

# Defense Mechanisms and Emotional Divorce in Women: The Mediating Role of Social Media Dependency

1. Nila Koucharai<sup>1</sup>: PhD Student, Department of Psychology, Kish International Branch, Islamic Azad University, Kish, Iran

2. Jamal Sadeghi<sup>2\*</sup>: Department of Psychology, Bab.C., Islamic Azad University, Babol, Iran.

3. Tahmourth Aghajani Hashtjin<sup>3</sup>: Department of Psychology, ShQ.C., Islamic Azad University, Shahr-e-Quds, Iran

4. Rajabali Mohammadzadeh Admalai<sup>4</sup>: Assistant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran

5. Arsalan Khan Mohammadi Ataqbara<sup>5</sup>: Department of Psychology, Ayatollah Amoli Branch, Islamic Azad University, Amol, Iran

\*Corresponding Author's Email Address: jamalsadeghi@iau.ac.ir



## Abstract:

**Objective:** The present study aimed to investigate the role of defense mechanisms in predicting emotional divorce in women through the mediating role of social media dependency.

**Methods and Materials:** This study was conducted using a descriptive-correlational design with a structural equation modeling approach. The statistical population consisted of women experiencing emotional divorce who had referred to counseling and psychological service centers. A total of 375 participants were selected through convenience sampling. Data collection instruments included the Defense Style Questionnaire (DSQ), Gottman's Emotional Divorce Questionnaire (1994), and the Social Media Dependency Questionnaire developed by Khajeh Ahmadi et al. (2016). Before the main analyses, assumptions of structural equation modeling, including normality, absence of multicollinearity, independence of errors, and lack of univariate and multivariate outliers, were examined and confirmed. Data were analyzed using structural equation modeling techniques.

**Findings:** The findings revealed that defense mechanisms had a significant indirect effect on emotional divorce through social media dependency ( $\beta = -0.24, p < 0.001$ ). The results further indicated that increased use of mature defense mechanisms and decreased use of immature and neurotic defenses were associated with lower levels of social media dependency, which in turn reduced emotional divorce among women. In addition, model fit indices supported the adequacy of the proposed conceptual model.

**Conclusion:** The findings demonstrated that emotional divorce in women is influenced simultaneously by intrapsychic and behavioral factors. Defense mechanisms, as psychological constructs, and social media dependency, as a common behavioral characteristic of the digital era, interactively affect the quality of marital relationships. The use of mature defenses improves emotional regulation and reduces reliance on avoidant behaviors such as excessive engagement in social media, thereby decreasing the likelihood of emotional divorce. Accordingly, interventions focusing on emotional regulation skills, modification of maladaptive defensive patterns, and balanced social media use may contribute to the prevention of emotional disengagement and marital deterioration.

**Keywords:** *Defense Mechanisms, Emotional Divorce, Social Media Dependency, Women, Structural Equation Modeling*

**How to Cite:** Koucharai, N., Sadeghi, J., Aghajani Hashtjin, T., Mohammadzadeh Admalai, R., & Khan Mohammadi Ataqbara, A. (2027). Defense Mechanisms and Emotional Divorce in Women: The Mediating Role of Social Media Dependency. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 4(1), 1-16.

Received: 22 December 2025

Revised: 02 May 2026

Accepted: 09 May 2026

Initial Publish: 04 June 2026

Final Publish: 21 March 2027



**Copyright:** © 2027 by the authors.

Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

# مکانیزم‌های دفاعی و طلاق عاطفی در زنان: نقش میانجی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی

۱. نیلا کوچکسرائی<sup>1</sup>: دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی، واحد کیش، دانشگاه آزاد اسلامی، کیش، ایران
۲. جمال صادقی<sup>2</sup>: گروه روان‌شناسی، واحد بابل، دانشگاه آزاد اسلامی، بابل، ایران. (نویسنده مسئول)
۳. طهمورث آقاجانی هشتجین<sup>3</sup>: گروه روان‌شناسی، واحد شهرقدس، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرقدس، ایران
۴. رجبعلی محمدزاده ادملایی<sup>4</sup>: استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران
۵. ارسلان خان محمدی اطاقسرا<sup>5</sup>: گروه روان‌شناسی، واحد آیت اله املی، دانشگاه آزاد اسلامی، امل، ایران

\*پست الکترونیک نویسنده مسئول: jamalsadeghi@iau.ac.ir

## چکیده

**هدف:** هدف پژوهش حاضر بررسی نقش مکانیزم‌های دفاعی در پیش‌بینی طلاق عاطفی در زنان با میانجی‌گری وابستگی به شبکه‌های اجتماعی بود.

**مواد و روش:** این پژوهش با روش توصیفی-همبستگی و با رویکرد مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری شامل زنان دارای طلاق عاطفی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی بود که از میان آنان ۳۷۵ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ)، پرسشنامه طلاق عاطفی گاتمن (۱۹۹۴) و پرسشنامه وابستگی به شبکه‌های اجتماعی خواجه‌احمدی و همکاران (۱۳۹۵) بود. پیش از تحلیل داده‌ها، مفروضات مدل‌سازی معادلات ساختاری شامل نرمال بودن داده‌ها، عدم همخطی چندگانه، استقلال خطاها و نبود داده‌های پرت تک‌متغیره و چندمتغیره بررسی شد. داده‌ها با استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که مکانیزم‌های دفاعی از طریق وابستگی به شبکه‌های اجتماعی اثر غیرمستقیم و معناداری بر طلاق عاطفی دارند ( $\beta = -0.24, p < 0.001$ ). همچنین یافته‌ها بیانگر آن بود که افزایش استفاده از مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته و کاهش استفاده از دفاع‌های رشدنیافته و روان‌آزرد به کاهش وابستگی به شبکه‌های اجتماعی همراه است و این کاهش وابستگی به نوبه خود موجب کاهش طلاق عاطفی در زنان می‌شود. شاخص‌های برازش مدل نیز مناسب بودن مدل مفهومی پژوهش را تأیید کردند.

**نتیجه‌گیری:** یافته‌های پژوهش نشان داد که طلاق عاطفی در زنان تحت تأثیر همزمان عوامل درون‌روانی و رفتاری قرار دارد. مکانیزم‌های دفاعی به‌عنوان سازه‌های روان‌شناختی و وابستگی به شبکه‌های اجتماعی به‌عنوان یکی از رفتارهای رایج عصر دیجیتال، در تعامل با یکدیگر می‌تواند کیفیت روابط زناشویی را تحت تأثیر قرار دهند. استفاده از دفاع‌های رشدیافته موجب بهبود مدیریت هیجان‌ها و کاهش گرایش به رفتارهای اجتنابی مانند وابستگی افراطی به شبکه‌های اجتماعی می‌شود و در نتیجه احتمال بروز طلاق عاطفی کاهش می‌یابد. بر این اساس، توجه به آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان، اصلاح الگوهای دفاعی ناسازگار و مدیریت استفاده از شبکه‌های اجتماعی در برنامه‌های مشاوره خانواده و زوج‌درمانی می‌تواند در پیشگیری از فرسایش عاطفی روابط زناشویی مؤثر باشد.

**کلیدواژه‌ها:** مکانیزم‌های دفاعی، طلاق عاطفی، وابستگی به شبکه‌های اجتماعی، زنان، مدل‌یابی معادلات ساختاری

**نحوه استناددهی:** کوچکسرائی، نیلا، صادقی، جمال، آقاجانی هشتجین، طهمورث، محمدزاده ادملایی، رجبعلی، و خان محمدی اطاقسرا، ارسلان. (۱۴۰۶). مکانیزم‌های دفاعی و طلاق عاطفی در زنان: نقش میانجی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۱۴(۱)، ۱-۱۶.



تاریخ دریافت: ۱ دی ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: ۱۲ اردیبهشت ۱۴۰۵

تاریخ پذیرش: ۱۹ اردیبهشت ۱۴۰۵

تاریخ چاپ اولیه: ۱۴ خرداد ۱۴۰۵

تاریخ چاپ نهایی: ۱ فروردین ۱۴۰۶



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۶ 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**

Family is considered one of the most fundamental social institutions and plays a central role in emotional security, psychological well-being, and social cohesion. The quality of marital relationships is one of the major determinants of family stability, and disturbances in emotional interactions between spouses may lead to severe psychological and social consequences. One of the most significant yet often hidden marital problems is emotional divorce, a condition in which couples continue to live together legally while emotional intimacy, psychological attachment, and constructive communication have substantially deteriorated (Bahoosh et al., 2022; Habibi et al., 2022). Emotional divorce is usually associated with emotional withdrawal, reduced intimacy, loneliness, marital dissatisfaction, and weakened interpersonal functioning. Research has shown that emotional divorce may negatively affect mental health, family functioning, and even children's emotional development (Kashanifar & Hadipour, 2023; Shahi & Eskandari, 2025).

