

## پدیدارشناسی روش‌های توجیه خیانت: سازوکارهای رویارویی با ناهماهنگی‌های شناختی در روابط فرا زناشویی

### Phenomenology of strategies of justifying infidelity: Mechanisms to cope with cognitive dissonance of marital infidelity

Omid Isanejad  
Arezoo Baghery

امید عیسی نژاد\*  
آرزو باقری\*\*

#### Abstract

Marital infidelity is one of the most important events that couples seek cure for, and its negative impacts on couples is placed second after physical harassment. In most cases of infidelity, individuals are faced with a cognitive dissonance in self-perception. The present study uses a qualitative method to response to this question how the individuals' decision-making increases the risk of getting involved in marital infidelity, and more specifically how a man permits himself to engage in this phenomenon. A purposive sampling was run, which led to selecting 8 men who had referred to counseling centers over 2016 due to infidelity. Semi-structured interviews with the men with infidelity were recorded, and then transcribed in order to be encoded. Data analysis was conducted using transcendental phenomenological model (Moustakas, 1994). The results indicated that to decrease their cognitive dissonance and continue their infidelity, the individuals used two general methods: first, modifying their beliefs and attitudes and second, referring marital dissatisfaction as an excuse. Experts can use the justifying methods that the individuals use to reduce their cognitive dissonance and through which they permit themselves to engage in infidelity in interventional approaches, and clarify the power of such justifications for them through exposure.

**Key Words:** *cognitive dissonance, self-justification, marital infidelity*

#### چکیده

خیانت زناشویی از مهم‌ترین پیشامدهایی است که زوجها برای آن در جستجوی درمان برمی آیند و تأثیرات منفی آن بر زوجها پس از آزار بدنی در رده دوم قرار دارد. در بیشتر موارد خیانت، افراد به یک ناهماهنگی شناختی در خود ادراکی دچار هستند. این پژوهش با به کارگیری روش کیفی به این پرسمان می‌پردازد که چگونه تصمیم‌گیری افراد، خطر درگیر شدن در خیانت زناشویی را افزایش می‌دهد. به‌ویژه آنکه چگونه یک مرد به خود روا می‌بیند به‌سوی برقراری رابطه فرا زناشویی پیش رود، مورد بررسی قرار گرفت. نمونه‌گیری به شیوه هدفمند انجام شد. نمونه مورد مطالعه شامل هشت مرد می‌شود که در سال ۱۳۹۵ به دلیل درگیر بودن در خیانت به مراکز مشاوره مراجعه کردند. مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته با مردانی که خیانت زناشویی داشته‌اند، ضبط شد و سپس برای کدگذاری رونویسی شدند. از مدل پدیدار شناختی استعلایی (موستاکس، ۱۹۹۴) برای تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده استفاده شد. یافته‌ها نشان داد که افراد برای کاهش ناهماهنگی‌های شناختی خود در راستای پیش برد خیانت زناشویی به دو شیوه فراگیر عمل می‌کنند: ایجاد انعطاف در باورها و نگرش‌ها، بهانه ساختن نارضایتی زناشویی. متخصصان می‌توانند از راهکارهای توجیهی که افراد برای کاهش ناهماهنگی‌های شناختی خود به کار می‌برند و از طریق آنها به خود اجازه می‌دهند خیانت کنند در راهبردهای مداخله‌ای استفاده کنند و از طریق مواجهه سازی، تأثیر پنهان این توجیهات را برای آنها آشکار سازند.

**واژگان کلیدی:** *ناماهنگی شناختی، توجیه خود، خیانت*

زناشویی

\*. استادیار گروه مشاوره خانواده، دانشگاه کردستان، کردستان، ایران (نویسنده مسئول) farhangmad@gmail.com

\*\* . کارشناس ارشد مشاوره خانواده، انجمن علمی مشاوره، دانشگاه کردستان، کردستان، ایران.

## مقدمه

اجتماعی‌بودن انسان به‌عنوان یک اصل وجودی از یکسو و از سوی دیگر آمیخته بودن وجود وی با طیف گسترده‌ای از نیازهای درونی مانند نیازهای عاطفی و جنسی منجر به گرایش فرد به تبادلات و تعاملات اجتماعی به‌ویژه پیوند با جنس ناهمسان، برای ارضای این نیازها و حفظ امنیت درون فردی می‌شود (چوپانی و کرمی، ۱۳۹۵). پیوند میان دو جنس به‌عنوان یکی از روش‌های اصلی برای ارضای نیازهای درون فردی و میان فردی اشخاص، اشکال و شیوه‌های گوناگونی دارد که یکی از اصلی‌ترین این روش‌ها ازدواج رسمی است، ازدواجی که به‌صورت قانونی و عرفی دو فرد را به شکل‌دهی و تداوم ارتباط میان فردی خویش تا پایان زندگی و به‌صورت انحصاری متعهد می‌کند، تعهدی که زمینه‌ساز شکل‌گیری نهاد خانواده می‌شود (جوان، ۱۳۸۷). موفقیت پیوند زناشویی و استحکام نهاد خانواده متأثر از علل و عوامل گوناگون در ابعاد درون فردی، میان فردی و محیطی است که یکی از اصلی‌ترین این عوامل که پایداری پیوند یادشده و سلامت نظام خانواده را مختل می‌سازد درهم‌شکسته تعهد انحصار روابط جنسی و عاطفی در چارچوب پیوند زناشویی یا همان خیانت زناشویی است (آلندورف و چیمیری<sup>۱</sup>، ۲۰۱۳؛ کارگر، کیمیایی و مشهدی، ۱۳۹۳). خیانت زناشویی یک آسیب چندبعدی است که افزون بر زوجین، دیگر اعضای خانواده و حتی جامعه را در معرض خطر و فروپاشی قرار می‌دهد (سهرابی و رسولی، ۱۳۸۷). با توجه به تأثیر غیرقابل‌انکار این مسئله بر افراد و جامعه در سال‌های اخیر پژوهش‌های گسترده‌ای در این حوزه صورت گرفته است، در این راستا نیاز به بررسی علل و عوامل مختلف تاثیرگذار در گرایش زوجین به روابط فرازناشویی برای پیشگیری و کاهش آمار خیانت زناشویی احساس می‌شود.

