



## Identifying Transdiagnostic Factors Preventing Marital Infidelity in Cyberspace in Couples Seeking Divorce

Mir Nemat Gheibi<sup>1</sup> Parviz Karimi Sani<sup>\*2</sup> Qumarth Karimi<sup>3</sup>

1. Ph.D. Candidate, Department of counseling, Sa.C, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran.

<https://orcid.org/0009-0006-8841-1702>

2. Associate Professor, Department of counseling, Shab.C, Islamic Azad University, Shabestar, Iran.

<https://orcid.org/0000-0002-1972-2199>

3. Assistant Professor, Department of Psychology, Mah.C, Islamic Azad University, Mahabad, Iran.

<https://orcid.org/0009-0002-6507-3679>

### Article Info

### ABSTRACT

#### Article type:

Research Paper

#### Article History:

#### Received:

March 27, 2025

#### Accepted:

June 12, 2025

#### Keywords:

Cyberspace, marital infidelity, Phenomenology, transdiagnostic factors.

**Introduction:** The present study aimed to identify the transdiagnostic factors that prevent marital infidelity in cyberspace among couples seeking divorce in Urmia city. **Method:** The research approach was qualitative and phenomenological. The statistical population of the study was couples with a history of infidelity in cyberspace who referred to the family court of Urmia city. The sample size included 18 participants (13 women and 5 men) who were selected purposively. The research tool was a semi-structured interview. The data were coded using thematic analysis and analyzed using the Collaizi method. **Findings:** Based on the content analysis of the interviews, three categories of transdiagnostic factors preventing marital infidelity in cyberspace were identified among couples seeking divorce in Urmia city. The first category includes individual factors centered on healthy psychological characteristics. These factors include having self-esteem and a positive self-concept, purposefulness, responsibility, a healthy identity, sexual and behavioral maturity, mental and physical health, managing emotions, problem-solving ability, and avoiding diversity. The second category is related to communication and self-regulation skills: the ability to express emotions appropriately, control time, adopt an authoritative personality, create positive emotions in life together, and accept responsibility. The third group of factors is related to satisfaction with marital life and sexual health and includes emotional and sexual satisfaction, lack of sexual disorders, ability to have children, and lack of tension in marital relationships. **Conclusion:** It can be concluded that preventing marital infidelity in cyberspace requires a comprehensive approach that focuses on strengthening individual psychological characteristics, communication skills, and sexual satisfaction.

#### Cite this article:

Gheibi, M.N., Karimi Sani, P., & Karimi, Q. (2025). Identifying Transdiagnostic Factors Preventing Marital Infidelity in Cyberspace in Couples Seeking Divorce. *Journal of Islamic-Iranian Family studies*. 5(1), 18-33.

#### Corresponding author

#### Parviz Karimisani

**Address:** Department of Psychology and Counseling, Shabestar branch, Islamic Azad University, Shabestar, Iran

**Email:** [karimisani.counsel@gmail.com](mailto:karimisani.counsel@gmail.com)

## Extended Abstract

### Introduction

In the current digital era, the proliferation of communication technologies and social media has introduced profound challenges to marital relationships. Online marital infidelity, a modern form of unfaithfulness that can occur without physical contact, severely threatens the trust and intimacy between spouses. The rising number of divorce applications linked to online infidelity underscores the urgent need to investigate preventive transdiagnostic factors. Transdiagnostic factors refer to common psychological mechanisms (e.g., poor emotional regulation, attachment insecurities, maladaptive schemas) that underlie various psychological and behavioral issues, including marital infidelity. Previous research has highlighted the roles of individual factors such as low self-control, insecure attachment styles, toxic communication patterns (Gottman's "Four Horsemen"), and sexual dissatisfaction as significant predictors of infidelity. However, a significant research gap exists in understanding the complex interplay of these transdiagnostic factors in the context of online infidelity, particularly within the cultural fabric of Iran. This study, therefore, aims to explore the lived experiences of couples applying for divorce to identify the transdiagnostic factors that can prevent online marital infidelity. The primary research question is: What are the transdiagnostic factors that prevent marital infidelity in cyberspace in couples seeking divorce?

### Methodology

This study adopted a qualitative phenomenological design to investigate transdiagnostic factors that help prevent online marital infidelity. The participants included 18 couples (13 women and 5 men) in Urmia city, Iran, who referred to counseling centers due to involvement in online extramarital relationships and had applied for divorce. A purposive sampling strategy was used, and recruitment continued until theoretical saturation was reached. The inclusion criteria required participants to be engaged in an online extramarital relationship, not legally divorced, aged between 20 and 50 years, and referred to family intervention and divorce reduction centers. Individuals with acute psychiatric or cognitive disorders that could interfere with interview participation were excluded. Data collection was carried out through in-depth, semi-structured interviews. Thematic analysis was conducted following Braun and Clarke's six-step framework. To enhance the credibility and trustworthiness of the findings, member checking, peer debriefing, and expert consultation were applied.

### Results

The participants included 13 women and 5 men, with an age range of 24 to 45 years (mean age = 34.05). The majority of female participants were housewives (84.62%), and most male participants were employees (60%). Thematic analysis of the interview data yielded one main theme, "Individual Transdiagnostic Factors," which encompassed three

sub-themes and 21 initial concepts. The main theme is explained through three core domains. First, healthy psychological traits such as positive self-esteem and self-concept, purposefulness and responsibility, a healthy identity, behavioral and sexual maturity, the absence of physical and mental disorders, emotional management, problem-solving skills, and avoidance of novelty-seeking serve as essential foundations for preventing high-risk behaviors. Second, communication and self-regulation skills include expressing emotions appropriately within the marital relationship, controlling time spent on social media, being assertive in online interactions, effective time management, creating positive excitement in life, and using constructive approaches such as apologizing instead of escaping from problems, all of which act as protective mechanisms. Third, life satisfaction and sexual health encompass emotional satisfaction in the relationship, sexual satisfaction, the absence of sexual dysfunction, fertility, and the lack of tension in marital issues, which collectively play a decisive role in sustaining stability and well-being in marital life.

## **Discussion and Conclusion**

The findings indicate that transdiagnostic factors such as problem-solving ability, emotional self-regulation, time management, positive self-concept, purposefulness, and satisfaction with sexual life play a significant role in preventing online infidelity, which is consistent with prior research emphasizing mental health as a protective factor in marital relationships. Positive self-esteem emerged as a core protective factor, supporting evidence that individuals with high self-worth are less dependent on external validation and more inclined toward constructive problem-solving. Likewise, purposefulness and responsibility direct individuals toward meaningful goals, lowering the likelihood of deviant behaviors (Jiang et al., 2020), while emotional self-regulation and control over online presence were highlighted as essential protective mechanisms. Theoretically, these outcomes can be explained by Bowlby's attachment theory, since difficulties such as poor emotional regulation and sensitivity to rejection often stem from insecure attachment styles (Hui et al., 2020), and Barlow's transdiagnostic model, which underscores the role of impulsivity in high-risk behaviors like online infidelity. This study concludes that preventing online marital infidelity requires strengthening individual psychological health—such as self-esteem, purposefulness, emotional regulation, and problem-solving—which supports effective communication and self-regulation, leading to greater emotional and sexual satisfaction in marriage and reducing the likelihood of seeking fulfillment outside the relationship.

