

تجربه بخشودگی در زنان دچار خیانت زناشویی
 زهرا مرسلی^۱، فرشته موتابی^۲، منصوره السادات صادقی^۳

The experience of forgiveness in betrayed women

Zahra Morsali¹, Fereshteh Mootabi², Mansoureh Sadat Sadeghi³

چکیده

زمینه: خیانت یکی از چالش‌های عمده‌ایست که زوجین درگیر زوج‌درمانگران با آن روبه‌رو هستند. بخشودگی یکی از راهکارهایی است که به فرد خیانت‌دیده کمک می‌کند تا اثرات مخرب حاصل از خیانت را به حداقل برساند. هر چند بخشودگی مفهومی جهانی است اما عوامل مؤثر بر آن از فرهنگی به فرهنگ دیگر متفاوت می‌باشد. به همین منظور پژوهش حاضر از طریق بررسی تجارب زیسته‌ی بخشودگی در زنان خیانت‌دیده این عوامل را مورد جست‌وجو قرار داده‌است. **هدف:** این پژوهش با هدف شناخت تجربه‌ی زیسته‌ی بخشودگی زنان دچار خیانت زناشویی انجام شد. **روش:** با ۱۰ نفر از زنانی که خیانت همسر خود را بخشوده و در پرسشنامه‌ی بخشودگی اینترایت نمره‌ی ۲۶۶/۵ و بالاتر دریافت کرده‌بودند مصاحبه‌ی عمیق نیمه ساختاریافته به عمل آمد. پس از مصاحبه با نفر دهم داده‌ها به اشباع رسید. **یافته‌ها:** برای تحلیل داده‌ها از روش ۷ مرحله‌ای کلایزی استفاده گردید. نتایج حاصل از کدگذاری اولیه با شکل‌گیری ۸۲ واحد معنایی همراه بود که با توجه به اشتراکات موجود آن‌ها در قالب ۱۴ زیرمضمون دسته‌بندی شدند. در نهایت زیرمضمون‌ها در قالب ۴ مضمون اصلی طبقه‌بندی شدند که عبارتند از: عوامل متمرکز بر فرد، عوامل متمرکز بر همسر، عوامل متمرکز بر رابطه و عوامل بیرونی. **نتیجه‌گیری:** به نظر می‌رسد بتوان یافته‌های نسبتاً جدید به دست‌آمده را با توجه به بافت فرهنگی تبیین نمود. **واژه کلیدی‌ها:** خیانت، بخشودگی، پدیدارشناسی، همسران، ایرانی

Background: Infidelity is one of the major challenges faced by involved couples and couples therapists. Forgiveness is one of the strategies that help betrayed women to minimize infidelity's destructive effects. However, forgiveness is a global concept but the factors that shape it are different from one culture to other cultures. So the current research explore these factors by reviewing the betrayed women's lived experience of forgiveness. **Aims:** understanding and explaining the experience of forgiveness in betrayed women. **Method:** This study was a qualitative one with the approach of phenomenology. Depth semi-structured interviews conducted with 10 people that forgive their partner's infidelity and obtain 266.5 score and higher than in Enright forgiveness inventory. After the interview with the tenth person, the data was saturated and the sampling process stopped. **Results:** The seven steps Colizzi's method was used to analyze data. The results of initial coding were associated with the formation of 82 semantic units, which, according to their commonality, were categorized into 14 subsample. Finally, these 14 subthemes were classified in three main themes as factors that focus on individual, factors that focus on spouse, factors that focus on marital relationship and external factors. **Conclusions:** It seems that relatively new findings can be found in terms of cultural context. **Key words:** infidelity, forgiveness, phenomenology, couples, Iranian

Corresponding Author: Zahra_morsali@yahoo.com

این مقاله از پایان نامه کارشناسی ارشد استخراج شده است.

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی خانواده درمانی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

^۱ M A in Family Therapy Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran (Corresponding Author)

^۲ استادیار، گروه روانشناسی دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

^۲ Assistant Professor, Department of Psychology, University of Shahid Beheshti, Tehran, Iran

^۳ دانشیار، گروه روانشناسی دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

^۳ Associate Professor, Department of Psychology & Counseling, University of Shahid Beheshti, Tehran, Iran

پذیرش نهایی: ۹۷/۰۶/۲۰

دریافت: ۹۷/۰۳/۱۵

مقدمه

مهمترین فرض رابطه عاشقانه، منحصر به فرد بودن آن است، یعنی اعتقاد به این که هر دو نفر از نظر مسایل عاطفی و جنسی به یکدیگر متعهد هستند. با این وجود خیانت در جوامع امروزی رو به افزایش است (فینچام و بیچ، ۲۰۱۰). مسأله خیانت زناشویی در جامعه ایران نیز به عنوان یک نگرانی مطرح است و با ناپایداری در روابط و نرخ بالای طلاق همراه است (مدرسی، زاهدیان و هاشمی محمدآباد، ۱۳۹۳).

زمانی که فردی از خیانت همسرش آگاه می‌شود، مهمترین موضوعی که با آن روبروست این تصمیم است که آیا او را ببخشد و با او بماند یا این که به رابطه خاتمه دهد (شکلفورد، باس و بنت، ۲۰۰۲). با وجود این که خیانت یک از شدیدترین خطاهایی است که یک نفر در قبال همسرش مرتکب می‌شود و در نتیجه به راحتی بخشیده نمی‌شود (بندیکسن، گرونتوت و کنیر، ۲۰۱۷)، اما در اغلب موارد بخشش راهی برای التیام زخم‌ها و کاهش تعارض‌هاست (مرادی، یزدان‌بخش و بساطی، ۱۳۹۵). زوج درمانگران به این نکته توجه کرده اند که بخشودگی یک بخش ضروری فرآیند التیام خطاهای عمده رابطه مانند خیانت است (فینچام، هال و بیچ، ۲۰۰۶). بخشودگی شامل کاهش انگیزه انتقام و اجتناب و افزایش خیرخواهی در برابر فرد خطاکار است (مک کالو و هیت، ۲۰۰۲).

بخشودگی کمال مطلوب برای زوج‌های متأثر از خیانت است. چه زوجین تصمیم بگیرند یا هم بمانند و چه این که به رابطه‌شان خاتمه دهند، بخشودگی می‌تواند سلامتی جسمی و عاطفی معناداری را برای آنها به همراه داشته باشد. هرچند بخشودگی نیاز به این ندارد که زوج در کنار هم بمانند ولی صلح کردن را بیشتر ممکن می‌سازد (هال و فینچام، ۲۰۰۶؛ سودانی، غلام‌محمدی، خجسته‌مهر و عباسپور، ۲۰۱۹).

مولفه‌های متعددی بر شکل‌گیری فرایند بخشودگی مؤثرند. عوامل فردی، عوامل مربوط به خطا، عوامل شناختی-اجتماعی و مؤلفه‌های مربوط به رابطه (مک کالو، راشل، سندیک، ورتینگتون، براون و هایت، ۱۹۹۸) از این دسته‌اند. فرایند بخشودگی علاوه بر

