



مدل پیش‌بینی روابط فرازناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دلبستگی با میانجی‌گری خودکنترلی، مدیریت تعارض و بخشودگی

✉ مختار عارفی: گروه روان‌شناسی و مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران. (* نویسنده مسئول) M.arefi@iauksh.ac.ir
شهرزاد خوشبخت: گروه روان‌شناسی و مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.

چکیده

کلیدواژه‌ها

روابط فرازناشویی،
ویژگی‌های شخصیتی،
سبک‌های دلبستگی،
خودکنترلی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۷/۱۵

تاریخ چاپ: ۱۴۰۱/۱۲/۱۲

زمینه و هدف: هیچ جامعه‌ای نمی‌تواند ادعای سلامت کند، چنانچه از خانواده‌هایی سالم برخوردار نباشد. بنابراین هدف اصلی این پژوهش ارائه پیش‌بینی روابط فرازناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دلبستگی با میانجی‌گری خودکنترلی، مدیریت تعارض و بخشودگی می‌باشد.

روش کار: جامعه آماری این مطالعه کلیه مردان و زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره خانواده تحت نظر سازمان بهزیستی شهر کرمانشاه در سال ۱۳۹۷-۱۳۹۶ بود که بنا به آمار اخذ شده از سازمان بهزیستی تعداد آنها حدوداً ۴۲۰ نفر بوده است. روش نمونه‌گیری تمام شماری (سرشماری) بود. نوع این پژوهش توصیفی پیمایشی، بر اساس هدف کاربردی و از نظر تجزیه و تحلیل کمی است. جهت گردآوری داده‌ها، از پرسشنامه‌های نگرش به روابط فرازناشویی ویتلی (۲۰۰۸)، دلبستگی بزرگسال کولینز و رید (۲۰۱۴)، پنج عاملی شخصیت (NEO-FFI)، بخشش ری و همکاران، (۲۰۰۱)، خودکنترلی تانجی و همکاران (۲۰۰۴)، مدیریت تضاد ویلسون و پونتام (۱۹۸۲) استفاده گردید و تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی و معادلات ساختاری انجام شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که خودکنترلی، مدیریت تعارض و بخشودگی در رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دلبستگی نقش میانجی‌گری را ایفا می‌کنند و مدل تحقیق از برازش مطلوب برخوردار است.

نتیجه‌گیری: به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که ارزیابی کلی جهت شناخت عوامل موثر در رضایت زناشویی و گرایش به روابط فرازناشویی، با توجه به نقش آن در زندگی افراد، به عنوان عاملی برای پیشرفت جوامع، شکل‌گیرد تا بتوان در جهت استحکام بنیان خانواده و پیشرفت جامعه از آن استفاده گردد.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

شیوه استناد به این مقاله:

Arefi M, Khoshbakht S. Extramarital Relationship Prediction Model Based on Personality Traits and Attachment Styles Mediated by Self-Control, Conflict Management and Forgiveness. Razi J Med Sci. 2023;29(12): 575-585.

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با 3.0 CC BY-NC-SA صورت گرفته است.

Extramarital Relationship Prediction Model Based on Personality Traits and Attachment Styles Mediated by Self-Control, Conflict Management and Forgiveness

Mokhtar Arefi: Department of Psychology and Counseling, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran (*Corresponding author) M.arefi@iauksh.ac.ir

Shahrzad Khoshbakht: Department of Psychology and Counseling, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran.

Abstract

Background & Aims: Among all institutions, organizations and social facilities, the family has a significant role and importance. All those who have thought about the organization of society have emphasized the family and its vital importance for society. In fact, no society can claim health if it does not have healthy families, and there is certainly no social harm that arises regardless of the influence of the family. Therefore, the main purpose of this study is to provide prediction of extramarital relationships based on personality traits and attachment styles mediated by self-control, conflict management and forgiveness. According to Doodle and Kasenki (2018), the source of marital conflict can be due to social contexts that include changes in people's relationships for various reasons, including changes in knowledge, attitudes and insights gained through different and social changes, or differences. Perception created in couples, which includes seeing the situation differently to start and continue life from the couple, these perceptual differences are due to learning and training that the person willingly or unwillingly understands and receives. Conflict management can be a predictor of many processes in couples communication. Because extramarital affairs is one of the most critical issues that couples face and because infidelity undermines the most basic component of the marital relationship which is trust. Therefore, it leaves huge destructive effects on the life of the couple. In the meantime, most of all, the spouse who has been betrayed and betrayed will be harmed and will cause mental health disorders and loss of emotional and behavioral balance, as well as the problems of divorce and the breakdown of marital life. Sense of revenge, psychological harm to children is one of the consequences of betrayal. Looking at the background of studies on extramarital relationships, it can be seen that in Iran, little research has been done directly on extramarital relationships, including gender differences in committing extramarital relationships and its underlying factors in Iran due to cultural and social factors. The family is one of the most important social systems based on marriage between the opposite sex. Maintaining and maintaining a family is very important, and since extramarital affairs or infidelity have become one of the social problems in recent years, addressing the root causes and the gap between them can have effective benefits for couples. Therefore, the aim of the present study is to answer the question of what is the predictive model of extramarital relationships based on personality traits and attachment styles mediated by self-control, conflict management and forgiveness?

Methods: The statistical population of this study is all married men and women who referred to family counseling centers under the supervision of Kermanshah Welfare Organization in 1397-1396. According to statistics obtained from the Welfare Organization, their number was about 420 people. The sampling method was census. The type of this research is descriptive-survey, based on applied purpose and in terms of quantitative analysis. The data collection tool was a questionnaire. In order to analyze the data, correlation tests and structural equations have been developed.

Keywords

Extramarital Affairs,
Personality Traits,
Attachment Styles,
Self-Control

Received: 07/10/2022

Published: 03/03/2023

Results: The results showed that personality traits and attachment styles predict self-control, conflict management and forgiveness of extramarital relationships. The value of RFI or relative fit index obtained is 0.936, the value of IFI or incremental fit index obtained is 0.983, and the value of CFI or comparative fit index obtained is 0.986, which indicates the optimal fit of the model. The value of RMSEA or the root mean square of the estimation error obtained is 0.028, which is favorable considering the standard value of less than 0.05. The value of PNFI or parsimony normalized index is equal to 0.734, the value of PCFI or parsimonious adaptive fit index is equal to 0.792, the value of PRATIO or parsimony ratio is equal to 0.625 and more than 0.5 and shows the favorable condition of the model.