In recent years, researchers have increasingly focused on the psychological mechanisms underlying emotional divorce. One of the most important constructs in this field is defense mechanisms. Defense mechanisms are unconscious psychological processes that individuals use to reduce anxiety, regulate emotional conflicts, and preserve psychological stability. Mature defense mechanisms are generally associated with emotional adjustment, resilience, and effective interpersonal functioning, whereas immature defenses are linked to emotional dysregulation, avoidance, interpersonal conflict, and maladaptive coping patterns (Jafari et al., 2022; Saffari et al., 2024). In marital relationships, frequent use of immature defenses such as denial, projection, and rationalization may disrupt communication and reduce the capacity for constructive problem-solving, ultimately contributing to emotional distance between spouses.

Previous studies have demonstrated the significant role of defense mechanisms in marital adjustment and relationship quality. Jarareh and Taleh-Pasand reported that managing tactical defenses in intensive short-term dynamic psychotherapy improved marital satisfaction among couples (Jarareh & Taleh-Pasand, 2011). Likewise, Jafari et al. found that mindfulness-based emotion-focused psychodrama improved defense mechanisms in divorced women and reduced emotional vulnerability (Jafari et al., 2022). Furthermore, Mobassem emphasized that women experiencing marital conflict often rely heavily on immature defenses, which intensify relational problems and emotional dissatisfaction (Mobassem, 2022). These findings suggest that defense mechanisms may play a crucial role in the development and maintenance of emotional divorce.

Alongside psychological factors, the rapid expansion of social media has transformed interpersonal communication patterns in modern societies. Although social networking platforms provide opportunities for communication and information exchange, excessive use and dependency on these platforms may negatively affect family interactions and marital relationships (Ebrahimi et al., 2022; Widiantari et al., 2019). Spending excessive time on social media may reduce face-to-face communication, weaken emotional intimacy, and increase misunderstandings between spouses. In addition, social media environments may facilitate emotional infidelity, social comparison, and unrealistic expectations in marital life.

Empirical studies have repeatedly highlighted the association between social media use and marital dissatisfaction. Shakeri et al. demonstrated that social media use indirectly contributed to emotional divorce through attitudes toward infidelity and marital conflicts among married teachers (Shakeri et al., 2019). McDaniel et al. also found that infidelity-related behaviors on social media were negatively associated with marital satisfaction (McDaniel et al., 2017). Similarly, Widiantari et al. reported that social media altered communication patterns within families and

contributed to increasing divorce rates (Widiantari et al., 2019). Ebrahimi et al. further showed that social networks could undermine family stability and emotional cohesion when used excessively (Ebrahimi et al., 2022).

Despite the growing body of research on emotional divorce, relatively few studies have simultaneously examined defense mechanisms and social media dependency within a single explanatory framework. It appears that individuals with maladaptive defense patterns may be more likely to resort to excessive social media use as an avoidant coping strategy when facing marital conflicts. Consequently, social media dependency may serve as a mediating mechanism linking psychological vulnerabilities to emotional disengagement in marital relationships. Therefore, the present study aimed to investigate the role of defense mechanisms in predicting emotional divorce among women through the mediating role of social media dependency.

#### Methods and Materials

The present study employed a descriptive-correlational design using a structural equation modeling approach. The statistical population consisted of women experiencing emotional divorce who had referred to counseling and psychological service centers during the year of the study. A sample of 375 participants was selected through convenience sampling according to inclusion and exclusion criteria. Inclusion criteria included being married, experiencing emotional marital difficulties, having at least basic literacy, and willingness to participate in the study. Participants who failed to complete the questionnaires or had severe psychiatric disorders were excluded.

Data collection instruments included the Defense Style Questionnaire (DSQ-40), Gottman's Emotional Divorce Questionnaire (1994), and the Social Media Dependency Questionnaire developed by Khajeh Ahmadi et al. The DSQ-40 assessed mature, neurotic, and immature defense mechanisms using a 9-point Likert scale. Gottman's questionnaire measured emotional divorce through 24 yes/no items assessing emotional dissatisfaction and

relational disengagement. The Social Media Dependency Questionnaire evaluated dependency levels across dimensions such as individual functioning, time management, self-control, and social relations.

After obtaining informed consent, participants completed the questionnaires individually. Data were analyzed using descriptive statistics and structural equation modeling. Prior to the main analyses, assumptions of normality, multicollinearity, independence of errors, and absence of univariate and multivariate outliers were examined and confirmed.

#### Findings

Descriptive findings showed that the mean age of participants was 36.42 years with a standard deviation of 7.18 years. Most participants had at least a bachelor's degree, and the average duration of marriage was 11.26 years. Preliminary analyses indicated no missing data or significant outliers. The values of skewness and kurtosis for all variables were within acceptable ranges, indicating normal distribution of the data.

Among defense mechanisms, immature defenses had the highest mean score (75.32), whereas neurotic defenses showed the lowest mean score (35.05). In terms of social media dependency, individual functioning had the highest mean score (31.69), while social relations had the lowest mean score (9.27). The mean score for emotional divorce was 9.83, indicating a relatively high level of emotional dissatisfaction among participants.

Correlation analyses demonstrated a significant negative relationship between defense mechanisms and social media dependency ( $r = -0.41, p < 0.01$ ). A significant negative relationship was also observed between defense mechanisms and emotional divorce ( $r = -0.47, p < 0.01$ ). In contrast, social media dependency was positively associated with emotional divorce ( $r = 0.53, p < 0.01$ ). These findings suggest that individuals with more mature defense mechanisms experience lower social media dependency and lower emotional divorce.

Structural equation modeling indicated that the proposed model had acceptable fit indices. The ratio of chi-square to degrees of freedom was 2.14, indicating adequate model fit. Other fit indices were also satisfactory (CFI = 0.95, GFI = 0.93, AGFI = 0.91, RMSEA = 0.054). The indirect effect of defense mechanisms on emotional divorce through social media dependency was statistically significant ( $\beta = -0.24$ ,  $p < 0.001$ ). The confidence interval did not include zero, confirming the mediating role of social media dependency.

The results revealed that increased use of mature defense mechanisms and decreased reliance on immature and neurotic defenses reduced social media dependency, which in turn reduced emotional divorce among women. Therefore, social media dependency significantly mediated the relationship between defense mechanisms and emotional divorce.

#### Discussion and Conclusion

The findings of the present study demonstrated that defense mechanisms play a significant role in emotional divorce both directly and indirectly through social media dependency. Women who relied more heavily on mature defense mechanisms showed lower levels of social media dependency and experienced less emotional divorce. In contrast, women who frequently used immature defenses appeared more vulnerable to excessive engagement with social media and greater emotional disengagement in their marital relationships.

These findings indicate that maladaptive defense mechanisms may reduce individuals' ability to manage emotional conflicts effectively. Instead of confronting marital problems directly and engaging in constructive communication, individuals with immature defenses may adopt avoidant coping strategies such as excessive use of social media. Over time, this behavioral pattern may reduce emotional intimacy, weaken communication quality, and intensify emotional distance between spouses.

The mediating role of social media dependency highlights the importance of digital behavior in

contemporary marital relationships. Social media platforms may function as psychological escape mechanisms that allow individuals to avoid emotional confrontation and relational stress. However, excessive dependence on virtual interactions may simultaneously reduce real-life intimacy and weaken emotional bonds within marriage. Therefore, social media dependency appears to act as a bridge linking intrapsychic vulnerabilities to emotional deterioration in marital relationships.

The results also emphasize that emotional divorce is a multidimensional phenomenon shaped by the interaction of psychological, emotional, and social factors. Defense mechanisms represent intrapsychic coping structures, whereas social media dependency reflects behavioral and environmental influences of the digital era. The interaction between these factors can substantially influence marital quality and emotional connection between spouses.

From a practical perspective, the findings suggest that counseling and psychotherapy interventions should pay greater attention to defense mechanisms and digital behavior patterns in couples experiencing emotional difficulties. Teaching emotional regulation skills, improving communication strategies, and helping individuals identify maladaptive defenses may contribute to healthier marital functioning. In addition, promoting balanced social media use and increasing media literacy may prevent excessive dependency on virtual environments and encourage more meaningful face-to-face interactions within families.