این که توسط مؤلفه‌های فردی و رابطه‌ای شکل می‌گیرد، تحت تأثیر مؤلفه‌های فرهنگی نیز می‌باشد (مرولا، ژانگ و سان، ۲۰۱۲؛ بل، کمبل^۸ و فینچام، ۲۰۱۸). هرچند مک کالو (۲۰۰۸) از بخشودگی به عنوان غریزه‌ای یاد می‌کند که در طول تاریخ کارکردهای رابطه‌ای را ایفا نموده است. اما حتی اگر بپذیریم که بخشودگی فراتر از مرزهای فرهنگی عمل می‌کند نمی‌توان از نقشی که فرهنگ‌ها بر چگونگی تجربه‌ی بخشودگی درون‌روانی و بین‌فردی دارند غافل شد (هوی و بوند، ۲۰۰۹؛ فو، واتکینس و هوی، ۲۰۰۴). همچنین فرهنگ‌ها می‌توانند از طریق تأثیری که بر سایر مؤلفه‌های شکل دهنده‌ی بخشودگی دارند آن را پیش بینی کنند. برای مثال شکل-گیری اسنادها توسط محیط ابتدایی افراد می‌باشد که در میان نسل‌ها با توجه به تغییرات فرهنگی، اجتماعی و خانوادگی تغییر می‌کنند (ملک‌عسگر، موتابی و مظاهری، ۱۳۹۳). در نتیجه مشخص نیست که آیا عواملی که در جوامع دیگر شکل دهنده‌ی تجربه‌ی بخشودگی اند در جامعه‌ی ما نیز همین نقش را ایفا می‌کنند. در نظر گرفتن عامل فرهنگ جهت طراحی پروتکل‌های بومی درمانی ضروری است و فقدان مطالعاتی از این دست باعث می‌شود تا در درمان خیانت زمینه‌ی فرهنگی مراجع در نظر گرفته نشود و این به نوبه‌ی خود، روند درمان را کند و یا حتی دچار وقفه می‌کند. توجه به بافت فرهنگ در زنان هنگام انجام مداخلات درمانی مبتنی بر بخشش می‌تواند کیفیت روابط و همدلی را در آنها ارتقا دهد (کاشانکی و بشارت، ۱۳۹۷). علاوه بر این مطالعات اندکی وجود دارند که بخشودگی را در بافت خطای خیانت بررسی کنند. این در حالست که در صورت نیاز به ارایه راهکارهای مبتنی بر بخشودگی در محیط‌های بالینی جهت بهبودی از عوارض خیانت، باید به طور خاص بخشودگی و عوامل شکل دهنده‌ی آن در ارتباط با خطای بین فردی خیانت شناسایی شوند. به همین منظور، مطالعه‌ی حاضر درصدد پاسخگویی به این سؤال است که چه مولفه‌هایی پیش بینی کننده بخشودگی زنان دچار خیانت زناشویی هستند؟

روش

جامعه‌ی آماری، نمونه، نمونه‌گیری: در این پژوهش از روش

6. Rachal, Sandage, Worthington, Brown & Hight
7. Merolla, Zhang & sun
8. Bell & kambel
9. Hui & bond
10. Fu & Watkins

1. Fincham & Beach
2. Shackelford, Buss & Bennette
3. Bendixen, Kennair & Grøntvedt
4. Hall
5. McCullough & Hoyt

از افراد نمونه نیز از طریق معرفی اشخاصی که در جریان تحقیق بودند وارد پژوهش شدند.

شیوه اجرا: به افرادی که مایل به همکاری بودند پرسشنامه‌ی بخشودگی اینریت داده شد تا میزان بخشودگی آنها سنجیده شود. با افرادی که نمره آزمون آنها یک انحراف معیار بالاتر از میانگین یعنی ۲۶۶/۵ به بالا بود، قرار جلسه مصاحبه گذاشته شد. این نقطه برش با توجه به تحقیق متتبع (۱۳۹۳) انتخاب شد. این روند تا زمان به اشباع رسیدن داده‌ها ادامه یافت. در نهایت ۲۱ زن افراد خیانت‌دیده پرسشنامه بخشودگی را پر کردند. از این میان ۱۵ نفر نمره‌ی بخشودگی بالای ۲۶۶/۵ کسب کردند که ۲ نفر آنها مایل به شرکت در ادامه‌ی پژوهش نبودند. از میان ۱۳ نفر باقی‌مانده ۳ نفر با اینکه نمره بالای نقطه‌ی برش کسب کرده بودند در مصاحبه مشخص شد بخشودگی در آنها محقق نشده است. ۱۰ نفر باقیمانده گروه نمونه پژوهش حاضر را تشکیل دادند. اطلاعات جمعیت شناختی افراد گروه نمونه در جدول شماره ۱ ارایه گردیده است.

کیفی با رویکرد پدیدارشناسی استفاده شده است. جامعه آماری این پژوهش، شامل زنان ایرانی بود که در زندگی مشترک فعلی یا گذشته‌ی خود، توسط همسرشان مورد خیانت قرار گرفته بودند و همسرشان را بخشیده بودند. نحوه‌ی نمونه‌گیری در این پژوهش از نوع هدفمند و نمونه‌گیری گلوله برفی بود و روند نمونه‌گیری تا زمان رسیدن به اشباع داده‌ها ادامه یافت. به این صورت که ابتدا از طریق نصب اطلاعیه در چندین کلینیک مشاوره و روان‌درمانی و بیمارستان، از افرادی که اظهار می‌کردند خیانت همسر خود را بخشیده‌اند تقاضا شد تا در صورت تمایل برای شرکت در پژوهشی روان‌شناسی که زیر نظر اساتید دانشگاه شهید بهشتی انجام می‌شود، با پژوهشگر تماس بگیرند. همچنین از تعدادی زوج درمانگر خواسته شد اگر مراجعینی با ویژگی‌های ذکر شده به آنها مراجعه می‌کنند با کسب رضایت به محقق معرفی گردند. نهایتاً با توجه به این که از روش‌های مذکور نمونه‌ای به دست نیامد در شبکه‌های اجتماعی فضای مجازی نیز از افراد واجد شرایط دعوت به همکاری به عمل آمد. هم‌چنین تعدادی

جدول ۱. مشخصات جمعیت شناختی گروه نمونه

ردیف	سن	نمره بخشودگی	تحصیلات	شغل	تعداد فرزندان	نوع خیانت	مدت زمان ازدواج	زمان گذشته از افشای خیانت	شهر محل سکونت
۱	۳۲	۲۸۴	کارشناسی ارشد	دانشجو	-	عاطفی	۷ سال	۲ سال	تهران
۲	۳۲	۳۳۹	کارشناسی	کارمند	۱ دختر	عاطفی - جنسی	۱۱ سال	۸ سال	تهران
۳	۲۸	۲۷۷	کارشناسی	خانه دار	۱ پسر	عاطفی	۷ سال	۱ سال و نیم	تهران
۴	۴۱	۳۰۷	دیپلم	خانه دار	۱ دختر ۲ پسر	عاطفی - جنسی	۲۲ سال	۲۰ سال	تهران
۵	۳۹	۳۲۸	کارشناسی ارشد	استاد دانشگاه	۱ دختر ۱ پسر	عاطفی - جنسی	۱۹ سال	۳ سال	تهران
۶	۳۱	۳۰۴	فوق دیپلم	دبیر	۲ دختر	عاطفی - جنسی	۱۰ سال	۳ سال و نیم	قم
۷	۳۴	۲۷۵	کارشناسی ارشد	کارمند	۱ دختر	عاطفی - جنسی	۱۱ سال	۹ ماه	تهران
۸	۳۶	۳۱۸	دیپلم	خانه دار	۲ دختر ۱ پسر	عاطفی	۱۷ سال	۹ سال	تهران
۹	۴۲	۳۱۷	کارشناسی	خانه دار	۱ دختر ۱ پسر	عاطفی	۲۲ سال	۱۳ سال	مشهد
۱۰	۲۸	۳۳۰	کارشناسی	خانه دار	۱ پسر	عاطفی - جنسی	۹ سال	۷ ماه	تهران

مقیاس شش درجه‌ای لیکرت از نمره یک (خیلی کم) تا نمره شش (خیلی زیاد) می‌سنجد. انریت آلفای کرونباخ هر یک از خرده مقیاس‌ها را محاسبه کرد که پایین‌ترین مقدار آلفای به دست آمده، ۰/۹۳ و بالاترین مقدار آن ۰/۹۸ بود که نشانه‌ی همسانی درونی خوب آزمون است. همچنین او ضرایب همبستگی بین ابعاد شناختی، عاطفی و رفتاری کل مقیاس را ۰/۸ محاسبه کرد. محاسبه مذکور نشان دهنده‌ی این است که هر سه بعد یک سازه را می‌سنجد و آزمون از روایی خوب و قابل قبولی برخوردار است. در پژوهش فیاض، بشارت و فراهانی (۱۳۹۰)، ضریب آلفای کرونباخ برای تمام ابعاد بخشش در

ابزار

در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده به عمل آمد:

پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت‌شناختی: این پرسشنامه حاوی اطلاعاتی همچون سن، سطح تحصیلات، شغل، تعداد فرزندان، وضعیت تأهل فعلی و طول مدت ازدواج می‌باشد.

