



تأثیر فرسایش‌های اجتماعی بر سازگاری زناشویی: مروری نظام‌مند بر رویکردهای نظری و یافته‌های تجربی

عاطفه تقی‌زاده چیمه^۱، دکتر ساجد یعقوب نژاد قاین^{۲*}، سهیلا دلدار^۳

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. atefeh.taghizadeh@iau.ir

۲- استادیار گروه روانشناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران. s.yaghoubnezhad@cfu.ac.ir

۳- کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. Soheila.deldar@iau.ir

خلاصه

پژوهش حاضر با هدف واکاوی همه‌جانبه و نظام‌مند تأثیر مؤلفه‌های فرسایش اجتماعی بر سازگاری زناشویی، با تمرکز بر بافتار فرهنگی و اجتماعی جامعه معاصر ایران انجام شده است. سازگاری زناشویی، به عنوان یک سازه پویا و فرآیندی، در دهه‌های اخیر تحت تأثیر تندبادهای ناشی از نوسازی سریع، بحران‌های معیشتی و تغییرات بنیادین در سرمایه‌های اجتماعی قرار گرفته است. روش پژوهش حاضر، مرور نظام‌مند اسناد علمی و یافته‌های تجربی منتشر شده در بازه زمانی دو دهه اخیر است که با رویکرد تحلیل محتوای کیفی و ترکیب نظریه‌های روان‌شناختی-جامعه‌شناختی تدوین گردید. یافته‌های این مرور جامع نشان می‌دهد که فرسایش اجتماعی در سه سطح تقلیل سرمایه اجتماعی (اعتماد و حمایت)، آشفتگی‌های اقتصادی (استرس مالی) و نفوذ فضای مجازی (فرسایش توجه)، منجر به تخریب فرآیندهای انطباقی زوجین می‌گردد. نتایج تحلیل مدل‌های آسیب‌پذیری-استرس-انطباق و مدل‌های تبادلی نشان داد که فرسایش محیطی از طریق «سرایت استرس» و «تخلیه منابع خودتنظیمی»، کیفیت رابطه را به سمت دلزدگی و گسست هدایت می‌کند. در نهایت، متغیرهای تاب‌آوری سیستمی، معنویت و مقابله دوجانبه به عنوان عوامل تعدیل‌کننده کلیدی شناسایی شدند که می‌توانند اثرات مخرب محیط را خنثی سازند. این مطالعه بر ضرورت گذار از رویکردهای درمانی صرفاً فردمحور به سمت مداخلات بافت‌محور و تقویت زیرساخت‌های حمایتی اجتماعی برای صیانت از نهاد خانواده تأکید می‌ورزد.

کلمات کلیدی: سازگاری زناشویی، فرسایش اجتماعی، تاب‌آوری خانواده



۱. مقدمه

نهاد خانواده در جایگاه بنیادین‌ترین و اصیل‌ترین واحد شکل‌دهنده ساختار جوامع بشری، همواره به‌عنوان کانون اصلی بازتولید ارزش‌ها، تأمین نیازهای عاطفی و ایجاد امنیت روانی برای اعضای خود شناخته می‌شود (Cherlin, 2022). با این حال، در دوران معاصر، این نهاد تحت تأثیر دگرگونی‌های شتابان ناشی از گذار از سنت به مدرنیته، تغییر الگوهای اقتصادی و تحولات فرهنگی، با مجموعه‌ای از چالش‌های نوظهور روبه‌روست که ثبات و سازگاری درونی آن را به شکلی ساختاری تحت فشار قرار داده است (Coontz, 2020).

