

Predicting Marital Infidelity Based on Spousal Fatigue (Physical, Emotional, and Psychological)

1. Zahra Sadat Mirmohammadali : MA, Department of Psychology, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2. Majidreza Rajabi *: Assistant Professor, Department of Counseling, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

*Corresponding Author's Email Address: Mr.rajabi@iauctb.ac.ir



Received: 2025-03-03

Revised: 2025-04-16

Accepted: 2025-05-09

Published: 2025-06-10



Copyright: © 2025 by the authors.
Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

Abstract:

Objective: This study aimed to predict marital infidelity based on physical, emotional, and psychological fatigue among couples.

Methods and Materials: The research was quantitative in nature and utilized a correlational method. Data were collected using standardized questionnaires from 322 couples in Tehran. The data were analyzed using SPSS version 23 through descriptive and inferential statistics.

Findings: The results revealed a significant, direct, and positive relationship between marital fatigue and attitudes toward infidelity, with a correlation coefficient of 0.452 and a significance level of $\text{sig} = 0.000$. This value indicates a moderate to high direct correlation between the variables, meaning that as marital fatigue increases, so does the tendency toward infidelity. In predicting marital infidelity based on couples' fatigue (physical, emotional, and psychological), the correlation coefficient (R) was 0.452, indicating a moderate and direct correlation between the independent variable (marital fatigue) and the dependent variable (marital infidelity). However, the adjusted R -squared value (R^2) was 0.203, indicating that 20.3 percent of the variance in marital infidelity can be explained by the independent variable, marital fatigue.

Conclusion: Therefore, it can be concluded that marital fatigue has an impact on marital infidelity. Based on the significance of this relationship, strategic planning aimed at reducing marital fatigue can help decrease infidelity and consequently lower divorce rates in the country.

Keywords: Marital fatigue, Attitudes toward infidelity, Divorce

How to Cite: Mirmohammadali, Z.S., Rajabi, M.R. (2025). Predicting Marital Infidelity Based on Spousal Fatigue (Physical, Emotional, and Psychological). *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 2(2), 80-92.

پیش بینی خیانت زناشویی با توجه به خستگی (جسمی، عاطفی و روانی) زوجین

۱. زهرا سادات میرمحمدعلی ^{id}؛ کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. مجیدرضا رجیبی ^{id*}؛ استادیار، گروه مشاوره، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: Mr.rajabi@iauctb.ac.ir

چکیده

هدف: این پژوهش با هدف پیش بینی خیانت زناشویی با توجه به خستگی جسمی، عاطفی و روانی زوجین انجام پذیرفت.

مواد و روش: این پژوهش از نوع کمی بوده و به روش همبستگی انجام پذیرفته است. اطلاعات مورد نیاز از تعداد ۳۲۲ نفر از زوجین در شهر تهران با پرسشنامه استاندارد گردآوری گردیده است و با کمک نرم افزار $23spss$ در قالب آماره‌های توصیفی و استنباطی تجزیه و تحلیل شده است.

یافته‌ها: نتایج نشان داد رابطه معنی دار، مستقیم و مثبتی بین مهارت خستگی زناشویی با نگرش به خیانت زناشویی با ضریب همبستگی $(0/452)$ و سطح معنی داری $(sig=0/000)$ وجود دارد. مقدار این رابطه دلالت بر همبستگی متوسط رو به بالا و مستقیم بین متغیرها دارد. یعنی با افزایش خستگی زناشویی میزان نگرش به خیانت زناشویی نیز افزایش می‌یابد. در پیش بینی خیانت زناشویی بر اساس خستگی (جسمی، عاطفی و روانی) زوجین مقدار ضریب همبستگی (R) بین متغیرها $0/452$ می‌باشد که نشان می‌دهد بین متغیر مستقل (خستگی زناشویی) و متغیر وابسته پژوهش همبستگی متوسط و مستقیمی وجود دارد. اما مقدار ضریب تعدیل شده (R) که برابر با $0/203$ می‌باشد که نشان می‌دهد $20/3$ درصد از کل خیانت زناشویی وابسته به متغیر مستقل تحقیق (خستگی زناشویی) می‌باشد. بنابراین میزان تأثیر متغیر مستقل بر متغیر وابسته $20/3$ درصد می‌باشد. می‌توان گفت خستگی زناشویی بر خیانت زناشویی تأثیر گذار است. نتیجه‌گیری: بر این اساس با توجه به معنی داری رابطه بین خستگی زناشویی و خیانت زناشویی می‌توان به منظور کاهش خیانت زوجین و کاهش میزان طلاق در کشور برنامه ریزی دقیقی به منظور کاهش خستگی زناشویی انجام داد.

کلیدواژگان: خستگی زناشویی، نگرش به خیانت، طلاق

نحوه استناددهی: میرمحمدعلی، زهرا سادات، رجیبی، مجیدرضا. (۱۴۰۴). پیش بینی خیانت زناشویی با توجه به خستگی (جسمی، عاطفی و روانی) زوجین. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۲(۲)، ۸۰-۹۲.



تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۲/۱۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۱/۲۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۲/۱۷

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۳/۲۰



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۴ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

Extended Abstract

Introduction

Marital infidelity remains a pressing concern in the domain of family psychology, carrying extensive psychological, relational, and social consequences for individuals and their families. One factor that has garnered increasing empirical attention as a potential antecedent to infidelity is marital burnout, which encompasses emotional, physical, and psychological exhaustion resulting from persistent interpersonal stress within the marital relationship. This multidimensional phenomenon often signals a breakdown in emotional intimacy and functional communication between spouses and is associated with a heightened risk of seeking emotional or sexual fulfillment outside the primary relationship (Fatehi, 2020; Goodarzi, 2019). Research has consistently revealed a strong association between the experience of marital burnout and negative relational outcomes such as emotional divorce, marital dissatisfaction, and infidelity tendencies (Ghasemi et al., 2023; Hosseiniapanahi, 2020).