## **Limitations and Suggestions**

This study was limited by the lack of prior research models and its small, localized sample, which restricts transferability. Future research should involve larger, more diverse groups and different age ranges, while also developing and testing a comprehensive prevention model.

## **Research Ethical Considerations**

This research was conducted based on a doctoral dissertation and under the supervision of the Ethics Committee of Islamic Azad University, Sanandaj Branch, with the ethics code IR.IAU.SDJ.REC.1401.019, written consent was also obtained from the participants in the research.

## **Funding**

This article was part of a research project for a doctoral counseling course and did not receive any financial support

## **Conflict of interests**

The authors declare no conflict of interest

## **Acknowledgements**

We extend our sincere thanks to all participants who shared their valuable experiences.





## شناسایی عوامل فراتشخیصی پیشگیری کننده از خیانت زناشویی در فضای مجازی در زوجین متقاضی طلاق

میرنعمت غیبی<sup>۱</sup> پرویز کریمی ثانی<sup>۲\*</sup> کیومرث کریمی<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکترا، گروه مشاوره، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران

<https://orcid.org/0009-0006-8841-1702>

۲. دانشیار، گروه مشاوره، واحد شبستر، دانشگاه آزاد اسلامی، شبستر، ایران

<https://orcid.org/0000-0002-1972-2199>

۳. استادیار، گروه روانشناسی، واحد مهاباد، دانشگاه آزاد اسلامی، مهاباد، ایران

<https://orcid.org/0000-0002-6507-3679>

### اطلاعات مقاله چکیده

#### نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله:

تاریخ دریافت:

۷ فروردین ماه  
۱۴۰۴

تاریخ پذیرش:

۲۲ خرداد ۱۴۰۴

#### واژه های کلیدی:

پدیدارشناسی،

خیانت زناشویی،

عوامل

فراتشخیصی،

فضای مجازی

**مقدمه:** پژوهش حاضر با هدف شناسایی عوامل فراتشخیصی پیشگیری کننده از خیانت زناشویی در فضای مجازی در زوجین متقاضی طلاق در شهر ارومیه انجام شد. روش: رویکرد پژوهش کیفی و به شیوه پدیدارشناسی بود. جامعه آماری پژوهش، زوجین با سابقه خیانت در فضای مجازی ارجاعی از دادگاه خانواده شهرستان ارومیه بود. اندازه نمونه شامل ۱۸ نفر (۱۳ زن و ۵ مرد) مشارکت کننده بود که با روش هدفمند انتخاب شدند. ابزار پژوهش مصاحبه نیمه ساختاریافته بود. داده‌ها به روش تحلیل درون‌مایه کدگذاری و با روش کلایزی تحلیل شدند. یافته‌ها: بر اساس تحلیل محتوای مصاحبه‌ها، سه دسته از عوامل فراتشخیصی پیشگیری کننده از خیانت زناشویی در فضای مجازی در میان زوجین متقاضی طلاق در شهر ارومیه شناسایی شدند. نخستین دسته شامل عوامل فردی با محوریت ویژگی‌های روان‌شناختی سالم است. این عوامل شامل برخورداری از عزت نفس و خودپنداره مثبت، هدفمندی، مسئولیت‌پذیری، هویت سالم، بلوغ جنسی و رفتاری، سلامت روانی و جسمانی، مدیریت هیجانات، توانایی حل مسئله و پرهیز از تنوع‌طلبی می‌شود. دومین دسته به مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی مربوط می‌شود: توانایی ابراز احساسات مناسب، کنترل زمان، اتخاذ شخصیت مقتدرانه، ایجاد هیجان مثبت در زندگی مشترک، و پذیرش مسئولیت، سومین دسته از عوامل با رضایت از زندگی زناشویی و سلامت جنسی مرتبط بوده و شامل رضایت عاطفی و جنسی، فقدان اختلالات جنسی، توانایی فرزندآوری و نبود تنش در روابط زناشویی است. نتیجه‌گیری: می‌توان نتیجه گرفت که پیشگیری از خیانت زناشویی در فضای مجازی مستلزم رویکردی جامع است که به تقویت ویژگی‌های روان‌شناختی فردی، مهارت‌های ارتباطی و رضایت جنسی توجه دارد.

غیبی، میرنعمت، کریمی ثانی، پرویز، کریمی، کیومرث. (۱۴۰۴). شناسایی عوامل فراتشخیصی پیشگیری کننده از خیانت

زناشویی در فضای مجازی در زوجین متقاضی طلاق، فصلنامه مطالعات اسلامی ایرانی خانواده. ۵(۱)، ۱۸-۳۳.

### استناد:

### پرویز کریمی ثانی

نشانی: گروه مشاوره، واحد شبستر، دانشگاه آزاد اسلامی، شبستر، ایران

ایمیل: [karimisani.counsel@gmail.com](mailto:karimisani.counsel@gmail.com)