Conclusion: It is suggested that a general evaluation to identify the factors affecting marital satisfaction and the tendency to extramarital relationships, according to its role in the lives of individuals, as a factor for the development of societies, to form a strong family foundation and progress. Society to use it. Mental health is a science focused on promoting welfare, social welfare, and life health which is related to all periods (pre-birth to death) and aspects of life (family environments, school, university, appointment, and society). Besides physiological needs, human beings have emotional, moral, religious, instructional, and directional needs and healthy life is produced through fulfilling these needs and maintaining balance between them. Personality is a collection of mental characteristics that consistently exists in individuals and influences their behaviors and thoughts. In other words, individuals' personality is a combination of mental characteristics that are used for determining the position of that individual in classifications. Self-control is one of the unique personality characteristics that varies from one person to another. That is, individuals with high levels of self-control depending on the extent of control they employ show different reactions and behaviors. In order to use this characteristic effectively, it should be nurtured because controlling excitements in social interactions is a very difficult task although researchers believe that public culture of a society effects the way individuals control themselves. Cultural psychology has confirmed that individuals are usually different with respect to their behaviors and through their particular behaviors are distinguished from each other; for instance, in most societies it is believed that only persons can have a personality who has stable, united and coherent characteristics and during time their personality remains unchanged and resists influence. Research has indicated that power of "self-control" in different periods of life ensures success. Agreement and conscientious are aspects of self-control because these factors respectively ensure the ability to "adapt" one's behavior to other's feelings and wishes and tolerate desires. Several limitations should be noted in the current study. First, this study had a cross-sectional design which makes it difficult to draw any causal relationship among the variables. In future, researchers may conduct experimental or longitudinal studies to examine the mediation model.

Conflicts of interest: None

Funding: None

Cite this article as:

Arefi M, Khoshbakht S. Extramarital Relationship Prediction Model Based on Personality Traits and Attachment Styles Mediated by Self-Control, Conflict Management and Forgiveness. *Razi J Med Sci.* 2023;29(12): 575-585.

*This work is published under [CC BY-NC-SA 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/) licence.

مقدمه

روابط فرزاناشویی یکی از پدیده‌های نسبتاً شناخته شده‌ای است که در هر جامعه‌ای اتفاق می‌افتد (۱). این روابط یکی از عوامل مهم تهدیدکننده عملکرد، ثبات و تداوم زناشویی است. تحقیقات در این زمینه نشان می‌دهد که حدود یک سوم از مردان و یک چهارم از زنان احتمال دارد که حداقل یک بار در طی زندگی مشترک درگیر روابط فرزاناشویی شوند (۲). روابط فرزاناشویی از جمله مسائل زناشویی می‌باشد که نه تنها برای محققان و پژوهشگران بلکه برای مشاوران خانواده و خانواده‌هایی که درگیر این نوع روابط شدند، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (۳). برخی از پژوهشگران بر این باور هستند که مشکلات زناشویی در سبک‌های دلبستگی زوج ریشه دارند. روزینسکا (Rosińska) و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهش خود نشان داد که سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی هر دو با روابط فرزاناشویی، رابطه معناداری دارند (۴). گلیسون (Gleeson) همکاران (۲۰۲۱) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که هر چه طرحواره‌ها ناسازگارتر باشند، رضایت از زندگی مشترک کاهش یافته و همچنین گزارش کردند که سه سبک دلبستگی و طرحواره‌ها ناسازگار رابطه معنادار دارند (۵).

از دیگر همیسته‌های سبک دلبستگی، خودکنترلی می‌باشد (۶). خودکنترلی مراقبتی درونی است که بر اساس آن وظایف محوله انجام و رفتارهای ناهنجار و غیرمعمول و غیر قانونی ترک می‌شود. بنابراین مهارت خودکنترلی بازتاب رشد خویشتن است، برای اینکه فردی بتواند رفتارش را کنترل کند، باید این نکته را که او عامل علی یک رفتار است، درک کند و متوجه باشد که رفتار و پیامد آن حاصل عملی است که او تا حدی می‌تواند، بر آن کنترل داشته باشد (۷). خودکنترلی، کودکی نوپا در روان‌شناسی نیست. با اینکه مدتها از عمر این مبحث می‌گذرد همچنان دانشمندان به این مبحث می‌پردازند. بارها ثابت شده برای آن دسته افرادی که قصد انجام تمارین موفقیت و رسیدن به توسعه فردی را دارند، خودکنترلی مبحثی بسیار ارزشمند بوده و مزایای بسیاری با خود به همراه دارد (۸). بر اساس یافته‌های روان‌شناسی امروزه خودکنترلی، توانایی تحمل انگیزه‌ها، احساسات و

رفتارهای شخص برای رسیدن به اهداف بلندمدت است. همچنین خودکنترلی توانایی مقاومت در برابر وسوسه‌های کوتاه‌مدت و به تعویق انداختن رضایتمندی فوری است؛ بنابراین، در آینده می‌توان کار ارزشمندتر و بهتری را انجام داد (۹). در واقع شواهد تجربی نشان می‌دهند که افراد با استعداد خود کنترلی بالاتر، پیامدهای بهتری را در زوایای مختلف بدست می‌آورند که از آن جمله م‌توان به مواردی چون دستاوردها و انجام وظایف، کنترل تکانه، سازگاری و انطباق، روابط بین فردی، هیجانات اخلاقی، ویژگی‌های شخصیتی اشاره کرد (۱۰).