پرسشنامه بخشودگی^۱ (انریت و گروه مطالعات تحول انسان^۲، ۱۹۹۱): این پرسشنامه یک آزمون ۶۰ سوالی است که توسط انریت برای سنجش ابعاد بخشش ساخته شده است. سوال‌های این مقیاس سه بُعد متمایز بخشش شامل ابعاد احساسی، شناختی و رفتاری را در

2. The Human Development Study Group

1. Enright Forgiveness Inventory (EFI)

زائد و بی‌استفاده از ساختار کلی حذف شده و ساختارهای مبهمی که باعث تضعیف توصیف کلی می‌شوند کنار گذاشته شدند. در این پژوهش برای حصول معتبر بودن که معادل روایی درونی در تحقیقات کمی است، راهبردهای متعددی به کار گرفته شد. از جمله این که با توجه به ماهیت و هدف تحقیق و پدیده‌ی مورد مطالعه‌ی آن، روش تحقیق، روش جمع‌آوری داده و تحلیل داده‌ها به طور متناسب و با استفاده از پروژه‌های تحقیقاتی موفق و قابل قیاس گذشته انتخاب شد. دیگر این که پژوهشگر در این پژوهش از سؤالات تکراری برای روشن تر شدن مطالب و جزئیات مربوط به تجربه‌ی بخشودگی و در مواقعی آشکار شدن کج‌فهمی‌های خود و تناقضات موجود در صحبت‌های مصاحبه‌شوندگان استفاده کرده است. هم‌چنین به منظور توانایی فراهم کردن صداقت برای شرکت‌کنندگان در هنگام جمع‌آوری داده در این پژوهش، در ابتدا رابطه‌ی خوب و امنی با شرکت‌کنندگان برقرار شد به طوری که آنها برای بیان تجارب خود احساس ایمنی و راحتی می‌کردند. شرکت‌کنندگان در ابتدا فرم رضایت پژوهش را پر کرده و کاملاً به طور داوطلبانه در این طرح پژوهشی شرکت کرده‌اند. ضمناً آن‌ها قادر بودند تا هر زمان که مایل به ادامه‌ی مصاحبه نبودند جلسه را ترک کنند. پژوهشگر به مصاحبه‌شوندگان خاطر نشان می‌کرد که جواب سؤالات درست و غلط ندارد. در پژوهش حاضر، پژوهشگر به منظور شناسایی سوگیری‌ها و ترجیحات خود و کسب دیدگاه‌های وسیع‌تر جلسات متعددی را با استاد راهنما و استاد مشاور سپری کرد. و هم‌چنین به منظور دریافت بازخورد از سوی کدگذاران متخصص در حین انجام پژوهش، داده‌ها و کدگذاری‌ها با استادان متخصص و یکی از فارغ‌التحصیلان کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی خانواده‌درمانی که آموزش لازم را در زمینه‌ی کدگذاری مصاحبه‌ها دیده بود در میان گذاشته شد و نظرات و اصلاحات آنها در تحلیل و کدگذاری و جمع‌آوری داده اعمال گردید^۱. در این پژوهش، مصاحبه‌گر پس از پیاده کردن و کدگذاری مصاحبه‌ها از شرکت‌کننده می‌پرسید که آیا منظور او از جواب داده شده همان بوده است که مصاحبه‌گر متوجه شده است و اطلاعات دریافتی از شرکت‌کننده را با خود او چک می‌کرد^۲.

به منظور فراهم آوردن انتقال پذیری در پژوهش حاضر تعداد افراد شرکت‌کننده در پژوهش، روش جمع‌آوری داده به کار گرفته

نمونه ۱۵۱ نفری، ۰/۹۵ محاسبه شد که نشان‌دهنده‌ی همسانی درونی بسیار بالای مقیاس بخشش است.

مصاحبه‌ی عمقی نیمه ساختاریافته: در پژوهش حاضر، با شرکت‌کنندگانی که یک انحراف معیار بالاتر از میانگین یعنی نمره‌ی ۲۶۶/۵ و بالاتر را در آزمون کسب کرده بودند مصاحبه به عمل آمد. مصاحبه‌ها به صورت فردی برگزار می‌شد تا مصاحبه‌شونده بتواند در محیطی امن و آرام تجارب خود را بیان کند. پس از اتمام هر مصاحبه به مصاحبه‌شونده گفته شد برای اطمینان حاصل کردن از نتایج پژوهش و منعکس کردن تجاربشان نیاز به یک قرار بعدی می‌باشد. میانگین زمان مصاحبه‌ها حدود ۶۰ دقیقه بود.

برای تجزیه و تحلیل داده‌های این مطالعه از روش ۷ مرحله‌ای کولایزی استفاده گردید. بدین صورت که:

پس از پیاده‌سازی مصاحبه‌ها بر روی کاغذ، متن مکالمات افراد چندین مرتبه خوانده شد تا پژوهشگر از این طریق بتواند به یک معنا و احساس کلی از هر مصاحبه دست یابد. در مرحله‌ی بعد زیر تمام جملات و عباراتی که به طور مستقیم به تجربه‌ی بخشودگی افراد مربوط بود خط کشیده شد. به این ترتیب عبارات و جملات مهم و معنادار استخراج گردید. سپس معناهای مهم هر جمله که همان واحدهای معنایی یا کدهستند از جملات استخراج شده و در حاشیه متن نوشته شدند. واحدهای معنایی استخراج شده در داخل زیرمضمون‌ها سازمان‌دهی و دسته‌بندی شدند. در حقیقت تمام واحدهای معنایی که نسبت به هم همگرا و نسبت به سایر معناها واگرا هستند در داخل یک زیرمضمون قرار گرفتند. زیرمضمون‌ها و واحدهای معنایی چندین بار توسط پژوهشگر و اساتید متخصص مورد بازبینی قرار گرفتند تا از صحت نام‌گذاری واحدهای معنایی و زیرمضمون‌ها و هم‌گرایی موجود میان آن‌ها اطمینان حاصل شود. سپس زیرمضمون‌هایی که بیشترین ارتباط درونی را با هم داشتند در قالب مضامین اصلی دسته‌بندی شدند. مضامین اصلی نیز چندین بار مورد بازنگری و پالایش قرار گرفتند. در ادامه، با مشورت گرفتن از اساتید و نظر پژوهشگر نام‌هایی برای مضامین اصلی انتخاب شد که تمامی زیرمضمون‌ها و واحدهای معنایی حمایت‌کننده آن را تحت پوشش قرار می‌داد. در نهایت توصیف جامعی از نتایج و مضمون‌های اصلی ارایه گردید و به منظور تأکید بر ساختار زیربنایی، توصیف‌های

2. Member Check

1. Peer Check

آنها مؤثر است. اهمیت قایل شدن برای زندگی مشترک، توجه به هدف زندگی، احساس مالکیت به زندگی مشترک، اهمیت به حفظ وجه مثبت زندگی مشترک و سرمایه گذاری در زندگی مشترک در ذیل این مضمون می‌گنجد. برای مثال یکی از مصاحبه‌شوندگان اظهار داشت که: «وقتی ما ازدواج می‌کنیم به قراره، قراره تا آخر با هم باشیم، قراره با خوبی‌ها و بدی‌ها هم با هم باشیم»

اسناد: اسنادهای افراد مصاحبه‌شونده درباره‌ی خطا و فرد خطاکار به آنها کمک می‌کرد تا راحت‌تر ببخشند. توجه به علت خیانت از دید همسر، ذاتی دانستن خیانت برای مردها، در نظر گرفتن خیانت به عنوان یک اشتباه، جایز الخطا دانستن انسان و فهم علت ماجرا و نسبت دادن آن به علل بیرونی از جمله این اسنادها می‌باشد. برای مثال یکی از مصاحبه‌شوندگان اینطور بیان می‌داشت: «به چیزیه که اجتناب ناپذیره برای مردها، یعنی حداقل هر مردی یکبار انگار تو زندگیش به همچین چیزی رو تجربه می‌کنه، حداقل چون اصلاً خلقتش ایجوریه انگار!»