سازگاری زناشویی^۱ که در ادبیات روان‌شناسی خانواده به‌معنای فرایند پویا و تکاملی انطباق متقابل زوجین، رسیدن به توافق در حوزه‌های اساسی زندگی و تجربه احساس رضایت عاطفی از پیوند مشترک تعریف می‌شود، دیگر صرفاً محصول ویژگی‌های فردی، مهارت‌های ارتباطی یا الگوهای دلبستگی اولیه نیست؛ بلکه به‌صورت اجتناب‌ناپذیر با کیفیت بافتار اجتماعی، میزان فشارهای اقتصادی-فرهنگی و شرایط کلان ساختاری جامعه پیوند خورده است (Falconier et al., 2019; Williamson et al., 2021). پدیده فرسایش اجتماعی^۲ به‌عنوان یک نیروی مخرب محیطی، به‌تدریج پیوندهای اعتماد، همبستگی و حمایت‌های متقابل را در سطوح مختلف جامعه سست کرده و با نفوذ به خصوصی‌ترین لایه‌های زندگی مشترک، توانایی زوجین را برای حفظ تعادل در برابر استرسورهای روزمره به‌شدت تحلیل می‌برد (Sampson & Raudenbush, 2004). این فرآیند تخریبی نه تنها منابع حمایتی بیرونی را از دسترس خانواده خارج می‌سازد، بلکه با ایجاد نوعی ناامنی روانی پایدار و آنومی ارزشی، بستری را فراهم می‌آورد که در آن حتی کوچک‌ترین تفاوت‌های سلیقه‌ای یا اصطکاک‌های رفتاری میان فردی می‌توانند به بحران‌های حاد و ویرانگر تبدیل شوند؛ بحران‌هایی که نهایتاً به مصرف تدریجی انرژی روانی و فروپاشی عاطفی می‌انجامند (Umberson & Montez, 2010).

از این رو، واکاوی دقیق و همه‌جانبه سازگاری زناشویی در جهان معاصر، مستلزم عبور از رویکردهای تک‌عاملی و توجه به نیروهای فرساینده‌ای است که از بطن ساختار اجتماعی به درون رابطه زوجین نفوذ کرده و مکانیسم‌های انطباقی و دفاعی آن‌ها را به شکلی تدریجی و خاموش تضعیف می‌کنند (Randall & Bodenmann, 2017; Williamson et al., 2021). تبیین‌های کلاسیک در روان‌شناسی خانواده عمدتاً بر متغیرهای درون‌روانی، ویژگی‌های شخصیتی و بازنمایی‌های ذهنی شکل‌گرفته در تجربیات اولیه زندگی تمرکز داشتند (Karney & Bradbury, 2020). با این حال، رویکردهای معاصر بر ضرورت ادغام این عوامل فردی با استرسورهای محیطی، فشارهای اقتصادی و بافتارهای اجتماعی تأکید دارند تا تصویری جامع از پایداری یا زوال ازدواج در جهان امروز ارائه شود (Randall & Bodenmann, 2017; Williamson et al., 2021). مدل‌های نظری مرجع، از جمله چارچوب استرس خانوادگی هیل (ABC-X) و بسط‌های بعدی آن در مدل‌های فشار اقتصادی خانواده، نشان می‌دهند که انباشت مطالبات محیطی، تحلیل منابع و تغییر در ادراک زوجین از بحران چگونه می‌تواند تعادل سیستم خانواده را مختل کرده و آن را به سمت گسست سوق دهد (Masarik & Conger, 2017).

در جوامعی که با فرسایش سرمایه اجتماعی مواجه‌اند، خانواده‌ها نه تنها در معرض استرس‌های عینی اقتصادی و ساختاری قرار دارند، بلکه از شبکه‌های حمایتی غیررسمی و سپرهای عاطفی ناشی از پیوندهای اجتماعی نیز محروم می‌شوند (Putnam, 2020; Turunen & Hiilamo, 2021). این انزوای ساختاری سبب می‌شود بار تنظیم هیجانی، حل تعارض و مدیریت بحران‌های معیشتی عمدتاً بر رابطه دوجانبه زوجین متمرکز شود؛ در حالی که خود افراد نیز تحت فشارهای کلان اجتماعی با کاهش منابع روان‌شناختی و فرسودگی شناختی مواجه‌اند (Williamson et al., 2021). از این منظر، فرسایش اجتماعی صرفاً یک متغیر مداخله‌گر ساده نیست، بلکه می‌توان آن را به مثابه یک میدان نیروی ساختاری دانست که ابعاد

¹ Marital Adjustment² Social Erosion



ارتباطی، کارکردی و عاطفی خانواده را تحت تأثیر قرار داده و الگوهای سنتی سازگاری را با چالشی بنیادین مواجه می‌سازد (Randall & Bodenmann, 2017; Turunen & Hiilamo, 2021).