هدف از این پژوهش بررسی این موضوع است که شرکای رابطه چگونه به خود اجازه می‌دهند آغازگر و ادامه‌دهنده‌ی یک رابطه‌ی فرا زناشویی باشند؟ چگونه یک فرد، خیانت زناشویی را توجیه و سازوکاری ایجاد می‌کند که خیانت نمودن را برای خود مجاز نماید و درعین حال چگونه مرزهایی که از

<sup>۱</sup>. Allendorf & Ghimere

رابطه‌ی ازدواج حمایت می‌کنند را تضعیف می‌کند تا بتواند با تجربه‌ی تنش کمتر در یک رابطه‌ی فرا زناشویی شرکت کند؟

خیانت برای مردم معانی گوناگونی دارد. برای برخی از افراد، به معنای داشتن رابطه‌ی جنسی و برای برخی دیگر به معنای داشتن رابطه‌ی عاطفی پنهانی با فرد دیگری به‌جز همسر است (گیتار و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶؛ کروگر، رینتز، وسترلینگ، اسکوتز و کلیم<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲؛ هرتلین، ویچر و پیرسی<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵). از نقطه نظر بلو و هارتنت<sup>۴</sup> (۲۰۰۵)، خیانت به معنای داشتن هرگونه رابطه‌ی جنسی یا عاطفی به‌صورت پنهانی است که تعهد به رابطه‌ی زناشویی را نقض می‌کند. پژوهش‌ها درباره خیانت شامل خیانت جنسی و خیانت عاطفی است. در واقع دامنه رفتار دونفره از لاس زدن تا رابطه جنسی بلندمدت متغیر است که می‌تواند شدت و حدت متفاوت داشته باشد (گیتار و همکاران ۲۰۱۶). افزون بر نایکسانی در تعریف خیانت زناشویی آمارهای مربوط به نرخ شیوع این پدیده نیز ناهمسان است؛ تفاوت در آمار خیانت زناشویی می‌تواند تا اندازه فراوانی متأثر از ناهمسانی برداشت و تعریف پژوهشگران و اندیشمندان از خیانت زناشویی باشد، به‌گونه‌ای که ایندور، پری‌پالدی، هیرسچبرگ، بیرون‌بانوم و دیوتسج<sup>۵</sup> (۲۰۱۵)، در پژوهشی که در آمریکا انجام دادند، نشان دادند که ۲۱ تا ۲۵ درصد از مردان و ۱۱ تا ۱۵ درصد از زنان در طول زندگی مرتکب خیانت زناشویی شده‌اند. باین‌حال بسیاری از دیگر پژوهشگران تراز گرایش زوجین به خیانت را در جوامع مختلف ۲۰ تا ۲۵ درصد گزارش کردند (فینچام و می<sup>۶</sup>، ۲۰۱۷؛ مارک، جانست و میلهاسن<sup>۷</sup>؛ ۲۰۱۱؛ ویسمن، گردون و چاتف<sup>۸</sup>؛ ۲۰۰۷). در جامعه ایران نیز باوجود اینکه پژوهش ویژه‌ای درباره میزان و درصد شیوع خیانت در بین زوجین انجام نشده است ولی بسیاری از پژوهش‌ها مواردی از این بحران در بین زوجین را گزارش کردند (نوابی و محمدی آریا، ۱۳۹۴؛ مومنی‌جاوید و نادری‌نوبان‌جانی، ۱۳۹۳) باین‌حال درصد شیوع خیانت در جوامع غربی در جامعه ایرانی صدق نمی‌کند. اگرچه برخی

<sup>1</sup>. Guitar, Geher, Kruger, Garcia, Fisher, Fitzgerald

<sup>2</sup>. Kröger, Reißner, Vasterling, Schütz & Kliem

<sup>3</sup>. Hertlein, Wetchler & Piercy

<sup>4</sup>. Blow & Hartnett

<sup>5</sup>. Eindor, Perrypaldi, Hirschberger, Birnbaum, & Deutsch.

<sup>6</sup>. Fincham & May

<sup>7</sup>. Mark, Janssen & Milhausen

<sup>8</sup>. Whisman, Gordon & Chatav

پژوهشگران باور دارند که خیانت نشانه‌های کاستی در رابطه زوجین است و تنها در روابط ملال‌آور اتفاق می‌افتد (فینچام و می، ۲۰۱۷؛ اسکینکمن و ورنک<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰) ولی آتکینز، بوکام و جاکوبسن<sup>۲</sup> (۲۰۰۱) بیان کردند که نبود رضایت تنها شاخص خیانت نیست. پژوهش‌های اخیر به عوامل تأثیرگذار متنوعی در خیانت زناشویی دست یافته‌اند، عواملی مانند همسرگزینی فراخور (جفت شدن شریک‌ها با ویژگی‌های همسان) (بروک و موناکو<sup>۳</sup>، ۲۰۱۳؛ فینچام، لامبرت و بیچ<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰)، مسائل جنسی (گیتارو همکاران، ۲۰۱۶؛ اوکانر، پیسانسکی، تیگ، فراکر و فیبرگ<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴)، کم‌رنج شدن شکاف جنسیتی نیروی کار و همکاران جنس ناهمسان (باران اولادی، اعتمادی، احمدی و فاتح زاده، ۲۰۱۶؛ کروکای<sup>۶</sup>، ۲۰۱۳)، نگرش‌های سهل‌انگارانه به روابط (اسکات کاکورس<sup>۷</sup>، ۲۰۰۹؛ کروگر و همکاران<sup>۸</sup>، ۲۰۱۵). جکمن<sup>۹</sup> (۲۰۱۵) نیز بیان می‌کند که نگرش موافق درباره خیانت، مقبولیت اجتماعی و همچنین کاهش جذابیت همسر، دلایل خیانت هستند.

به‌طور کلی پژوهش‌های اخیر در کوشش برای پیش‌بینی خیانت، به عوامل فردی، رابطه‌ای و بافتی به‌صورت هم‌زمان توجه کرده‌اند (فینچام و می، ۲۰۱۷؛ باران اولادی، ۲۰۱۶؛ آلن و همکاران<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۵). به‌رغم اینکه پژوهش‌ها به دلایل فراوانی برای خیانت زناشویی دست یافته‌اند ولی همچنان شناخت درستی از چستی آن در دسترس نیست (فوسترو میسرا<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۳؛ شاکلفورد، بسر و گوتز<sup>۱۲</sup>، ۲۰۰۸).