### نویسنده

### مسئول:

## مقدمه

در عصر دیجیتال کنونی، گسترش فناوری‌های ارتباطی و رسانه‌های اجتماعی، اگرچه ارتباطات را تسهیل کرده، اما چالش‌های عمیقی در روابط زناشویی ایجاد کرده است (Dobrowolska et al., 2020; Restya, 2019). خیانت زناشویی در فضای مجازی، به‌عنوان شکلی نوین از بی‌وفایی که حتی بدون تماس فیزیکی رخ می‌دهد، اعتماد و صمیمیت بین زوجین را به‌شدت تهدید می‌کند (Agbo et al., 2023; Roman, 2020). آمارها نشان می‌دهند که بین ۲ تا ۳۳ درصد از زوجین درگیر اشکال مختلف خیانت بوده‌اند (Kaya & Şakiroğlu, 2023) و در ایران نیز، با وجود نبود آمار دقیق، روند روبه‌رشد این پدیده در شهرهایی مانند ارومیه مشهود است (Hashemi et al., 2017). این مسئله نه‌تنها روابط زوجین، بلکه سلامت روانی خانواده و به‌ویژه فرزندان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (Thompson et al., 2020). افزایش درخواست‌های طلاق به دلیل خیانت در فضای مجازی، ضرورت بررسی عوامل فراتشخیصی پیشگیری‌کننده از این پدیده را برجسته می‌کند. عوامل فراتشخیصی به مکانیسم‌های روان‌شناختی مشترکی اشاره دارند که در بروز و تداوم مشکلات مختلف روان‌شناختی و رفتاری، از جمله خیانت زناشویی، نقش دارند، بدون اینکه مختص یک اختلال خاص باشند. این عوامل شامل فرآیندهای عاطفی، شناختی و رفتاری مانند تنظیم هیجانی ضعیف، حساسیت به طرد، طحاره‌های ناسازگار اولیه، هوش هیجانی پایین، سبک‌های دلبستگی ناایمن، و تنوع‌طلبی عاطفی یا جنسی هستند که می‌توانند احتمال گرایش به خیانت را افزایش دهند (Karimi & Lali, 2024). در بعد روان‌شناختی، توانایی خودکنترلی و تنظیم هیجان یک عامل بنیادین است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که سطح پایین خودکنترلی، یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های قوی درگیر شدن در روابط خارج از چارچوب زناشویی است، زیرا فرد در مواجهه با وسوسه‌ها و فرصت‌های آنی (که در فضای مجازی فراوان است) توانایی مقاومت کمتری دارد (DeWall et al., 2011). همچنین، سبک دلبستگی افراد نقش تعیین‌کننده‌ای ایفا می‌کند؛ دلبستگی ایمن با اعتماد و صمیمیت بیشتر همراه است، در حالی که افراد با سبک دلبستگی اضطرابی (به دلیل ترس از طرد شدن) و اجتنابی (به دلیل ناراحتی از صمیمیت) بیشتر در معرض خیانت قرار دارند (Russell et al., 2013). از طرفی، تحقیقات گسترده‌گاتمن نشان داده است که وجود چهار الگوی ارتباطی سمی موسوم به "چهار سوار سرنوشت" (انتقاد، تحقیر، حالت تدافعی و سکوت) از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های طلاق هستند و فضای عاطفی لازم برای رشد صمیمیت را از بین می‌برند (Gottman & Levenson, 2000). همچنین نارضایتی جنسی یک پیش‌بینی‌کننده قدرتمند برای خیانت است، زیرا ممکن است افراد برای ارضای نیازهای برآورده‌نشده خود به خارج از رابطه روی آورند. این رضایت، بیش از آنکه به کمیت رابطه وابسته باشد، به کیفیت ارتباطات جنسی باز و صادقانه بستگی دارد. توانایی زوجین برای صحبت در مورد نیازها، خواسته‌ها و نگرانی‌های جنسی بدون ترس از قضاوت، به آن‌ها اجازه می‌دهد تا مشکلات را به‌طور مشترک حل کنند و پیوند جنسی و عاطفی خود را تقویت نمایند (Mark et al., 2011). ضعف در هر یک از این سه حوزه، حوزه‌های دیگر را نیز تضعیف کرده و فرد را در برابر آسیب‌ها، به ویژه جاذبه‌های روابط آنلاین که با دسترسی آسان و گمنامی ظاهری همراه است، آسیب‌پذیر می‌سازد.

با وجود مطالعات متعدد درباره عوامل فردی و رابطه‌ای مؤثر بر خیانت (Atkins et al., 2005; Belu & O'Sullivan, 2024)، خلأ پژوهشی چشمگیری در بررسی تعامل پیچیده عوامل فراتشخیصی در خیانت مجازی، به‌ویژه در بافت فرهنگی ایران، وجود دارد. پژوهش‌های پیشین عمدتاً کمی بوده و کمتر به تجربه زیسته زوجین متقاضی طلاق توجه کرده‌اند. این پژوهش با رویکرد پدیدارشناسی، به دنبال کشف عوامل فراتشخیصی مؤثر بر پیشگیری از خیانت زناشویی در فضای

مجازی در میان زوجین متقاضی طلاق در شهر ارومیه است. در این راستا، هدف مطالعه حاضر پاسخ به این پرسش است که عوامل فراتشخیصی پیشگیری کننده از خیانت زناشویی در فضای مجازی در زوجین متقاضی طلاق کدامند؟

## روش

این پژوهش با رویکرد کیفی و به روش پدیدارشناسی به بررسی عوامل فراتشخیصی مؤثر بر خیانت زناشویی در فضای مجازی پرداخت. جامعه آماری شامل ۱۸ زوج متقاضی طلاق (۱۳ زن و ۵ مرد) در شهر ارومیه بود که به دلیل داشتن روابط فرازناشویی در فضای مجازی به مراکز مشاوره ارجاع داده شده بودند و با نمونه‌گیری هدفمند تا رسیدن به اشباع نظری انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به مصاحبه عبارت بود از: داشتن روابط فرازناشویی در فضای مجازی، غیر مطلقه بودن، محدوده سنی ۵۰-۲۰ سال، ارجاعی از مرکز مداخله در خانواده و کاهش طلاق دادگستری و اورژانس اجتماعی (۱۳۳) و ملاک‌های خروج شامل: وجود اختلال روان پزشکی حاد یا اختلال شناختی که مانع از مشارکت در مصاحبه شود. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته عمیق با محوریت عوامل فردی (ویژگی‌های روان‌شناختی و شخصیتی) گردآوری شد. جهت انجام مصاحبه، پژوهشگر بر اساس ادبیات نظری و اهداف پژوهش سولاتی (شامل یک سوال اصلی و ۶ سوال فرعی) را تدوین کرد. اعتبار ابزار با نظر خبرگان و اساتید حوزه روانشناسی و مشاوره تأیید شد. مصاحبه‌ها در محیطی آرام اجرا شد و هر مصاحبه بین ۶۰ تا ۱۲ دقیقه طول کشید. نمره گذاری یا کدگذاری داده‌ها به روش تحلیل مضمون صورت گرفت. برای تحلیل داده‌ها از روش شش مرحله‌ای براون و کلارک استفاده شد. مراحل تحلیل شامل: آشنایی با داده‌ها، تولید کدهای اولیه، جستجوی مضامین، بازبینی مضامین، نام گذاری مضامین و نگارش گزارش نهایی بود. به منظور اطمینان از روایی و پایایی، از روش‌های بازبینی مشارکت کنندگان<sup>۱</sup>، بررسی توسط هم‌تایان<sup>۲</sup> و مشاوره با اساتید حوزه پژوهش کیفی استفاده شد. از نظر اخلاقی، پژوهش با اخذ کد اخلاق به شماره IR.IAU.SDJ.REC.1401.019 از کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد سنندج انجام شد. رضایت نامۀ کتبی از تمامی مشارکت کنندگان اخذگردید و اصول رازداری و محرمانگی در تمام مراحل رعایت شد.

## یافته‌ها

پژوهش حاضر با هدف تعیین عوامل فراتشخیصی فردی پیشگیری کننده از خیانت زناشویی در فضای مجازی در زوجین متقاضی طلاق با مشارکت ۱۳ نفر زن و ۵ نفر مرد انجام شد. دامنه سنی شرکت کنندگان ۲۴ تا ۴۵ سال و میانگین سنی آنها ۳۴/۰۵ سال بود. پایین‌ترین سن شرکت کنندگان ۲۴ سال و بالاترین سن شرکت کنندگان ۴۵ سال بود. شغل اکثر زنان خانهداری (۱۱ نفر (۸۴/۶۲٪)) و شغل اکثر مردان کارمندی (۳ نفر (۶۰٪)) بود. از نظر تحصیلی، ۳ نفر با تحصیلات سوم راهنمایی، ۲ نفر از شرکت کنندگان دیپلم، ۱۱ نفر دارای مدرک لیسانس، ۱ نفر دارای تحصیلات فوق لیسانس و ۱ نفر دارای با تحصیلات دکتری بودند.