دستیابی به یک زندگی زناشویی رضایت بخش، مستلزم وجود تعدادی ویژگی از جمله توانایی اعتماد به دیگران و همکاری و حس بخشوندگی نسبت به آنهاست (۱۱). بخشودگی تصمیم برای رها کردن خشم و افکار انتقام‌جویی است و باعث روابط سالم‌تر، کاهش استرس و اضطراب و افسردگی و سلامت روانی و معنوی می‌شود (۱۲). مدارا در برابر رفتارهای نامناسب همسر و همچنین گذشت کردن از نیازهای شخصی یکی از راه‌هایی است که می‌تواند آرامش را به روابط بین فردی همسران هدیه دهد. اما عدم آگاهی زوجین از اصول برقراری یک رابطه ایمن، نحوه ابراز درخواست و یا انتقاد کردن باعث می‌شود آرامش را از زندگی خود دور کرده و میزان گذشت در زندگی مشترک میان زوجین کاهش پیدا کند (۱۳). در واقع گذشت به موقع از خطای همسر و بخشیدن او یک مهارت بین فردی مهم در مسائل زناشویی به حساب می‌آید که یادگیری این مهارت می‌تواند به شیرین‌تر کردن زندگی، به زن و شوهر کمک کند. گذشت در زندگی به عنوان یک خصیصه انسانی، زیباترین جلوه‌های اخلاقی را در مناسبات اجتماعی ترسیم و به ویژه در زندگی مشترک، حضور مؤثر و نافذی دارد. در واقع، زن و شوهر بیش از هر مجموعه انسانی دیگر باید نسبت به هم روحیه بزرگ منشی داشته که یکی از این نشانه‌های آن، عفو و گذشت و مدارا نسبت به هم است (۱۴). واقعیت این است که برخی تصور می‌کنند اداره زندگی صرفاً از راه تنبیه و ایجاد رعب و وحشت به دست می‌آید. در حالی که بالعکس یکی از عواملی که به خانواده پایداری و انسجام می‌بخشد، پیوند محکم عاطفی بین همسران، گذشت و

مجموعه‌ای از الگوهای رفتاری بین زن و شوهر ایجاد کند که نتیجه‌ی آن خصومت و روابط آشفته باشد. نحوه مدیریت تعارض می‌تواند پیش بین بسیاری از فرایندها در ارتباطات زوجین باشد (۱۰).

از آنجا که روابط فرازناشویی یکی از بحرانی‌ترین مسائلی است که زوجین با آن مواجه می‌شوند و از آنجا که خیانت اساسی‌ترین جزء رابطه زناشویی را که همان اعتماد است، را خدشه‌دار می‌کند؛ بنابراین آثار مخرب بسیار عظیمی در زندگی مشترک به جای می‌گذارد (۶). در این میان، بیش از همه، همسری که مورد بی‌وفایی و خیانت واقع شده، آسیب می‌بیند و موجب مختل شدن سلامت روان و از دست دادن تعادل عاطفی و رفتاری وی خواهد شد و علاوه بر این مشکلات طلاق و از هم فروپاشیدن زندگی زناشویی، حس انتقام‌گیری، آسیب‌های روحی فرزندان از پیامدهای خیانت محسوب می‌شود (۳). روابط فرازناشویی موضوعی است که زوج درمانگران به صورت منظم در کارهای بالینی شان با آن مواجه می‌شوند و می‌تواند تجربه‌ای گیج‌کننده و دردناک برای همه‌ی کسانی باشد که با آن درگیرند، افزون بر این، روابط فرازناشویی یکی از دلایل عمده‌ی طلاق و از هم پاشیدن ازدواج است (۱۱). روابط فرازناشویی زناشویی بر اساس یک تعریف کلی نقض تعهد رابطه دو نفره است که منجر به شکل‌گیری درجاتی از صمیمیت عاطفی و فیزیکی با فردی خارج از این رابطه می‌شود. علی‌رغم این که روابط فرازناشویی زناشویی یک مفهوم رایج در ازدواج است اما به صورت ناچیزی شناخته شده است و با توجه به تابو بودن مسأله، پیشینه و بررسی روشنی در ارتباط با این موضوع وجود ندارد (۷). با نگاه به پیشینه مطالعاتی درخصوص روابط فرازناشویی می‌توان شاهد این بود که در ایران تحقیقات اندکی مستقیماً در مورد روابط فرازناشویی انجام شده است؛ از جمله اینکه تفاوت‌های جنسیتی در ارتکاب روابط فرازناشویی و عوامل زمینه‌ساز آن در ایران با توجه به عوامل فرهنگی و اجتماعی مورد بررسی علمی جدی واقع نشده است خانواده در زمره مهم‌ترین سیستم‌های اجتماعی است که بر اساس ازدواج بین دو جنس مخالف شکل می‌گیرد. حفظ و تداوم خانواده از اهمیت

محبت، حفظ و گسترش این پیوند و همچنین ارتباط صحیح بر پایه گفتگو، تفاهم و درک متقابل است. این امر نه تنها بر پایه عهد و میثاقی است که وصف جاودانگی دارد، بلکه موجب همدلی و برقراری پیوندهای عمیق در میان فرزندان نیز می‌گردد. بنابراین برای یک رابطه زناشویی مثبت باید همراه با تغییر شرایط و تغییر شخصیت همسر انعطاف‌پذیر باشیم و در روابط با همسر چشم پوشی از خطاها را جزو ابزارهای لازم برای یک زندگی موفق بدانیم (۱۵).

یکی دیگر از عواملی که زمینه‌های افزایش ارتباطات فرازناشویی را باعث می‌شود، تعارض در ارتباطات زناشویی و روش‌های مدیریت تعارض (Conflict Management Techniques) است (۱۶). منبع تعارض زناشویی طبق نظر آروپ می‌تواند ناشی از زمینه‌های اجتماعی که در برگیرنده تغییر روابط افراد به دلایل مختلف از جمله تغییر در دانش، نگرش و بینش‌های کسب شده از طریق مختلف و تغییرات اجتماعی باشد و یا تفاوت‌های ادراکی ایجاد شده در زوجین که شامل متفاوت دیدن موقعیت برای شروع و ادامه زندگی از زوجین می‌باشد که این تفاوت‌های ادراکی ایجاد شده ناشی از یادگیری‌ها و آموزش‌هایی است که به طور خواسته یا ناخواسته فرد درک و دریافت می‌کند (۱۷). تعارض، یک جنبه‌ی اجتناب‌ناپذیر ارتباطات انسانی است. هنگامی که دو نفر با یک دیگر صمیمی می‌شوند، احتمال بیشتری وجود دارد که تعارض را تجربه کنند؛ چراکه در خلال یک ارتباط خصوصی، عادت‌ها یا تفاوت‌ها بارزتر می‌شوند و می‌توانند آزاردهنده باشند. هرچند تعارض، برای رابطه‌ی زناشویی خطرناک نیست، چگونگی مواجهه‌ی همسران با آن می‌تواند خطر‌ساز باشد. تعارض، نوعی کشمکش و درگیری است (۸). وقتی برای یکی از همسران، انجام کار، گفتن حرف و یا داشتن فکر و احساس در زمینه‌ی مسأله‌ای خاص، مهم و ارزشمند باشد و برای دیگری چنین نباشد، همسران دچار اختلاف سلیقه یا اختلاف نظر می‌شوند و این، «تعارض» در ارتباط و فرآیند تفاهم را نشان می‌دهد. ناتوانی در تحمل نظر یا سلیقه‌ی مخالف، می‌تواند پیامدی فراتر از مشاجره‌ی ساده و گذرا داشته باشد و

درونی، ۰/۲۹ و با جهت گیری مذهبی بیرونی ۰/۱۶ به دست آمد.