As the complexity of marital dynamics continues to be explored, it has become evident that burnout does not merely emerge from situational stressors but also interacts with cognitive-emotional processes, such as emotion regulation strategies, self-differentiation, and attachment patterns (Alizadeh Akbari & Garzin Motaii, 2024; Sorkhabi Abdolmaleki et al., 2022). These psychological constructs function both as precursors and mediators in the development of marital burnout and the subsequent risk for maladaptive relational behaviors, including infidelity. For instance, maladaptive emotion regulation strategies, when coupled with a high level of marital exhaustion, often result in withdrawal, resentment, or compensatory behaviors outside the marital dyad (Abdolmaleki et al., 2021; Khosravi et al., 2021).

Furthermore, the sociocultural environment plays an instrumental role in shaping attitudes toward infidelity and the internalization of relational distress. In the age of

widespread social media usage and digital interactions, individuals facing emotional and psychological disconnection from their spouses may be increasingly susceptible to the allure of external relational stimuli (Rezaei & Ramazaniyan, 2016). Marital burnout, in this sense, acts as a vulnerable context wherein couples' capacity to cope with relationship stress diminishes, making infidelity a seemingly viable—though maladaptive—coping mechanism (Payam et al., 2023; Zardini et al., 2021).

Prior research has also provided evidence that women are particularly vulnerable to the effects of marital burnout, especially when combined with low levels of distress tolerance or when experiencing social isolation in contexts such as infertility or chronic marital conflict (Mahmoudpour et al., 2020; Miraghaei & Azizi, 2019). Burnout, in such cases, serves not only as a subjective indicator of relationship fatigue but also as a predictive factor for both emotional estrangement and the emergence of alternative relational attachments. This underscores the need to conceptualize marital burnout not only as a psychological construct but as a dynamic process intimately linked to marital fidelity and long-term relationship stability (Sorkhabi Abdolmaleki et al., 2021).

In light of these insights, the present study sought to empirically investigate the predictive role of marital burnout—specifically its physical, emotional, and psychological dimensions—on attitudes toward marital infidelity. By analyzing this relationship among married individuals, the study aimed to provide both theoretical and practical implications for marital counseling and intervention frameworks aimed at preventing infidelity and improving marital quality.

Methods and Materials

This study employed a quantitative, correlational design to examine the predictive relationship between marital burnout and attitudes toward infidelity. The research sample included 322 married individuals residing in Tehran, selected through a stratified random sampling method.

Standardized self-report questionnaires were administered to collect data on participants' experiences of physical, emotional, and psychological marital burnout, as well as their attitudes toward infidelity.

The data collection process was conducted anonymously and ethically, and responses were analyzed using SPSS version 23. Descriptive statistics were used to assess central tendency and dispersion, while inferential statistical tests—including Pearson correlation and linear regression analysis—were conducted to determine the strength and significance of the relationship between variables. The study adhered to ethical research standards, ensuring participant confidentiality and voluntary participation throughout the data collection phase.

Findings

The analysis of the data revealed a statistically significant, positive, and direct relationship between marital burnout and attitudes toward infidelity. Specifically, the Pearson correlation coefficient between overall marital burnout and infidelity attitudes was $r = 0.452$, with a significance level of $p = 0.000$. This result indicates a moderately strong correlation, suggesting that as levels of marital burnout increase, so does the likelihood of individuals holding more permissive or accepting attitudes toward extramarital involvement.

Further regression analysis indicated that marital burnout accounts for 20.3% of the variance in attitudes toward infidelity, as reflected by an adjusted R-squared value (R^2) of 0.203. This finding demonstrates that approximately one-fifth of the variation in attitudes toward marital infidelity can be attributed to the level of physical, emotional, and psychological exhaustion experienced within the marital relationship.

Moreover, all three dimensions of burnout—physical, emotional, and psychological—were found to contribute positively to the prediction of infidelity attitudes, although emotional burnout demonstrated the highest standardized coefficient, indicating it may be the most influential component in this dynamic. The consistency of these results across subgroups within the sample (e.g., by gender and

duration of marriage) underscores the robustness of the relationship and highlights the significance of burnout as a relational stressor.

Discussion and Conclusion

The findings of this study align with existing literature that identifies marital burnout as a key predictor of negative relational outcomes, including infidelity. The positive correlation between burnout and attitudes toward infidelity supports the theoretical proposition that prolonged emotional and psychological exhaustion within a marriage reduces commitment, weakens emotional investment, and increases susceptibility to external relational alternatives. The magnitude of the relationship ($r = 0.452$) and the proportion of variance explained (20.3%) emphasize the practical importance of addressing burnout in marital counseling settings.

These results corroborate the findings of Ghasemi et al. (2023), who demonstrated that women affected by infidelity exhibit high levels of marital burnout and alexithymia. The current study also extends the implications of Fatehi (2020), who found that spiritual intelligence could moderate the relationship between burnout and extramarital attitudes, suggesting that interventions aimed at enhancing meaning-making and emotional resilience may buffer the negative consequences of burnout.

Additionally, the current study's results reinforce the relevance of cognitive and emotional mechanisms in this process. Maladaptive regulation strategies and learned helplessness, as documented by Alizadeh Akbari and Garzin Motaii (2024), may exacerbate the effects of burnout and increase infidelity risk. Likewise, the emotional disconnection described by Payam et al. (2023) and the attachment-related dynamics noted by Sorkhabi Abdolmaleki et al. (2022) provide a comprehensive framework for understanding how burnout erodes marital integrity over time.