Overall, the findings suggest that emotional divorce cannot be understood solely through external social factors or interpersonal conflicts. Internal psychological structures, particularly defense mechanisms, interact with modern technological behaviors such as social media dependency to shape marital experiences. Addressing both psychological and behavioral dimensions may therefore be essential for preventing emotional divorce and promoting healthier family relationships.

انسجام روانی از آن‌ها استفاده می‌کنند. این مکانیزم‌ها می‌توانند به دو صورت سازگارانه و ناسازگارانه عمل کنند؛ به گونه‌ای که دفاع‌های رشدیافته موجب افزایش سازگاری روانی و کیفیت روابط بین‌فردی می‌شوند، در حالی که دفاع‌های رشدنیافته اغلب با تحریف واقعیت، اجتناب از مواجهه با مشکلات و تشدید تعارضات ارتباطی همراه هستند (Jafari et al., 2022; Saffari et al., 2024). در روابط زناشویی، استفاده مکرر از دفاع‌های ناسازگار مانند فرافکنی، انکار و دلیل‌تراشی می‌تواند توانایی زوجین را در حل تعارضات کاهش داده و به شکل‌گیری چرخه‌ای از سوءبرداشت‌ها، بی‌اعتمادی و فاصله عاطفی منجر شود.

مطالعات انجام‌شده در زمینه روابط زوجی نشان داده‌اند که مکانیزم‌های دفاعی نقش مهمی در کیفیت تعاملات عاطفی دارند. برای مثال، نتایج پژوهش جراره و طالب‌پسند نشان داد که مدیریت دفاع‌های روانی در روان‌درمانی پوششی کوتاه‌مدت می‌تواند رضایت زناشویی زوجین را بهبود بخشد (Jarareh & Taleh-Pasand, 2011). همچنین صفری و همکاران نشان دادند که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و الگوهای ارتباطی زناشویی از طریق مکانیزم‌های دفاعی با کیفیت روابط زوجی ارتباط دارند (Saffari et al., 2024). در پژوهش دیگری، جعفری و همکاران اثربخشی روان‌درمانی مبتنی بر هیجان و سایکودراما را بر بهبود مکانیزم‌های دفاعی زنان مطلقه تأیید کردند و نشان دادند که اصلاح دفاع‌های ناسازگار می‌تواند در کاهش آسیب‌های عاطفی و بین‌فردی مؤثر باشد (Jafari et al., 2022). همچنین مہسم در تحلیل محتوای مکانیزم‌های دفاعی زنان دارای تعارض زناشویی گزارش کرد که استفاده گسترده از دفاع‌های رشدنیافته با شدت بیشتر تعارضات زناشویی همراه است (Mobassem, 2022). این یافته‌ها نشان می‌دهد که مکانیزم‌های دفاعی می‌توانند یکی از عوامل کلیدی در تبیین کیفیت روابط زناشویی و بروز طلاق عاطفی باشند.

خانواده به‌عنوان بنیادی‌ترین نهاد اجتماعی، نقش اساسی در تأمین سلامت روان، امنیت عاطفی و انسجام اجتماعی افراد ایفا می‌کند. کیفیت روابط زناشویی یکی از مهم‌ترین عوامل تعیین‌کننده پایداری خانواده است و هرگونه اختلال در روابط عاطفی میان زوجین می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای برای سلامت فردی، خانوادگی و اجتماعی به همراه داشته باشد. در دهه‌های اخیر، افزایش تعارضات زناشویی و تغییر الگوهای ارتباطی در خانواده‌ها موجب شده است که پدیده طلاق عاطفی بیش از گذشته مورد توجه پژوهشگران قرار گیرد. طلاق عاطفی وضعیتی است که در آن زوجین اگرچه از نظر قانونی در کنار یکدیگر زندگی می‌کنند، اما از نظر عاطفی، شناختی و ارتباطی فاصله زیادی میان آن‌ها ایجاد شده و رابطه زناشویی کارکرد اصلی خود را از دست می‌دهد (Bahoosh et al., 2022; Habibi et al., 2022). در چنین شرایطی، سردی عاطفی، کاهش تعاملات صمیمانه، بی‌تفاوتی نسبت به نیازهای هیجانی همسر و افت رضایت زناشویی به تدریج گسترش می‌یابد و زمینه را برای آسیب‌های روان‌شناختی و اجتماعی فراهم می‌کند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که طلاق عاطفی می‌تواند با افسردگی، اضطراب، احساس تنهایی، کاهش عزت‌نفس و اختلال در عملکرد اجتماعی همراه باشد و حتی پیش‌زمینه‌ای برای طلاق رسمی محسوب شود (Kashanifar & Hadipour, 2023; Shahi & Eskandari, 2025).

طلاق عاطفی پدیده‌ای چندبعدی است که تحت تأثیر عوامل فردی، بین‌فردی، فرهنگی و اجتماعی شکل می‌گیرد. در سال‌های اخیر پژوهشگران تلاش کرده‌اند تا عوامل روان‌شناختی مؤثر بر شکل‌گیری این پدیده را شناسایی کنند. یکی از مهم‌ترین سازه‌های روان‌شناختی مرتبط با روابط زناشویی، مکانیزم‌های دفاعی است. مکانیزم‌های دفاعی فرایندهای ناهشیار و خودکاری هستند که افراد برای کاهش اضطراب، مدیریت تعارض‌های درونی و حفظ

که وابستگی به شبکه‌های اجتماعی می‌تواند یکی از عوامل مؤثر در شکل‌گیری فاصله عاطفی میان زوجین باشد.

از سوی دیگر، برخی پژوهشگران بر این باورند که تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر روابط زناشویی به صورت مستقیم نیست، بلکه تحت تأثیر ویژگی‌های روان‌شناختی افراد قرار دارد. افرادی که از نظر هیجانی آسیب‌پذیرتر هستند یا از دفاع‌های ناسازگارانه استفاده می‌کنند، ممکن است در مواجهه با تعارضات زناشویی به فضای مجازی پناه ببرند و از آن به عنوان ابزاری برای اجتناب روانی استفاده کنند. در چنین شرایطی، شبکه‌های اجتماعی نقش نوعی مکانیزم اجتنابی ثانویه را پیدا می‌کنند و فرد به جای مواجهه سازنده با تعارضات، زمان بیشتری را در فضای مجازی سپری می‌کند. این فرایند به تدریج می‌تواند موجب کاهش حضور عاطفی در رابطه و تشدید طلاق عاطفی شود (Mostafa et al., 2021; Shahi & Eskandari, 2025). پژوهش گمبره و همکاران نیز با استفاده از مدل‌سازی ریاضی نشان داد که نفوذ شبکه‌های اجتماعی می‌تواند بر افزایش میزان طلاق تأثیر معناداری داشته باشد و نقش مهمی در تغییر الگوهای ارتباطی زوجین ایفا کند (Gambrah et al., 2025).

عوامل اجتماعی و فرهنگی نیز در شکل‌گیری طلاق عاطفی نقش قابل توجهی دارند. مطالعات نشان داده‌اند که احساس بیگانگی اجتماعی، کاهش حمایت اجتماعی و تغییر ارزش‌های فرهنگی می‌تواند احتمال فروپاشی عاطفی خانواده را افزایش دهند (Bahoosh et al., 2022; Khatibi & Alikhanypor, 2022). برای مثال، باهوش و همکاران گزارش کردند که احساس بیگانگی اجتماعی با گرایش به طلاق در زنان رابطه مستقیم دارد (Bahoosh et al., 2022). همچنین خطیبی و علیخانی‌پور نشان دادند که برداشت افراد از پیامدهای مثبت پس از طلاق و برخی عوامل اجتماعی می‌تواند نگرش به طلاق توافقی را تحت تأثیر قرار دهد (Khatibi &

در کنار عوامل درون‌روانی، تحولات فناوری و گسترش شبکه‌های اجتماعی نیز در سال‌های اخیر سبک ارتباطات انسانی را به طور چشمگیری تغییر داده است. شبکه‌های اجتماعی فرصت‌های متعددی برای تعامل، تبادل اطلاعات و حفظ ارتباطات فراهم کرده‌اند، اما استفاده افراطی و وابستگی به این فضاها می‌تواند پیامدهای منفی قابل توجهی برای روابط خانوادگی و زناشویی داشته باشد (Ebrahimi et al., 2022; Widiantari et al., 2019). حضور مداوم در فضای مجازی ممکن است زمان و توجه زوجین را از تعاملات واقعی خانوادگی منحرف کرده و به کاهش گفت‌وگوی چهره‌به‌چهره، افت صمیمیت عاطفی و افزایش تعارضات منجر شود. برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند که استفاده افراطی از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند با کاهش رضایت زناشویی و افزایش احتمال خیانت عاطفی و رفتاری همراه باشد (McDaniel et al., 2017; Shakeri et al., 2019).