یکی از وجوه بنیادین فرسایش اجتماعی که به‌طور مستقیم بر سازگاری زناشویی اثر می‌گذارد، تضعیف سرمایه اجتماعی و کاهش سطح اعتماد بین‌فردی در بستر زندگی اجتماعی است. سرمایه اجتماعی که شامل شبکه‌های حمایت اجتماعی، هنجارهای اعتماد متقابل و پیوندهای عاطفی پایدار است، نقش مهمی در تسهیل تعاملات زوجین و حفظ ثبات هیجانی خانواده ایفا می‌کند (Putnam, 2000; Lin, 2001). کاهش این سرمایه، زوجین را در معرض احساس ناامنی، بدبینی و کاهش پیش‌بینی‌پذیری رفتار همسر قرار می‌دهد؛ شرایطی که به تضعیف صمیمیت و افزایش تنش‌های پنهان در رابطه منجر می‌شود (Umberson & Montez, 2010). شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که افت اعتماد اجتماعی و احساس بی‌عدالتی ساختاری، تعهد زناشویی را که متکی بر ارزش‌های اخلاقی و انسجام اجتماعی است، دچار فرسایش کرده و زمینه بروز الگوهای کنترلی، سوءظن و فاصله عاطفی را در روابط زوجین فراهم می‌سازد (Falconier et al., 2019; Cherlin, 2022). در واقع، زمانی که محیط بیرونی توسط فرد غیرقابل پیش‌بینی، ناعادلانه و غیرحمایتی ادراک شود، زوجین به‌جای تمرکز بر رشد عاطفی و هم‌افزایی در رابطه، تمام انرژی روانی و شناختی خود را صرف مکانیسم‌های دفاعی فردی و صیانت از خویشتن در برابر آسیب‌های احتمالی می‌کنند؛ وضعیتی که پیامدی جز فاصله عاطفی، طلاق عاطفی و دلزدگی عمیق نخواهد داشت (Rendall & Bodenmann, 2017; Umberson & Montez, 2010). در کنار ابعاد اجتماعی، فرسایش اقتصادی و آشفتگی‌های معیشتی به عنوان یکی از ملموس‌ترین، سخت‌ترین و مخرب‌ترین جلوه‌های فشار محیطی در جامعه معاصر، نقشی غیرقابل‌انکار و ویرانگر در تقلیل سطح سازگاری زناشویی ایفا می‌کند (Karney & Bradbury, 2020; Masarik & Conger, 2017). تورم افسارگسیخته، بیکاری و عدم امنیت شغلی از منظر روان‌شناسی اجتماعی تنها مسائل مالی ساده نیستند، بلکه به عنوان استرسورهای مزمن و «تروماهای تدریجی» عمل می‌کنند که منجر به «فرسودگی عصبی» و «تخلیه منابع خودتنظیمی» در زوجین می‌شوند (Falconier et al., 2019; Randall & Bodenmann, 2017).

بر اساس مدل‌های علمی انتقال و سرایت استرس، فشارهای مالی و نگرانی‌های معیشتی به صورت خلق منفی، تحریک‌پذیری شدید و کاهش آستانه تحمل به درون فضای خانه سرایت کرده و الگوهای تعاملی را از وضعیت «حمایت‌مدار» به سمت وضعیت «خصومت‌مدار» و «عیب‌جویی متقابل» تغییر می‌دهند (Karney & Bradbury, 2020). در چنین شرایطی، زوجین به دلیل درگیری دائمی و فرساینده با دغدغه‌های بقا و تأمین نیازهای اولیه، از توانایی ذهنی و انرژی روانی لازم برای به‌کارگیری مهارت‌های حل مسئله، گوش دادن فعال و همدلی صمیمانه محروم می‌گردند.

این فرسایش هم‌زمان منابع مادی و عاطفی، منجر به پدیده‌ای می‌گردد که در آن خانواده به جای آنکه پناهگاهی امن و آرامش‌بخش در برابر ناملایمات و استرس‌های جهان بیرون باشد، خود به اصلی‌ترین کانون تولید اضطراب، تنش و پرخاشگری تبدیل شده و در یک چرخه معیوب، فرآیند سازگاری را به نفع راهبردهای تنازع بقای فردی قربانی می‌کند (Lebow, 2014; Masarik & Conger, 2017). علاوه بر عوامل ساختاری پیش‌گفته، ظهور و نفوذ همه‌جانبه فناوری‌های نوین ارتباطی و فضای مجازی در تمامی لایه‌های زندگی، بُعد جدید و پیچیده‌ای از فرسایش اجتماعی را پدید آورده است که

متخصصان آن را «فرسایش توجه و حضور کیفی» نامیده‌اند (Hall et al., 2021 & طباطبایی و همکاران، ۱۴۰۰).