همدلی: همدلی کردن با فرد خیانتکار به وقوع بخشودگی کمک می‌کنه. در صحبت‌های مشارکت‌کنندگان، همدلی در قالب دلسوزی برای همسر، دیدن سهم خود در رخ دادن خیانت، سرزنش خود در مورد واکنش به افشای خیانت، دلسوزی با نفر سوم و خود را در شرایط طرف مقابل قرار دادن دیده می‌شود. برای مثال یکی از افراد مصاحبه‌شونده بیان داشت: «به شوهرم گفتم آگه من به خطایی کرده بودم دوست داشتم این طرفم منو می‌بخشید یا این که نه، مثلاً زندگیمو می‌ریخت بهم. بعد گفتم مثلاً دوست داشتم می‌بخشید پس منم همین کارو می‌کنم»

باورهای دینی: باورهای دینی در قالب اعتقادات مذهبی، توجه به توصیه‌های مذهب و شرعی دانستن رفتار فرد مقابل به افراد خیانت دیده کمک می‌کند تا راحت‌تر ببخشند. برای مثال یکی از افراد مصاحبه‌شونده این‌گونه بیان کرد: «خواستم که خدا منو ببخشه منم ایشون رو ببخشم».

باورهای مربوط به بخشش: افراد مصاحبه‌شونده پدیده بخشودگی را طبیعی و دارای منفعت قلمداد کرده و رویگردانی از آن را زیانبخش می‌دانستند. طبیعی دانستن بخشش، در نظر گرفتن بخشودگی به عنوان یک امتیاز، ضروری دانستن بخشودگی برای تداوم زندگی و بخشودگی به خاطر خود، باورهایی هستند که فرایند بخشودگی را تسهیل می‌کنند. برای مثال یکی از افراد مصاحبه‌شونده

شده، تعداد و زمان تقریبی جلسات گردآوری داده‌ها مشخص گردید. انتقال پذیری معادل اصطلاح روایی بیرونی در تحقیقات کمی است. برای رسیدن به اصل اعتماد در پژوهش حاضر، روش تحلیل کلایزی که یک روش قابل قبول از سوی پژوهشگران پژوهش‌های پدیدارشناسی است انتخاب گردید. مراحل انجام پژوهش و تحلیل داده‌ها به روشنی توصیف شد تا هر خواننده و منتقدی بتواند آن را مورد ارزیابی قرار دهد. در نهایت برای رسیدن به قابلیت تأیید که معادل اصطلاح عینیت در تحقیق کمی است فرایند تحقیق به طور مکرر توسط استاد راهنما و استاد مشاور مورد ارزیابی و کنترل قرار گرفت.

داده‌ها و یافته‌ها

در مطالعه‌ی حاضر با تعداد ۱۰ نفر از زنانی که خیانت همسرانشان را بخشیده بودند تا زمان حصول اطمینان در مورد اشباع داده‌ها مصاحبه به عمل آمد. در جریان فرایند کدگذاری اولیه داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها، ۸۲ واحد معنایی به عنوان عوامل مؤثر بر تجربه‌ی بخشودگی شناسایی شدند. پس از بررسی اشتراکات موجود در ابعاد مختلف واحدهای معنایی این واحدها در ۱۴ زیرمضمون طبقه‌بندی شدند. در نهایت بر مبنای روابط درونی مشاهده شده بین زیرمضمون‌ها، ۴ مضمون اصلی ایجاد شد. در جدول شماره ۲ مضامین اصلی، زیرمضمون‌ها و واحدهای معنایی حمایت‌کننده حاصل از کدگذاری متن مصاحبه‌ی افراد آورده شده است. به منظور معرفی و درک دقیق‌تر هر یک از زیرمضمون‌ها، مثالی از متن مصاحبه‌ها ارائه می‌شود.

الف) مضمون اصلی اول: عوامل متمرکز بر فرد: این مضمون شامل ویژگی‌ها، شناخت‌ها، شرایط فرد و ارزشی است که فرد آسیب دیده برای زندگی مشترک قائل است می‌شود و بر اساس صحبت مشارکت‌کنندگان یکی از عوامل شکل‌دهنده‌ی تجربه‌ی بخشودگی می‌باشد. زیرمضمون‌ها شامل موارد زیر می‌شود:

ویژگی‌های شخصیتی فرد: مصاحبه‌شوندگان معتقد بودند ویژگی‌های شخصیتی نظیر گذشت، سخت‌گیر نبودن، صبور بودن، خود ارزیابی و خوشبین بودن در بخشودگی آنها مؤثر بوده است. برای مثال یکی از مشارکت‌کنندگان این‌طور بیان می‌کرد: «باورتون همیشه، نه این که شوهرم را ببخشم، همه را می‌بخشم»

تقدس زندگی مشترک: به نظر می‌رسد میزان ارزش و اهمیتی که افراد برای زندگی مشترک خود قایل هستند در رخ دادن بخشودگی

اظهار داشت: «اگه میخواستم همین ذهنیت را با خودم نگه دارم فکر کنم اصلاً نمی‌تونستم زندگی کنم»

علاوه بر زیرمضمون‌های مذکور، شرایط روحی فرد، تک واحد معنادار است که به نظر می‌رسد در مهیاسازی بستر بخشودگی مؤثر است. یکی از افراد این گونه بیان می‌کرد: «این که الان شرایطی که دارم از لحاظ روحی خوب خیلی بهتره نسبت به گذشته. آرامشی که دارم انگار به جورایی آدم احساس می‌کنه جایی برای نبخشیدن وجود نداره»

ب) مضمون اصلی دوم: عوامل متمرکز بر همسر: این مضمون در صحبت‌های مشارکت‌کنندگان اشاره به ویژگی‌ها، رفتارها، واکنش‌های همسر و چگونگی رابطه‌ی او با نفر سوم دارد. زیرمضمون‌های آن بدین شرح است.

ویژگی‌های شخصیتی همسر: مصاحبه‌شوندگان، مهربان بودن، خوب بودن و مردانگی و غیرت همسر را جز ویژگی‌های شخصیتی می‌دانستند که در بخشیدن خطای او مؤثر واقع شده است چنانچه یکی از مشارکت‌کنندگان اظهار می‌داشت: «آدم مهربونی بود یعنی آدمی نبود که از آسیب رسوندن و اذیت کردن دیگران لذت ببرد»

تلاش همسر برای جبران: شامل رفتارهایی می‌شود که فرد خیانتکار به منظور جلب بخشودگی همسر انجام می‌دهد. این مجموعه رفتارها شامل انجام شروط وضع شده توسط همسر، امتیاز دادن به فرد خیانت‌دیده، تلاش برای بهبود رابطه، جبران کردن، بهتر شدن رفتار، تلاش برای به دست آوردن دل زن، تمایل به برگشت به زندگی، تلاش برای آرامش فرد خیانت‌دیده و اطمینان بخشی به عدم تکرار خطا می‌شود. برای مثال یکی از مشارکت‌کنندگان این گونه اظهار می‌داشت که: «هر کاری که برای آرامش من باشه انجام میده، یعنی الان هر کاری که فکر کنید مثلاً باعث بشه من آرامش داشته باشم انجام میده».