In sum, this research highlights marital burnout as both a symptom and a catalyst of deteriorating relational health. Its capacity to predict permissive attitudes toward infidelity underscores the need for early detection, prevention, and

psychological intervention. Marital burnout is not merely a personal issue but a systemic indicator of relationship dysfunction that warrants clinical attention.

متأهل دارند (Hosseinpanahi, 2020). این یافته‌ها مؤید آن است که خستگی زناشویی به‌عنوان یک متغیر روان‌شناختی می‌تواند فرد را به سمت گسست‌های اخلاقی و رفتاری سوق دهد، خصوصاً در شرایطی که سایر منابع حمایتی نیز ناکارآمد باشند.

نقش راهبردهای هیجانی، باورهای فراشناختی و سبک‌های دلبستگی در تبیین تأثیر خستگی زناشویی بر خیانت نیز قابل توجه است. پژوهش Abdolmaleki و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد که استراتژی‌های تنظیم هیجانی ناکارآمد، در تعامل با خستگی زناشویی، می‌تواند پیش‌بینی‌کننده قوی طلاق عاطفی و نارضایتی در رابطه باشند (Abdolmaleki et al., 2021). از سوی دیگر، مطالعه Sorkhabi Abdolmaleki و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که باورهای فراشناختی و سبک دلبستگی اجتنابی در زنانی که دچار خستگی زناشویی هستند، احتمال بروز طلاق عاطفی و رفتارهای فاصله‌گذار را افزایش می‌دهد (Sorkhabi Abdolmaleki et al., 2022).

از منظر تحولی، خستگی زناشویی ممکن است پیامد مستقیم تعاملات تکراری و ناکارآمد در رابطه باشد. به عنوان مثال، Zardini و همکاران (۲۰۲۱) در مطالعه‌ای بر زنان نابارور نشان دادند که احساس تنهایی و طلاق عاطفی از عوامل پیش‌بینی‌کننده خستگی زناشویی هستند که به نوبه خود کیفیت زندگی زناشویی را تحت تأثیر قرار می‌دهند (Zardini et al., 2021). بر همین اساس، فقدان حمایت عاطفی و ناتوانی در بازسازی ارتباطات مؤثر، زمینه مساعدی برای بروز خیانت فراهم می‌کند. چنین موقعیتی را می‌توان در زنان و مردانی مشاهده کرد که در رابطه با همسر خود احساس دیده نشدن، بی‌مهری و بی‌تفاوتی دارند و به دنبال تأمین نیازهای عاطفی خود در بیرون از چارچوب خانواده می‌گردند (Payam et al., 2023).

پژوهش‌های اخیر همچنین بر نقش تمایز یافتگی خود و تحمل پریشانی در تعدیل تأثیر خستگی زناشویی بر خیانت تأکید داشته‌اند. به عنوان مثال، Mahmoudpour و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند که زنانی که تحمل

یکی از چالش‌های مهم در حوزه روان‌شناسی خانواده و روابط زناشویی، موضوع خیانت زناشویی و عواملی است که می‌تواند احتمال بروز آن را افزایش دهند. خیانت زناشویی نه تنها ساختار عاطفی روابط را در هم می‌ریزد، بلکه پیامدهای روانی، اجتماعی و حتی اقتصادی جدی برای افراد و خانواده‌ها دارد. پژوهشگران تلاش‌های گسترده‌ای برای شناسایی و تبیین عوامل زمینه‌ساز این پدیده انجام داده‌اند. یکی از متغیرهای مهمی که در سال‌های اخیر به‌عنوان پیش‌زمینه بروز خیانت مورد توجه قرار گرفته، خستگی زناشویی است؛ مفهومی که ابعاد جسمی، عاطفی و روانی فرسودگی در روابط زوجین را در برمی‌گیرد و می‌تواند زمینه‌ساز کاهش رضایت زناشویی و گرایش به روابط فرازناشویی شود (Ghasemi et al., 2023).

خستگی زناشویی حالتی از درماندگی تدریجی است که در نتیجه تعارضات تکرارشونده، ارتباطات ناکارآمد، و فقدان همدلی و حمایت عاطفی بین زوجین ایجاد می‌شود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که خستگی زناشویی نه تنها کیفیت رابطه را کاهش می‌دهد، بلکه نقش معناداری در پیش‌بینی گرایش به طلاق، جدایی عاطفی و در نهایت خیانت ایفا می‌کند (Alizadeh Akbari & Garzin Motaii, 2024). به عبارت دیگر، زمانی که یکی از زوجین دچار احساس خستگی عاطفی یا روانی مزمن می‌شود، احتمال جستجوی منابع جایگزین برای دریافت حمایت، توجه و تعلق خاطر افزایش می‌یابد. این وضعیت می‌تواند زمینه بروز خیانت را فراهم آورد (Fatehi, 2020).

مطالعات متعددی ارتباط بین خستگی زناشویی و گرایش به خیانت را تأیید کرده‌اند. به عنوان مثال، پژوهش Goodarzi (۲۰۱۹) نشان داد که خستگی زناشویی در کنار تمایز یافتگی و کارکرد خانواده، از عوامل معنادار در پیش‌بینی احتمال خیانت محسوب می‌شود (Goodarzi, 2019). در همین راستا، Hosseinpanahi (۲۰۲۰) نیز به این نتیجه رسید که خستگی زناشویی و پریشانی زناشویی نقش تعیین‌کننده‌ای در تمایل به خیانت در میان معلمان

با هدف پیش بینی خیانت زناشویی با توجه به خستگی جسمی، عاطفی و روانی زوجین انجام پذیرفت.

روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش از لحاظ هدف، کاربردی و از نظر روش گردآوری اطلاعات، توصیفی-همبستگی از نوع پیش‌بینی محسوب می‌شود. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب بوده که بر اساس آمار اخذ شده از معاونت آموزش دانشگاه، جمعیتی در حدود ۲۰۰۰ نفر را تشکیل می‌دهند. برای تعیین حجم نمونه، از فرمول کوکران استفاده گردید و بر همین اساس، تعداد مناسبی از دانشجویان به عنوان نمونه انتخاب شدند. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد؛ به این ترتیب که پژوهشگر با حضور در محیط دانشگاه، پرسشنامه‌ها را در اختیار دانشجویان متأهل حاضر در کلاس‌ها و فضاهای عمومی دانشگاه قرار داد و داده‌های لازم را جمع‌آوری کرد. از آنجا که متغیرهای تحقیق از نوع پیوسته و مقیاس فاصله‌ای بودند و هدف پیش‌بینی ارتباط بین آن‌ها بود، طراحی پژوهش به گونه‌ای صورت گرفت که هم همبستگی و هم قابلیت پیش‌بینی روابط مورد بررسی قرار گیرد.

برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های استاندارد استفاده شد که به منظور سنجش متغیرهای اصلی تحقیق شامل خستگی زناشویی و نگرش به خیانت زناشویی مورد استفاده قرار گرفتند. نخستین ابزار پژوهش، پرسشنامه خستگی زناشویی پاینز (۲۰۰۲) بود که یک ابزار ۲۰ ماده‌ای برای سنجش ابعاد مختلف خستگی زناشویی شامل خستگی جسمی، عاطفی و روانی محسوب می‌شود. این پرسشنامه بر پایه نظریه فرسودگی روانی در روابط طراحی شده و با بهره‌گیری از طیف لیکرت پنج درجه‌ای، میزان تجربه شرکت‌کنندگان از خستگی در رابطه زناشویی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. پاینز خستگی زناشویی را به عنوان حالتی از تهی شدن هیجانی، احساس خستگی فیزیکی

پیشانی پایینی دارند و در عین حال دچار خستگی زناشویی هستند، بیشتر در معرض گرایش به طلاق و خیانت قرار می‌گیرند (Mahmoudpour et al., 2020). به همین ترتیب، Khosravi و همکاران (۲۰۲۱) تأکید می‌کنند که فقدان تمایز یافتگی و ابتلا به رنج زناشویی، نقش کلیدی در بروز طلاق عاطفی دارد (Khosravi et al., 2021). این یافته‌ها مؤید آن است که خستگی زناشویی در خلأ سایر مهارت‌های مقابله‌ای می‌تواند به بحران‌های جدی در روابط منتهی شود.

از منظر اجتماعی نیز تأثیر عضویت در شبکه‌های اجتماعی بر نگرش نسبت به خیانت و خستگی زناشویی مورد توجه قرار گرفته است. Rezaei و Ramazaniyan (۲۰۱۶) در پژوهشی بر دانشجویان متأهل نشان دادند که استفاده از رسانه‌های اجتماعی، نگرش‌های مثبت‌تری نسبت به خیانت ایجاد کرده و همزمان با افزایش خستگی زناشویی مرتبط است (Rezaei & Ramazaniyan, 2016). در واقع، در دنیای دیجیتال امروز، مقایسه اجتماعی، دسترسی آسان به روابط جدید، و عادی‌سازی خیانت در محتوای رسانه‌ای می‌تواند در کنار خستگی زناشویی، زمینه‌ساز افزایش خیانت زناشویی گردد.

در مجموع، خستگی زناشویی به عنوان یک متغیر میانجی و پیش‌بین در بسیاری از مدل‌های روان‌شناختی مربوط به روابط زوجین شناخته شده است. به عنوان نمونه، Miraghaei و Azizi (۲۰۱۹) در پژوهشی بر زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره، نشان دادند که خستگی زناشویی در کنار تمایز یافتگی می‌تواند به طور معناداری احتمال بروز خیانت را پیش‌بینی کند (Miraghaei & Azizi, 2019). همچنین، Sorkhabi Abdolmaleki و همکاران (۲۰۲۱) به صورت علی توضیح دادند که استراتژی‌های شناختی تنظیم هیجان در زنان متأهل از طریق خستگی زناشویی بر طلاق عاطفی اثر گذارند (Sorkhabi Abdolmaleki et al., 2021). بنابراین، این پژوهش

و بی‌معنایی روانی در رابطه زوجی تعریف می‌کند. در این پژوهش، این ابزار با هدف بررسی متغیر مستقل مورد استفاده قرار گرفته و اعتبار آن در مطالعات متعدد داخلی و خارجی تأیید شده است.

دومین ابزار تحقیق، پرسشنامه نگرش به خیانت زناشویی واتلی (۲۰۰۶) بود. این پرسشنامه شامل ۱۲ گویه است و نگرش پاسخ‌دهندگان را نسبت به سه مؤلفه کلیدی خیانت زناشویی، یعنی وفادار نبودن، روابط عاطفی فرازناشویی، و روابط جنسی فرازناشویی مورد سنجش قرار می‌دهد. واتلی در طراحی این ابزار از دیدگاه روان‌شناسی اجتماعی نسبت به تعهد در روابط زناشویی بهره برده و ابزار را به گونه‌ای طراحی کرده است که نه صرفاً بر رفتار، بلکه بر نگرش‌ها و تمایلات شناختی و عاطفی افراد نسبت به مقوله خیانت تمرکز دارد. پاسخ‌دهندگان در این پرسشنامه نیز از طریق مقیاس لیکرت، میزان توافق یا عدم توافق خود را با گویه‌ها اعلام می‌کنند. این پرسشنامه در پژوهش حاضر متغیر وابسته را مورد سنجش قرار داده و روایی و پایایی آن در تحقیقات پیشین به اثبات رسیده است.