مطالعات انجام‌شده در ایران و سایر کشورها نیز بر نقش شبکه‌های اجتماعی در تضعیف روابط زناشویی تأکید کرده‌اند. برای مثال، شاکری و همکاران نشان دادند که استفاده از شبکه‌های اجتماعی از طریق نگرش به خیانت و تعارضات زناشویی با طلاق عاطفی در میان معلمان متأهل رابطه دارد (Shakeri et al., 2019). همچنین ابراهیمی و همکاران گزارش کردند که شبکه‌های اجتماعی می‌توانند بر ثبات روابط خانوادگی در مناطق روستایی اثرگذار باشند و استفاده کنترل‌نشده از آن‌ها با کاهش انسجام خانوادگی همراه است (Ebrahimi et al., 2022). ویدیانتاری و همکاران نیز در پژوهشی بین‌المللی به این نتیجه رسیدند که شبکه‌های اجتماعی از طریق تغییر الگوهای تعامل و افزایش مقایسه‌گری اجتماعی می‌توانند زمینه‌ساز طلاق شوند (Widiantari et al., 2019). علاوه بر این، مک‌دنیل و همکاران نشان دادند که رفتارهای مرتبط با خیانت در شبکه‌های اجتماعی با کاهش رضایت زناشویی همراه است (McDaniel et al., 2017). این یافته‌ها نشان می‌دهد

که به نظر می‌رسد مکانیزم‌های دفاعی می‌توانند نحوه استفاده افراد از شبکه‌های اجتماعی را تحت تأثیر قرار دهند و این وابستگی نیز به نوبه خود بر کیفیت روابط زناشویی اثرگذار باشد. از این‌رو، بررسی نقش میانجی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی در رابطه میان مکانیزم‌های دفاعی و طلاق عاطفی می‌تواند به درک عمیق‌تری از سازوکارهای روان‌شناختی و رفتاری مؤثر بر روابط زناشویی منجر شود.

بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش مکانیزم‌های دفاعی در پیش‌بینی طلاق عاطفی در زنان با میانجی‌گری وابستگی به شبکه‌های اجتماعی انجام شد.

### روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی بود که با رویکرد مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری این پژوهش را زنان دارای طلاق عاطفی تشکیل می‌دادند که در سال اجرای پژوهش به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی مراجعه کرده بودند. نمونه پژوهش با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس و بر اساس معیارهای ورود و خروج انتخاب شد. معیارهای ورود شامل تأهل، تجربه نشانه‌های طلاق عاطفی، داشتن حداقل سواد خواندن و نوشتن و تمایل به مشارکت در پژوهش بود. همچنین افرادی که پرسشنامه‌ها را به صورت ناقص تکمیل کردند یا سابقه ابتلا به اختلالات شدید روان‌پزشکی داشتند از پژوهش کنار گذاشته شدند. حجم نمونه با توجه به الزامات مدل‌یابی معادلات ساختاری و کفایت آماری برای تحلیل مسیر، ۳۷۵ نفر تعیین شد. پس از اخذ رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان، پرسشنامه‌ها به صورت فردی در اختیار آنان قرار گرفت و اطلاعات به صورت محرمانه جمع‌آوری شد. پرسشنامه وابستگی به شبکه‌های اجتماعی توسط خواجه‌احمدی و همکاران در سال ۱۳۹۵ طراحی شد و شامل ۲۳ گویه است که میزان وابستگی افراد به شبکه‌های اجتماعی را ارزیابی می‌کند. این پرسشنامه بر اساس طیف

(Alikhanypor, 2022). در پژوهش دیگری، مبعلی و اللهاری به نقش روابط فرزاناشویی و عوامل اجتماعی-فرهنگی مؤثر بر آن اشاره کردند و نشان دادند که تغییر سبک زندگی و گسترش تعاملات مجازی می‌تواند کیفیت روابط زوجی را تضعیف کند (Mayeli & Allahyari, 2022). این یافته‌ها بیانگر آن است که طلاق عاطفی تنها محصول عوامل فردی نیست، بلکه در بستر تحولات اجتماعی و فرهنگی نیز شکل می‌گیرد.

علاوه بر این، متغیرهایی مانند حمایت اجتماعی، تاب‌آوری و تنظیم هیجان نیز در مطالعات پیشین به‌عنوان عوامل محافظت‌کننده در برابر طلاق عاطفی معرفی شده‌اند. خدابخشی کولایی و فلسفی‌نژاد نشان دادند که تنظیم هیجان و حمایت اجتماعی ادراک‌شده در سازگاری روان‌شناختی زنان مطلقه نقش میانجی دارد (Khodabakhshi Koolae & Falsafinejad, 2023).

همچنین شاهی و اسکندری گزارش کردند که تاب‌آوری و حمایت اجتماعی می‌تواند رابطه میان سبک عشق و طلاق عاطفی را میانجی‌گری کند (Shahi & Eskandari, 2025). در پژوهش اصل و همکاران نیز حمایت اجتماعی ادراک‌شده به‌عنوان میانجی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و طلاق عاطفی در زنان شاغل معرفی شد (Asl et al., 2022). مصطفی و همکاران نیز نشان دادند که تاب‌آوری می‌تواند در رابطه میان کنترل همسر و طلاق عاطفی نقش میانجی ایفا کند (Mostafa et al., 2021). مجموعه این یافته‌ها نشان می‌دهد که طلاق عاطفی پدیده‌ای پیچیده و چندعاملی است که در آن عوامل فردی، هیجانی، ارتباطی و اجتماعی به‌طور همزمان نقش دارند.

با وجود گسترش مطالعات مرتبط با طلاق عاطفی، هنوز بررسی همزمان مکانیزم‌های دفاعی و وابستگی به شبکه‌های اجتماعی در تبیین طلاق عاطفی کمتر مورد توجه قرار گرفته است. بیشتر پژوهش‌های پیشین هر یک به صورت جداگانه بر نقش عوامل روان‌شناختی یا اجتماعی تمرکز داشته‌اند و کمتر مطالعه‌ای به بررسی سازوکارهای تعاملی این متغیرها پرداخته است. در حالی

بر اساس مجموع نمرات دو سؤال مرتبط با آن تفسیر می‌گردد. در این ابزار، نمره بالاتر از ۱۰ در هر مکانیزم دفاعی نشان‌دهنده استفاده بیشتر فرد از آن دفاع است. همچنین سبک دفاعی غالب فرد بر اساس میانگین نمرات در هر سبک تعیین می‌شود. این پرسشنامه در کشورهای مختلف از جمله ژاپن، فرانسه، برزیل، پرتغال و ایران مورد بررسی قرار گرفته و از اعتبار و روایی مطلوبی برخوردار بوده است. نتایج پژوهش هاباشی، میاکه و میناکاوا (۲۰۰۴) در ژاپن نشان داد که این ابزار دارای روایی همزمان مطلوب با پرسشنامه شخصیت مادزلی است و از اعتبار باآزمایی مناسبی برخوردار می‌باشد. در ایران نیز بشارت و همکاران (۱۳۸۰) ضرایب آلفای کروناخ سبک‌های دفاعی رشدیافته، رشدنا یافته و روان‌آزرده را به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۷۳ و ۰/۷۴ گزارش کردند و ضریب باآزمایی با فاصله چهار هفته ۰/۸۲ به دست آمد که بیانگر پایایی مناسب ابزار است.