استدلال‌های خیانت زناشویی، اغلب به‌گونه‌ای بیان می‌شود که همسر لغزشکار (خیانت‌کار) را از مسئولیت شخصی معاف می‌کند (کاواساکی، واکر، ولکینسن، کوین و شارپ<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۳)؛ عبارت "افتاد" (پیش آمد) برای درمانگرانی که با زوج‌هایی کار می‌کنند که خیانت فرا زناشویی را تجربه

<sup>1</sup>. Scheinkman & Werneck

<sup>2</sup>. Atkins, Baucom, & Jacobson

<sup>3</sup>. Brooks & Monaco

<sup>4</sup>. Fincham, Lambert & Beach

<sup>5</sup>. O'Connor, Pisanski, Tigue, Fraccaro & Feinberg

<sup>6</sup>. Kuroki

<sup>7</sup>. Scott-Kakures

<sup>8</sup>. Kruger, Fisher, Fitzgerald, Garcia, Geher & Guitar

<sup>9</sup>. Jackman

<sup>10</sup>. Allen, Atkins, Baucom, Snyder, Gordon & Glass

<sup>11</sup>. Foster & Misra

<sup>12</sup>. Shackelford, Besser & Goetz

<sup>13</sup>. Kowalski, Walker, Wilkinson, Queen & Sharpe

کرده‌اند، بسیار آشناست. با این حال، اقدام به خیانت زناشویی، بی‌گمان ارادی و یک تصمیم آگاهانه از سوی همسر لغزشکار برای مشارکت در یک رابطه خارج از ازدواج است (جین فرو، هرینگ و جوریچ، ۲۰۱۶؛ براوو و لامکین<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). با توجه به اینکه خیانت زناشویی یک اقدام ارادی است، نکته‌ی قابل توجه این است که فرد چگونه می‌تواند به خود اجازه دهد که به شریک زندگی خیانت کند؟ چگونه این عمل را برای خود توجیه می‌کند؟

برای بیشتر مردم، وفاداری در رابطه رمانتیک ارزش بسیار بالایی دارد. نظرسنجی‌های انجام شده در کشورهای اروپایی نشان می‌دهد که انتظارات جامعه برای حفظ روابط تک‌همسری بسیار بالاست (فیف، ویکس و استلبرگ - فیلبرت<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳). در هم‌سنجی، این میزان در کشورهای آسیایی بالاتر است (پن، هراندز و برمودز<sup>۳</sup>، ۱۹۹۷). اغلب مردم خود را وفادار و باایمان و خیانت را رفتاری غیرقابل قبول می‌دانند (فوستر و میسرا، ۲۰۱۳)، بنابراین به صورت منطقی خیانت باید کمتر دیده شود ولی در واقع پدیده‌ای رایج است.

در اغلب موارد باور فرد به وفادار و راست گو بودن خود، درحالی که به سوی خیانت زناشویی پیش می‌رود، منجر به تجربه‌ی ناهماهنگی شناختی می‌شود که به صورت تضاد و اضطراب برآمده از دوگانگی، میان بخشی از باورهای فرد با دیگر باورهایش یا دوگانگی میان باورها و ارزش‌ها با رفتارها، تعریف می‌شود (ویتن، استلی، مارکمن و جانسون<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳؛ فستینگر<sup>۵</sup>، ۱۹۵۷). بر این اساس، در بیشتر موارد خیانت، افراد با یک ناهماهنگی شناختی<sup>۶</sup> در خود ادراکی مواجه هستند. آن‌ها خود را متعهد می‌دانند در حالی که با انجام دادن خیانت، نقطه مقابل آن رفتار می‌کنند. این ناهماهنگی شناختی به ناهمسانی شناختی کشیده خواهد شد (فوس و میسرا، ۲۰۱۳). ناهمسانی شناختی با تنش روان‌شناختی (الیوت و دوین<sup>۷</sup>، ۱۹۹۶) و عواطف ناخوشایند (عاطفه منفی زیاد و عاطفه مثبت کم) همراه است

1. Bravo & White Lumpkin

2. Fife, Weeks & Stellberg-Filbert

3. Penn, Hernandez & Bermudez

4. Whitton, Stanley, Markman & Johnson

5. Festinger

6. cognitive dissonance

7. Elliot & Devine

(هارمون جونز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰)؛ بنابراین کسانی که این تضاد را تجربه می‌کنند در نهایت با ناراحتی روانی و عواطف ناخوشایند مواجه خواهند شد که هر کدام به تفاوت‌های خود ادراکی بازمی‌گردد (هارمون\_جونز، ۲۰۰۰). در نهایت آن‌ها باید راهکارهایی برای کاهش ناهمسانی ذهنی خود بیابند (سیمون، گرینبرگ و برهم<sup>۲</sup>؛ ۱۹۹۵) تا بتوانند به‌رغم داشتن روابط فرا زناشویی به زندگی زناشویی خود ادامه دهند. به باور جین فرو، هرینگ و جوریچ (۲۰۱۶) یکی از راه‌هایی که افراد از طریق آن ناهماهنگی شناختی مرتبط با خیانت زناشویی را کاهش می‌دهند آن یافتن سازوکاری است که خیانت نمودن را برای خودشان مجاز نمایند. همسر لغزشکار با اجازه دادن به خود برای برقراری رابطه‌ی فرا زناشویی، می‌تواند به‌طور موفقیت‌آمیزی اضطراب و تنش را به‌وسیله‌ی ایجاد یک شناخت تازه که ناهماهنگی کمتری نیز دارد، کاهش دهد.

پژوهش حاضر بر آن است به این سوال پاسخ پاسخ دهد: یک مرد با استفاده از چه سازوکاری به خود اجازه می‌دهد در یک رابطه‌ی فرا زناشویی شرکت کند؟

## روش

روش مورد استفاده در این مطالعه روش کیفی بود. هدف از پژوهش‌های کیفی، درک فرآیندهای اجتماعی در بافت آن و درک معنای رویدادهای اجتماعی از دید افراد شرکت‌کننده در آن است. چهارچوب نظری و فلسفی‌ای که با پژوهش کنونی بیشترین همخوانی را دارد؛ پدیدارشناسی است. پدیدارشناسی رویکردی است که بر چگونگی کسب تجربه‌ی انسان‌ها و سپس انتقال این تجربه به آگاهی در دو بعد معنای فردی و جمعی متمرکز است. پیش‌نیاز این متدولوژی، توانایی دسترسی به جوهره‌ی تجربه‌ی فرد است (پاتون، ۲۰۰۲).

جامعه مورد مطالعه شامل همه مردانی بود که در شش ماهه دوم سال ۱۳۹۵ به دلیل مسئله خیانت به مراکز مشاوره خانواده سازمان بهزیستی و مؤسسه سلامت روان پویش مراجعه کردند. نمونه مورد بررسی هشت مرد بودند که به‌صورت هدفمند انتخاب شدند. نمونه‌گیری هدفمند عمدتاً بر

<sup>1</sup>. Harmon-Jones

<sup>2</sup>. Simon, Greenberg & Brehm

نمونه‌های کمابیش کوچک متمرکز است که " به صورت هدفمند برای انجام مصاحبه و درک عمیق پدیده انتخاب شده‌اند (پاتون<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲) واحد تحلیل افراد بودند و باید این معیارها را برآورده می‌کردند: (۱) مرد (۲) متأهل شرعی و قانونی (عقد دائم) (۳) داشتن رابطه فرا زناشویی (همه این اطلاعات توسط متخصصین مشاوره و روان شناسی مراکز مشاوره‌ای که افراد شرکت‌کننده در پژوهش از طریق آن شناسایی شدند، مورد تأیید قرار گرفت).