در عصر دیجیتال، پیوندهای عمیق، چهره‌به‌چهره و ارگانیک زناشویی تحت تأثیر تعاملات سطحی و اعتیادگونه به شبکه‌های اجتماعی قرار گرفته است؛ پدیده‌ای که به شکل پارادوکسیکال موجب کاهش زمان مفید مشترک و تضعیف همبستگی واقعی زوجین می‌شود (McDaniel & Coyne, 2016). فضای مجازی با ارائه الگوهای روتوش‌شده و غیرواقعی از زندگی و روابط دیگران، انتظارات کمال‌گرایانه و «مقایسه‌های اجتماعی» مخربی را فعال می‌کند که رضایت از شریک زندگی و داشته‌های عاطفی را به طرز معناداری کاهش می‌دهد (Verduyn et al., 2020). این نوع فرسایش که در لایه‌های



فرهنگی و نظام ارزشی زوجین رخ می‌دهد، مرزهای صیانت‌شده خانواده را نفوذپذیر کرده و با تسهیل دسترسی به ارتباطات موازی و خیانت‌های عاطفی آنلاین، رکن بنیادی سازگاری یعنی وفاداری و تعهد را در معرض تهدیدهای جدی قرار می‌دهد، (Hertlein & Ancheta 2018؛ خدیوی‌زند و همکاران، ۱۳۹۷). بدین ترتیب، فضای مجازی که در ابتدا برای تسهیل ارتباطات انسانی طراحی شده بود، در بسیاری موارد به عامل «تنهایی دوجانبه»، انزوای عاطفی و فرسایش بی‌صدای صمیمیت زناشویی تبدیل شده است (Hall et al., 2021). با عنایت به ضرورت‌های مطرح شده در فوق، انجام یک مرور نظام‌مند، ژرف‌پژوهانه و همه‌جانبه بر تأثیر فرسایش‌های اجتماعی بر سازگاری زناشویی به منظور سنتز و تجمیع یافته‌های پراکنده و ارائه یک پارادایم منسجم علمی، بیش از هر زمان دیگری حیاتی به نظر می‌رسد. علیرغم وجود پژوهش‌های متعدد و ارزشمند در حوزه‌های مجزای اقتصادی، جامعه‌شناختی و رسانه‌ای، همچنان یک خلأ نظری و تجربی بزرگ در زمینه ترکیب و ادغام این یافته‌ها بر اساس مدل‌های پیشرفته روان‌شناختی مشاهده می‌شود که مانع از درک کل‌نگر وضعیت خانواده‌ها شده است. این مطالعه تلاش می‌کند تا با بهره‌گیری از مدل‌های تبیینی قدرتمندی چون مدل آسیب‌پذیری-استرس-انطباق و مدل‌های تبادلی سیستمی، به شکلی مستدل نشان دهد که چگونه فرسایش محیطی با آسیب‌پذیری‌های فردی زوجین تعامل کرده و از طریق تخریب مکانیسم‌های انطباقی، کیفیت زندگی زناشویی را به سمت زوال و فروپاشی هدایت می‌کند.

هدف غایی و نهایی این نوشتار، تبیین دقیق و موشکافانه مکانیسم‌های واسطه‌ای و تعدیل‌کننده‌ای است که فرسایش کلان اجتماعی را به ناسازگاری خرد زناشویی پیوند می‌دهند، تا از این مسیر، راهکارهای عملیاتی، راهبردی و بومی برای متخصصان سلامت روان، مشاوران خانواده و سیاست‌گذاران کلان در جهت محافظت از این سنگر حیاتی اجتماعی فراهم آید. این مرور نظام‌مند نه تنها به فهم عمیق‌تر ریشه‌های بحران‌های کنونی خانواده کمک می‌کند، بلکه چشم‌اندازی روشن، علمی و قابل اتکا برای پیش‌بینی چالش‌های آتی و طراحی بسته‌های پیشگیرانه و درمانی «بافت‌محور» ارائه خواهد داد.