پس از تحلیل مصاحبه‌های انجام شده ۲۱ مفهوم اولیه، ۳ مفهوم فرعی در راستای ۱ مفهوم اصلی به دست آمد که در ادامه ارائه شده است.

1. member check

2. peer debriefing

## جدول ۱. مفاهیم اولیه، مفاهیم فرعی و اصلی استخراج شده از تحلیل مصاحبه ها

مفهوم اصلی	مفاهیم فرعی	مفاهیم اولیه
	ویژگی‌های روان‌شناختی سالم	برخورداری از عزت نفس و خودپنداره مثبت، هدفمندی و مسئولیت‌پذیری در زندگی، برخورداری از هویت سالم، بلوغ رفتاری و جنسی، نداشتن اختلال جسمانی و روانی، مدیریت هیجانات (سرکوب نشدن هیجانات)، توانایی حل مسئله، تنوع‌طلب نبودن
عوامل فراتشخیصی فردی	مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی	ابراز احساسات مناسب با همسر، کنترل میزان حضور در فضای مجازی، شخصیت مقتدرانه در روابط مجازی، مدیریت زمان، تولید هیجان مثبت در زندگی، معذرت‌خواهی به جای فرار از مشکل
	رضایت از زندگی و سلامت جنسی	رضایت عاطفی از رابطه، رضایت جنسی، نداشتن اختلال جنسی، توانایی فرزندآوری، نبود تنش در مسائل زناشویی

جدول بالا نشان دهنده دسته‌بندی نهایی یافته‌ها بر اساس تحلیل مضمون است که از داده‌های گردآوری شده از مصاحبه‌ها استخراج شده‌اند.

مضامین بیانگر اظهارات مشارکت‌کنندگان در زمینه مولفه‌های پیشگیری از خیانت در فضای مجازی است که در چارچوب سه مفهوم فرعی و ۲۱ مفهوم فرعی در قالب مفهوم اصلی (عوامل فراتشخیصی فردی) بروز یافته‌اند.

## ویژگی‌های روان‌شناختی سالم

برخورداری از عزت نفس و خودپنداره مثبت: به نظرم اگر فرد عزت نفس داشته باشد دیگه تو فضای مجازی دنبال گدایی محبت و تایید شدن نیست (شرکت‌کننده‌های شماره ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۱۳، ۱۵، ۱۶ و ۱۷).

هدفمندی و مسئولیت‌پذیری در زندگی: اگر فرد هدف داشته باشد و دنبال پیشرفت و زندگی خودش باشد فکر نمی‌کنم در فضای مجازی به دنبال پیدا کردن کسی باشه و تمام وقت و زندگی اش برای رسیدن به هدفش صرف میشه (مشارکت‌کننده‌های ۳، ۷، ۹ و ۱۴).

برخورداری از هویت سالم: اصلاً تو زندگی به هیچ چیز فکر نمی‌کردم و کلاً ول و ناامید شده بودم، تو این زمره آدم باید چهارچشمی حواش جمع باشه (مشارکت‌کننده ۷).

بلوغ رفتاری و جنسی: همسرم عین بچه‌ها باهام رفتار می‌کرد، حتی ارتباط جنسی باکیفیتی هم بلد نبود و همش غرمی زد (مشارکت‌کننده‌های ۸ و ۹).

نداشتن اختلال جسمانی و روانی: دیوانه همش باهام دعوا و جنگ می‌کرد، رابطه‌مون همیشه با خشونت بود و منم ازش خسته شده بودم و در فضای مجازی درگیر بودم (مشارکت‌کننده ۱۰).

مدیریت هیجانات (سرکوب نشدن هیجانات): همش تو خونه توسری خور بودم و کسی به من توجهی نداشت و هیچ موقع نتونستم حرفم را به شوهرم بگم (مشارکت‌کننده‌های ۱۶ و ۱۸).

توانایی حل مسئله: چون من تو فضای مجازی با یکی دوست بودم، خانمم اومد با من لجبازی کرد و اونم واسه خودش یکی پیدا کرد و انتقام گرفت (مشارکت‌کننده ۳).

تنوع‌طلب نبودن: خیلی وقت‌ها به سرم می‌زد که یکی دیگه را پیدا کنم و باهاش رابطه داشته باشم، رابطه ام با خانمم تکراری و خسته کننده شده بود.

### مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی

ابراز احساسات مناسب با همسر: آگه همسرم به احساساتم توجه می‌کرد و منو تحویل می‌گرفت اون موقع درگیر ارتباط با نفر سوم نمی‌شدم (مشارکت‌کننده‌های ۲، ۷، ۱۱ و ۱۲).

کنترل میزان حضور در فضای مجازی: خیلی وقت‌ها تو فضای مجازی بودم و همسرم انگار نه انگار هیچ چیزی بهم نمی‌گفت و تو کار خودم بودم (مشارکت‌کننده ۴)

شخصیت مقتدرانه در روابط مجازی: شوهرم بخاطر ماهیت کارش بیشتر تو فضای مجازی هستش، وقتی میبینم چطوری با مشتری‌ها صحبت میکنه حرص میگیره و اونها هم سوء استفاده میکنن (مشارکت‌کننده ۵ و ۷).

مدیریت زمان: من خیلی وقت تو فضای مجازی از جمله تلگرام صرف می‌کردم و همین هم باعث شد درگیر این مسائل بشم (مشارکت‌کننده ۱۳ و ۱۸).

تولید هیجان مثبت در زندگی: ما اصلا تو خونه و حتی بیرون از خونه تفریح و سرگرمی و ... نداشتیم و شوهرم همش کار کی کرد (مشارکت‌کننده‌های ۱، ۲ و ۱۳).

معذرت‌خواهی به جای فرار از مشکل: وقتی خشمگین می‌شدم و بعدش همسرم ازم گلایه می‌کرد من به جای اینکه برم سمتش می‌رفتم درگیر فضای مجازی می‌شدم.

### رضایت از زندگی و سلامت جنسی

رضایت عاطفی از رابطه: رابطه مون خیلی آشفته و سرد بود، آخه همسرم همیشه لال مونی میگیره و اصلا باهامون حرف نمیزنه، وقتی هم بخواد حرف بزنه همش تحقیر و بددهنی و ... (مشارکت‌کننده‌های ۲، ۳، ۸ و ۱۲).