مصاحبه‌های باز پاسخ و عمیقی طراحی شد که به شرکت‌کنندگان این امکان را می‌داد تا فرایندی که پیش و پس از مشارکت در خیانت اتفاق افتاده بود؛ را توصیف نمایند. پیش از فرایند مصاحبه افزون بر یادآوری حقوق شرکت‌کنندگان برای پایان دادن به فرایند جمع‌آوری اطلاعات در هر زمان و به هر دلیل با افراد در مورد هدف و تمرکز مطالعه، پیشینه پژوهشگران و کسب اجازه برای ضبط صدا صحبت شد، پنج مصاحبه ضبط شد و سه نفر اجازه ندادند که مصاحبه ضبط شود بنابراین بی‌درنگ پس از انجام مصاحبه متن مصاحبه نوشته شد. سؤالات بر پویایی روابط زوجین، خیانت زناشویی و ناهماهنگی شناختی برآمده از خیانت متمرکز بود. در نهایت اطلاعات مربوط به خیانت زناشویی و همچنین اطلاعات دموگرافیک (جمعیت شناختی) مانند سن، طول ازدواج، تحصیلات، شغل، پیشینه مذهبی و تعداد فرزندان جمع‌آوری شد که در جدول (۱) آمده است.

جدول ۱. اطلاعات جمعیت شناختی شرکت‌کنندگان

متغیرها	نفر اول	نفر دوم	نفر سوم	نفر چهارم	نفر پنجم	نفر ششم	نفر هفتم	نفر هشتم
سن	۴۳	۳۵	۲۷	۳۳	۳۹	۳۱	۴۱	۳۰
مدت ازدواج	۱۴	۵	۲	۷	۴	۳	۱۶	۳
تعداد فرزندان	۲	۰	۰	۱	۰	۰	۳	۰
تحصیلات	دیپلم	لیسانس	لیسانس	لیسانس	دکتر	لیسانس	فوق دیپلم	فوق لیسانس
شغل	آزاد	آزاد	آزاد	آزاد	دولتی	دولتی	آزاد	دولتی

<sup>1</sup>. Patton

تحلیل پدیدارشناسی داده‌ها چندین جنبه اصلی را شامل می‌شود: موستاکاس<sup>۱</sup> (۱۹۹۴)، به نقل از گال، بورگ و گال<sup>۲</sup>؛ (۱۹۹۶) چهار گام را تشریح کرد: ۱- اپوخه، ۲- تقلیل پدیدارشناسی، ۳- تنوع تخلیلی، ۴- آمیختگی بافت و ساختار. نخستین گام در تحلیل پدیدارشناسی اپوخه است. اپوخه لحظه‌ای نظری را وصف می‌کند که همه داوری‌ها و در نتیجه کنش‌ها به حالت تعلیق درمی‌آیند به عبارت دیگر اپوخه درخور مشاهده پیش از داوری است. گام پس از آن تقلیل پدیدارشناسانه است. از طریق روش سامانمند تقلیل پدیدارشناسانه شخص قادر می‌شود داوری درباره جهان بیرونی را تعلیق کند و برآیند اینکه پدیدار را همان‌طور که به آگاهی داده شده است؛ بررسی نمایند. در این پژوهش بررسی اصطلاحات و جملات کلیدی‌ای مدنظر بود که به‌طور مستقیم به پدیده مورد بحث (ناهماهنگی شناختی برآمده از رابطه فرا زناشویی) مربوط بودند. سپس واژه‌ها و معانی عبارات و جملات کلیدی تفسیر می‌شوند؛ ارزیابی‌ها معانی را آشکار می‌سازند؛ در نهایت شاخصه‌های اساسی شناسایی می‌شوند.

برای بررسی اعتبار یافته‌ها، از گفته‌های همه‌ی شرکت‌کنندگان در جلسه‌ی مصاحبه یادداشت برداشته شد و مصاحبه‌ی افرادی که اجازه داده بودند، ضبط و مرور شد. سپس برای افزایش اعتبار پژوهش و جلوگیری از قضاوت ذهنی پژوهشگر و تایید یافته‌ها پس از مستندسازی مصاحبه‌ها، گزارش در اختیار چند کارشناس قرار داده شد.

## یافته‌ها

تمرکز اصلی پژوهش حاضر دستیابی به سازوکارهایی است که طی آن همسران به خود اجازه می‌دهند در یک رابطه‌ی فرا زناشویی شرکت کنند. تحلیل محتوایی مصاحبه‌ها آشکار کرد که افراد از راهکارهای گوناگونی برای کاهش ناهماهنگی‌های شناختی خود استفاده می‌کنند؛ که می‌توان آن‌ها را در دودسته‌ی کلی توجیه‌کننده‌های نگرشی و توجیه‌کننده‌های ارتباطی جای داد (جدول ۲). به عبارت دیگر برخی از افراد با ایجاد انعطاف در نگرش‌ها و باورها، مجوز رابطه‌ی فرا زناشویی را

<sup>1</sup>. Moustakas

<sup>2</sup>. Gall, Borg & Gall



برای خود صادر می‌کنند و برخی دیگر با تأکید بر اختلافات و تعارضات زناشویی این اجازه را به خود می‌دهند.

### جدول ۲. راهکارهای کاهش ناهماهنگی‌های شناختی

مؤلفه‌های اصلی	مؤلفه‌های فرعی
	بازتعریف
	استحقاق
توجه‌کننده‌های نگرشی	عدم آسیب‌رسانی
	فقدان عشق
توجه‌کننده‌های ارتباطی	کمبود زمان کیفی
	کنترل بیش از حد

الف. انعطاف در نگرش‌ها و باورها.

۱. نخستین مفهوم در راستای تغییر نگرش‌ها بازتعریف است. در این روش فرد لغزش کار (کسی که می‌خواهد خیانت انجام دهد) با وجدان و نظام ارزش‌هایی که رفتار او را به نامشروع بودن محکوم می‌کند، روبرو می‌شود. او یک خط فکری منطقی ایجاد می‌کند و ازدواج و انتظارات خود از ازدواج را دوباره تعریف می‌کند این امر تأثیر موانعی که از رابطه زناشویی محافظت می‌کردند، مانند اهمیت عهدهای زناشویی را تعدیل کرده و زشتی اندیشه خیانت را به حداقل می‌رساند. فردی اظهار داشت:

"زمانی که ازدواج می‌کنی فکر می‌کنی که از این به بعد همه چیز شاد خواهد بود؛ نمی‌دونی که هیچ اتفاقی قرار نیست بیوفته! فکر می‌کنی حتماً اشتباه کردی چون انتظار همچین چیزی نداشتی! انتظار داشتی که همسرت عاشق تو باشه و تو عاشق اون باشی و با هم شاد زندگی کنین و یه خانواده خوشبخت داشته باشید... ولی زندگی واقعی این جور نیست."