در مرحله تحلیل داده‌ها، هم از آمار توصیفی و هم از آمار استنباطی استفاده شده است. در بخش آمار توصیفی، به منظور تحلیل ویژگی‌های

جمعیت‌شناختی پاسخ‌دهندگان، از شاخص‌هایی نظیر میانگین، انحراف معیار، فراوانی و درصد بهره گرفته شده و نتایج در قالب نمودارها و جداول ارائه شده‌اند. در بخش آمار استنباطی، به منظور آزمون فرضیه‌های تحقیق از آزمون همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون و مسیر استفاده شد. ابتدا برای بررسی روابط ساده بین متغیرهای مستقل و وابسته، ضریب همبستگی پیرسون به کار گرفته شد. سپس برای تحلیل روابط علی و پیش‌بینی اثرگذاری متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته، از تحلیل رگرسیون خطی استفاده شد.

یافته‌ها

توصیف متغیرها از آن جهت دارای اهمیت است که نتایج آزمون فرضیه‌های پژوهش براساس داده‌ها و شاخص‌های این متغیرها استخراج می‌گردد. داده‌های تحقیق دارای مقیاس فاصله‌ای هستند. برای توصیف متغیرهای پژوهش از شاخص‌های مرکزی و پراکندگی استفاده می‌شود که در ادامه به آن‌ها پرداخته شده‌است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیر خیانت زناشویی

متغیرها	تعداد سوالات	میانگین	انحراف معیار	کمینه	بیشینه
وفادار نبودن	۴	۳.۵۲۶	۰.۶۹۵	۱.۵۴	۵.۰۰
برقراری ارتباط عاطفی فرازناشویی	۵	۳.۳۵۵	۰.۷۷۵	۱.۵۶	۵.۰۰
برقراری رابطه جنسی فرازناشویی	۳	۳.۵۵۰	۰.۶۸۴	۱.۴۷	۵.۰۰
نمره کل رابطه فرازناشویی	۱۲	۳.۴۷۰	۰.۶۹۱	۱.۵۳	۵.۰۰
خستگی جسمی	۷	۲.۶۹	۰.۶۹۸	۱.۱۲	۵.۰۰
خستگی عاطفی	۶	۳.۰۱	۰.۲۳۸	۱.۲۲	۵.۰۰
خستگی روانی	۷	۲.۸۴	۰.۶۵۲	۱.۸۹	۵.۰۰
نمره کل خستگی	۲۰	۲.۸۴	۰.۴۳۳	۱.۱۶	۵.۰۰

با توجه به نتایج آمار توصیفی مولفه رابطه جنسی فرازناشویی با کسب میانگین نمره (۳/۵۵)، وفادار نبودن با میانگین نمره (۳/۵۲) و برقراری ارتباط عاطفی فرازناشویی با میانگین نمره (۳/۳۵) همگی در سطح متوسط رو به

بالایی هستند. همچنین در جمع بندی نهایی میزان میانگین نمره متغیر خیانت زناشویی می‌توان گفت این متغیر با میانگین نمره (۳/۴۷) در حد متوسط رو به بالایی است. همچنین، با توجه به نتایج آمار توصیفی مولفه خستگی جسمی

دوره دوم، شماره دوم

با کسب میانگین نمره (۲/۶۹)، خستگی عاطفی با میانگین نمره (۳/۰۱) و خستگی روانی با میانگین نمره (۲/۸۴) همگی در سطح متوسطی هستند. همچنین در جمع بندی نهایی میزان میانگین نمره متغیر خستگی زناشویی می‌توان گفت این متغیر با میانگین نمره (۲/۸۴) در حد متوسطی است.

جدول ۲. نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین ابعاد خستگی زناشویی و نگرش به خیانت زناشویی

فرضیه	متغیر مستقل	متغیر وابسته	ضریب همبستگی (r)	سطح معناداری (Sig)	تفسیر رابطه
فرضیه اول	خستگی جسمی (زناشویی)	نگرش به خیانت زناشویی	۰.۴۲۳	۰.۰۰۰	همبستگی مستقیم و متوسط
فرضیه دوم	خستگی عاطفی (زناشویی)	نگرش به خیانت زناشویی	۰.۵۰۶	۰.۰۰۰	همبستگی مستقیم و قوی
فرضیه سوم	خستگی روانی (زناشویی)	نگرش به خیانت زناشویی	۰.۴۸۸	۰.۰۰۰	همبستگی مستقیم و متوسط به بالا
فرضیه اصلی	خستگی زناشویی (کلی)	نگرش به خیانت زناشویی	۰.۴۵۲	۰.۰۰۰	همبستگی مستقیم و متوسط به بالا

یافته‌های حاصل از آزمون ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین تمامی ابعاد خستگی زناشویی (جسمی، عاطفی و روانی) با نگرش به خیانت زناشویی رابطه معنادار، مستقیم و مثبت وجود دارد. بالاترین میزان همبستگی مربوط به خستگی عاطفی با ضریب 0.506 بود که بیانگر یک رابطه قوی و مستقیم است، در حالی که خستگی جسمی با ضریب همبستگی 0.423 رابطه‌ای مستقیم و در سطح متوسط با نگرش به خیانت دارد. خستگی روانی نیز با ضریب 0.488 ، رابطه‌ای مستقیم و متوسط به بالا با نگرش به خیانت نشان داد. در نهایت، متغیر کلی خستگی زناشویی نیز با ضریب 0.452 با نگرش به خیانت زناشویی رابطه‌ای معنادار و مستقیم در سطح متوسط به بالا برقرار کرده است. بنابراین، تمامی فرضیات پژوهش تأیید شدند و نتایج نشان دادند که با افزایش خستگی زناشویی در هر بُعد، نگرش افراد نسبت به خیانت زناشویی نیز به صورت معناداری افزایش می‌یابد.