رضایت جنسی: خیلی از افرادی که در فضای مجازی خیانت میکنن کسانی هستنند که از رابطه مخصوصا جنسی خود با شریک زندگیشون رضایت ندارن (مشارکت‌کننده‌های ۴، ۵، ۶، ۹ و ۱۲).

نداشتن اختلال جنسی: خیلی وقتا زن و شوهر که از نظر جنسی مشکل دارن (گرم مزاجی و سرد مزاجی) و از همدیگر لذت نمی‌برن میرن دنبال فضای مجازی و تو اون فضا درگیر میشن و خیانت اتفاق میفته (مشارکت‌کننده‌های ۲، ۳، ۵، ۹، ۱۱، ۱۵ و ۱۶).

توانایی فرزندآوری: شوهرم در رابطه جنسی اصلا هیچ چیز نداشت، میتونم بگم مرد آواره ای بود که نصیبم شد، حتی قدرت فرزندآوری هم نداره (مشارکت‌کننده ۳)

نبود تنش در مسائل زناشویی: همش در زندگی بگو مگو داشتیم، یه بار همسرم با محبت و احترام وارد خونه نشد و من همش از خونه فراری بود (مشارکت‌کننده‌های ۲، ۷، ۱۰، ۱۶ و ۱۷).

### بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر، شناسایی عوامل فراتشخیصی پیشگیری کننده از خیانت زناشویی در فضای مجازی در زوجین متقاضی طلاق در شهر ارومیه بود. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهند که عوامل فراتشخیصی فردی پیشگیری‌کننده خیانت در فضای مجازی عبارت بودند از توانایی حل مسئله، مدیریت و خودتنظیمی هیجان، مدیریت زمان، خودپنداره مثبت، هدف مندی و مسئولیت پذیری و باور مبتنی بر رضایت از رابطه جنسی. این نتایج با پژوهش‌های تامپسون و همکاران (۲۰۲۰) و لویز-فرناندز و کاس (۲۰۲۰) همسو است که بر اهمیت سلامت روانی به‌عنوان یک عامل محافظتی در روابط زناشویی تأکید دارند.

برخورداری از عزت نفس و خودپنداره مثبت یکی از مهم‌ترین عوامل روان‌شناختی در پیشگیری از خیانت در روابط زناشویی به ویژه در فضای مجازی است. افرادی که از عزت نفس بالایی برخوردارند، کمتر نیاز به جستجوی تأیید بیرونی دارند و خود را به تأیید دیگران وابسته نمی‌کنند، که این امر به تثبیت هویت و مقاومت در برابر وسوسه‌های ارتباطات جایگزین کمک می‌کند (Cameron & Granger, 2019). افرادی با عزت نفس بالا کمتر در جستجوی تأیید بیرونی هستند و در مواجهه با مشکلات زناشویی، به جای فرار به روابط جایگزین در فضای مجازی، به حل مسئله در چارچوب رابطه متعهد باقی می‌مانند. پژوهش‌های روان‌شناختی نشان داده‌اند که عزت نفس پایین با احتمال بیشتری از خیانت و نارضایتی در روابط همراه است (Arikewuyo et al., 2022; Orth et al., 2018). در مقابل، عزت نفس بالا باعث تقویت پایداری در روابط صمیمانه می‌شود و فرد را در برابر فشارهای بیرونی مقاوم‌تر می‌سازد. در کنار این، هدفمندی در زندگی موجب می‌شود فرد انرژی و توجه خود را بر تحقق اهداف معنادار و ارزشمند متمرکز کند و کمتر به سمت رفتارهای انحرافی مانند خیانت گرایش پیدا کند (Jiang et al., 2020). مسئولیت‌پذیری نیز نقش کلیدی در حفظ تعهد و مراقبت از رابطه ایفا می‌کند؛ کسانی که مسئولیت‌های خود را نسبت به شریک زندگی‌شان جدی می‌گیرند، در مواجهه با مشکلات کمتر به سمت گریز و خیانت می‌روند و بیشتر تمایل به حل مسئله و تعامل دارند (Wilson, 2022). هدفمندی و مسئولیت‌پذیری افراد را به تعهد به ارزش‌های خانوادگی و پایبندی به اصول اخلاقی تشویق می‌کند. این ویژگی‌ها، با تقویت حس خودکارآمدی، مانع از رفتارهای پرخطر مانند خیانت می‌شوند. هویت روانی سالم، به ویژه در دوران بلوغ و بزرگسالی، به فرد این امکان را می‌دهد که نقش‌ها و ارزش‌های خود را به خوبی شناخته و در برابر فشارهای بیرونی مقاومت کند، بدین ترتیب از سرگردانی و سردرگمی عاطفی که می‌تواند زمینه‌ساز خیانت شود جلوگیری می‌کند (Apsamatova & Stempkovskaya, 2024). علاوه بر این، مهارت‌های خودتنظیمی مانند مدیریت هیجانات و کنترل حضور در فضای مجازی به‌عنوان عوامل محافظتی شناسایی شده‌اند. این یافته با پژوهش کلاید و همکاران (Clyde et al., 2020) همخوانی دارد که نشان داده‌اند خودکنترلی بالا به افراد کمک می‌کند تا رفتارهای خود را در محیط‌های دیجیتال مدیریت کرده و از تعاملات نامناسب که ممکن است به خیانت منجر شود، اجتناب کنند. نظریهٔ دلبستگی بالبی چارچوب اصلی برای تبیین این عوامل فراتشخیصی ارائه می‌دهد، زیرا بسیاری از عوامل استخراج‌شده (مانند تنظیم هیجانی ضعیف، حساسیت به طرد، و رضایت عاطفی) ریشه در سبک‌های دلبستگی ناایمن دارند (Hui et al., 2020). فضای مجازی، به دلیل دسترسی آسان به تعاملات عاطفی و جنسی، این عوامل را تقویت می‌کند و به‌عنوان یک بستر تسهیل‌کننده عمل می‌کند. چارچوب فراتشخیصی بارلو نیز نقش تنظیم هیجانی ضعیف و تکانشگری را در رفتارهای پرخطر مانند خیانت در فضای مجازی برجسته می‌کند (Karimi & Lali, 2024). در بافت فرهنگی ارومیه، که ارزش‌های سنتی و مذهبی نقش مهمی دارند، این عوامل ممکن است با فشارهای اجتماعی و انتظارات خانوادگی تعامل داشته باشند و احتمال خیانت را در میان زوجین متقاضی طلاق افزایش دهند.