فرد دیگری برای بیان انتظار خود از ازدواج، بر احساسی که هنگام بودن با شریک خیانتش

دارد، تمرکز کرد و بیان کرد:

"او (شریک خیانت) خیلی شاد و پرانرژی، هر وقت می‌بینمش احساس خوبی بهم دست می‌ده، وقتی باهاشم به هیچ چیز فکر نمی‌کنم... خیلی شادم، این همون چیزیه که همیشه دنبالش بودم."

به نظر می‌رسد این مردها، با تعریف کردن مجدد ازدواج و بیان انتظارات خود در صدد توجیهی عقلانی برای رابطه‌ی فرا زناشویی خود بودند.

۲. دومین مفهوم در راستای تغییر نگرش‌ها، رسیدن به مفهوم استحقاق است. برخی از افراد با تأکید بر توانایی‌ها مجوز شرکت در چند رابطه را برای خود صادر می‌کنند. یکی از شرکت‌کنندگان این پژوهش اظهار کرد:

"فکر می‌کنم این نوع رفتار بخشی از ذات مردان است. اگر این‌گونه نبود دین ما اجازه چند ازدواج را به مردان نمی‌داد. الآن تقریباً اکثر مردان این کار را انجام می‌دهند. من هم یک مرد هستم و پس می‌توانم این کار را انجام بدهم. وی در پاسخ به این سؤال که شما می‌توانستید به صورت قانونی دوباره ازدواج کنید گفت: اگر بخواهم این کار را بکنم خانواده‌اش مرا می‌کشند."

شرکت‌کننده دیگری گفت:

"من یک مرد هستم و می‌توانم چند زن را اداره کنم، ولی یه زن هیچ وقت نمی‌تواند این کار را بکند."

۳. مفهوم سومی که به نگرش‌ها مربوط می‌شود مفهوم عدم آسیب‌رسانی است. برای بیشتر مردم حتی عاملان خیانت، خود مثبت کسی است که با دیگران خوب باشد یا حداقل به آن‌ها آسیبی نرساند (باس و شکلفورد، ۱۹۹۷). یکی از شرکت‌کنندگان بیان کرد:

"وقتی به خانه می‌روم و همسرم را می‌بینم خیلی عذاب وجدان می‌گیرم او خیلی مهربان است، خب من هم او را اذیت نمی‌کنم سعی می‌کنم بیشتر به او محبت کنم، به مناسبت‌های مختلف برای او کادو می‌گیرم.... خب من هیچ کس رو آزار نمی‌دهم. من چه کسی رو آزار می‌دهم؟"

۴. مفهوم دیگری که مربوط به نگرش‌ها می‌شود؛ نبود عشق در رابطه دوم است. برخی از افراد با بیان اینکه در رابطه آن‌ها (با شریک خیانت) عشق و محبتی وجود ندارد به دنبال توجهی برای رابطه خارج از ازدواج هستند به این ترتیب شرکت در یک رابطه برای فرد آسان‌تر می‌شود. یکی از شرکت‌کنندگان بیان کرد:

"عشقی در رابطه ما (با شریک خیانت) وجود ندارد، اگر داشت با او ازدواج می‌کردم من واقعاً همسرم را دوست دارم. این رابطه فقط به من حس خوبی می‌دهد و فکر می‌کنم بدون اون خیلی احساس فرسودگی می‌کنم."

همه این افراد به نوعی دلیل تراشی برای داشتن رابطه خارج از ازدواج متوسل می‌شوند و از این طریق زشتی اندیشه خیانت را برای خود کاهش می‌دهند. به این ترتیب فرامن (سوپر ایگو) فرد هیچ‌گونه احساس نگرانی، شرم، خجالت یا گناهی به خاطر هر آنچه انجام گرفته است، ندارد. رفتاری که در غیر این صورت گناه شناخته می‌شد، الآن مشکلی ندارد. این [مسئله] نیز افراد را برای داشتن خیانت تحت تأثیر قرار می‌دهد، زیرا به آن‌ها این اجازه را می‌دهد تا رفتار خود را بدون هیچ تفکر مزاحمی پیش ببرند.

ب. برخی دیگر برای شرکت کردن در رابطه فرا زناشویی به مسائل ارتباطی (میان فردی) با همسر خود اشاره کردند و به نوعی با فرافکنی سعی می‌کنند گناه خود بر دیگری بیندازند و به این ترتیب زشتی خیانت را برای خود به حداقل می‌رسانند.

۵. نخستین مفهوم مربوط به مسائل زناشویی، کمبود یا نبود زمان کیفی است. منظور از زمان کیفی مدت زمانی است که زوجین به یکدیگر برای برطرف کردن نیازهای متفاوت اختصاص می‌دهند. شرکت‌کننده‌ای اظهار داشت:

"همسر من در شهر دیگری کار می‌کند و فقط آخر هفته به خانه می‌آید، آن زمان هم یا صرف سر زدن به خانواده‌ها می‌شود یا خواب. سؤال: اون زمان چه احساسی داری؟ خب عصبانی می‌شوم ولی نمی‌توانم به او چیزی بگویم، من او را دوست دارم ولی میدانید دارم به این نتیجه می‌رسم که او مرا دوست ندارد اگر دوست داشت کنار من می‌ماند."

فرد دیگری بیان کرد:

"اون (همسر) پرستار بود و توی بیمارستان کار می‌کرد. همیشه برنامه‌اش تغییر می‌کرد... شیفیت شب و روز... اکثر مواقع من تنها بودم حتی زمانی که خانه بود می‌گفت باید برنامه‌اش را حفظ کند... ساعت بدنش یا همچین چیزی. وقتی من می‌خوایدم اون تازه بیدار می‌شد هیچ وقت هم‌زمان باهم نخوابیدیم. همیشه حس می‌کردم که مادرم داره پتو رو روی من میکشه."