پس از جمع‌آوری داده‌ها، اطلاعات وارد نرم‌افزارهای آماری شد و در مرحله نخست، داده‌ها از نظر وجود مقادیر گمشده، داده‌های پرت و مفروضات آماری مورد بررسی قرار گرفتند. برای تحلیل داده‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی استفاده شد. در بخش آمار استنباطی نیز به منظور بررسی روابط میان متغیرها و آزمون مدل مفهومی پژوهش، از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده گردید. پیش از اجرای مدل، مفروضات نرمال بودن تک‌متغیره و چندمتغیره، عدم همخطی چندگانه و استقلال خطاها بررسی و تأیید شد. همچنین اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرها از طریق ضرایب مسیر و آزمون بوت‌استرپ مورد ارزیابی قرار گرفت و سطح معناداری آزمون‌ها کمتر از ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

### یافته‌ها

در بخش نخست تحلیل داده‌ها، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که میانگین سنی زنان

لیکرت پنج‌درجه‌ای از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» نمره‌گذاری می‌شود. ساختار این ابزار شامل چهار زیرمقیاس عملکرد فردی، مدیریت زمان، خودکنترلی و روابط اجتماعی است. نمرات بالاتر در این پرسشنامه نشان‌دهنده وابستگی بیشتر به شبکه‌های اجتماعی است. سازندگان ابزار پایایی مطلوبی برای آن گزارش کرده‌اند و ضرایب آلفای کروناخ زیرمقیاس‌ها در دامنه ۰/۶۸ تا ۰/۹۱ قرار داشته است. همچنین در پژوهش عربی و همکاران (۱۴۰۰)، ضریب آلفای کروناخ کل پرسشنامه ۰/۹۰ گزارش شد که بیانگر همسانی درونی مطلوب ابزار است.

پرسشنامه طلاق عاطفی توسط گاتمن در سال ۱۹۹۴ تدوین شد و برای ارزیابی میزان نارضایتی زناشویی و فاصله عاطفی میان زوجین مورد استفاده قرار می‌گیرد. این پرسشنامه شامل ۲۴ سؤال است که پاسخ‌دهی به آن به صورت دوگزینه‌ای «بله» و «خیر» انجام می‌شود. بر اساس شیوه نمره‌گذاری، کسب هشت پاسخ «بله» یا بیشتر نشان‌دهنده وجود نشانه‌های طلاق عاطفی و نارضایتی شدید زناشویی است. این ابزار در ایران دارای ویژگی‌های روان‌سنجی مطلوبی گزارش شده و ضریب پایایی آن ۰/۹۳ به دست آمده است. همچنین برای بررسی روایی سازه از تحلیل عاملی اکتشافی با چرخش واریماکس استفاده شد که منجر به استخراج چهار عامل شامل جدایی و فاصله از یکدیگر، احساس تنهایی و انزوا، نیاز به همراه و هم‌صحبت و احساس بی‌حوصلگی و بی‌قراری شد. بارهای عاملی گویه‌ها در دامنه ۰/۴۹ تا ۰/۸۰ قرار داشت که نشان‌دهنده کفایت روایی سازه ابزار بود. روایی صوری پرسشنامه نیز توسط متخصصان حوزه روان‌شناسی تأیید شده است.

پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ-40) توسط آندروز و همکاران در سال ۱۹۹۳ تدوین شد و شامل ۴۰ سؤال است که ۲۰ مکانیزم دفاعی را در سه سبک دفاعی رشدیافته، روان‌آزرده و رشدنا یافته ارزیابی می‌کند. پاسخ‌دهی به سؤالات بر اساس طیف لیکرت ۹ درجه‌ای انجام می‌شود و هر مکانیزم دفاعی

## دوره چهارم، شماره اول

پیش از اجرای تحلیل‌های استنباطی، داده‌ها از نظر مفروضات آماری مورد ارزیابی قرار گرفتند. نتایج غربالگری داده‌ها نشان داد که هیچ‌گونه داده گمشده‌ای در مجموعه داده‌ها وجود نداشت. همچنین برای بررسی داده‌های پرت تک‌متغیره از نمودار جعبه‌ای و برای بررسی داده‌های پرت چندمتغیره از فاصله ماهالانوبیس استفاده شد که نتایج بیانگر نبود داده پرت معنادار در میان متغیرهای پژوهش بود. افزون بر این، شاخص‌های کجی و کشیدگی برای تمامی متغیرها در دامنه قابل قبول قرار داشتند که نشان‌دهنده نرمال بودن توزیع داده‌ها بود. همچنین شاخص‌های تحمل و تورم واریانس نشان داد که مشکل همخطی چندگانه میان متغیرها وجود ندارد و آماره دوربین-واتسون نیز استقلال خطاها را تأیید کرد. پس از اطمینان از برقرار بودن مفروضات، تحلیل داده‌ها در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام شد.

شرکت‌کننده ۳۶.۴۲ سال با انحراف معیار ۷.۱۸ بود و دامنه سنی آنان بین ۲۴ تا ۵۲ سال قرار داشت. از نظر سطح تحصیلات، ۱۸.۴ درصد دارای تحصیلات دیپلم، ۲۷.۷ درصد دارای مدرک کاردانی، ۳۹.۵ درصد دارای مدرک کارشناسی و ۱۴.۴ درصد دارای تحصیلات کارشناسی ارشد و بالاتر بودند. همچنین از نظر مدت زمان ازدواج، میانگین طول زندگی مشترک شرکت‌کنندگان ۱۱.۲۶ سال با انحراف معیار ۵.۸۳ گزارش شد. بررسی وضعیت اشتغال نشان داد که ۵۸.۹ درصد از زنان خانه‌دار و ۴۱.۱ درصد شاغل بودند. علاوه بر این، ۷۲.۳ درصد از شرکت‌کنندگان دارای فرزند و ۲۷.۷ درصد بدون فرزند بودند. نتایج توصیفی بیانگر آن بود که نمونه پژوهش از نظر ویژگی‌های فردی و خانوادگی دارای تنوع قابل قبول بوده و برای بررسی روابط میان متغیرهای پژوهش مناسب است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهشی

متغیرها	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی	سازه
رشد یافته	۱۲	۶۰	۴۱.۸۸	۱۴.۱۴	-۰.۴۹	-۰.۸۱	مکانیزم‌های دفاعی
رشد نیافته	۲۵	۱۵۰	۷۵.۳۲	۳۱.۹۰	-۰.۶۴	-۰.۶۲	
روان‌آزرده	۲۰	۵۰	۳۵.۰۵	۷.۴۸	-۰.۱۳	-۰.۷۰	
عملکرد فردی	۱۷	۴۳	۳۱.۶۹	۵.۷۵	-۰.۴۸	-۰.۳۲	وابستگی به شبکه‌های اجتماعی
مدیریت زمان	۵	۲۷	۱۵.۹۹	۴.۵۴	-۰.۰۴	-۰.۶۶	
خودکنترلی	۴	۲۰	۱۱.۷۱	۳.۸۵	-۰.۱۰	-۰.۸۲	
روابط اجتماعی	۴	۲۰	۹.۲۷	۴.۴۹	-۰.۶۸	-۰.۶۷	
نمره کل	۳۵	۹۹	۶۸.۶۵	۱۴.۲۸	-۰.۳۷	-۰.۵۳	
تمایل	۱۰	۱۰۰	۵۱.۲۷	۱۸.۸۶	-۰.۰۱	-۰.۴۳	کیفیت روابط زناشویی
شهوایت	۲۳	۱۰۰	۶۷.۱۳	۱۷.۶۳	-۰.۲۲	-۰.۴۱	
اوج لذت جنسی	۱۰	۹۷	۴۸.۵۹	۱۸.۸۸	-۰.۱۷	-۰.۵۸	
نمره کل	۲۰۹	۶۴۱	۴۲۸.۲۸	۸۹.۴۵	-۰.۰۵	-۰.۲۹	
نمره کل	۶	۱۵	۹.۸۳	۱.۹۸	-۰.۲۷	-۰.۲۰	طلاق عاطفی

که در میان زنان دارای طلاق عاطفی، استفاده از دفاع‌های رشدنیافته نسبت به سایر سبک‌های دفاعی شیوع بیشتری داشته است. همچنین در ابعاد وابستگی به شبکه‌های اجتماعی، عملکرد فردی با میانگین ۳۱.۶۹ بیشترین مقدار و

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که در میان ابعاد مکانیزم‌های دفاعی، مکانیزم‌های رشدنیافته دارای بالاترین میانگین (۷۵.۳۲) و مکانیزم‌های روان‌آزرده دارای پایین‌ترین میانگین (۳۵.۰۵) بودند. این یافته نشان می‌دهد

## فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی

روابط اجتماعی با میانگین ۹.۲۷ کمترین مقدار را به خود اختصاص داد. میانگین نمره کل وابستگی به شبکه‌های اجتماعی برابر با ۶۸.۶۵ و انحراف معیار آن ۱۴.۲۸ بود که بیانگر سطح نسبتاً بالای وابستگی در نمونه مورد مطالعه است. علاوه بر این، میانگین طلاق عاطفی برابر با ۹.۸۳ و انحراف معیار آن ۱.۹۸ به دست آمد که نشان‌دهنده وجود سطح قابل توجهی از نارضایتی و

فاصله عاطفی در میان شرکت‌کنندگان است. مقادیر کجی و کشیدگی برای تمامی متغیرها در دامنه قابل قبول قرار داشت و این مسئله حاکی از نرمال بودن توزیع داده‌ها و مناسب بودن آن‌ها برای انجام تحلیل‌های پارامتریک و مدل‌یابی معادلات ساختاری است.