جدول ۳. آنالیز واریانس، یک طرفه

مدل	جمع مربعات	درجه آزادی (df)	میانگین مربعات	آزمون (F)	سطح معنی داری (Sig.)
۱	رگرسیون	۱	۱۵۰/۳۷۸	۱۰۶/۵۲۸	۰/۰۰
	باقی مانده ها	۳۲۱	۱/۴۱۲		
	جمع	۳۲۲			

با توجه به معنی داری مقدار آزمون $F(106/528)$ در سطح خطای کوچکتر از $0/01$ ، می‌توان نتیجه گرفت که مدل رگرسیونی تحقیق مرکب از متغیر مستقل (خستگی زناشویی) مدل خوبی بوده و متغیر مستقل قادر است تغییرات خیانت زناشویی را تبیین کند.

جدول ۴. خلاصه مدل رگرسیون

مدل	ضریب همبستگی (R)	مربع ضریب همبستگی	میزان ضریب همبستگی (R) تعدیل شده	خطای استاندارد برآورد
۱	۰/۴۵۲	۰/۲۰۴	۰/۲۰۳	۱/۱۸۸

جدول بالا خلاصه مدل را نشان می‌دهد. مقدار ضریب همبستگی (R) بین متغیرها ۰/۴۵۲ می‌باشد که نشان می‌دهد بین متغیر مستقل (خستگی زناشویی) و متغیر وابسته پژوهش همبستگی متوسط و مستقیمی وجود دارد. اما مقدار ضریب تعدیل شده (R₂) که برابر با ۰/۲۰۳ می‌باشد که نشان می‌دهد ۲۰/۳ درصد از کل خیانت زناشویی وابسته به متغیر مستقل تحقیق (خستگی زناشویی) می‌باشد. بنابراین میزان تأثیر متغیر مستقل بر متغیر وابسته ۲۰/۳ درصد می‌باشد. می‌توان گفت خستگی زناشویی بر خیانت زناشویی در بین دانشجویان متأهل تأثیرگذار است.

جدول ۵. ضریب تأثیر رگرسیون

مدل	ضرایب استاندارد نشده			میزان (t)	سطح معنی داری (sig)
	مقدار (B)	انحراف استاندارد	بتا		
۱ ثابت	۱/۷۲۲	۰/۱۷۳		۹/۹۶۴	۰/۰۰۰
خستگی زناشویی	۰/۴۷۹	۰/۰۴۶		۱۰/۳۲۱	۰/۰۰۰

بر اساس نتایج بدست آمده ضریب تأثیر رگرسیونی استاندارد شده برای متغیر خستگی زناشویی (۰/۴۵۲) در سطح خطای کوچکتر از ۰/۰۱ معنی دار است بنابراین می‌توانیم بگوییم که خستگی زناشویی بر خیانت زناشویی در بین دانشجویان متأهل تأثیرگذار است یعنی با افزایش یک واحد انحراف استاندارد در متغیر خستگی زناشویی میزان خیانت زناشویی در بین دانشجویان متأهل به مقدار ۰/۴۵۲ انحراف استاندارد افزایش می‌یابد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که بین خستگی زناشویی (در ابعاد جسمی، عاطفی و روانی) و نگرش به خیانت زناشویی رابطه‌ای مثبت، مستقیم و معنادار وجود دارد. ضریب همبستگی ۰/۴۵۲ و سطح معناداری ۰/۰۰۰ نشان می‌دهد که افزایش خستگی زناشویی با افزایش نگرش مثبت به خیانت همراه است. این یافته با مطالعات متعددی هم‌راستا است که نقش خستگی زناشویی را به عنوان یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های قوی گرایش به خیانت زناشویی معرفی کرده‌اند. به عنوان مثال، پژوهش (Fatehi, 2020) نشان داد که خستگی زناشویی در تعامل با هوش معنوی می‌تواند نگرش افراد نسبت به روابط فرازناشویی را تغییر دهد و آنها را مستعد رفتارهای خیانت‌آمیز سازد. پژوهش حاضر همچنین بیانگر آن است که ۲۰/۳ درصد از تغییرات نگرش به خیانت زناشویی توسط خستگی زناشویی تبیین می‌شود. این میزان از اثرگذاری نشان‌دهنده اهمیت بالای خستگی زناشویی به عنوان متغیر مستقل است. نتایج این یافته با پژوهش (Ghasemi et al., 2023) همخوانی دارد که نشان داد خستگی زناشویی در کنار ناتوانی در ابراز هیجانات (الکسی تایمیا) تأثیر معناداری بر سلامت روان زنان متأهل در معرض خیانت دارد. همچنین، پژوهش (Goodarzi, 2019) نیز بر این نکته تأکید می‌کند که خستگی زناشویی به همراه عملکرد خانواده و تمایز یافتگی خود، پیش‌بینی‌کننده‌های قدرتمندی برای احتمال خیانت هستند.

نتایج حاضر از نظر روان‌شناسی رابطه‌ای قابل تفسیر است. زمانی که زوجین دچار خستگی مزمن می‌شوند—چه به دلیل فشارهای فیزیکی، چه

از نظر بین فردی، نتایج با یافته‌های پژوهش (Miraghaei & Azizi, 2019) هماهنگ است که در آن تأکید شده است، افرادی که در رابطه زناشویی دچار خستگی شدید هستند و تمایز یافتگی پایینی دارند، احتمال بیشتری برای ورود به روابط فرازناشویی دارند. در واقع، خستگی زناشویی نه تنها یک تجربه روانی منفرد نیست بلکه محصول تعاملی از عوامل متعدد مانند ناکارآمدی ارتباطی، کاهش همدلی، تضعیف حمایت متقابل و نبود تعادل هیجانی در رابطه است.