۶. مفهوم دیگری که به متغیر روابط بین زوجین مربوط می‌شود مفهوم کنترل بیش از حد است. یکی از شرکت کنندگان بیان کرد:

"صدبار بهش گفتم که دوشش دارم ولی او خیلی شکاک است مدام مرا کنترل می‌کرد وقتی سر کار می‌رفتم صدبار به من زنگ می‌زد اگر پنج دقیقه دیرتر به خانه می‌رفتم دعوا به پا می‌کرد. من داشتم مجازات می‌شدم به خاطر گناهی که نکردم! من تمام مدت به این فکر می‌کردم. پس دیگه فرقی نداره ... میتونم با کسی باشم! اوایل خیلی استرس داشتم ولی بعد دیگه برام مهم نبود... به روز که منو تعقیب می‌کرد با اون قرار داشتم ما رو دید ... رفتم خونه و همه چی رو تموم کردم از خونه بیرونش کردم و اون هم دادخواست طلاق داده. حقش بود همیشه باعث می‌شد پیش همکارام و دوستانم و حتی خانوادم احساس شرمندگی کنم."

این مرد به‌منظور اینکه خودش را از گناه میرا کند از توجیهاتی مثل اینکه "او سزاوار آن است، چون او این کار رو با من کرد" استفاده می‌کند تا گناه را به گردن همسرش بیندازد. این مسئله موجب می‌شود تا فرد بیشتر به سمت اندیشه خیانت جذب شده و گرایش نسبت به شریک زناشویی (همسر) کم‌تر شود. چنین توجیهاتی این امکان را در اختیار فرد قرار می‌دهد تا احساس تنفر خود را نسبت به همسرش به حداکثر و گرایش خود به همسرش را به حداقل برساند، گرایش‌های جایگزین خود به شرکای بالقوه یک خیانت را افزایش داده و همه موانعی که او را از تلاش برای خیانت به همسر حفظ می‌کند، کاهش دهند (لوین، ۱۹۴۲). هرکدام از این مردان بخش‌های منفی رابطه زناشویی خود را تشریح کردند که این اجازه را به آن‌ها می‌داد تا به سمت خیانت زناشویی بروند.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش کیفی حاضر با رویکرد پدیدار شناختی به بررسی و شناسایی راهبردهای کاهش‌دهنده ناهماهنگی‌های شناختی برای پیشبرد روابط فرا زناشویی پرداخت. تجزیه و تحلیل داده‌های برآمده از مصاحبه منجر به شناسایی دو مضمون اصلی (توجه‌کننده‌های نگرشی و توجه‌کننده‌های ارتباطی) شد.

توجه‌کننده نگرشی به‌عنوان نخستین مضمون اصلی شناسایی شده در پژوهش حاضر دربرگیرنده چهار زیرمولفه بازتعریف، استحقاق، عدم آسیب‌رسانی و فقدان عشق در رابطه دوم بود. فرد وارد شده در رابطه‌ی فرازناشویی از طریق بهره‌گیری از راهبردهای نگرشی فوق عمل خیانت را برای خویشتن به‌عنوان فعلی قابل‌پذیرش توجه کرده و کنار آمدن با آن را برای خویشتن ممکن می‌سازند، درواقع کنار آمدن با فعل خیانت و درگیر شدن در روابط فرا زناشویی برای اکثریت زوجین سخت و توأم با دشواری است و لذا افراد درگیر در این نوع روابط با بهره‌گیری از این راهبردهای نگرشی فعل موردنظر را برای خویشتن به‌عنوان یک عمل مطلوب توجه می‌کنند، به‌گونه‌ای که پرداختن به آن و کنار آمدن با آن به‌دوراز هرگونه تنش و دشواری باشد. جین فرو، هرینگ و جوریچ (۲۰۱۶) در پژوهش خویش تأکید کردند که کنار آمدن با خیانت به‌ویژه برای کسانی که معتقد به قبیح و نادرست بودن آن هستند دشوار است، لذا افراد درگیر در روابط فرا زناشویی از طریق مکانیسم‌های توجه‌کننده به‌صورت شناختی و رفتاری سعی در کنار آمدن با فعل داشته و بدین شکل آن را برای خویشتن قابل‌پذیرش می‌نمایند. استاپلس<sup>۱</sup> (۲۰۱۲) نیز در پژوهش خویش بر به‌کارگیری توجیحات مختلف جهت ممکن ساختن کنار آمدن با خیانت زناشویی توسط زوجین درگیر در این نوع روابط تأکید کردند.

در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که هر فردی زمانی که عملی مغایر با چهارچوب‌های اخلاقی خویش انجام می‌دهد دچار فشار و تنش درونی می‌شود، تنشی که فرد را جهت پیدا کردن و به‌کارگرفتن راهی برای تسکین این تنش هدایت می‌کند، کسانی که در روابط فرا زناشویی درگیر

<sup>۱</sup>. Staples

هستند جهت کنار آمدن با آن و ادامه دادن به آن از گستره‌ای از راهبردهای توجیهی که از آن‌ها سلب مسئولیت کند بهره می‌گیرند، تعدادی طرف مقابل و ضعف‌های ارتباطی وی نظیر ناتوانی در ارضای نیازهای عاطفی و جنسی را مسئول خیانت خویش معرفی می‌کنند و تعدادی نیز از توجیه کننده‌های نگرشی نظیر استحقاق، بازتعریف و عدم آسیب‌رسانی بهره می‌گیرند، راهبردهایی که با فرافکنی مسئولیت رابطه فرا زناشویی فرد خائن، منجر به تسکین درونی و امنیت روانی وی می‌شود و کنار آمدن با این عمل ناپسند و ادامه دادن به آن را برای وی ممکن می‌سازد. به عبارت دیگر زمانی که فرد درگیر روابط فرا زناشویی می‌شود متأثر از چهارچوب‌های اخلاقی و عرفی خویش به نحوی دچار تنش، پشیمانی و عذاب وجدان می‌گردد، پیامدهایی که ادامه دادن به این عمل قبیح و کنار آمدن با آن را برای فرد دشوار می‌سازد، لذا فرد در این مواقع و برای خلاص شدن از این پیامدهای مخرب، سعی بر توجیه شناختی فعل خیانت در قالبی می‌کند که عمل موردنظر را نه تنها قبیح، بلکه قابل دفاع نشان بدهد و بدین شکل کنار آمدن با آن و حتی تکرار آن را برای خویش تسهیل ببخشد.