مقیاس دلبستگی بزرگسال (RAAS) کولینز و رید (۲۰۱۴): مقیاس دلبستگی بزرگسال (RAAS) توسط کولینز و رید در سال ۲۰۱۴ ساخته شد و مشتمل بر ۱۸ ماده و سه زیر مقیاس نزدیکی، وابستگی و اضطراب بود که با سه دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی مطابقت دارد و براساس یک مقیاس پنج درجه‌ای سنجیده می‌شود.

پرسشنامه پنج عاملی شخصیت (NEO-FFI): پرسشنامه پنج عاملی شخصیت (NEO-FFI)، شکل کوتاهی از پرسشنامه تجدید نظر شده NEO است. این پرسشنامه ۶۰ جمله دارد که ۵ بعد شخصیت بهنجار را اندازه‌گیری می‌کند. این ۵ بعد عبارت هستند از: روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، سازش‌پذیری و وظیفه‌شناسی. ضریب آلفای گرونیخ گزارش شده از طرف مک کری و کاستا با میانگین ۰/۸۱ بین ۰/۷۴ تا ۰/۸۹ متغیر بوده است. ضریب اعتبار بازآزمایی به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۷۹، ۰/۸، ۰/۷۵، ۰/۸۳ بدست آمده بود. در آزمون روایی همزمان این پرسشنامه با سه پرسشنامه ریخت مابرز بریگز، پرسشنامه شخصیتی مینه سوتا، و پرسشنامه تجدید نظر شده کالیفرنیا نیز رابطه بالایی مشاهده شده است. این یافته‌ها نشان‌دهنده روایی مناسب این پرسشنامه است.

پرسشنامه بخشش ری (۲۰۰۱): پرسشنامه بخشش توسط ری (۲۰۰۱) با مقیاس ۱۵ گویه‌ای تدوین شد. پاسخ‌ها در ۵ مرحله لیکرت از «به شدت» تا «اصلاً» طراحی شدند. در این مقیاس میزان بخشش به سه سطح کم، متوسط و زیاد طبقه‌بندی شده، که صفر تا ۲۱ نشان‌دهنده کم؛ ۲۲-۴۲ نشان‌دهنده بخشش متوسط و ۴۳-۶۵ نشان‌دهنده بخشش زیاد است. این معیار را با معیار سنجش بخشش انرایت مقایسه کرد. همبستگی به دست آمده به شیوه هم‌تاسازی نسبتاً بالا ($r = 0.75-0.50$).

مقیاس خود کنترلی تانجنی، بامیستر و بون (۲۰۰۴): مقیاس خود کنترلی توسط تانجنی، بامیستر و بون (۲۰۰۴) تهیه شده و دارای ۳۶ ماده است این

زیادی بر خوردار است و از آنجا که روابط فرازناشویی یا خیلنت به همسر طی چند سال اخیر به یکی از معضلات اجتماعی تبدیل شده است، پرداختن به علت‌های اصلی و پیش بین آن می‌تواند دستاوردهای مؤثری برای زوجین داشته باشد (۴). از این رو هدف مطالعه حاضر پاسخگویی به این سؤال است که مدل پیش بینی روابط فرازناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دلبستگی با میانجی‌گری خود کنترلی، مدیریت تعارض و بخشودگی چگونه است؟

روش کار

روش مطالعه حاضر توصیفی پیمایش، بر اساس هدف کاربردی و از نظر تجزیه و تحلیل کمی است. جامعه آماری این مطالعه کلیه مردان و زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز مشاوره خانواده تحت نظر سازمان بهزیستی شهر کرمانشاه در سال ۱۳۹۷-۱۳۹۶ است که بنا به آمار اخذ شده از سازمان بهزیستی تعداد آنها حدوداً ۴۲۰ نفر بوده است. با توجه به محدودیت افراد جامعه کلیه افراد به عنوان نمونه شدند و روش نمونه‌گیری تمام شماری (سرشماری) بود. برای گردآوری داده‌ها این پژوهش از پرسشنامه‌های ذیل استفاده گردید:

پرسشنامه نگرش به روابط فرازناشویی ویتلی (۲۰۰۸): پرسشنامه نگرش به روابط فرازناشویی توسط ویتلی (۲۰۰۸)، برای بررسی نگرش به روابط فرازناشویی ساخته است. این مقیاس در ۱۲ گویه تنظیم شده است که در طبق ۷ درجه‌ای از به شدت موافقم (نمره ۷) تا به شدت مخالفم (نمره ۱)، نمره‌گذاری می‌شود. یافته‌ی پژوهشی ویتلی حاکی از اعتبار مطلوب این نگرش سنج است، به طوری که آلفای کرونباخ حاصل از ضریب همسانی درونی ۰/۸۰ سنجیده شده است. ضریب آلفای کرونباخ مقیاس نگرش به روابط فرازناشویی ۰/۷۱ برآورد شده است. ضریب بازآزمایی نیز ۰/۸۷ گزارش شده است. برای بررسی روایی این آزمون در ایران، از روایی ملاکی (از نوع واگرا) استفاده شده است. به همین منظور، پرسشنامه جهت‌گیری مذهبی آلپورت به کار گرفته شده است. روایی واگرا با جهت‌گیری مذهبی