واکنش‌های هیجانی رفتاری همسر: واکنش‌های فرد خطاکار در پی افشای خیانت، زمینه‌ساز بخشودگی فرد خیانت‌دیده می‌شود. این واکنش‌ها شامل تغییر محیط در بدو آشکار شدن، پشیمانی، احساس شرمندگی، بد بودن حال همسر، احساس گناه، وضعیت جسمانی بد و اظهار شرمندگی می‌شود. برای مثال یکی از مشارکت‌کنندگان بیان کرد: «دیدم مثلاً پشیمونه، حالا اگلاً تو کلام میگه من پشیمونم. کلامش این بود که نمی‌خوام زندگیم خراب شه. من تو رو دوست دارم. این حرف‌ها به ذره آرامش می‌داد»

کیفیت رابطه‌ی همسر با نفر سوم: به نظر می‌رسد به هر میزانی که کیفیت رابطه‌ی همسر با نفر سوم پایین‌تر باشد بخشودگی راحت‌تر اتفاق می‌افتد. شاخصه‌های این کیفیت شامل موارد زیر می‌شود:

نوع خیانت، پرخاشگری همسر نسبت به نفر سوم، اجتناب همسر از نفر سوم، ابراز بی‌زاری همسر از رابطه با نفر سوم، عدم سرمایه‌گذاری مالی همسر در رابطه ثانویه و پایان دادن رابطه با نفر سوم برای مثال یکی از مشارکت‌کنندگان بیان کرد: «زنگ زد به دختره، هرچی از دهنش دراومد گفتم. ول کن دست از سر زندگیم بردار و فلان و بیسار»

ج) مضمون اصلی سوم: عوامل متمرکز بر رابطه: به نظر می‌رسد مؤلفه‌هایی در رابطه زوجی فرد خیانت‌دیده و فرد خیانت‌کار وجود دارد که بخشودگی را تسهیل می‌کند.

کیفیت رابطه با همسر پیش از خیانت: داشتن پیشینه‌ای از روابط زوجی نزدیک و دوستانه، بستر مناسبی را برای بخشودگی مهیا می‌سازد. در میان صحبت‌های مشارکت‌کنندگان شاخصه‌های این روابط زوجی شامل موارد زیر می‌شود:

علاقه به همسر، اطمینان از علاقه همسر، رابطه‌ی دوستانه، رابطه‌ی خوب، رابطه‌ی احترام‌آمیز، پذیرفتن و احترام به ارزش‌های همسر، خاطرات خوب گذشته و وابستگی به همسر

یکی از افراد مصاحبه‌شونده این طور بیان می‌کرد: «بعد هم منهای اتفاقی که تو زندگی مون افتاد من با شوهرم خیلی صمیمی بودیم و هستیم»

کیفیت رابطه با همسر پس از افشای خیانت: نوع ارتباط فرد خیانت‌دیده و فرد خیانتکار بعد از افشای خیانت نیز می‌تواند روند بخشودگی را سرعت بخشد. صحبت با همسر در مورد اتفاق، تعهد همسر به زندگی، فکر کردن به آرامش همسر و ترجیح دادن رابطه‌ی فعلی توسط همسر همگی از جمله شاخص‌های این رابطه هستند. برای مثال یکی از مشارکت‌کنندگان بیان می‌کرد: «الآن میگه تو زنی. حرف اول و آخر رو تو می‌زنی»

د) مضمون اصلی چهارم: عوامل بیرونی: این مضمون دربرگیرنده‌ی زیرمضمون‌هایی است که فراتر از زوجین و رابطه‌ی آنها عمل کرده و بخشودگی را پیش‌بینی می‌کند.

پیامدهای جدایی: به نظر می‌رسد توجه به عواقبی که فرد خیانت‌دیده برای جدایی تصور می‌کند مقدمات بخشودگی را فراهم می‌سازد. فکر کردن به زندگی بعد از جدایی، ترس از جدایی، ترس از

حرف مردم در پی جدایی، بد دانستن طلاق، توجه به سرانجام افرادی با تجربه مشابه و آسیب فرزند از این جمله‌اند. برای مثال یکی از مشارکت کنندگان بیان می‌کرد: «سرگذشت یه چند نفری که می‌دیدم زندگی‌شون رو ریختند به هم می‌دیدم انگار باختم»
 حمایت اجتماعی: وجود منابع در دسترس اجتماعی، فرد خیانت-دیده را در بخشودگی یاری می‌دهد. فرد خیانت‌دیده به صورت الگوگیری بخشودگی، در میان گذاشتن موضوع با دوستان حمایت‌کننده، عدم اطلاع به خانواده خود، برخورداری از حمایت خانواده همسر، علاقه به پدر همسر و اطمینان بخشی این حمایت را تجربه می‌کنند. برای مثال یکی از مشارکت کنندگان اظهار داشت: «برادر شوهرم خوب تونست مدیریت کنه این فضا رو. یعنی واقعاً دعاش

می‌کنم.»

توجه به شیوع خیانت: به نظر می‌رسد عادی سازی خیانت و فراگیر دانستن آن در اجتماع به فرد خیانت‌دیده کمک می‌کند تا راحت‌تر ببخشد. برای مثال یکی از مشارکت کنندگان بیان می‌داشت: «این ذهنیه خیلی کمکم کرد که یعنی این اتفاقیه که تو جامعه ممکنه برای هر کسی بیوفته»
 گذر زمان: مصاحبه شوندگان معتقد بودند گذر زمان فرایند بخشودگی را تسهیل می‌کند و بخشودگی برای رخ دادن به زمان نیاز دارد. برای مثال یکی از مشارکت کنندگان اظهار می‌داشت: «بخشیدن به نظر من تو یه لحظه پیش نمیداد. سالیان سال طول کشیده».

جدول ۲. مضمون ها، زیر مضمون ها و واحدهای معنایی حمایت کننده حاصل از کدگذاری متن مصاحبه های مشارکت کنندگان				
مضمین اصلی	زیرمضمون‌ها	واحدهای معنایی حمایت‌کننده		
عوامل مشترک بر فرد	ویژگی‌های شخصیتی	سخت‌گیر نبودن خوش‌بین بودن	صبور بودن خود ارزیابی فرد	
	تقدس زندگی مشترک	اهمیت زندگی مشترک احساس مالکیت نسبت به زندگی	توجه به هدف زندگی اهمیت به حفظ وجهه مثبت از زندگی	
	اسنادها	داشتن شرایط روحی مناسب توجه به علت خیانت از دید همسر	سرمايه گذاري در زندگي مشترک ذاتي دانستن خیانت برای مردان	
	همدلی	خیانت به عنوان یک اشتباه فهم علت ماجرا و نسبت دادن آن به علل بیرونی	جایز الخطا دانستن انسان دیدن سهم خود در رخ دادن خیانت	
	باورهای دینی	دلسوزی برای همسر دلسوزی برای نفر سوم	سرزنش خود درمورد واکنش به افشای خیانت توصیه‌های مذهبی	
	باورهای مربوط به بخشش	اعتقادات مذهبی بخشودگی به عنوان یک امتیاز	باور به طبیعی بودن بخشش ضرورت بخشش برای ادامه زندگی	
	ویژگی‌های شخصیتی همسر	عذاب و زجر به عنوان پیامد نبخشیدن مهربان بودن همسر	بخشودگی به خاطر خود خوب بودن همسر	
	عوامل مشترک بر همسر	تلاش همسر برای جبران	مهربان بودن همسر اعلام آمادگی همسر برای پذیرفتن خواسته‌های زن	مردانگی و غیرت همسر امتیاز دادن همسر
		واکنش‌های هیجانی - رفتاری همسر در پی افشای خیانت	انجام شروط توسط همسر تلاش همسر برای بهبود رابطه	اطمینان زن از انجام شروط سخت‌تر بهبتر شدن رفتار همسر
		کیفیت رابطه همسر با نفر سوم	تلاش همسر برای آوردن دل زن تمایل همسر به برگشت به زندگی	جبران کردن اطمینان بخشی همسر به عدم تکرار
		تلاش همسر برای آرامش فرد تغییر محیط در بدو آشکار شدن خیانت	پشیمانی همسر بد بودن حال همسر	
		احساس شرمندگی همسر احساس گناه همسر	وضعیت جسمانی بد همسر اظهار شرمندگی توسط همسر	
		نوع خیانت اجتناب همسر از نفر سوم	پر خاش همسر به نفر سوم ابراز بی‌زاری همسر از رابطه با نفر سوم	