۲. مبانی تحقیق

تبیین‌های نظری و مدل‌های مفهومی در تحلیل فشار اجتماعی و انطباق زناشویی

نخستین گام در درک عمیق رابطه میان فرسایش اجتماعی و سازگاری زناشویی، بررسی چارچوب‌های نظری مرجعی است که چگونگی انتقال و نفوذ استرس از محیط کلان به درون رابطه خرد را تبیین می‌کنند (Randall & Bodenmann, 2017). مدل کلاسیک ای‌بی‌سی-ایکس که توسط روبن هیل در میانه قرن بیستم و با الهام از تجربیات خانواده‌ها در بحران‌های بزرگی چون جنگ جهانی دوم طراحی شد، همچنان زیربنای اصلی فهم علمی بحران‌های خانوادگی را تشکیل می‌دهد (McCubbin & Patterson, 1983). هیل (1983) بر این باور تأکید داشت که پیامد نهایی یک رویداد تنش‌زا همواره محصول تعامل پویا میان ماهیت رویداد (A)، منابع و توانمندی‌های در دسترس خانواده (B) و ادراک یا معنایی است که خانواده به آن رویداد نسبت می‌دهد (Boss & Mulligan, 2019).

در شرایط فرسایش اجتماعی، هنگامی که منابع بیرونی مانند حمایت اجتماعی، پیوندهای خویشاوندی و ثبات اقتصادی رو به کاهش می‌گذارند، حتی رویدادهای هنجاری و معمول زندگی نیز می‌توانند به بحران‌هایی ویرانگر و فرساینده تبدیل شوند (Prime et al., 2020). هیل با واکاوی دقیق خانواده‌ها نشان داد که چگونه فقدان امنیت روانی و فرسایش همبستگی اجتماعی، توانایی ذاتی خانواده برای بازسازی و ترمیم عاطفی را تضعیف کرده و سازگاری را دشوار می‌سازد (Walsh, 2021).



این مدل بعدها با کارهای مک‌کوبین و پترسون توسعه یافت و مدل ای‌بی‌سی-ایکس مضاعف پدید آمد که به جای نگاهی مقطعی، جریان انباشته، تاریخی و مداوم استرس در چرخه زندگی خانواده را توضیح می‌دهد (McCubbin & Patterson, 1983). در این دیدگاه پیشرفته، فرسایش اجتماعی به‌عنوان «انباشت مطالبات» تعریف می‌شود؛ جریانی پایدار از فشارهای محیطی که به‌تدریج توان مقابله و انرژی روانی زوجین را تخلیه کرده و آنان را در وضعیتی شبه‌درماندگی قرار می‌دهد (Randall & Bodenmann, 2017; Prime et al., 2020). یکی از جامع‌ترین، دقیق‌ترین و پرکاربردترین رویکردها در این حوزه پژوهشی، مدل آسیب‌پذیری-استرس-انطباق است که توسط کارنی و بردبری طراحی شده و به شکلی علمی، مکانیسم‌های پیچیده اثرگذاری فرسایش اجتماعی را تبیین می‌نماید (Karney & Bradbury, 2020; Falconier et al., 2021). این مدل به شکلی استوار پیشنهاد می‌کند که کیفیت، پایداری و سازگاری در ازدواج تحت تأثیر تعامل مداوم و پویای سه مؤلفه بنیادین قرار دارد: آسیب‌پذیری‌های پایدار (ویژگی‌های شخصیتی، تجربیات اولیه و ظرفیت‌های ژنتیکی)، استرس‌های خارجی (فشارهای اجتماعی، اقتصادی و رخدادهای ناگوار محیطی) و فرآیندهای انطباقی (مهارت‌های ارتباطی، نحوه حل تعارض و تنظیم هیجانی دوجانبه) (Rodrigues et al., 2022; Williamson et al., 2022). بر اساس این نظریه محوری، فرسایش اجتماعی به عنوان یک استرسور خارجی مداوم، مستقیماً بر فرآیندهای انطباقی زوجین اثر گذاشته و آن‌ها را تخریب می‌کند؛ به عبارت روشن‌تر، وقتی محیط اجتماعی پیرامون زوجین فرساینده، ناامن و بی‌ثبات است، آن‌ها انرژی روانی و منابع شناختی لازم برای به‌کارگیری مهارت‌های ارتباطی مثبت، سعه‌صدر و همدلی را از دست می‌دهند (Whisman et al., 2020; Karney, 2021). مدل مذکور به شکلی درخشان نشان می‌دهد که استرس محیطی شدید می‌تواند حتی تأثیر ویژگی‌های شخصیتی مثبت و سازگار را خنثی یا کمرنگ نماید؛ چرا که در شرایط فشار مضاعف اجتماعی، سیستم عصبی افراد به سمت رفتارهای تدافعی، پرخاشگرانه، انتقادی و کناره‌گیری سوق می‌یابد که همگی این رفتارها، دشمنان سوگندخورده‌ی سازگاری و پایداری زناشویی محسوب می‌شوند (Randall & Bodenmann, 2017; Williamson & Bradbury, 2021).