جدول ۲. ماتریس ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳
۱. مکانیزم‌های دفاعی	۱		
۲. وابستگی به شبکه‌های اجتماعی	۰.۴۱-***	۱	
۳. طلاق عاطفی	۰.۴۷-***	۰.۵۳***	۱

نتایج جدول ۲ نشان داد که بین مکانیزم‌های دفاعی و وابستگی به شبکه‌های اجتماعی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. ( $r = -0.41$ ) این یافته بیانگر آن است که با افزایش استفاده از مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته و کاهش دفاع‌های رشد نیافته، میزان وابستگی به شبکه‌های اجتماعی کاهش می‌یابد. همچنین بین مکانیزم‌های دفاعی و طلاق عاطفی نیز رابطه منفی و معناداری مشاهده شد ( $r = -0.47$ )، به این معنا که افراد دارای سبک‌های دفاعی

سازگارانه‌تر، سطوح پایین‌تری از طلاق عاطفی را تجربه می‌کنند. علاوه بر این، وابستگی به شبکه‌های اجتماعی با طلاق عاطفی دارای رابطه مثبت و معنادار بود ( $r = 0.53$ ) که نشان می‌دهد افزایش وابستگی به فضای مجازی با افزایش فاصله هیجانی و نارضایتی زناشویی همراه است. این نتایج مقدمات لازم را برای بررسی مدل ساختاری و آزمون اثرات میانجی فراهم ساخت.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل ساختاری پژوهش

شاخص برازش	مقدار به دست آمده	مقدار مطلوب
$\chi^2/df$	۲.۱۴	کمتر از ۳
GFI	۰.۹۳	بیشتر از ۰.۹۰
AGFI	۰.۹۱	بیشتر از ۰.۹۰
CFI	۰.۹۵	بیشتر از ۰.۹۰
NFI	۰.۹۲	بیشتر از ۰.۹۰
TLI	۰.۹۴	بیشتر از ۰.۹۰
RMSEA	۰.۰۵۴	کمتر از ۰.۰۸

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که شاخص‌های برازش مدل در محدوده قابل قبول قرار دارند. نسبت خنثی دو به دو به درجه آزادی برابر با ۲.۱۴ بود که کمتر از مقدار پیشنهادی ۳ است و نشان‌دهنده برازش مناسب مدل می‌باشد. همچنین شاخص‌های GFI, AGFI, CFI, NFI, TLI همگی بالاتر از ۰.۹۰ به دست

## دوره چهارم، شماره اول

از آن هستند که مدل مفهومی پژوهش توانسته است روابط میان مکانیزم‌های دفاعی، وابستگی به شبکه‌های اجتماعی و طلاق عاطفی را به خوبی تبیین کند.

آمدند که بیانگر مطلوب بودن برازش مدل ساختاری پژوهش است. افزون بر این، مقدار  $RMSEA$  برابر با  $0.054$  بود که کمتر از  $0.08$  بوده و نشان می‌دهد مدل از خطای برازش پایینی برخوردار است. در مجموع، این شاخص‌ها حاکی

جدول ۴. اثرات غیرمستقیم مکانیزم‌های دفاعی بر طلاق عاطفی با نقش میانجی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی

مسیرها	b	$\beta$	سطح معناداری	کرانه پایین	کرانه بالا
مکانیزم‌های دفاعی ← وابستگی به شبکه‌های اجتماعی ← طلاق عاطفی	-0.05	-0.24	0.001	-0.33	-0.16

همراه بود و این کاهش وابستگی نیز به کاهش طلاق عاطفی منجر شد. همچنین نتایج نشان داد که بین مکانیزم‌های دفاعی و طلاق عاطفی رابطه منفی معنادار و بین وابستگی به شبکه‌های اجتماعی و طلاق عاطفی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. این یافته‌ها بیانگر آن است که متغیرهای درون‌روانی و رفتاری به صورت همزمان در شکل‌گیری و تداوم طلاق عاطفی نقش دارند.

یافته اصلی پژوهش نشان داد که مکانیزم‌های دفاعی می‌توانند از طریق وابستگی به شبکه‌های اجتماعی بر طلاق عاطفی اثرگذار باشند. این نتیجه با مبانی نظری روان‌پوشی همسو است؛ زیرا در این دیدگاه، مکانیزم‌های دفاعی به‌عنوان شیوه‌هایی برای مدیریت اضطراب و تعارض‌های درونی در نظر گرفته می‌شوند. افرادی که بیشتر از دفاع‌های رشدیافته مانند شوخ‌طبعی، والایش و پیش‌بینی استفاده می‌کنند، توانایی بیشتری در تنظیم هیجان‌ها، حل تعارض و مدیریت روابط بین‌فردی دارند، در حالی که استفاده از دفاع‌های رشدنیافته مانند انکار، فرافکنی و دلیل‌تراشی می‌تواند موجب تحریف واقعیت، اجتناب از مواجهه با مشکلات و افزایش تعارضات ارتباطی شود (Jafari et al., 2022; Saffari et al., 2024). در روابط زناشویی، این دفاع‌های ناسازگار باعث می‌شوند زوجین به جای گفت‌وگوی سازنده و حل مسئله، از شیوه‌های اجتنابی و ناکارآمد استفاده کنند و در نتیجه فاصله هیجانی میان آن‌ها افزایش یابد.

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که اثر غیرمستقیم مکانیزم‌های دفاعی بر طلاق عاطفی از طریق وابستگی به شبکه‌های اجتماعی منفی و معنادار است ( $-0.24$ ).  $\beta = 0.001$ ،  $p < 0.05$  همچنین بازه اطمینان ۹۵ درصدی این اثر شامل صفر نبود که نشان‌دهنده معناداری اثر میانجی است. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت که وابستگی به شبکه‌های اجتماعی در رابطه بین مکانیزم‌های دفاعی و طلاق عاطفی نقش میانجی ایفا می‌کند. به عبارت دیگر، افزایش استفاده از مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته و کاهش دفاع‌های رشدنیافته و روان‌آزرده موجب کاهش وابستگی زنان به شبکه‌های اجتماعی می‌شود و این کاهش وابستگی در نهایت با کاهش طلاق عاطفی همراه است. این یافته بیانگر آن است که بخشی از تأثیر مکانیزم‌های دفاعی بر کیفیت روابط زناشویی از طریق نحوه استفاده و میزان وابستگی افراد به شبکه‌های اجتماعی تبیین می‌شود.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش مکانیزم‌های دفاعی در پیش‌بینی طلاق عاطفی در زنان با میانجی‌گری وابستگی به شبکه‌های اجتماعی انجام شد. نتایج تحلیل‌های آماری نشان داد که مکانیزم‌های دفاعی از طریق وابستگی به شبکه‌های اجتماعی بر طلاق عاطفی اثر غیرمستقیم و معناداری دارند. به عبارت دیگر، افزایش استفاده از مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته و کاهش استفاده از دفاع‌های رشدنیافته و روان‌آزرده با کاهش وابستگی به شبکه‌های اجتماعی

تبیین این یافته را می‌توان در ماهیت کارکردی شبکه‌های اجتماعی جست‌وجو کرد. شبکه‌های اجتماعی اگرچه فرصت‌هایی برای تعامل و تبادل اطلاعات فراهم می‌کنند، اما در صورت استفاده افراطی می‌توانند زمان، توجه و انرژی روانی افراد را از روابط واقعی خانوادگی منحرف سازند. در چنین شرایطی، افراد به تدریج به فضای مجازی وابسته شده و تعاملات عاطفی واقعی با همسر کاهش می‌یابد. این وضعیت می‌تواند با کاهش گفت‌وگوی مؤثر، افت همدلی، افزایش سوءبرداشت‌ها و شکل‌گیری احساس تنهایی در زندگی مشترک همراه باشد. افزون بر این، شبکه‌های اجتماعی زمینه مقایسه‌گری اجتماعی و شکل‌گیری انتظارات غیرواقع‌بینانه از روابط زناشویی را فراهم می‌کنند و همین مسئله می‌تواند نارضایتی زناشویی را تشدید کند (McDaniel et al., 2017; Widiantari et al., 2019).