جدول ۲. مضمون ها، زیر مضمون ها و واحدهای معنایی حمایت کننده حاصل از کدگذاری متن مصاحبه های مشارکت کنندگان		
مضمین اصلی	زیرمضمون ها	واحدهای معنایی حمایت کننده
عوامل مشترک بر رابطه	کیفیت رابطه با همسر	عدم سرمایه گذاری مالی در رابطه ثانویه
	پیش از خیانت	علاقه به همسر
	کیفیت رابطه با همسر پس از افشای خیانت	رابطه دوستانه پیش از خیانت
	پیامدهای جدایی	رابطه احترام آمیز
	حمایت اجتماعی	خاطرات خوب گذشته
		صحبت کردن با همسر در مورد اتفاق
		فکر کردن به آرامش همسر
		فکر کردن به زندگی بعد از جدایی
		آسیب فرزند
		ترس از حرف مردم در پی جدایی
عوامل بر روی		الگوگیری
		در میان گذاشتن با دوستان حمایت کننده
		اطمینان بخشی مشاور
		گذر زمان
		توجه به شیوع خیانت
		پایان رابطه با نفر سوم
		اطمینان از علاقه همسر
		رابطه خوب
		پذیرفتن و احترام به ارزش های همسر
		وابستگی به همسر
		تعهد همسر به زندگی
		ترجیح رابطه فعلی توسط همسر
		ترس از جدایی
		بد دانستن طلاق
		توجه به سرانجام افرادی با تجربه مشابه
		حمایت خانواده همسر
		علاقه به پدر همسر
		عدم اطلاع به خانواده خود

بحث و نتیجه گیری

نسبت به زندگی مشترک اینطور به نظر می رسد افراد به دلیل سرمایه گذاری های که در زندگی مشترک انجام داده اند آن را متعلق به خود می دانند و در نتیجه خود را مسئول آن دانسته و مسئولیت بازسازی و ترمیم زندگی را به عهده می گیرند. آن ها می بخشند تا زندگی را که مالکش هستند دیگری تصاحب نکند. هم چنین اگر اهداف زندگی در راستای استانداردهای رابطه محور باشد، توجه به هدف زندگی به رخ دادن بخشودگی کمک می کند. برای مثال یکی از مشارکت کنندگان اینطور بیان می کرد: «وقتی ما ازدواج می کنیم یه قرار قرار تا آخر با هم باشیم، قرار با خوبی ها و بدی های هم با هم باشیم» همچنین فرد به احتمال زیاد خیانت را بیشتر از آنکه یک مشکل فردی ببیند یک مشکل زوجی در نظر می گیرد و این به نوبه ی خود بر سطح همدلی و در نهایت افزایش بخشودگی مؤثر است.

هر چند در مطالعه ی افیفی، فلتو و وینر^۳ (۲۰۰۱) هر چه روش فهم خیانت، وجهی فرد را بیشتر تهدید کند بخشودگی کاهش می یابد. در میان صحبت های مشارکت کنندگان اینگونه به نظر می رسد که افراد علاوه بر داشتن وجهی شخصی، وجهی هم مختص رابطه شان دارند و برای اینکه این وجه نزد دیگران تخریب نشود به بخشودن خطای همسر متمایل می شوند.

در خصوص همدلی و تأثیر آن بر بخشودگی، مطالعات متعددی

بر اساس اطلاعات به دست آمده از مطالعه ی حاضر، به نظر می رسد تقدس زندگی مشترک یکی از عوامل پیش بینی کننده ی بخشودگی در افراد خیانت دیده است. وجه مشخصه ی واحدهای معنایی آن، اولویت دادن به زندگی مشترک است که در مطالعات موجود به صورت تعهد، انگیزه و رابطه محوری نمایان می شود. برای مثال تی سنگ^۱، مک کالو و فینچام (۲۰۰۶) بیان می کنند افرادی که بیشتر به رابطه شان متعهد هستند، بیشتر خود را با طرف مقابلشان انطباق می دهند، بیشتر تمایل به فدا کردن خود دارند و احتمالاً خطای طرف مقابل را کمتر به طور شدید درک می کنند و بیشتر می بخشند. از منظر دیگر افرادی که برای زندگی مشترک خود اهمیت قائلند افرادی رابطه محور هستند. طبق یافته ی اکسلاین، باومیستر، باشمن، کمپبل و فینکل^۲ (۲۰۰۴) در افراد خود شیفته به دلیل تمرکزی که آن ها بر روی خود و نه بر رابطه دارند، ابزارهای ترمیم رابطه از جمله بخشودگی رشد پیدا نمی کند. افرادی که رابطه محورند از بخشودگی به عنوان ابزاری در جهت ترمیم رابطه شان استفاده می کنند. آنچه در مطالعه ی حاضر به موارد یاد شده اضافه می شود در نظر گرفتن هدف زندگی مشترک، احساس مالکیت نسبت به زندگی و اهمیت دادن به حفظ وجهی مثبت از زندگی مشترک است. در رابطه با احساس مالکیت

3. Afifi, Falato & Weiner

1. Tsang

2. Exline, Baumeister, Bushman, Campbell & Finkel

به نظر می‌رسد این مسأله با توجه به جنسیت فرد خیانت‌کار توسط فرد خیانت‌دیده پذیرفته شده‌است. یکی از افراد نمونه این‌طور بیان می‌کرد: «خب میدونید مردها یذره عذرخواهی لسانی براشون سخته».

یکی دیگر از زیرمضمون‌هایی که به فرد خطاکار مربوط می‌شود و به نظر می‌رسد در مطالعات گذشته به آن اشاره‌ای نشده‌است کیفیت رابطه‌ی فرد خیانتکار با نفر سوم می‌باشد. در میان صحبت‌های مشارکت‌کنندگان، پایان دادن رابطه با نفر سوم توسط همسر از دو وجهه بر بخشودگی تأثیرگذار است. یک وجهه‌ی آن زمانی است که فرد خطادیده برای حفظ رابطه و جبران خطایش به رابطه با نفر سوم خاتمه می‌دهد. برای مثال: «گفتم باید جبران کنی، یعنی باید جبران کنی ولی خدایی هم او مد صیغه رو مثلاً فسخ کردن». وجهه‌ی دوم زمانی است که رابطه فرد خیانتکار و نفر سوم پایان یافته‌است و پس از آن فرد خیانت‌دیده از ماجرا باخبر می‌شود: «تقریباً تموم شده بود جریان بین اینها بعد من متوجه شدم بنابراین راحت‌تر بود کنار او مدن باهاش از یه جیتی». در این حالت فرد دیگر دغدغه رابطه‌ی ثانویه را ندارد و به این شناخت می‌رسد که همسرش پس از تجربه‌ی یک رابطه‌ی جدید دوباره به سمت او برگشته‌است. شناخت‌هایی که در نتیجه‌ی خاتمه یافتن رابطه ثانویه برای فرد ایجاد می‌شوند بخشودگی را در او تسهیل می‌کنند. پرخاش همسر به نفر سوم، اجتناب و ابراز بیزاری او و عدم سرمایه‌گذاری مالی در رابطه با ثانویه مؤلفه‌های دیگر کیفیت رابطه با نفر سوم هستند و به فرد خطادیده این پیام را می‌دهند که همچنان توسط همسر خود ترجیح داده می‌شود و رابطه ثانویه برای فرد خیانتکار محلی از اعراب ندارد.