در کنار این دیدگاه‌های مرجع، مدل تعاملی-سیستمی بودن (Bodenmann's Systemic-Transactional Model of Dyadic Coping) بر اهمیت حیاتی «مقابله دوجانبه» به عنوان یک راهبرد صیانتی و محافظت‌کننده در برابر تهاجمات محیطی تأکید می‌ورزد (Bodenmann et al., 2019; Falconier & Kuhn, 2019). بودن با رویکردی سیستمی معتقد است که استرس‌های اجتماعی نباید به عنوان مسائل فردی یا مجزا نگریسته شوند، بلکه باید در بافتار رابطه به عنوان «استرس مشترک» یا «ما-استرس» مدیریت گردند (Bodenmann & Randall, 2020). در شرایط فرسایش اجتماعی، که پیوندهای حمایتی گسترده اجتماعی و مدنی ضعیف شده‌اند، تمامی بار تنظیم هیجانی و تعادل روانی زوجین به طور کامل بر دوش رابطه دوجانبه و توانمندی‌های حمایتی آن‌ها می‌افتد (Randall & Bodenmann, 2017; Williamson & Bradbury, 2021).

اگر زوجین بتوانند از طریق حمایت‌های عاطفی عمیق و پاسخگویی رفتاری حساس، اثرات مخرب استرس بیرونی را تعدیل کنند، سازگاری حفظ می‌شود؛ اما اگر فرسایش اجتماعی محیط منجر به پدیده «سرایت استرس» و ایجاد رفتارهای خصمانه، تحقیرآمیز و سرد میان طرفین شود، رابطه به سرعت به سمت «فرسودگی زناشویی» و طلاق حرکت می‌کند (Saxbe & Repetti, 2020; Buck & Neff, 2020). این رویکرد به خوبی تبیین می‌کند که چرا برخی زوجین در مواجهه با سختی‌های عظیم اجتماعی، منسجم‌تر، متحدتر و صمیمی‌تر می‌شوند، در حالی که برخی دیگر با کوچک‌ترین فشار محیطی دچار گسست و تلخ‌کامی می‌گردند؛ تفاوت بنیادین در توانایی هوشمندانه آن‌ها برای تبدیل استرس ویرانگر بیرونی به فرصتی برای تقویت همبستگی، همدلی و «ما-بودن» نهفته است، این تفاوت را می‌توان در جدول ۱ مشاهده نمود. (Bodenmann et al., 2023; Sels et al., 2022).



جدول ۱- مقایسه‌ی مدل‌ها و مولفه‌های اصلی تبیینی

نقش و کارکرد فرسایش اجتماعی در مدل	مؤلفه‌های اصلی تبیینی	رویکرد نظری
فرسایش به عنوان عامل تخلیه منابع حمایتی و تشدید بحران	رویداد محرک، منابع، ادراک، پیامد بحران	مدل کلاسیک (ABC-X) هیل
فرسایش به عنوان جریان مداوم، تاریخی و انباشته از فشارهای محیطی	انباشت استرسورها، منابع جدید، سازگاری نهایی	مضاعف مدل مک‌کوبین
فرسایش به عنوان محرک تخریب‌گر مهارت‌های تعاملی و انطباقی زوجین	آسیب‌پذیری، استرس خارجی، فرآیند انطباق	مدل آسیب‌پذیری کارنی و بردبری
فرسایش به عنوان عامل تخلیه منابع حمایتی متقابل و آزمون همبستگی	مقابله دوجانبه، سرایت استرس، مفهوم ما-استرس	مدل سیستمی بودنمن