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که وابستگی به شبکه‌های اجتماعی در رابطه میان مکانیزم‌های دفاعی و طلاق عاطفی نقش میانجی دارد. این یافته بیانگر آن است که افراد دارای دفاع‌های ناسازگار بیشتر، احتمالاً در مواجهه با تنش‌ها و تعارضات زناشویی به جای رویارویی مستقیم و حل مسئله، به فضای مجازی پناه می‌برند و از شبکه‌های اجتماعی به‌عنوان ابزاری برای اجتناب روانی استفاده می‌کنند. این الگو موجب می‌شود که فرد از نظر هیجانی از رابطه فاصله بگیرد و زمان بیشتری را صرف تعاملات مجازی کند. در نتیجه، کیفیت روابط زناشویی به تدریج کاهش یافته و طلاق عاطفی شکل می‌گیرد. این یافته با پژوهش مصطفی و همکاران همسو است که نشان دادند متغیرهای روان‌شناختی می‌توانند از طریق سازوکارهای میانجی بر طلاق عاطفی اثرگذار باشند (Mostafa et al., 2021). همچنین شاهی و اسکندری گزارش کردند که حمایت اجتماعی و تاب‌آوری می‌توانند نقش میانجی در روابط مرتبط با طلاق عاطفی داشته باشند (Shahi & Eskandari, 2025).

نتایج این پژوهش با یافته‌های جراره و طالب‌پسند همسو است که نشان دادند مدیریت دفاع‌های روانی در روان‌درمانی پویایی کوتاه‌مدت موجب افزایش رضایت زناشویی زوجین می‌شود (Jarareh & Taleh-Pasand, 2011). همچنین جعفری و همکاران گزارش کردند که مداخلات هیجان‌محور و سایکودراما می‌تواند موجب بهبود مکانیزم‌های دفاعی زنان مطلقه شود و از شدت آسیب‌های هیجانی بکاهد (Jafari et al., 2022). افزون بر این، صفری و همکاران نشان دادند که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و الگوهای ارتباطی زناشویی از طریق مکانیزم‌های دفاعی بر کیفیت روابط زوجی اثرگذار هستند (Saffari et al., 2024). این همسویی نشان می‌دهد که دفاع‌های روانی نه تنها بخشی از ساختار شخصیت محسوب می‌شوند، بلکه می‌توانند نقش تعیین‌کننده‌ای در کیفیت تعاملات عاطفی زوجین داشته باشند.

یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد که وابستگی به شبکه‌های اجتماعی با طلاق عاطفی رابطه مثبت و معناداری دارد. این نتیجه نشان می‌دهد که افزایش حضور و وابستگی به فضای مجازی می‌تواند به کاهش تعاملات واقعی میان زوجین، افت صمیمیت عاطفی و افزایش فاصله هیجانی منجر شود. این یافته با نتایج مطالعات پیشین همسو است. شاکری و همکاران نشان دادند که استفاده از شبکه‌های اجتماعی از طریق نگرش به خیانت و تعارضات زناشویی با طلاق عاطفی در معلمان متأهل رابطه دارد (Shakeri et al., 2019). همچنین مک‌دنیل و همکاران گزارش کردند که رفتارهای مرتبط با خیانت در شبکه‌های اجتماعی با کاهش رضایت زناشویی و افزایش تعارضات زوجی همراه است (McDaniel et al., 2017). ویدیانتاری و همکاران نیز به این نتیجه رسیدند که شبکه‌های اجتماعی از طریق تغییر الگوهای تعامل و کاهش ارتباطات چهره‌به‌چهره می‌تواند احتمال طلاق را افزایش دهند (Widiantari et al., 2019).

نسبت به پیامدهای طلاق می‌تواند نگرش به طلاق توافقی را تقویت کند (Khatibi & Alikhanypor, 2022). افزون بر این، میعلی و اللهیاری به نقش روابط فرازنشویی و عوامل فرهنگی-اجتماعی در تضعیف روابط زنشویی اشاره کردند (Mayeli & Allahyari, 2022). مجموعه این یافته‌ها نشان می‌دهد که طلاق عاطفی پدیده‌ای چندبعدی است که علاوه بر عوامل روان‌شناختی، تحت تأثیر تحولات فرهنگی و اجتماعی نیز قرار دارد.

پژوهش حاضر از نظر کاربردی نیز دارای اهمیت است. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که در برنامه‌های مشاوره خانواده و زوج‌درمانی، توجه به مکانیزم‌های دفاعی افراد می‌تواند در پیشگیری از طلاق عاطفی مؤثر باشد. آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان، افزایش خودآگاهی نسبت به دفاع‌های ناسازگار و تقویت سبک‌های مقابله‌ای سازگارانه می‌تواند به بهبود کیفیت روابط زنشویی کمک کند. همچنین آموزش مدیریت استفاده از شبکه‌های اجتماعی و ارتقای سواد رسانه‌ای می‌تواند از وابستگی افراطی به فضای مجازی جلوگیری کرده و تعاملات واقعی خانوادگی را تقویت کند. افزون بر این، نتایج پژوهش حاضر می‌تواند برای روان‌شناسان، مشاوران خانواده و سیاست‌گذاران حوزه سلامت روان در طراحی برنامه‌های پیشگیرانه و درمانی مرتبط با خانواده مفید باشد.

از دیگر نکات قابل توجه در یافته‌های پژوهش حاضر، نقش شبکه‌های اجتماعی به‌عنوان یکی از ویژگی‌های برجسته عصر دیجیتال است. امروزه فضای مجازی بخش جدایی‌ناپذیری از زندگی روزمره افراد شده است و بسیاری از تعاملات اجتماعی در این بستر شکل می‌گیرد. با این حال، زمانی که استفاده از این فضا حالت افراطی و وابستگی پیدا کند، می‌تواند کارکردهای ارتباطی خانواده را مختل سازد. پژوهش گمراه و همکاران نیز نشان داد که نفوذ شبکه‌های اجتماعی می‌تواند میزان طلاق را افزایش دهد و ساختار روابط خانوادگی را تحت تأثیر قرار دهد (Gambrah et al., 2025). بنابراین،

از منظر نظری، یافته‌های پژوهش حاضر را می‌توان در چارچوب مدل‌های تعامل‌گرایانه روابط زنشویی تبیین کرد. بر اساس این دیدگاه، کیفیت روابط زنشویی حاصل تعامل میان ویژگی‌های شخصیتی، سبک‌های تنظیم هیجان، الگوهای ارتباطی و عوامل محیطی است. مکانیزم‌های دفاعی ناسازگار موجب می‌شوند افراد در برابر فشارهای روانی انعطاف‌پذیری کمتری داشته باشند و در مواجهه با تعارضات، از راهبردهای اجتنابی استفاده کنند. در چنین شرایطی، شبکه‌های اجتماعی می‌توانند به بستری برای فرار روانی از تنش‌های زنشویی تبدیل شوند. اما این اجتناب نه‌تنها تعارضات را حل نمی‌کند، بلکه با کاهش تعاملات واقعی و صمیمیت عاطفی، فاصله میان زوجین را بیشتر می‌سازد. بنابراین، وابستگی به شبکه‌های اجتماعی می‌تواند حلقه واسطی میان دفاع‌های ناسازگار و طلاق عاطفی باشد.

یافته‌های پژوهش حاضر همچنین با مطالعات مرتبط با حمایت اجتماعی و سازگاری روان‌شناختی همخوانی دارد. خدابخشی کولایی و فلسفی‌نژاد نشان دادند که تنظیم هیجان و حمایت اجتماعی ادراک‌شده در سازگاری روان‌شناختی زنان مطلقه نقش مهمی دارد (Khodabakhshi Koolae & Falsafinejad, 2023). همچنین اصل و همکاران گزارش کردند که حمایت اجتماعی ادراک‌شده می‌تواند رابطه میان ویژگی‌های شخصیتی و طلاق عاطفی را میانجی‌گری کند (Asl et al., 2022). این یافته‌ها نشان می‌دهد که افرادی که از حمایت اجتماعی و مهارت‌های هیجانی بیشتری برخوردارند، کمتر در معرض وابستگی ناسازگارانه به فضای مجازی و در نتیجه طلاق عاطفی قرار می‌گیرند.