علاوه بر موارد یاد شده هر چند مطالعات موجود از اثربخشی سیستم‌های حمایت اجتماعی از جمله خانواده فرد بر وقوع بخشودگی حکایت دارند (آبراهامسون، حسین، خان و اسپوفیلد، ۲۰۱۱؛ مینارد، پیفری و جاب، ۲۰۱۶)، در مطالعه‌ی حاضر افراد خیانت‌دیده عدم مطلع شدن خانواده خود و حمایت خانواده همسر را در بخشودگی مؤثر می‌دانستند. این تأثیر از این جهت است که مشارکت‌کنندگان معتقد بودند اگر خانواده‌شان متوجه ماجرا می‌شدند درصد تحریک آن‌ها برای جدایی برمی‌آمدند و یا این که آنها تمایل نداشتند

انجام شده‌است. برای مثال اسکوکا^۱ (۲۰۱۵) رحم و دلسوزی را پیش‌شرط ضروری برای درمان بخشودگی می‌داند. او بیان می‌کند رحم و دلسوزی زمانی حاصل می‌شود که فرد خطادیده، خطای همسرش را ناشی از کامل نبودن انسان‌ها بداند. همچنین فرد در پی رحم و دلسوزی به این نتیجه می‌رسد که شاید در بسیاری از مشکلات رابطه‌ای مسبب خیانت همسرش، سهم داشته‌است. پالری، رگالیا^۲ و فینچام (۲۰۰۵) بیان می‌کنند همسرانی که سطوح بالایی از همدلی عاطفی را در برابر همسر خطاکارشان دارا هستند بیشتر در برابر او خیرخواه و بخشنده‌اند. اما وجه متمایز کننده‌ی همدلی در میان یافته‌های مطالعه‌ی حاضر با مطالعات موجود، همدلی فرد خیانت‌دیده با نفر سوم می‌باشد. این نوع همدلی، دلسوزی برای نفر سوم، به علت موقعیت و شرایط اوست.

در کنار عوامل فردی یاد شده عوامل مربوط به فرد خیانتکار از جمله عذرخواهی نیز در جلب بخشودگی مؤثر است. در همین راستا فینچام، هال و بیچ (۲۰۰۶) معتقدند ابراز عذرخواهی از طرف فرد خطاکار، فرایند بخشودگی را تسهیل می‌کند. گاندرسون و فراری^۳ (۲۰۰۸) نیز بیان می‌کنند احتمال بخشودگی در حضور عذرخواهی بیشتر از نبود آن است. فایف، ویکس و گمبسکیا^۴ (۲۰۰۷) ۲ عامل را برای رخ دادن بخشودگی ضروری می‌دانند: (۱) سطح بالایی از تعهد رابطه (۲) عذرخواهی خالصانه از جانب فرد بی‌وفا. آنگونه که از مطالعات برمی‌آید و همگام با یافته‌های مطالعه‌ی حاضر، زمانی که عذرخواهی با عوامل دیگری همراه می‌شود اثربخشی بیشتری دارد. برای مثال باتوم، گیسون، دنیلز و مورنیقان^۵ (۲۰۰۲) معتقدند زمانی که عذرخواهی همراه با جبران کردن یا رفع آسیب می‌شود بیشتر مؤثر است و یا گاندرسون و فراری (۲۰۰۸) بیان می‌کنند زمانی که عذرخواهی همراه با تلاش فرد خطاکار برای بهبود رابطه می‌شود فرد قربانی می‌بخشد، دوباره اعتماد و آشتی می‌کند. نکته قابل توجه این است که نوع عذرخواهی در میان یافته‌های به دست آمده بیشتر ابرازی است. بدین گونه که فرد خطاکار بیشتر از اینکه بخواهد عذرخواهی را به زبان آورد اقداماتی مانند گل خریدن، بهتر رفتار کردن و ... را انجام می‌دهد که نشان‌دهنده‌ی تمایل او به حفظ رابطه‌ی اولیه‌است.

5. Bottom, Gibson, Daniels & Murnighan
6. Abrahamson, Hussain, Khan & Schofield
7. Maynard, Piferi & Jobe

1. Scuka
2. Paleari & Regalia
3. Gunderson & Ferrari
4. Fife, Weeks & Gambescia

ساختن آشتی امکان بخشودگی را افزایش می‌دهند. برای مثال فرد با تمرکز بر پیامدهای جدایی به تداوم رابطه متمایل می‌شود و با رخ دادن زیرمضمون‌های مؤثر دیگر در طول رابطه‌ی تداوم یافته، تصمیم به بخشودگی می‌گیرد. در نهایت به نظر می‌رسد بتوان یافته‌های نسبتاً جدید به دست آمده را با توجه به بافت فرهنگی تبیین نمود. به عنوان مثال در جامعه جمع‌گرای ایرانی که در حال گذار به سمت فردگرایی است رابطه‌محوری که به صورت تقدس زندگی مشترک خود را نشان می‌دهد همچنان بر شکل‌دهی واکنش‌های افراد در مواجهه با مشکلات زندگی مؤثر است.

این پژوهش در مسیر خود با محدودیت‌هایی مواجه بود از جمله این‌که:

به علت دشواری در یافتن مردان خیانت‌دیده‌ای که خطای همسرشان را بخشیده باشند، نتایج پژوهش فقط محدود به تبیین عوامل مؤثر بر بخشودگی در یک جنس شده است و امکان مقایسه دو جنس وجود نداشت.

به علت اینکه عموم مردم مفهوم آشتی و بخشودگی را مشابه هم میدانند در حصول برخی نتایج ممکن است بین این دو مفهوم التقاط اتفاق افتاده باشد.

در نهایت برای رفع محدودیت‌های موجود و تبیین کامل‌تر پدیده‌ی بخشودگی پیشنهاداتی ارائه می‌شود:

پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی تجارب و دیدگاه مردان نیز در زمینه‌ی عوامل مؤثر بر بخشودگی بررسی شوند تا فهم جامع‌تری از تجارب زیسته بخشودگی افراد خیانت‌دیده با توجه به جنسیت آن‌ها حاصل شود.

پیشنهاد می‌شود به منظور فهم بهتر پدیده‌ی بخشودگی، موانع بخشودگی هم شناسایی شوند.

پیشنهاد می‌شود طی اجرای یک تحقیق کمی ضریب تأثیر هر یک از عوامل به دست آمده بر بخشودگی به دست آورده شود.

منابع

چراغی، مونا (۱۳۹۳). سبک‌های ارتباطی با خانواده‌ی همسر در زوجین ایرانی و طراحی و بررسی اثربخشی بسته مداخله‌ای مبتنی بر فرهنگ بر سازگاری زناشویی و کیفیت ارتباط با خانواده‌ی همسر. (رساله‌ی دکترا). دانشگاه شهید بهشتی.

وجهی همسرشان در نزد خانواده خود تخریب شود. به نظر می‌رسد در جامعه‌ی ما خانواده‌ی همسر و خانواده‌ی فرد خیانت‌دیده دو نقش متضاد را در شکل‌گیری فرایند بخشودگی ایفا می‌کنند. همانطور که درگیر شدن خانواده‌ی همسر در بخشودگی مؤثر است، عدم دخالت و حتی عدم مطلع شدن خانواده‌ی فرد کمک‌کننده است. خانواده‌ها در قبال عروس خود کارکرد متفاوتی به نسبت دختر خود دارند. نقش و تأثیری که خانواده‌ها بر زندگی فرزندان خود دارند را می‌توان یک عامل وابسته به فرهنگ دانست. در همین راستا چراغی (۱۳۹۳) بیان می‌کند سطح و نوع ارتباط خانواده‌ها در زندگی زوجین وابسته به فرهنگ ایرانی است و از نشانه‌های بارز اقوام شرقی از جمله ایران، حضور پررنگ خانواده‌ها در زندگی زناشویی فرزندان می‌باشد. همچنین به نظر می‌رسد کیفیت رابطه‌ی فرد خیانت‌دیده با خانواده همسر در برخورداری از حمایت آنها و در نتیجه تسهیل بخشودگی مؤثر است. همانطور که چراغی (۱۳۹۳) بیان می‌کند پیوستگی افراد با خانواده همسران و پیوستن به جمع خودی آنها باعث می‌شود تا فرد از منابع حمایتی خانواده بهره‌مند شود. همچنین در صورت وجود پیوستگی، به هنگام بروز مشکلات زناشویی، خانواده‌ها می‌توانند با دخالت مؤثر و عدم جانبداری یکطرفه، از فرزند خود و همدلی با همسر فرزند بر کیفیت زناشویی آنها، تأثیر بسزایی داشته باشند و در حل مشکلات یاری‌رسان زوج باشند. با توجه به این مطلب، احتمال می‌رود که پیوستگی میان افراد خیانت‌دیده‌ی پژوهش حاضر و خانواده همسرانشان به آنها کمک کرده است در هنگام مواجهه با خیانت همسر، به صورت سازگارانه‌تری پاسخ دهند. به طور مثال یکی از افراد نمونه این گونه بیان می‌کرد که «من آقاچون (پدر همسر) رو خیلی دوست داشتم حتی اگر بگم بیشتر از پدر خودم دوست داشتم دروغ نگفتم».