جدول ۱- محاسبه همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	سبک‌های دلبستگی	ویژگی‌های شخصیت	بخشش	مدیریت تعارض	خودکنترلی	روابط فرازناشویی
سبک‌های دلبستگی	۱	-	-	-	-	-
ویژگی‌های شخصیت	۰/۷۴۹ Sig = ۰/۰۰۰	۱	-	-	-	-
بخشش	۰/۶۳۹ Sig = ۰/۰۰۰	۰/۸۰۵ Sig = ۰/۰۰۰	۱	-	-	-
مدیریت تعارض	۰/۸۲۵ Sig = ۰/۰۰۰	۰/۸۱۴ Sig = ۰/۰۰۰	۰/۷۱۰ Sig = ۰/۰۰۰	۱	-	-
خودکنترلی	۰/۸۴۷ Sig = ۰/۰۰۰	۰/۸۴۸ Sig = ۰/۰۰۰	۰/۸۱۷ Sig = ۰/۰۰۰	۰/۷۸۱ Sig = ۰/۰۰۰	۱	-
روابط فرازناشویی	۰/۷۶۲ Sig = ۰/۰۰۰	۰/۸۳۹ Sig = ۰/۰۰۰	۰/۷۰۲ Sig = ۰/۰۰۰	۰/۷۷۶ Sig = ۰/۰۰۰	۰/۸۸۰ Sig = ۰/۰۰۰	۱

AMOS، مدل‌سازی معادلات ساختاری، (مدل معادلات رگرسیونی مطرح شده و در نهایت با روش تحلیل مسیر مدل‌های ساختاری آموس (اثر رگرسیونی) به تحلیل فرضیه‌های پژوهش پرداخته شد.

یافته‌ها

با توجه به جدول ۱ همبستگی بین کلیه متغیرهای پژوهش در سطح اطمینان ۹۵ درصد تأیید شد. به دلیل اینکه سطح معناداری مربوط به روابط برابر کلیه متغیرها کمتر از میزان ۰/۰۵ می‌باشد لذا می‌توان گفت بین کلیه متغیر همبستگی معناداری وجود دارد.

در این پژوهش، به منظور دستیابی به مدل تحقیق از شیوه مدل‌یابی معادلات ساختاری که مبتنی بر روابط علی بین متغیرهاست استفاده شد. نسبت کای اسکوار مدل ساختاری به درجه آزادی برابر ۸/۲۹۱ و نامناسب است (جدول ۲). شاخص‌های برازش تطبیقی همگی پایینتر از ۹۰ درصد و نامناسب هستند. شاخص RMSEA بالاتر از ۵ درصد و نامناسب است. اما شاخص‌های مقتصد (اقتصادی بودن) همه بالاتر از ۵۰

آزمون با الهام از ابزارهای قبلی و برای برطرف کردن نواقص پرسشنامه‌هایی که برای سنجش خودکنترلی بود ساخته شده بود تهیه شد. پاسخ‌های این مقیاس در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از اصلاً شباهت ندارد (۱) تا شباهت خیلی زیاد (۵) در نظر گرفته شده است، نمره کل افراد در آزمون در کمترین حالت ۳۶ و بیشترین حالت ۱۸۰ بود.

پرسشنامه مدیریت تضاد ویلسون و پونتام در سال (۱۹۸۲):

پرسشنامه مدیریت تضاد دارای ۳۰ گویه است و با روش لیکرت ۷ درجه‌ای نمره‌دهی می‌شود. این ابزار توسط ویلسون و پونتام در سال ۱۹۸۲ طراحی شده و میزان استفاده از سه راهبرد عدم مقابله، راه‌حل‌گرایی و کنترل در مدیریت تعارض را می‌سنجد. پایایی آن با کمک آلفای کرونباخ ۰/۷۱ به دست آمد و روایی آن توسط روش روایی محتوایی مطلوب محاسبه شد. داده‌های بدست آمده به روش آمار توصیفی و آمار استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. در نرم افزار SPSS به بررسی وضعیت توصیفی جامعه و متغیرهای پژوهش پرداخته شد و با کمک ابزار آماری

جدول ۲- شاخص‌های برازش مدل کلی

PCFI	PNFI	PRATIO	RFI	IFI	CFI	NFI	RMSEA	X2/df	مدل کلی
>۰/۵۰	>۰/۵۰	>۰/۵۰	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	<۰/۰۵	<۳	میزان قابل قبول
۰/۳۶۴	۰/۱۱۸	۰/۲۵۵	۰/۸۲۴	۰/۵۸۰	۰/۷۸۵	۰/۸۱۳	۰/۰۷۰	۸/۲۹۱	مقادیر محاسبه شده

جدول ۳- شاخص‌های برازش مدل کلی اصلاحی

PCFI	PNFI	PRATIO	RFI	IFI	CFI	NFI	RMSEA	X2/df	مدل کلی
>۰/۵۰	>۰/۵۰	>۰/۵۰	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	>۰/۹	<۰/۰۵	<۳	میزان قابل قبول
۰/۷۹۲	۰/۷۳۴	۰/۶۲۵	۰/۹۳۶	۰/۹۸۳	۰/۹۸۶	۰/۹۶۳	۰/۰۲۸	۱/۷۴۶	مقادیر محاسبه شده

معنی‌دار می‌باشد و این تأثیر بصورت مستقیم و معنی‌دار می‌باشد. با توجه به مدل ساختاری پژوهش و جدول ۳ مشاهده می‌شود تأثیر غیر مستقیم سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری خودکنترلی بر روابط فرازناشویی برابر ۰/۵۱ بوده که در سطح $P < ۰/۰۵$ معنی‌دار می‌باشد و این تأثیر بصورت مستقیم و معنی‌دار می‌باشد. همچنین تأثیر غیر مستقیم سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری مدیریت تعارض بر روابط فرازناشویی برابر ۰/۴۰ بوده که در سطح $P < ۰/۰۵$ معنی‌دار می‌باشد و این تأثیر بصورت مستقیم و معنی‌دار می‌باشد. همچنین تأثیر غیر مستقیم سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری بخشودگی بر روابط فرازناشویی برابر ۰/۲۲ بوده که در سطح $P < ۰/۰۵$ معنی‌دار می‌باشد و این تأثیر بصورت مستقیم و معنی‌دار می‌باشد. با توجه به مدل ساختاری پژوهش و جدول ۳ مشاهده می‌شود رابطه غیر مستقیم ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری خودکنترلی بر روابط فرازناشویی برابر ۰/۶۵ بوده که در سطح $P < ۰/۰۵$ معنی‌دار می‌باشد و این تأثیر بصورت مستقیم و معنی‌دار می‌باشد. همچنین رابطه غیر مستقیم ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری مدیریت تعارض بر روابط فرازناشویی برابر ۰/۶۸ بوده که در سطح $P < ۰/۰۵$ معنی‌دار می‌باشد و این تأثیر بصورت مستقیم و معنی‌دار می‌باشد. همچنین رابطه غیر مستقیم ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری بخشودگی بر روابط فرازناشویی برابر ۰/۵۶ بوده که در سطح $P < ۰/۰۵$ معنی‌دار می‌باشد و این تأثیر بصورت مستقیم و معنی‌دار می‌باشد.