بلوغ جنسی و رفتاری، به فرد توانایی مدیریت مناسب تمایلات و هیجانات جنسی را می‌دهد و از گرایش به رفتارهای تنوع‌طلبانه و پرخطر می‌کاهد (Goerling & Wolfe, 2024). علاوه بر این، سلامت روانی و جسمانی در ایجاد تعادل هیجانی و کنترل رفتاری اهمیت دارد؛ اختلالات روانی یا مشکلات جسمانی ممکن است توانایی فرد را در مدیریت استرس و تعارضات زناشویی کاهش دهد و زمینه را برای جستجوی راه‌های فرار از جمله روابط مجازی فراهم کند (Roberson et al., 2018). مدیریت هیجانات منفی نیز از عوامل کلیدی است که مانع واکنش‌های تکانشی و پرخطر می‌شود و باعث

می‌شود افراد در شرایط بحرانی تصمیم‌های منطقی‌تر و سازنده‌تری بگیرند. توانایی حل مسئله، به ویژه در مواجهه با چالش‌های زناشویی، افراد را قادر می‌سازد تا به جای گریز، راهکارهای مؤثر و سالم بیابند و از فروپاشی رابطه جلوگیری کنند (Nezu et al., 2018). نهایتاً، پرهیز از تنوع‌طلبی به عنوان نشانگر تعهد و ثبات روانی، یکی از عوامل مهم ماندگاری رابطه محسوب می‌شود و نشان می‌دهد که فرد از رضایت کافی در رابطه برخوردار است (Buss & Schmitt, 2017). از سوی دیگر، مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی نقش بسیار مهمی در پیشگیری از خیانت دارند. توانایی ابراز مناسب و به موقع احساسات باعث تقویت پیوند عاطفی و کاهش سوءتفاهم‌ها می‌شود و در نتیجه احساس تنهایی و بی‌توجهی که اغلب منجر به جستجوی روابط جایگزین می‌شود، کاهش می‌یابد (Leverenz, 2020). کنترل زمان حضور در فضای مجازی از طریق خودتنظیمی، از وابستگی ناسالم به این فضا جلوگیری کرده و فرصت بیشتری برای تعامل واقعی زوجین فراهم می‌کند (Lapierre & Custer, 2021). همچنین، اتخاذ شخصیت مقتدرانه در روابط مجازی به فرد امکان می‌دهد تا مرزهای مشخص و سالمی در ارتباطات خود ایجاد کند و از ورود به روابط ناسالم و آسیب‌زننده پیشگیری نماید (Badham & Mykkänen, 2022). مهارت مدیریت زمان در کلیه ابعاد زندگی، به ویژه زمان‌بندی مناسب برای روابط و وظایف شخصی، باعث می‌شود تعادل حفظ شده و استرس‌های ناشی از بی‌نظمی کاهش یابد (Zimmerman, 2015). ایجاد هیجان مثبت در زندگی مشترک، از طریق فعالیت‌های مشترک و لحظات شادی‌بخش، موجب تقویت رضایت زناشویی و افزایش تمایل به حفظ رابطه می‌شود (Fredrickson, 2013). نهایتاً، پذیرش مسئولیت با ابراز پشیمانی به جای فرار از مشکلات، اعتماد میان زوجین را افزایش داده و زمینه را برای حل تعارضات و تقویت تعهد فراهم می‌کند (Gottman & Silver, 2015). رضایت از زندگی زناشویی و سلامت جنسی به عنوان یکی از ستون‌های مهم حفظ رابطه مطرح است. رضایت عاطفی و جنسی پایین به صورت مستقیم با افزایش گرایش به خیانت مرتبط است؛ زوجینی که از این ابعاد رضایت کافی ندارند، بیشتر در معرض جذب روابط جایگزین هستند (Morovati, 2021). فقدان اختلالات جنسی و مدیریت صحیح این مشکلات نقش مهمی در حفظ تعادل رابطه دارد و کاهش مشکلات جنسی به افزایش رضایت زوجین و کاهش تنش‌ها منجر می‌شود (Mark et al., 2020). توانایی و رضایت از فرزندآوری به عنوان عامل تقویت‌کننده تعهد و رضایت زناشویی شناخته می‌شود و باعث افزایش انسجام و همبستگی میان زوجین می‌شود (Bogdan et al., 2022). همچنین، نبود تنش و تعارضات مزمن در رابطه زناشویی، سطح رضایت عاطفی را بالا می‌برد و مانع از جستجوی نیازهای عاطفی خارج از رابطه می‌گردد (Kanter & Proulx, 2021). به طور کلی، این عوامل به صورت یک مجموعه جامع بر ثبات و دوام روابط تأثیر می‌گذارند و تقویت هر یک می‌تواند نقش مؤثری در پیشگیری از خیانت و آسیب‌های ناشی از فضای مجازی ایفا نماید.

نتایج به دست آمده از این پژوهش، چارچوبی چندلایه و فراتشخیصی از عوامل پیشگیری کننده از خیانت زناشویی در فضای مجازی را آشکار می‌سازد. این یافته‌ها نشان می‌دهند که مصونیت یک رابطه در برابر تهدیدهای بیرونی، ریشه در سلامت و کارآمدی کلی سیستم فردی و بین فردی زوجین دارد. بنیاد این چارچوب بر ویژگی‌های روان‌شناختی فردی استوار است. عواملی چون برخورداری از عزت نفس و خودپنداره مثبت، فرد را از جستجوی دائمی برای تأیید و اعتبار از منابع بیرونی، به ویژه در فضای آنلاین، بی‌نیاز می‌کند. به همین ترتیب، هدفمندی، مسئولیت‌پذیری و برخورداری از یک هویت سالم، به فرد یک قطب‌نمای اخلاقی و توانایی درک عواقب بلندمدت اعمالش را می‌بخشد. ابزارهای روانی ضروری دیگری مانند مدیریت هیجان‌ات و توانایی حل مسئله، به فرد اجازه می‌دهند تا با ناکامی‌ها و چالش‌های اجتناب‌ناپذیر زندگی مشترک به شیوه‌ای سازنده مواجه شود، نه اینکه از طریق راه‌های گریز مانند روابط مجازی از آن‌ها فرار کند. در واقع، این

بلوغ رفتاری و سلامت روانی، سنگ بنای اولیه و ضروری برای ساختن یک رابطه پایدار است. این توانمندی‌های فردی، به نوبه خود، در لایه دوم یعنی مهارت‌های ارتباطی و خودتنظیمی، نمود عملی پیدا می‌کنند. در نهایت، عملکرد موفقیت آمیز این دو لایه زیربنایی، در لایه سوم یعنی رضایت از زندگی زناشویی و سلامت جنسی، به ثمر می‌نشیند. رضایت عاطفی و جنسی، محصول نهایی یک رابطه است که در آن، افراد سالم با مهارت‌های ارتباطی مؤثر با یکدیگر تعامل می‌کنند. زمانی که نیازهای بنیادین فرد برای صمیمیت، عشق و رابطه جنسی سالم در چارچوب زندگی مشترک تأمین شود، انگیزه جستجوی آن در خارج از رابطه به حداقل می‌رسد. باید توجه داشت که این لایه‌ها در یک تعامل پویا و چرخه‌ای قرار دارند. برای مثال، ضعف در عزت نفس (لایه اول)، می‌تواند به ناتوانی در ابراز نیاز و پناه بردن به فضای مجازی (لایه دوم) منجر شود که این خود باعث کاهش صمیمیت و رضایت جنسی (لایه سوم) می‌گردد و این چرخه مخرب، رابطه را به سمت فروپاشی سوق می‌دهد. در مقابل، یک چرخه سازنده که در آن سلامت فردی به ارتباط مؤثر و سپس به رضایت دوجانبه می‌انجامد، پیوند زوجین را تقویت کرده و آن را در برابر تهدیدهای بیرونی مقاوم می‌سازد. یافته‌های این پژوهش نشان‌دهنده یک مدل چندسطحی برای پیشگیری از خیانت زناشویی در فضای مجازی است که عوامل را به صورت یکپارچه در نظر می‌گیرد. در سطح فردی، تقویت ویژگی‌های روان‌شناختی مثبت و مهارت‌های خود تنظیمی می‌تواند به عنوان یک سپر درونی عمل کند. این نتایج بر اهمیت رویکردهای چندوجهی در پیشگیری از خیانت تأکید می‌کنند.