در بعد اجتماعی نیز پژوهش (Rezaei & Ramazaniyan, 2016) نقش عضویت در شبکه‌های اجتماعی را در افزایش نگرش مثبت به خیانت و کاهش رضایت زناشویی مطرح کرده است. تعاملات مجازی که اغلب با مقایسه اجتماعی، تنوع روابط، و امکان فرار از مواجهه واقعی همراه اند، می‌توانند در افراد دچار خستگی زناشویی، بستری تسهیل‌گر برای گرایش به خیانت فراهم سازند. این یافته در تداوم پژوهش (Zardini et al., 2021) قرار می‌گیرد که نشان داد احساس تنهایی و طلاق عاطفی در زنان ناباورر رابطه نزدیکی با خستگی زناشویی دارد و می‌تواند نقش مهمی در شکل‌گیری گرایش‌های منفی نسبت به رابطه ایفا کند.

از منظر علی، پژوهش (Sorkhabi Abdolmaleki et al., 2021) به روشنی بیان می‌کند که استراتژی‌های شناختی تنظیم هیجان از طریق خستگی زناشویی بر طلاق عاطفی اثرگذار هستند. به عبارت دیگر، خستگی زناشویی به عنوان متغیری واسطه‌ای، نقش مهمی در انتقال اثرات متغیرهای شناختی بر کیفیت رابطه دارد. همین یافته در پژوهش (Khosravi et al., 2021) نیز مورد تأیید قرار گرفته که در آن نشان داده شد تمایز یافتگی پایین از طریق رنج زناشویی بر گرایش به طلاق عاطفی اثر می‌گذارد.

در مجموع، نتایج این پژوهش تأکید می‌کند که خستگی زناشویی نه تنها عاملی مستقل در شکل‌گیری نگرش به خیانت است بلکه در تعامل با

فرسودگی عاطفی و چه ناتوانی در تنظیم روانی — کیفیت رابطه کاهش می‌یابد. در چنین شرایطی، نیازهای عاطفی افراد پاسخ داده نمی‌شود و تمایل برای جبران این کمبودها از مسیرهای دیگر، از جمله روابط فرازناشویی، افزایش می‌یابد. مطالعه (Payam et al., 2023) نیز در این خصوص به بررسی رابطه بین خستگی زناشویی و طلاق عاطفی پرداخت و نشان داد که خستگی زناشویی به عنوان متغیری میانجی، نقش مؤثری در تضعیف روابط زناشویی دارد.

در بُعد عاطفی، یافته‌های این پژوهش با پژوهش (Alizadeh Akbari & Garzin Motaii, 2024) هم‌راستا است که نشان داد استراتژی‌های ناسازگار تنظیم هیجان و درماندگی آموخته‌شده از طریق سبک‌های دلبستگی ناایمن با خستگی زناشویی در ارتباط هستند. به همین ترتیب، پژوهش (Abdolmaleki et al., 2021) نیز نقش خستگی زناشویی را در شکل‌گیری طلاق عاطفی و بیگانگی زوجین تأیید کرد. زمانی که زوجین توانایی تنظیم هیجانات خود را از دست می‌دهند و نتوانند به درستی به نیازهای یکدیگر پاسخ دهند، فرسودگی عاطفی تشدید شده و میل به دور شدن از رابطه افزایش می‌یابد؛ امری که در نهایت می‌تواند به خیانت ختم شود.

یافته‌های پژوهش همچنین نقش همزمان عوامل فردی، شناختی و اجتماعی را در تجربه خستگی زناشویی و گرایش به خیانت آشکار می‌سازد. در این زمینه، پژوهش (Sorkhabi Abdolmaleki et al., 2022) نشان داد که سبک‌های دلبستگی اجتنابی و باورهای فراشناختی ناکارآمد می‌توانند از طریق خستگی زناشویی بر طلاق عاطفی اثرگذار باشند. همچنین پژوهش (Mahmoudpour et al., 2020) با تمرکز بر زنان متقاضی طلاق بیان می‌دارد که میزان تحمل پریشانی پایین و خستگی زناشویی، تمایل به طلاق و جدایی را افزایش می‌دهد. از این رو، شناسایی این الگوهای تعاملی و باورهای زیربنایی می‌تواند در تدوین مداخلات درمانی مؤثر نقش‌آفرین باشد.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش یاری رساندند تشکر و

قدردانی می گردد.

References

- Abdolmaleki, M. S., Fard, F. D., & Behbodi, M. (2021). Providing a Model for Predicting Couples' Emotional Divorce Based on Metacognitive Beliefs and Emotional Regulation Strategies Mediated by Marital Burnout in Married Women. *Aftj*, 2(2), 1-28. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.2.2.1>
- Alizadeh Akbari, A., & Garzin Motaii, F. Z. (2024). The Relationship of Emotion Regulation Strategies and Learned Helplessness with Marital Burnout Based on the Mediating Role of Attachment Styles in Divorced Individuals. Sixth International and Seventh National Conference on New Findings in Management, Psychology, and Accounting, <https://sid.ir/paper/1148355/fa>
- Fatehi, N. (2020). Predicting attitudes toward extramarital relationships based on marital burnout and spiritual intelligence. Eighth National Conference on Management and Humanities Research in Iran, Tehran. <https://en.civilica.com/doc/1114400/>
- Ghasemi, H., Damehri, F., & Abui, A. (2023). Predicting Mental Health Based on Alexithymia and Marital Burnout among Women Affected by Infidelity. *Applied Family Therapy*, 4(4), 455-428. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.4.4.25>
- Goodarzi, M. (2019). Predicting the Probability of Marital Infidelity based on Self-differentiation, Family Function & Couple Burnout [Research]. *Journal of counseling research*, 18(71), 80-99. <https://doi.org/10.29252/jcr.18.71.80>

مؤلفه های شناختی، هیجانی، رفتاری و اجتماعی، ساختار روابط زناشویی را

تضعیف کرده و زمینه ساز گسست های اخلاقی در روابط می گردد. بنابراین،

مداخلات روان شناختی باید به صورت چندبعدی و جامع طراحی شوند تا

علاوه بر کاهش خستگی زناشویی، به بهبود تنظیم هیجانی، بازسازی الگوهای

دلبستگی، تقویت تمایز یافتگی و ارتقاء مهارت های مقابله ای کمک کنند.