بحث

این پژوهش با هدف «ارائه پیش‌بینی روابط فرازناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری خودکنترلی، مدیریت تعارض و

درصد بوده و مناسب هستند. بنابراین نیاز به اصلاحاتی در مدل می‌باشد.

مقدار NFI یا شاخص برازش هنجار شده بنتلر-بونت بدست آمده در جدول ۳ مقدار ۰/۹۶۳ می‌باشد که با توجه به مقدار استاندارد ۰/۹ که حد مطلوب این شاخص می‌باشد، مدل با توجه به این شاخص از برازش مطلوبی برخوردار است. مقدار RFI یا شاخص نسبی بدست آمده مقدار ۰/۹۳۶، مقدار IFI یا شاخص برازش افزایشی بدست آمده مقدار ۰/۹۸۳ و مقدار CFI یا شاخص برازش تطبیقی بدست آمده مقدار ۰/۹۸۶ می‌باشد که این شاخص به برازش مطلوب مدل اشاره دارد. مقدار RMSEA یا ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد بدست آمده مقدار ۰/۰۲۸ می‌باشد که با توجه به مقدار استاندارد کمتر از ۰/۰۵، مطلوب می‌باشد. مقدار PNFI یا شاخص هنجار شده مقتصد برابر ۰/۷۳۴، مقدار PCFI یا شاخص برازش تطبیقی مقتصد برابر ۰/۷۹۲، مقدار PRATIO یا نسبت مقتصد بودن برابر ۰/۶۲۵ و بیشتر از ۰/۵ و نشان از وضعیت مطلوب مدل دارد. لذا در کل با توجه به همه شاخص‌ها می‌توان گفت مدل از برازش مناسبی برخوردار است. در نتیجه اصلاح اکثر شاخص‌ها بهبود یافتند. با توجه به مدل ساختاری پژوهش و جدول ۳ مشاهده می‌شود تأثیر غیر مستقیم ویژگی‌های شخصیتی با میانجی‌گری خودکنترلی بر روابط فرازناشویی برابر ۰/۳۶ بوده که در سطح $P < ۰/۰۵$ معنی‌دار می‌باشد و این تأثیر بصورت مستقیم و معنی‌دار می‌باشد. همچنین تأثیر غیر مستقیم ویژگی‌های شخصیتی با میانجی‌گری مدیریت تعارض بر روابط فرازناشویی برابر ۰/۵۴ بوده که در سطح $P < ۰/۰۵$ معنی‌دار می‌باشد و این تأثیر بصورت مستقیم و معنی‌دار می‌باشد. همین‌طور تأثیر غیر مستقیم ویژگی‌های شخصیتی با میانجی‌گری بخشودگی بر روابط فرازناشویی برابر ۰/۴۵ بوده که در سطح $P < ۰/۰۵$

میانجی‌گری مدیریت تعارض، قابل پیش‌بینی می‌باشد. این نتیجه با نتایج تحقیقات ووسلر (Vossler) و همکاران (۲۰۲۰) (۶) و ووکورس (Duckworth) و همکاران (۲۰۱۹) (۱۱) همراستا بود. در تبیین این یافته می‌توان چنین استدلال کرد: با توجه به ابعاد مدیریت تعارض شرایط را برای تجربه عواطف و هیجان‌های منفی مانند ترس، غم، دست‌پاچگی، عصبانیت، احساس گناه، و نفرت آماده می‌کند. این عواطف و هیجان‌های منفی شرایط را برای داشتن افکار و عقاید منفی و غیر منطقی آماده می‌کند (۲). با توجه به این که مدیریت تعارض شرایط را برای احساس هیجان‌های منفی آماده می‌کند. وقتی فردی هیجان‌های منفی را تجربه می‌کند، دیدی تونلی دارد و این دامنه امکانات و احتمالات او را محدود می‌سازد و این مانعی برای گشودگی شناختی و افزایش توانایی حل مساله و مهارت‌های مقابله‌ای می‌شود. بنابراین زوجین دارای تعارض با داشتن منابع شخصی نه چندان پایدار، وقتی در شرایط ناگوار قرار می‌گیرند، افکارمنفی به ذهن فرد هجوم می‌آورد. این افراد به نشخوار ذهنی افکارمنفی تا مدت‌ها پس از اتمام رویداد ناگوار ادامه داده و این شرایط را برای بد بین بودن مهیا می‌سازد (۹).

همچنین نتایج این مطالعه نشان داد روابط فرازناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی با میانجی‌گری بخشودگی، قابل پیش‌بینی می‌باشد. این نتیجه همسو با نتایج تحقیقات اش‌میت (Schmitt) و همکاران (۲۰۱۷) (۱۴) بود. در تبیین یافته فوق می‌توان چنین استدلال کرد که با توجه به ابعاد شش‌گانه سازش‌پذیری کاستا و مک کری (۱۹۹۲) که شامل: اعتماد بالا، روراستی، نوع دوستی، اطاعت و فروتنی، نرم‌خوبی و خوش فکری است نمرات بالای افراد در این ابعاد شش‌گانه توانمندی‌های شخصی با گذشت، بی‌توقع، خون‌گرمی، عدم لجاجت، نامتناظر و همدل بودن را سبب می‌گردد. این افراد نوع دوست بوده و مشتاق هستند که به دیگران کمک‌کنند و این باعث محبوبیت بالایی این افراد می‌شود. عزت نفس و توان همدلی بالا در عین قاطع بودن، این افراد را آماده رقابت و همکاری با دیگران ساخته و خوش فکری بالایی افراد سازش‌پذیر