### محدودیت‌ها و پیشنهادهای پژوهش

برای پیشگیری از خیانت زناشویی در فضای مجازی، پیشنهاد می‌شود در سطح فردی، برنامه‌های آموزشی برای تقویت عزت نفس، هدفمندی و مهارت‌های خودتنظیمی مانند مدیریت هیجانات و کنترل زمان حضور در فضای مجازی طراحی و اجرا شود. این مداخلات چندسطحی، با تقویت عوامل محافظتی، می‌توانند به طور مؤثری پایداری روابط زناشویی را در برابر چالش‌های فضای مجازی تقویت کنند. از جمله محدودیت‌های این پژوهش، عدم وجود و دسترسی به پیشینه پژوهشی که امکان الگوگیری را با مشکل مواجه ساخت. در نهایت، محدود بودن نمونه به افراد در دسترس و جامعه کوچکی که نمونه از آن استخراج شده است، انتقال پذیری یافته‌ها را با محدودیت روبه‌رو می‌کند. لذا با توجه به نتایج به دست آمده و در راستای رفع محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود با انجام پژوهش‌های مرتبط با پژوهش حاضر، نمونه از جامعه‌ای با وسعت بزرگ‌تر انتخاب شود، گروه‌های سنی دیگر نیز مورد بررسی قرار گیرد و با افزایش حجم نمونه پژوهش، ضمن بررسی عوامل اثرگذار بر کاهش خیانت در فضای مجازی، به ارائه مدلی نیز در این زمینه پرداخته شود.

### تعارض منافع

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و استخراج مقاله مشارکت داشته‌اند و در این مقاله هیچ گونه تعارض منافی وجود ندارد.

### اخلاق پژوهش

پژوهش حاضر برگرفته از رساله دکتری بوده و زیر نظر کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان با کد اخلاق IR.IAU.SDJ.REC.1401.019 انجام گرفته است؛ کلیه نویسندگان اصول اخلاقی از جمله اعتماد سازی شرکت کنندگان، اخذ رضایت نامه کتبی از زوجین، حضور داوطلبانه در پژوهش، توجیه شرکت کنندگان به معیارهای خروج از پژوهش و انصراف از همکاری را رعایت کردند و در پایان پژوهش با دادن هدایا از افراد شرکت کننده تشکر به عمل آمد.

## حمایت مالی

این مقاله بخشی از طرح پژوهشی دوره دکترای مشاوره بوده است و هیچ گونه حمایت مالی از آن نشده است.

## سپاسگزاری

ما صمیمانه از همه شرکت کنندگانی که تجربیات ارزشمند خود را به اشتراک گذاشتند، سپاسگزاری می کنیم.

## References

- Agbo, B. O., Agbo, C. C., & Gloria, C. (2023). Effect of Digital Infidelity in Marital Communication among Couples in Enugu Metropolis. *International Journal of Media, Security & Development (IJMSD)*, 8(1).  
<https://rhycekerex.org/upload/6%20%20Effect%20of%20Digital%20Infidelity%20in%20Marital%20Communication%20among%20Couples%20in%20Enugu%20Metropolis.pdf>
- Apsamatova, E., & Stempkovskaya, E. (2024). Youth Identity Crisis and the Search for the Meaning of Life. *Bulletin of the Jusup Balasagyn Kyrgyz National University*, 2(16), 94-99. <https://balasagynbulletin.com/en/journals/tom-16-2-2024/krizis-idyentichnosti-molodyezhi-i-poisk-smysla-zhizni>
- Arikewuyo, A. O., Eluwole, K. K., Dambo, T. H., & Abdulbaqi, S. S. (2022). Do low self-esteem, relationship dissatisfaction and relationship insecurity exacerbate the intention to break up in romantic relationships? *Current Psychology*, 41(11), 7695-7706. <https://doi.org/https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-020-01221-1?amp=1>
- Atkins, D. C., Eldridge, K. E., Baucom, D. H., & Christensen, A. (2005). Behavioral Marital Therapy and Infidelity: Optimism in the Face of Betrayal. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 144–150.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15709841/>
- Badham, M., & Mykkänen, M. (2022). A relational approach to how media engage with their audiences in social media. *Media and Communication*, 10(1), 54-65.  
<https://eprints.leedsbeckett.ac.uk/id/eprint/9242/>
- Belu, C. F., & O'Sullivan, L. F. (2024). Predictors of infidelity among couples. *The Journal of Sexual Medicine*, 21(4), 270-2. <https://academic.oup.com/jsm/article-abstract/21/4/270/7484591>
- Bogdan, I., Turliuc, M. N., & Candel, O. S. (2022). Transition to parenthood and marital satisfaction: A meta-analysis. *Frontiers in psychology*, 13, 901362.  
<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.901362/full>
- Buss, D. M., & Schmitt, D. P. (2017). Sexual strategies theory: An evolutionary perspective on human mating. In *Interpersonal development* (pp. 297-325). Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781351153683-18/sexual-strategies-theory-evolutionary-perspective-human-mating-david-buss-david-schmitt>