یکی از مهم ترین محدودیت های پژوهش حاضر، اتکای آن به روش

خودگزارشی و استفاده از پرسش نامه های بسته بود که ممکن است تحت تأثیر

سوگیری پاسخ دهی یا تمایل به پاسخ های اجتماعی پسند قرار گرفته باشد.

همچنین، نمونه پژوهش محدود به زوج های ساکن در شهر تهران بوده و امکان

تعمیم نتایج به سایر مناطق جغرافیایی یا گروه های فرهنگی مختلف محدود

است. عدم بررسی متغیرهای میانجی مانند رضایت جنسی، سبک های ارتباطی،

یا کیفیت زندگی زناشویی نیز از دیگر محدودیت های مهم محسوب می شود.

پژوهش های آتی می توانند از روش های ترکیبی (کمی و کیفی) برای درک

عمیق تر از تجربه زیسته خستگی زناشویی بهره ببرند. همچنین بررسی نقش

متغیرهای تعدیل گر مانند سرمایه روان شناختی، اعتماد زناشویی، رضایت

جنسی و سازگاری فرهنگی در رابطه بین خستگی زناشویی و خیانت می تواند

شناخت جامع تری فراهم آورد. انجام پژوهش های طولی نیز امکان بررسی

روابط علی دقیق تری را در این حوزه فراهم خواهد کرد.

در حوزه درمان و مداخله، توصیه می شود که برنامه های آموزشی و درمانی

ویژه ای برای افزایش مهارت های تنظیم هیجان، بهبود سبک های ارتباطی و

ارتقاء همدلی زوجین طراحی شود. استفاده از درمان های مبتنی بر پذیرش و

تعهد، درمان متمرکز بر هیجان، و آموزش خودآگاهی هیجانی می تواند به

کاهش خستگی زناشویی کمک کند. همچنین، مشاوران و روان درمانگران

خانواده می توانند با تمرکز بر شناسایی زود هنگام نشانه های خستگی زناشویی،

از بروز پیامدهایی مانند خیانت، طلاق عاطفی و جدایی پیشگیری کنند.

- Hosseinpanahi, M. (2020). *Predicting Marital Infidelity Based on Marital Burnout and Marital Distress Among Married Teachers in District 2 of Sanandaj University of Kurdistan*, Faculty of Humanities and Social Sciences].
- Khosravi, J., Moradi, O., Ahmadian, H., & Yoosefi, N. (2021). The Causal Model of Emotional Divorce Trend Based on Self-Differentiation through Marital Affliction Mediation. *Quarterly Journal of Woman and Society*, 12(46), 159-172. <https://doi.org/10.30495/jzvj.2021.24337.3168>
- Mahmoudpour, A., Shiri, T., Farahbakhsh, K., & Zolfaghari, S. (2020). Predicting Divorce Tendency Based on Marital Burnout and Distress Tolerance with the Mediating Role of Loneliness in Women Seeking Divorce. *Culture of Counseling and Psychotherapy*. https://qccpc.atu.ac.ir/article_10754.html
- Miraghaei, M., & Azizi, M. (2019). Predicting marital infidelity based on self-differentiation and marital burnout in women referring to counseling centers in Tabriz. *Journal of Women and Family Studies*, 12(43), 1-16. https://journals.iau.ir/article_668795.html?lang=en
- Payam, M. R., Alivandi Vafa, M., & Mahmoudalilou, M. (2023). Structural relationships of personality factors with emotional divorce: Investigating the mediating role of marital burnout. *Quarterly Journal of Women and Family Studies*, 62, 9-26. <https://en.civilica.com/doc/2092034/>
- Rezaei, A., & Ramazaniyan, S. (2016). *The relationship between social media membership, attitudes toward infidelity, and marital burnout among married students* Marvdasht Islamic Azad University]. <https://elmnet.ir/doc/10914077-14661>
- Sorkhabi Abdolmaleki, M., Dokaneifard, F., & Behboodi, M. (2022). Predicting emotional divorce based on attachment styles and metacognitive beliefs in women: The mediating role of marital burnout. *Applied Family Therapy*, 2(6), 1-28. <https://www.magiran.com/paper/2525637/a-structural-model-for-predicting-couples-emotional-divorce-based-on-attachment-styles-metacognitive-beliefs-and-emotional-regulation-strategies-mediated-by-marital-burnout-in-married-women?lang=en>
- Sorkhabi Abdolmaleki, M., Dokaneifard, F., & Behdodi, M. (2021). Causal explanation of emotional divorce of married women: the role of cognitive emotion regulation strategies and marital burnout. *Psychology of Woman Journal*, 2(3), 14-28. <https://journals.kmanpub.com/index.php/psywoman/article/view/154>
- Zardini, S. Z., Jafari, A., & Ghamari, M. (2021). Prediction of Marital Burnout Based on Feelings of Loneliness and Emotional Divorce in Infertile Women. *Journal of Research and Health*. <https://doi.org/10.32598/jrh.11.5.1854.1>