از سوی دیگر، نتایج پژوهش حاضر با مطالعات اجتماعی مرتبط با طلاق نیز همسو است. باهوش و همکاران نشان دادند که احساس بیگانگی اجتماعی با گرایش به طلاق در زنان رابطه دارد (Bahooosh et al., 2022). همچنین خطیبی و علیخانی‌پور گزارش کردند که برخی عوامل اجتماعی و نگرش

اجتماعی و فناوری‌های نوین می‌تواند زمینه را برای طراحی مداخلات جامع‌تر در جهت پیشگیری از طلاق عاطفی و ارتقای سلامت خانواده فراهم سازد.

### تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

### حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

### موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن 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 می‌گردد.

### References

- Asl, N., Dokaneifard, F., & Jahangir, P. (2022). Presenting a model for predicting emotional divorce based on personality traits and job self-efficacy mediated by perceived social support in working married women. *Journal of counseling research*. <https://publish.kne-publishing.com/index.php/QJCR/article/view/8844>
- Bahoosh, S., Ghodrati, S., & Ghodrati, H. (2022). Relationship between Alienation and the Tendency to Divorce among Women in the City of Mashhad. *Journal of Population Association of Iran*, 17(33), 365-394. <https://doi.org/10.22034/jpai.2023.561981.1248>
- Ebrahimi, N., Hosseini Dana, H. R., & Shah Mansori, B. (2022). The role of social networks in the stability of family relationships in rural areas of Kashmar. *Political Sociology of Iran*, 5(10), 2331-2376. <https://doi.org/10.30510/psi.2022.314586.2618>
- Gambrah, P. P., Jani, D., Sarfo, K. F., Mananga, H. M., & Owusu, F. (2025). Mathematical Modeling of Divorce Incidence With Social Media Influence Using Caputo Fractional Derivative.

توجه به نحوه استفاده از فناوری‌های ارتباطی در مطالعات خانواده و روابط زناشویی ضروری به نظر می‌رسد.

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر این بود که داده‌ها بر اساس ابزارهای خودگزارشی جمع‌آوری شدند و این مسئله می‌تواند احتمال سوگیری پاسخ‌دهی و تمایل به ارائه پاسخ‌های مطلوب اجتماعی را افزایش دهد. همچنین جامعه آماری پژوهش تنها شامل زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی بود؛ بنابراین تعمیم نتایج به سایر گروه‌های جمعیتی باید با احتیاط انجام شود. علاوه بر این، ماهیت همبستگی پژوهش امکان استنباط روابط علی قطعی میان متغیرها را محدود می‌کند و ممکن است عوامل دیگری نیز در شکل‌گیری طلاق عاطفی نقش داشته باشند که در این مطالعه بررسی نشده‌اند.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده این مدل را در گروه‌های مختلف جمعیتی و فرهنگی مورد بررسی قرار دهند و نقش متغیرهایی مانند سبک دلبستگی، تنظیم هیجان، کیفیت ارتباط زوجی و رضایت جنسی را نیز در مدل‌های تبیینی وارد کنند. همچنین انجام مطالعات طولی و آزمایشی می‌تواند به درک دقیق‌تر روابط علی میان مکانیزم‌های دفاعی، وابستگی به شبکه‌های اجتماعی و طلاق عاطفی کمک کند. افزون بر این، بررسی نقش تفاوت‌های جنسیتی و مقایسه زنان و مردان در زمینه استفاده از شبکه‌های اجتماعی و الگوهای دفاعی می‌تواند افق‌های جدیدی برای پژوهش‌های آینده فراهم سازد. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، پیشنهاد می‌شود در مراکز مشاوره خانواده و زوج‌درمانی برنامه‌هایی با هدف آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان، مدیریت تعارض و اصلاح دفاع‌های ناسازگار طراحی و اجرا شود. همچنین ارتقای سواد رسانه‌ای و آموزش نحوه استفاده متعادل از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند در کاهش وابستگی به فضای مجازی و تقویت تعاملات عاطفی زوجین مؤثر باشد. توجه به نقش عوامل روان‌شناختی در کنار تحولات

- Shahi, F., & Eskandari, H. (2025). The Relationship Between Love Style and Emotional Divorce With the Mediating Role of Resilience and Social Support. *Iranian Journal of Neurodevelopmental Disorders*, 4(2), 1-11. <https://maherpub.com/jndd/article/view/535>
- Shakeri, S. S., Shabani, J., Aghamohammadian Sharbaf, H. R., & Aghili, S. M. (2019). The Mediating Role of Attitudes Toward Infidelity and Marital Conflicts in the Relationship Between Social Media Use and Emotional Divorce Among Married Teachers in Mashhad. *Health Research Journal*, 8(4), 220-227. <https://doi.org/10.18502/jchr.v8i4.2077>
- Widiantari, M. M., Utari, P., & Nurhaeni, I. D. A. (2019). Social media effect on divorce. In 1st Annual International Conference on Social Sciences and Humanities, <https://doi.org/10.2991/aicosh-19.2019.34>
- Journal of Mathematics*, 2025(1). <https://doi.org/10.1155/jom/7108342>
- Habibi, B., Shirmardi, S., Shirali, K., & fathi, k. (2022). The Mediating Role of Marital Expectations in the Relationship between Emotional Divorce and Basic Psychological Needs in Health Network Employees [Research]. *Journal of Jiroft University of Medical Sciences*, 9(3), 1039-1048. <http://journal.jmu.ac.ir/article-1-646-en.html>
- Jafari, Z., Golparvar, M., & Atashpour, H. (2022). A comparison of the effectiveness of mindfulness-based emotion-focused psychodrama versus psychodrama and emotion-focused therapy on defense mechanisms in divorced women. *Psychiatric Nursing*, 10(6), 39-50. <https://sid.ir/paper/1126817/fa>
- Jarareh, J., & Taleh-Pasand, S. (2011). The Effects of Management of Tactical Defenses in Intensive Short-term Dynamic Psychotherapy on Couple's Satisfaction. *Journal of Clinical Psychology*, 3(2), 13-21. <https://doi.org/10.22075/jcp.2017.2050>
- Kashanifar, M., & Hadipour, M. (2023). The Mediating Role of Love Styles in the Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Emotional Divorce. First International Conference on Psychology, Social Sciences, Educational Sciences, and Philosophy, <https://civilica.com/doc/1697570>
- Khatibi, A., & Alikhanypor, A. (2022). A Survey on the Effect of Social Factors and the Perception of Positive Consequences after Divorce on Consensual Divorce (from the Perspective of Divorce Applicants in Hamadan). *Journal of Family Research*, 18(1), 75-96. <https://doi.org/10.52547/JFR.18.1.75>
- Khodabakhshi Koolae, A., & Falsafinejad, M. R. (2023). Psychological adjustment and perceived social support in divorced women: The mediating role of emotion regulation. *Journal of Family Psychology*, 37(5), 654-663. <https://doi.org/10.1037/fam0001054>
- Mayeli, M., & Allahyari, T. (2022). Extramarital Relationships and the Social and Cultural factors Affecting Them: A Qualitative Study. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*, 11(1), 1-9. <https://doi.org/10.22062/jqr.2022.91880>
- McDaniel, B. T., Drouin, M., & Cravens, J. D. (2017). Do you have anything to hide? Infidelity-related behaviors on social media sites and marital satisfaction. *Computers in human Behavior*, 66, 88-95. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.031>
- Mobassem, S. (2022). Content analysis of defense mechanisms of a woman with marital conflict in intensive short-term dynamic psychotherapy sessions: A case study. *Journal of Alternative Medicine Research*, 14(2). <https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Agcd%3A3%3A5174339/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Agcd%3A162045131&cri=c>
- Mostafa, W., Fallahzadeh, H., Amarei Barchaluyi, S., & Hamidi, A. (2021). The Mediating Role of Resilience in the Relationship Between Spousal Control and Emotional Divorce in Women. *Journal of Social and Psychological Studies of Women*, 19(1), 185-218. [https://jwsp.alzahra.ac.ir/article\\_5786\\_556928a9db4b5dc66a83889acc6f83f3.pdf](https://jwsp.alzahra.ac.ir/article_5786_556928a9db4b5dc66a83889acc6f83f3.pdf)
- Saffari, E., Nasehi, M., & Yousefzadeh, P. (2024). Cognitive Emotion Regulation Strategies and Marital Communication Patterns in Married Women: Investigating the Mediating Role of Defense Mechanisms. *PCP*, 12(3), 285-296. <http://jpcp.uswr.ac.ir/article-1-919-en.html>