دومین مضمون اصلی شناسایی شده در پژوهش حاضر توجیه کننده‌های ارتباطی بود، توجیه کننده‌هایی که طی آن فرد خائن با تمرکز بر خلل‌های ارتباطی نظیر کمبود یا نبود زمان کیفی و کنترل میان فردی افراطی مسئولیت گرایش خویش به خیانت را فرافکنی کرده و بدین شکل کنار آمدن با آن را برای خویش ممکن می‌سازند. در واقع زوجین درگیر در روابط فرا زناشویی با آوردن توجیه کننده‌های ارتباطی نظیر عدم ارضای عاطفی و جنسی در روابط زناشویی خویش و فقدان آزادی در روابط زوجی خود مسئولیت فعل خویش (خیانت) را از خویش سلب و طرف مقابل و کم‌کاری‌های وی را مسئول اصلی این فعل تلقی می‌کنند و بدین شکل روح خویش را آرام و شکل‌دهی و تداوم روابط فرا زناشویی را برای خویش تسهیل می‌بخشند. زارع (۲۰۱۱) در پژوهش خویش تأکید کرد که عدم ارضای نیازهای عاطفی و جنسی یکی از علل گرایش به خیانت است که توسط افراد درگیر در این روابط به‌عنوان عاملی که احتمال گرایش آن‌ها به خیانت را افزایش می‌دهد مورد تأکید قرار گرفت. شاکلفورد، بسر و گویتز (۲۰۰۸) نیز در پژوهش خویش بر توجیه

کننده‌های ارتباطی نظیر فقدان ارضای نیازهای عاطفی در قالب روابط زناشویی به‌عنوان اصلی‌ترین عواملی که زوجین درگیر در روابط فرا زناشویی به‌عنوان علت خیانت خویش مطرح می‌کنند تأکید کردند. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت آدمی آمیخته‌ای از نیازهای وجودی است که تعدادی از این نیازها به‌ویژه نیازهای جنسی و عاطفی در قالب روابط میان فردی و زوجی ارضا می‌شود، لذا فرد از طریق شکل دادن به روابط زوجی درصدد ارضای این نیازهای وجودی و رهایی از تنهایی درونی حرکت می‌کند، بدیهی است که هرگونه اختلال در ارضای این نیازها در قالب این روابط زمینه‌ی تنش میان فردی و درنهایت گرایش زوجین به راه‌های دیگر نظیر خیانت و روابط فرا زناشویی با هدف ارضای این نیازهای ارضانشده (نیازهای عاطفی و جنسی) را فراهم می‌کند.

یافته‌های حاصل از تحلیل داده‌ها بیانگر آن بود که زوجین درگیر در روابط فرا زناشویی از راهبردهای مختلفی جهت توجیه خیانت و روابط فرا زناشویی خویش استفاده می‌کنند که تحلیل داده‌های حاصل از مصاحبه منجر به شناسایی دو مضمون اصلی یعنی توجیه کننده‌های نگرشی با چهار زیرمولفه (بازتعریف، استحقاق، عدم آسیب‌رسانی و فقدان عشق در رابطه دوم) و توجیه کننده‌های ارتباطی با دو زیرمولفه (کمبود یا نبود زمان کیفی و کنترل میان فردی افراطی) شد، توجیه کننده‌هایی که افراد درگیر در روابط فرا زناشویی با بهره‌گیری از آن کنار آمدن با فعل قبیح و تنش‌زای خیانت و ادامه دادن به آن را برای خویشتن ممکن می‌سازند. این یافته‌ها از یکسو پیچیده و چندبعدی بودن معضل خیانت و لزوم هدایت پژوهش‌های بیشتر جهت کسب بینش کافی نسبت به این بحران را یادآور می‌شود و از سوی دیگر با شناسایی دقیق مجموعه راهبردهای توجیهی زوجین درگیر در این نوع روابط، بینش و زمینه‌ی کافی جهت تدوین و به‌کارگیری برنامه‌های پیشگیرانه و درمانی در این حوزه را تا حد زیادی فراهم کرده است.

متخصصان می‌توانند از راهکارهایی که افراد برای توجیه رابطه‌ی فرازناشویی به کار می‌گیرند و از طریق آنها به خود اجازه می‌دهند وارد یک رابطه‌ی فرازناشویی شوند، در راهبردهای مداخله‌ای خود استفاده کنند. تمام مکانیزم‌هایی که فرد برای توجیه خیانت استفاده می‌کند در واقع نوعی ادراک گزینشی هستند که بر برخی جنبه‌های شریک زناشویی یا رابطه‌ی زناشویی تأکید می‌کنند (معمولا

جنبه‌های ناخوشایند، در حالی که [اهمیت] دیگر جنبه‌های رابطه‌ی زناشویی را به حداقل می‌رسانند. درمانگر می‌تواند این ادراک‌گزینشی را تا زمانی که تمام ویژگی‌ها و اقدامات (خوب و بد) همسر را شامل شود، گسترش دهد و معنای پنهان این توجیهاات (مکانیزمی که فرد برای کاهش ناهماهنگی شناختی حاصل از رابطه‌ی فرازناشویی به کار می‌برد) را در شرایط درمانی برای زوج‌ها مشخص کنند. این مواجهه می‌تواند حتی برای افرادی که به نظر می‌رسد تمایل یا برنامه‌ای (هر چند به صورت ناخودآگاه) برای آغاز یک رابطه‌ی فرازناشویی را در سر می‌پروراند مفید باشد.

تقدیر و تشکر. نویسندگان بدین وسیله از معاونت پیشگیری سازمان بهزیستی شهرستان سنندج، مدیریت مرکز مشاوره‌ی خانواده‌ی بهزیستی، مدیریت مؤسسه سلامت روان پویش و همچنین کلیه افراد شرکت‌کننده که ما را در اجرای این پژوهش یاری رساندند، کمال تشکر و سپاسگزاری را دارند.

## منابع

حمیدی، امید؛ احمدی، سرور؛ ویسانی، مختار. (۱۳۹۳). بررسی عوامل مؤثر بر شکل‌گیری خیانت زناشویی: یک مطالعه‌ی دلفی. *همایش منطقه‌ای آسیب‌شناسی پدیده طلاق*، سقز: دانشگاه آزاد اسلامی واحد سقز: ۹-۱.

جوان، عبدالله. (۱۳۸۷). *بررسی روابط دختر و پسر در ایران و راه‌کارهای اصلاحی آن*. قم: مرکز پژوهش‌های اسلامی صداوسیما، دفتر عقل.

چوپانی، موسی؛ کرمی، مرتضی. (۱۳۹۵). *بررسی آسیب‌های روانی و اجتماعی مبتنی بر چرخه زندگی خانوادگی*. طرح پژوهشی، دانشگاه جامع امام حسین، تهران.

سهرابی، فرامرز؛ رسولی، فاطمه. (۱۳۸۷). بررسی رابطه بین سبک‌دل‌بستگی و روابط جنسی فرازناشویی در بین زنان بازداشت‌شده در مرکز بازداشت‌شده در مرکز مبارزه با مفاسد اجتماعی شهر تهران. فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۴(۲)، ۱۳۳-۱۴۳.

کارگر، مونا؛ کیمیایی، سید علی؛ مشهدی، علی. (۱۳۹۳). *اثربخشی زوج‌درمانی گروهی مبتنی بر خود‌نظم‌بخشی، بر آزار عاطفی و آشفتگی زناشویی*. مشاوره و روان‌درمانی خانواده. ۴(۲)، ۲۶۹-۲۹۷.