به نظر می‌رسد میان برخی زیرمضمون‌های به دست آمده و مفهوم بخشودگی روابط متقابلی دیده می‌شود. به گونه‌ای که برخی از زیرمضمون‌ها از جمله همدلی اسنادها و کیفیت رابطه گاهی پیش‌نیاز بخشودگی به شمار می‌آیند و گاهی محصول آن. برای مثال همانگونه که همدلی فرد سطح بخشودگی او را افزایش می‌دهد، بخشودگی نیز می‌تواند سطح همدلی را ارتقا دهد. در مواردی نیز زیرمضمون‌ها به واسطه‌ی هم بر بخشودگی تأثیر می‌گذارند. به عنوان مثال حمایت اجتماعی در مواردی از طریق افزایش دادن همدلی فرد خیانت‌دیده مؤثر واقع می‌گردد. هم‌چنین برخی از زیرمضمون‌ها از طریق فراهم

- Journal of Personality and Social Psychology*, 87(6), 894-912.
- Fife, S. T., Weeks, G. R., & Gambescia, N. (2007). The intersystems approach to treating infidelity. In *Infidelity* (pp. 86-112). New York: Routledge.
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. (2010). Marriage in the new millennium: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 630-649.
- Fincham, F. D., Hall, J., & Beach, S. R. (2006). Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Family Relations*, 55(4), 415-427.
- Fu, H., Watkins, D., & Hui, E. K. (2004). Personality correlates of the disposition towards interpersonal forgiveness: A Chinese perspective. *International Journal of Psychology*, 39(4), 305-316.
- Gunderson, P. R., & Ferrari, J. R. (2008). Forgiveness of sexual cheating in romantic relationships: Effects of discovery method, frequency of offense, and presence of apology. *North American Journal of Psychology*, 10(1), 1-14.
- Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2006). Relationship dissolution following infidelity: The roles of attributions and forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(5), 508-522.
- Hui, V. K. Y., & Bond, M. H. (2009). Target's face loss, motivations, and forgiveness following relational transgression: Comparing Chinese and US cultures. *Journal of Social and Personal Relationships*, 26(2-3), 123-140.
- Maynard, C., Piferi, R. L., & Jobe, R. L. (2016). Role of supportive others in the forgiveness process. *Counseling and Values*, 61(1), 28-43.
- McCullough, M. (2008). *Beyond revenge: The evolution of the forgiveness instinct*. US: John Wiley & Sons.
- McCullough, M. E., & Hoyt, W. T. (2002). Transgression-related motivational dispositions: Personality substrates of forgiveness and their links to the Big Five. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(11), 1556-1573.
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington Jr, E. L., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(6), 1586.
- Merolla, A. J., Zhang, S., & Sun, S. (2012). Forgiveness in the United States and China: Antecedents, consequences, and communication style comparisons. *Communication Research*, 40, 595-622.
- Paleri, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: A longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 368-378.
- Scuka, R. F. (2015). A clinician's guide to helping couples heal from the trauma of infidelity. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 14(2), 141-168.
- Shackelford, T. K., Buss, D. M., & Bennett, K. (2002). Forgiveness or breakup: Sex differences in responses to a partner's infidelity. *Cognition & Emotion*, 16(2), 151-164.
- فیاض، فاطمه؛ بشارت، محمدعلی و فراهانی، حجت‌الله (۱۳۹۰). مقایسه‌ی بخشش در افراد افسرده غیربالینی، افسرده بالینی و افراد بهنجار. *مجله علوم رفتاری*، ۵(۴)، ۳۳۵-۳۴۲.
- کاشانکی، حامد و بشارت، محمدعلی (۱۳۹۷). کیفیت روابط بین‌فردی براساس بخشش خود، بخشش دیگران و بخشش موقعیت‌ها. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۷(۶۸)، ۴۱۷-۴۰۹.
- مدرسی، فاطمه؛ زاهدیان، حسین و هاشمی محمدآباد، نذیر (۱۳۹۳). میزان سازگاری زناشویی و کیفیت عشق در متقاضیان طلاق دارای سابقه خیانت زناشویی و فاقد سابقه خیانت زناشویی. *مجله علمی پژوهشی ارمغان دانش*، ۱۹(۱)، ۸۸-۷۸.
- مرادی، آسیه؛ یزدان‌بخش، کامران و بساطی، آرزیتا (۱۳۹۵). پیش‌بینی تعارض زناشویی براساس روان‌بند‌ها، سبک‌های دل‌بستگی و بخشودگی. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۵(۶۰)، ۵۳۱-۵۱۸.
- ملک‌عسگر، سعاده؛ موتابی، فرشته و مظاهری، محمدعلی (۱۳۹۳). مقایسه استانداردهای مربوط به زندگی مشترک، اسنادهای ارتباطی و رضایت زناشویی در افراد ساکن تهران در طول سه نسل اخیر. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، ۱۰(۳۸)، ۱۵۷-۱۳۷.
- منتزع، نگین (۱۳۹۲). بررسی نقش میانجی مشکل در تنظیم هیجانی و اجتناب تجربه‌ای در ارتباط بین بخشودگی و دل‌بستگی در افراد متأهل. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد) دانشگاه شهید بهشتی.
- Abrahamson, I., Hussain, R., Khan, A., & Schofield, M. J. (2011). What helps couples rebuild their relationship after infidelity?. *Journal of Family Issues*, 33, 1494-1519.
- Afifi, W. A., Falato, W. L., & Weiner, J. L. (2001). Identity concerns following a severe relational transgression: The role of discovery method for the relational outcomes of infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(2), 291-308.
- Bell, C. A., Kamble, S. V., & Fincham, F. D. (2018). Forgiveness, attributions, and marital quality in US and Indian marriages. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 17(4), 276-293.
- Bendixen, M., Kennair, L. E. O., & Grøntvedt, T. V. (2018). Forgiving the unforgivable: Couples' forgiveness and expected forgiveness of emotional and sexual infidelity from an error management theory perspective. *Evolutionary Behavioral Sciences*, 12(4), 322.
- Bottom, W. P., Gibson, K., Daniels, S. E., & Murnighan, J. K. (2002). When talk is not cheap: Substantive penance and expressions of intent in rebuilding cooperation. *Organization Science*, 13(5), 497-513.
- Enright, R. D., & the Human Development Study Group. (1991). *the Moral development of forgiveness*. NJ: Erlbaum.
- Exline, J. J., Baumeister, R. F., Bushman, B. J., Campbell, W. K., & Finkel, E. J. (2004). Too proud to let go: narcissistic entitlement as a barrier to forgiveness.

- Emotion*, 16(2), 299-307.
- Sodani, M., Gholammohammadi, H., Khojastehmehr, R., & Abbaspour, Z. (2019). An investigation into the effectiveness of Robert Enright Forgiveness Inventory (EFI) on the marital quality of women affected by infidelity. *Biomedical Research*, 30(4), 563-570.
- Tsang, J. A., McCullough, M. E., & Fincham, F. D. (2006). The longitudinal association between forgiveness and relationship closeness and commitment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(4), 448-472.