- Cameron, J. J., & Granger, S. (2019). Does self-esteem have an interpersonal imprint beyond self-reports? A meta-analysis of self-esteem and objective interpersonal indicators. *Personality and Social Psychology Review*, 23(1), 73-102.  
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1088868318756532>
- Clyde, T. L., Hawkins, A. J., & B.J., W. (2020). Revising premarital relationship interventions for the next generation. *Journal of Marital and Family Therapy*, 46(1), 149-164. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30725473/>
- DeWall, C. N., Lambert, N. M., Slotter, E. B., Pond Jr, R. S., Deckman, T., Finkel, E. J., Luchies, L. B., & Fincham, F. D. (2011). So far away from one's partner, yet so close to romantic alternatives: avoidant attachment, interest in alternatives, and infidelity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1302.  
<https://psycnet.apa.org/fulltext/2011-22079-001.html>
- Dobrowolska, M., Groyecka-Bernard, A., Sorokowski, P., Randall, A. K., Hilpert, P., Ahmadi, K., & Sorokowska, A. (2020). Global perspective on marital satisfaction. *Sustainability*, 12(21), 8817. <https://www.mdpi.com/2071-1050/12/21/8817>
- Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 47, pp. 1-53). Elsevier.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780124072367000012>
- Goerling, E., & Wolfe, E. (2024). Sexual Development Through the Lifespan. *Introduction to Human Sexuality*.  
<https://openoregon.pressbooks.pub/introtohumansexuality/chapter/chapter-12-sexual-development-through-the-lifespan/>
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-year period. *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 737-745. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1741-3737.2000.00737.x>
- Gottman, J. M., & Silver, N. (2015). *The seven principles for making marriage work: A practical guide from the country's foremost relationship expert*. Harmony Books .
- Hashemi, S., Soltanifra, M., & Soltanifar, M. (2017). The impact of social networks on relationship between spouses in Iran. *OIDA International Journal of Sustainable Development*, 1(05), 55-62.(Persian)  
[https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=3062015](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3062015)
- Hui, B. P. H., Ng, J. C. K., Berzagli, E., Cunningham-Amos, L. A., & Kogan, A. (2020). Rewards of kindness? A meta-analysis of the link between prosociality and well-being. *Psychological Bulletin*, 146(12), 1084–1116.  
<https://doi.org/10.1037/bul0000298>
- Jiang, W., Jiang, J., Du, X., Gu, D., Sun, Y., & Zhang, Y. (2020). Striving and happiness: Between-and within-person-level associations among grit, needs satisfaction and subjective well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 15(4), 543-555.  
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17439760.2019.1639796>

- Kanter, J. B., & Proulx, C. M. (2021). The longitudinal association between marital and psychological functioning in socioeconomically disadvantaged relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(9), 2465-2473.  
<https://doi.org/10.1177/02654075211011704>
- Karimi, H. A., & Lali, M. (2024). The Effectiveness of Couple Therapy based on Schema Therapy on Rejection Sensitivity and Tendency to marital infidelity of Married Women. *Iranian Journal of Family Psychology*, 11(1), 94-107. (Persian)  
[https://www.ijfpjournal.ir/article\\_716261.html?lang=en](https://www.ijfpjournal.ir/article_716261.html?lang=en)
- Kaya, M. M., & Şakiroğlu, M. (2023). Factors Affecting Online Infidelity: A Review . *Psikiyatriye Guncel Yaklasimlar*, 15(1), 29-37.  
<https://doi.org/10.18863/pgy.1070731>
- Lapierre, M. A., & Custer, B. E. (2021). Testing relationships between smartphone engagement, romantic partner communication, and relationship satisfaction. *Mobile Media & Communication*, 9(2), 155-176.  
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/2050157920935163>
- Leverenz, A. N. (2020). *Communicating commitment within monogamous romantic relationships* <https://scholarworks.indianapolis.iu.edu/items/92f08532-4edb-403d-8e822772671d02>
- Lopez-Fernandez, O., & Kuss, D. J. (2020). Preventing harmful internet use-related addiction problems in Europe: A literature review and policy options. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 3797. <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/11/3797>
- Mark, K. P., Garcia, J. R., & Fisher, H. E. (2020). Sexual satisfaction and relationship functioning: The role of individual and partner factors. *Journal of Sex Research*, 57(7), 823–835. <https://doi.org/10.1080/00224499.20191587666>.
- Mark, K. P., Janssen, E., & Milhausen, R. R. (2011). Infidelity in heterosexual couples: Demographic, interpersonal, and personality-related predictors of extradyadic sex. *Archives of sexual behavior*, 40(5), 971-982.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s10508-011-9771-z>
- Morovati, B. (2021). Predicting Marital Infidelity based on Sexual Function and Lovemaking Styles in Couples. *Journal of Applied Family Therapy*, 2(2), 391-403. (Persian) <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.2.2.20>
- Nezu, A. M., Nezu, C. M., & D'Zurilla, T. J. (2018). *Problem-solving therapy: A treatment manual*. springer publishing company.  
<https://www.amazon.com/Problem-Solving-Therapy-Arthur-Nezu-ABPP/dp/0826109403>
- Orth, U., Erol, R. Y., & Luciano, E. C. (2018). Development of self-esteem from age 4 to 94 years: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 144(10), 1045. <https://psycnet.apa.org/fulltext/2018-33338-001.html>
- Restya, W. (2019). Social media and marital infidelity. Proceedings of the 1st International Conference on Psychology ,
- Roberson, P. N., Norona, J. C., Lenger, K. A., & Olmstead, S. B. (2018). How do relationship stability and quality affect wellbeing?: Romantic relationship trajectories, depressive symptoms, and life satisfaction across 30 years. *Journal of*

- Child and Family Studies*, 27(7), 2171-2184.  
<https://link.springer.com/article/10.1186/s12889-018-5282-3>
- Roman, D. (2020). Justifications of internet infidelity in Romanian women with extra-dyadic affairs: a qualitative study proposal. *New trends in psychology*, 2(1), 1-9.  
<https://dj.univ-danubius.ro/index.php/NTP/article/download/157/263>
- Russell, V. M., Baker, L. R., & McNulty, J. K. (2013). Attachment insecurity and infidelity in marriage: Do studies of dating relationships really inform us about marriage? *Journal of Family Psychology*, 27(2), 242.  
<https://psycnet.apa.org/fulltext/2013-11026-005.html>
- Thompson, A. E., Capesius, D., Kulibert, D., & Doyle, R. A. (2020). Understanding infidelity forgiveness: An application of implicit theories of relationships. *Journal of Relationships Research*, 11, e2.  
<https://www.cambridge.org/core/journals/journal-of-relationships-research/article/understanding-infidelity-forgiveness-an-application-of-implicit-theories-of-relationships/2520354E902BAD2933A075B673426152>
- Thompson, A. E., Capesius, D., Kulibert, D., & Doyle, R. A. (2020). Understanding Infidelity Forgiveness :An Application of Implicit Theories of Relationships. *Journal of Relationships Research*, 11.  
<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://psycnet.apa.org/record/2020-55323-001>
- Wilson, J. (2022). Dyadic relationship quality (DRQ)–Describing the development of leader-follower relationship quality: A qualitative, longitudinal study. *Leadership-Advancing great leaders and leadership*, 83.  
<https://www.intechopen.com/chapters/84721>
- Zimmerman, B. J. (2015). Self-regulated learning :Theories, measures, and outcomes. *International encyclopedia of the social & behavioral sciences*, 541-546.  
[https://www.researchgate.net/publication/304188793\\_Self-Regulated\\_Learning\\_Theories\\_Measures\\_and\\_Outcomes](https://www.researchgate.net/publication/304188793_Self-Regulated_Learning_Theories_Measures_and_Outcomes)