فرسایش سرمایه اجتماعی و تخریب اعتماد زناشویی

سرمایه اجتماعی که در تعاریف علمی در قالب شبکه‌های اعتماد متقابل، هنجارهای همکاری و مشارکت‌های اجتماعی و خویشاوندی تجلی می‌یابد، یکی از حیاتی‌ترین و ارزشمندترین عوامل زمینه‌ای در صیانت و پایداری نهاد خانواده به شمار می‌آید (Putnam, 2000; Lin, 2021). فرسایش سرمایه اجتماعی در سطح کلان جامعه، به معنای ریزش تدریجی اعتماد عمومی، سست شدن پیوندهای اخلاقی و غلبه فردگرایی خودخواهانه بر ارزش‌های جمعی است؛ وضعیتی که به طور مستقیم و قدرتمند، فضای روانی و امنیت عاطفی درون خانواده را تحت تأثیر قرار می‌دهد (Helliwell & Putnam, 2004). یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که میان ابعاد مختلف سرمایه اجتماعی—از جمله سرمایه درون‌گروهی و بین‌گروهی—و سطح رضایت و سازگاری زناشویی، رابطه‌ای مثبت، مستقیم و معنادار وجود دارد (Hiller & Kitsaras, 2020). زمانی که یک ساختار اجتماعی با بحران عمیق اعتماد و بدبینی مدنی مواجه می‌شود، افراد به شکلی ناخودآگاه تمایل پیدا می‌کنند که این الگوهای تدافعی، بدبینانه و سرد را به خصوصی‌ترین و صمیمانه‌ترین لایه‌های زندگی خود، یعنی رابطه زناشویی، منتقل کنند.

فرسایش اعتماد مدنی باعث می‌شود زوجین لنگرگاه امنیت روانی خود را از دست بدهند و در تعاملات دوجانبه، به جای صمیمیت، شفافیت و خودافشایی، به الگوهای رفتاری کنترل‌گرانه، پنهان‌کارانه و آمیخته با سوءظن روی آورند؛ وضعیتی که ریشه‌های سازگاری را می‌خشکاند (Umberson & Montez, 2010).



در بافتار فرهنگی و تاریخی جوامعی مانند ایران که در حال تجربه گذاری پرشتاب و گاه ناهمگون از ساختارهای سنتی به الگوهای مدرن هستند، فرسایش سرمایه اجتماعی اغلب با فروپاشی حمایت‌های سنتی و غلبه فردگرایی افراطی توأم گشته است (ترابی و عابدینی، ۱۴۰۳). مطالعات پیمایشی و میدانی نشان می‌دهند که کاهش معنادار حمایت‌های اجتماعی و تضعیف انسجام در شبکه‌های خویشاوندی و محلی، یکی از اصلی‌ترین و قوی‌ترین پیش‌بین‌های از هم‌گسیختگی خانواده و طلاق در ایران محسوب می‌شود (محمدی و اسدی، ۱۴۰۰). سرمایه اجتماعی درون‌گروهی که شامل روابط عمیق و صادقانه با والدین، فامیل و دوستان معتمد است، به عنوان یک «سپر حمایتی» و «ضربه گیر» در برابر استرس‌های جان‌کاه روزمره عمل می‌کند؛ اما با فرسایش این پیوندها، زوجین در مواجهه با اختلافات زناشویی، از مکانیسم‌های حل تعارض سنتی و میانجی‌گری‌های صلح‌آمیز محروم گشته و مستقیماً به سمت رفتارهای قانون‌گریزانه، پرخاشگری‌های فیزیکی و کلامی یا طلاق‌های عاطفی و قانونی سوق می‌یابند (Kim & McKenry, 2019; Lee & Bierman, 2020). این انزوای اجتماعی نه تنها باعث افزایش بار روانی غیرقابل تحمل بر دوش هر یک از زوجین می‌شود، بلکه پدیده تلخ «احساس تنهایی در حضور همسر» را تشدید کرده و منجر به سقوط آزاد شاخص‌های سازگاری زناشویی می‌گردد (Buecker et al., 2021; Holt-Lunstad, 2022).

