2024). Predicting Commitment of Married Women based on Emotional Intimacy, Cognitive Flexibility, and Irrational Beliefs of Infertile Couples in Arak City in the 2021: A Cross-sectional Study. *The Open Public Health Journal, 17*(1).
- Wang, Y., Tian, J., & Yang, Q. (2024). Experiential avoidance process model: a review of the mechanism for the generation and maintenance of Avoidance Behavior. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology, 34*(2), 179.
- Whatley, M. (2008). *Attitudes toward infidelity scale: Ed: D.Knox, ve C. Schacht) Choices in relationships*. Belmont, California: Thompson Wadsworth publishing.
- Whisman, M. A., & Sanceez, L. (2003). "I know what you did" relationship satisfaction and reported and suspected extramarital sex. *Family process, 63*(3), 1217-1230.