- مومنی جاوید، مهر آور؛ نادری نویندگانی، زهرا. (۱۳۹۳). طلاق: علل و پیامدها. تهران، شباهنگ.
- نواهی، جعفر؛ محمدی آریا، علیرضا. (۱۳۹۴). بررسی ارتباط طرح‌واره‌های اولیه ناسازگار با توجیه روابط فرا زناشویی در میان افراد متأهل. *فصلنامه انجمن علمی پرستاری ایران*، ۳(۴): ۱۸-۲۷.
- Allen, E. S., Atkins, D. C., Baucom, D. H., Snyder, D. K., Gordon, K. C., & Glass, S. P. (2005). Intrapersonal, interpersonal, and contextual factors in engaging in and responding to extramarital involvement. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 12(2), 101-130.
- Allendorf, K., & Ghimire, D. J. (2013). Determinants of marital quality in an arranged marriage society. *Social Science Research*, 42(1), 59-70.
- 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.
- Baranoladi, S., Etemadi, O., Ahmadi, S. A., & Fatehizade, M. (2016). Qualitative evaluation of men vulnerability to extramarital relations. *Asian Social Science*, 12(7), 202-212.
- Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships ii: A substantive review. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31(2), 217-233.
- Bravo, I. M., & White Lumpkin, P. (2010). The complex case of marital infidelity: An explanatory model of contributory processes to facilitate psychotherapy. *The American Journal of Family Therapy*, 38(5), 421-432.
- Brooks, T. J., & Monaco, K. (2013). Your cheatin' heart: Joint production, joint consumption and the likelihood of extramarital sex. *Applied Economics Letters*, 20(3), 272-275.
- Eaves, S. H., & Robertson-Smith, M. (2007). The relationship between self-worth and marital infidelity: A pilot study. *The Family Journal*, 15(4), 382-386.
- Elliot, A. J., & Devine, P. G. (1994). On the motivational nature of cognitive dissonance: Dissonance as psychological discomfort. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 382-394.
- Fife, S. T., Weeks, G. R., & Stellberg-Filbert, J. (2013). Facilitating forgiveness in the treatment of infidelity: An interpersonal model. *Journal of Family Therapy*, 35(4), 343-367.
- Fincham, F. D., & May, R. W. (2017). Infidelity in romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 70-74.
- Fincham, F. D., Lambert, N. M., & Beach, S. R. (2010). Faith and unfaithfulness: Can praying for your partner reduce infidelity? *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(4), 649-659.

- Foster, J. D., & Misra, T. A. (2013). It did not mean anything (about me) cognitive dissonance theory and the cognitive and affective consequences of romantic infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(7), 835-857.
- Guitar, A. E., Geher, G., Kruger, D. J., Garcia, J. R., Fisher, M. L., & Fitzgerald, C. J. (2016). Defining and distinguishing sexual and emotional infidelity. *Current Psychology*, 1-13.
- Harmon-Jones, E. (2000). Cognitive dissonance and experienced negative affect: Evidence that dissonance increases experienced negative affect even in the absence of aversive consequences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(12), 1490-1501.
- Hertlein, K. M., Wetchler, J. L., & Piercy, F. P. (2005). Infidelity: An overview. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 4(2-3), 5-16.
- Jackman, M. (2015). Understanding the cheating heart: What determines infidelity intentions? *Sexuality & Culture*, 19(1), 72-84
- Jeanfreau, M. M., Herring, A., & Jurich†, A. P. (2016). Permission-giving and marital infidelity. *Marriage & Family Review*, 52(6), 1-13.
- Jeanfreau, M. M., Jurich, A. P., & Mong, M. D. (2014). Risk factors associated with women's marital infidelity. *Contemporary Family Therapy*, 36(3), 327-332.
- Kowalski, R. M., Walker, S., Wilkinson, R., Queen, A., & Sharpe, B. (2003). Lying, cheating, complaining, and other aversive interpersonal behaviors: A narrative examination of the darker side of relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(4), 471-490.
- Kröger, C., Reißner, T., Vasterling, I., Schütz, K., & Kliem, S. (2012). Therapy for couples after an affair: A randomized-controlled trial. *Behavior Research and Therapy*, 50(12), 786-796.
- Kruger, D. J., Fisher, M. L., Fitzgerald, C. J., Garcia, J. R., Geher, G., & Guitar, A. E. (2015). Sexual and emotional aspects are distinct components of infidelity and unique predictors of anticipated distress. *Evolutionary Psychological Science*, 1(1), 44-51.
- Kuroki, M. (2013). Opposite-sex coworkers and marital infidelity. *Economics Letters*, 118(1), 71-73.
- Mark, K. P., Janssen, E., & Milhausen, R. R. (2011). Infidelity in heterosexual couples: Demographic, interpersonal, and personality-related predictors of extradyadic sex. *Archives of Sexual Behavior*, 40(5), 971-982.
- O'Connor, J. J., Pisanski, K., Tigue, C. C., Fraccaro, P. J., & Feinberg, D. R. (2014). Perceptions of infidelity risk predict women's preferences for low male voice pitch in short-term over long-term relationship contexts. *Personality and Individual Differences*, 56, 73-77.

- Penn, C. D., Hernández, S. L., & Bermúdez, J. M. (1997). Using a cross-cultural perspective to understand infidelity in couples therapy. *American Journal of Family Therapy*, 25(2), 169-185.
- Shackelford, T. K., Besser, A., & Goetz, A. T. (2008). Personality, marital satisfaction, and probability of marital infidelity. *Individual Differences Research*, 6(1), 13-25.
- Staples, J. (2012). *Couples' Process of healing from while in therapy*. (Master's thesis). University of Nevada.
- Scheinkman, M., & Werneck, D. (2010). Disarming jealousy in couples relationships: A multidimensional approach. *Family process*, 49(4), 486-502.
- Scott-Kakures, D. (2009). Unsettling questions: Cognitive dissonance in self-deception. *Social Theory and Practice*, 35(1), 73-106.
- Simon, L., Greenberg, J., & Brehm, J. (1995). Trivialization: The forgotten mode of dissonance reduction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(2), 247.
- Whitton, S. W., Stanley, S. M., Markman, H. J., & Johnson, C. A. (2013). Attitudes toward divorce, commitment, and divorce proneness in first marriages and remarriages. *Journal of Marriage and Family*, 75(2), 276-287.
- Whisman, M. A., Gordon, K. C., & Chatav, Y. (2007). Predicting sexual infidelity in a population-based sample of married individuals. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 320-327.
- Zare, B. (2011). Review of study on infidelity. International conference on advanced management science, *IACSIT Press, Singapore* 19, 182-186.