بخشودگی انجام گردید. یکی از یافته‌های مهم تحقیق این می‌باشد که روابط فرازناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی با میانجی‌گری خودکنترلی، قابل پیش‌بینی می‌باشد. این نتیجه با نتایج تحقیقات کریتزمن (Krentzman) و همکاران (۲۰۱۸) (۸) و فنیس (Fennis) (۲۰۲۲) (۱۰) همسو و هم جهت بود. لابرکو (Labrecque) و همکاران (۲۰۲۰) برای هر یک از پنج عامل بزرگ شخصیت، شش بعد را در نظر گرفته‌اند. نمره بالای افراد در این ابعاد شش‌گانه نوعی توانمندی شخصی محسوب می‌شود. ابعاد برون‌گرایی عبارتند از: خون‌گرمی، خودکنترلی، معاشرتی، جسور بودن، فعال بودن، هیجان‌خواهی و هیجان‌های مثبت. نیرومندی‌های مرتبط با برون‌گرایی شامل: اجتماعی بودن، پراورزی بودن، ماجراجویی و مشتاق بودن است (۷). مجموع این نیرومندی‌های شخصی در افراد برون‌گرا، باعث اتخاذ نوعی رویکرد به جهان مادی و اجتماعی می‌شود که رفتار شناخت و هیجان‌ات شخص به سمت گرایش به شکل‌گیری سازه انتظار تعمیم یافته مبنی بر احساس اطمینان درباره قابلیت حصول هدف ارزشمند می‌شود و این شرایط را برای تمرکز بر جنبه‌های مثبت روابط فرازناشویی مهیا می‌سازد (۱۳). همچنین از آنجایی که افراد برون‌گرا هیجان‌ات مثبت را ادراک می‌کنند. مفهوم خودکنترلی به این معنی است که یک شخص در موقعیت خود چه قدر انعطاف‌پذیر یا چه قدر پایدار است. مردم در یک بحث کلی به دو دسته تقسیم می‌شوند: افراد با خودکنترلی بالا و افراد با خودکنترلی پایین که هر کدام ویژگی‌هایی دارند. برخی از افراد نسبت به موقعیت‌های اجتماعی حساس هستند و ظاهر خود را متناسب با موقعیت رایج تنظیم می‌کنند، این افراد را با خودکنترلی بالا می‌نامیم. در مقابل افرادی هستند با خودکنترلی پایین که تمایل دارند فکر و احساس خود را بیان نمایند، تا اینکه آن را متناسب با موقعیت سازماندهی کنند. همچنین بالا یا پایین بودن خودکنترلی در افراد به تفاوت در نگرش، رفتار، ادراکات و باورها بستگی دارد (۱۰).

یکی دیگر از یافته‌های مطالعه این می‌باشد که روابط فرازناشویی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی با

می‌تواند پایه‌گذار موفقیت‌های آتی این افراد در رسیدن به اهداف شود. مجموع توانمندی‌های شخصی افراد سازش‌پذیر زمینه‌بخشودگی را مهیا می‌سازد (۸).

همچنین نتایج نشان داد که روابط فرازناشویی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری خود‌کنترلی، قابل پیش‌بینی می‌باشد. این نتیجه با نتایج تحقیقات اسمیت (Smith) و همکاران (۲۰۱۹) (۱۷) هم‌جهت و در یک راستا بود. در این مورد می‌توان بیان کرد که دل‌بستگی حاصل ارتباط زوجین است. زمانی که زوجین احساس ناامنی کنند در دسترس بودن و پاسخ‌گویی عاطفی مناسب بر نوع بازنمایی ذهنی آنان تأثیرگذار است. افراد دل‌بسته‌ایمن روابط توأم با امنیتی را تجربه کرده‌اند و این روابط توأم سبب شکل‌گیری پایگاهی امن شده که افراد به واسطه آن اعتماد به نفس لازم را برای ریسک کردن و آموختن در اختیار دارند و این سبب می‌شود این افراد منابع و توانمندی‌های ذهنی برتری را ابراز نمایند. به این صورت که آنان بیشتر کنج‌کاو بوده و توان پذیرش بیشتری درباره اطلاعات و دانسته‌های جدید دارند (۱۴). بنابراین وجود عواطف و هیجانات مثبت بین زوجین باعث عملکرد ذهنی بهتر و پیشرفت می‌گردد. این هیجانات مثبت مطابق دیدگاه دیوو (Dew) و همکاران (۲۰۲۲) منجر به گسترش افق نگاه افراد به جهان شده و با گذشت زمان منابع تقویتی و شخصی گوناگونی را ساخته و پرداخته می‌کند. این منابع عبارتند از: منابع جسمی (مثل هماهنگی، سلامتی قلبی - عروقی و...)، منابع اجتماعی (نظیر دوستی‌ها، مهارت‌ها و حمایت‌های اجتماعی و...)، منابع فکری و ذهنی (مانند دانش، مهارت حل مسئله و...) و مهارت‌های روانشناختی (مانند خلاقیت، تاب‌آوری، خوش‌بینی و...) (۹).

یکی دیگر از نتایج تحقیق این می‌باشد که روابط فرازناشویی، ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری مدیریت تعارض می‌باشد. این نتیجه همراستا با نتایج تحقیقات کوی (Koi) (۲۰۲۲) (۱) بود. در تبیین یافته‌های زیر می‌توان بیان داشت شخصیت و ویژگی‌های شخصیتی می‌تواند پیش‌بین مهمی از تفاوت‌های فردی در رفتار جنسی باشد (۱۷). تفاوت‌های فردی در ویژگی‌های شخصیتی می‌تواند بر

کیفیت روابط زناشویی و شکل‌گیری روابط فرازناشویی تأثیرگذار باشد به طوری که روان‌رنجوری در مدل ۵ عاملی، با تداوم روابط و رضایت زناشویی ارتباط معکوس نشان داده است (۱۰). در مدل پنج عاملی شخصیت، منظور از مدیریت تعارض، بعدی است که اساس آن را تجربه هیجانات نامطلوب و مزمن تشکیل می‌دهد. افراد دارای نمره بالا در روان‌رنجوری مستعد افکار غیرمنطقی، توانایی کمتر برای کنترل تکانه‌های خود و تطابق ضعیف‌تر با فشار روانی هستند که شاید به علت تداخل هیجانات مزاحم در انطباق فرد با فشار روانی است (۱۶).

همچنین نتایج نشان داد که روابط فرازناشویی، ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دل‌بستگی با میانجی‌گری بخشودگی، می‌باشد. این نتیجه همسو با نتایج تحقیقات فریز (Friese) و همکاران (۲۰۱۷) (۱۶) بود. در این مورد می‌توان بیان کرد که با توجه به ابعاد شش‌گانه وظیفه‌شناسی که شامل: کفایت، نظم و ترتیب، وظیفه‌شناسی، تلاش برای پیشرفت، خودنظمی و ژرفاندیشی است و نمرات بالای افراد در این ابعاد شش‌گانه توانمندی‌های شخصی مانند کارایی بالا، سازمان‌یافتگی، دقیق بودن، کامل و زرنگ بودن و عدم تکانشگری را ایجاد می‌کند (۴). از آنجایی که افراد خوش‌بین به خاطر خطای کنترل، سوگیری خود‌باری دارند، به نحوی که این افراد به راحتی اطلاعات منفی نسبت به خود را نادیده گرفته و اطلاعات وارده را از فیلترهای تحریف‌کننده رد می‌کنند و پیامدهای مثبت و منفی را به گونه‌ای تعبیر می‌کنند که از خودشان محافظت کنند و چون افراد وظیفه‌شناس نگاه واقع‌بینانه به رویدادها و حوادث دارند این واقع‌بینی نمی‌تواند منجر به بخشودگی گردد (۱۰).

محدودیت‌ها

از محدودیت‌های تحقیق می‌توان به این نکته اشاره کرد که با توجه به سوال اصلی پژوهش، این پژوهش یک مطالعه غیرآزمایشی توصیفی از نوع همبستگی است که به بررسی روابط بین متغیرها و میزان پیش‌بینی پذیری متغیرها می‌پردازد. بنابراین نتایج به دست

Health. 2022;10:894415.

4. Rosińska M, González MG, Touriño AG, Mora Giral MS. Comparing the Personality Traits of Patients with an Eating Disorder versus a Dual Diagnosis. *J Dual Diagn.* 2020;16(3):336-346.

5. Gleeson A, Curran D, Reeves R, J Dorahy M, Hanna D. A meta-analytic review of the relationship between attachment styles and posttraumatic growth. *J Clin Psychol.* 2021;77(7):1521-1536.

6. Vossler A, Moller NP. Internet Affairs: Partners' Perceptions and Experiences of Internet Infidelity. *J Sex Marital Ther.* 2020;46(1):67-77.

7. Labrecque LT, Whisman MA. Extramarital Sex and Marital Dissolution: Does Identity of the Extramarital Partner Matter? *Fam Process.* 2020;59(3):1308-1318.

8. Krentzman AR, Webb JR, Jester JM, Harris JI. Longitudinal Relationship between Forgiveness of Self and Forgiveness of Others among Individuals with Alcohol Use Disorders. *Psycholog Relig Spiritual.* 2018;10(2):128-137.

9. Dew JP, Saxey MT, Mettmann A. Money lies and extramarital ties: Predicting separate and joint occurrences of financial deception and extramarital infidelity. *Front Psychol.* 2022;13:1038169.

10. Fennis BM. Self-control, self-regulation, and consumer wellbeing: A life history perspective. *Curr Opin Psychol.* 2022;46:101344.

11. Duckworth AL, Taxer JL, Eskreis-Winkler L, Galla BM, Gross JJ. Self-Control and Academic Achievement. *Annu Rev Psychol.* 2019;70:373-399.

12. Suci N, Meliț LE, Mărginean CO. A Holistic Approach of Personality Traits in Medical Students: An Integrative Review. *Int J Environ Res Public Health.* 2021;18(23):12822.

13. Bleidorn W, Schwaba T, Zheng A, Hopwood CJ, Sosa SS, Roberts BW, Briley DA. Personality stability and change: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychol Bull.* 2022;148(7-8):588-619.

14. Schmitt DP, Long AE, McPhearson A, O'Brien K, Remmert B, Shah SH. Personality and gender differences in global perspective. *Int J Psychol.* 2017;52 Suppl 1:45-56.

15. Islam MS. Intimate partner sexual violence against women in Sylhet, Bangladesh: some risk factors. *J Biosoc Sci.* 2022;54(1):54-76.

16. Friese M, Frankenbach J, Job V, Loschelder DD. Does Self-Control Training Improve Self-Control? A Meta-Analysis. *Perspect Psychol Sci.* 2017;12(6):1077-1099.

17. Smith T, Panfil K, Bailey C, Kirkpatrick K. Cognitive and behavioral training interventions to promote self-control. *J Exp Psychol Anim Learn Cogn.* 2019;45(3):259-279.

آمده بیانگر روابط علت و معلولی نمی‌باشد. همچنین استفاده از پرسش‌نامه‌های خودسنجی جهت جمع‌آوری داده‌های پژوهش حاضر، نتایج را مستعد تحریف می‌کند. چرا که عواملی مثل خستگی، کم‌دقتی، عامل هشجاری که باعث می‌شود افراد بخواهند چهره‌ی مثبت‌تری از خود نشان بدهند و در نتایج پژوهش تأثیرگذار است.

پیشنهادها

با توجه به نتایج این مطالعه، پیشنهاد می‌شود که ارزیابی کلی جهت شناخت عوامل موثر در رضایت زناشویی و گرایش به روابط فرا‌زناشویی، با توجه به نقش آن در زندگی افراد، به عنوان عاملی برای پیشرفت جوامع، شکل گیرد تا بتوان در جهت استحکام بنیان خانواده و پیشرفت جامعه از آن استفاده گردد. همچنین پیشنهاد می‌شود با توجه به این امر که خانواده یکی از بنیان‌های اساسی زندگی افراد است و همچنین شرایط حاکم بر این محیط به عنوان جایگاهی برای رد و بدل عقاید و حتی زمینه‌ی رشد و بالندگی شخصیت افراد است، بایستی مسئولان حوزه آموزش و سلامت بستری فراهم آورند که مولفه‌های تأثیرگذار بر روابط زناشویی و عوامل تضعیف‌کننده بنیان خانواده روشن گردد.

نتیجه‌گیری

به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که ارزیابی کلی جهت شناخت عوامل موثر در رضایت زناشویی و گرایش به روابط فرا‌زناشویی، با توجه به نقش آن در زندگی افراد، به عنوان عاملی برای پیشرفت جوامع، شکل گیرد تا بتوان در جهت استحکام بنیان خانواده و پیشرفت جامعه از آن استفاده گردد.

References

1. Koi P. Self-control modulates information salience. *Behav Brain Sci.* 2022;45:e230.
2. Farias OO, Alexandre HO, Lima ICV, Galvão MTG, Hanley-Dafoe R, et al. Attachment styles of People Living with HIV/AIDS. *Cien Saude Colet.* 2020;25(2):495-504.
3. Platteau T, Florence E, de Wit JBF. Self-Control as Conceptual Framework to Understand and Support People Who Use Drugs During Sex. *Front Public*