علاوه بر این، فرسایش هنجارهای بنیادین اجتماعی و ارزش‌های اخلاقی مشترک در سطح کلان، منجر به ایجاد نوعی «آنومی یا آشفتگی هنجاری» در حوزه خانواده شده است که تشخیص حق از تکلیف را برای زوجین دشوار می‌سازد (Abrutyn, 2019; Teymoori et al., 2017). در شرایطی که تعهد، وفاداری و فداکاری به عنوان ارزش‌های متعالی در سطح جامعه سست می‌شوند، زوجین نیز در بازتعریف نقش‌های خود دچار سردرگمی شده و تمایل بسیار کمتری به ایثار و گذشت - که از ارکان رکین و ستون‌های استوار سازگاری زناشویی هستند - از خود نشان می‌دهند (Finkel et al., 2020; Stanley & Markman, 2018). تحقیقات مؤخر نشان می‌دهند که در مناطق روستایی و جوامع کوچک‌تر که سرمایه اجتماعی و پیوندهای اعتماد همچنان در سطح مطلوبی قرار دارند، میزان سازگاری زناشویی و پایداری ازدواج به مراتب بالاتر و مستحکم‌تر از محیط‌های شهری فرسوده است (Brown & Schafft, 2019; Helliwell et al., 2021).

این واقعیت علمی به روشنی تأکید می‌کند که خانواده هرگز یک واحد مستقل و مجزا نیست، بلکه سیستمی حیات‌مند و وابسته به غنا، عمق و سلامت روابط و سرمایه‌های اجتماعی پیرامون خود است که بدون آن‌ها محکوم به زوال خواهد بود (Umberson & Thomeer, 2020; Donato & Crosnoe, 2022).

آشفتگی‌های اقتصادی و فرسایش منابع روانی-عاطفی زوجین

استرس‌های اقتصادی و تنگناهای معیشتی بدون شک یکی از ملموس‌ترین، فشارآورترین و مخرب‌ترین ابعاد فرسایش اجتماعی هستند که به طور مستقیم و لحظه‌ای بر سلامت روانی و پایداری بنیادین روابط زناشویی اثر می‌گذارند (Conger et al., 2018; Dew & Jackson, 2021). از منظر روان‌شناسی اجتماعی مدرن، پدیده‌هایی چون فقر، بیکاری، تورم افسارگسیخته و عدم قطعیت مالی تنها مسائل حسابداری یا اقتصادی نیستند، بلکه به عنوان استرسورهای مزمن و فرساینده‌ای عمل می‌کنند که منجر به «فرسودگی تمام‌عیار منابع روانی» در افراد می‌شوند، جدول ۲ (Lazarus, 2011; Hobfoll, 1984). زمانی که زوجین با عدم امنیت مالی و ناتوانی در تأمین نیازهای بنیادین و آبرومندانه زندگی مواجه هستند، تمامی منابع شناختی، تمرکز و انرژی عاطفی آن‌ها که باید صرف همدلی، درک متقابل، خلاقیت در رابطه و حل مسائل مشترک شود، به طور کامل و بی‌رحمانه‌ای درگیر دغدغه‌های بقا و نگرانی‌های فرساینده معیشتی می‌گردد (Randles, 2020; LeBaron et al., 2021).



این وضعیت منجر به پیدایش پدیده‌ای خطرناک می‌شود که در آن «توانایی تحمل پریشانی» به شدت کاهش یافته و کوچک‌ترین اصطکاک رفتاری یا اختلاف‌نظر ساده میان زوجین به تعارضات شدید، پرخاشگرانه و گاه غیرقابل کنترل تبدیل می‌شود (Karney & Bradbury, 2020).

مکانیسم دقیق اثرگذاری استرس اقتصادی بر سازگاری زناشویی از طریق دو فرآیند روان‌شناختی «سرایت» و «تقاطع» قابل تبیین علمی است که درک آن‌ها برای درمانگران خانواده حیاتی است (Neff & Karney, 2017; Falconier & Kuhn, 2019). در فرآیند سرایت، فشار مالی و استرس محیط کار باعث افزایش خلق منفی، تحریک‌پذیری، اضطراب و کاهش فاحش آستانه تحمل در فرد می‌شود که این حالات ناخوشایند مستقیماً به فضای تعامل با همسر سرایت کرده و اتمسفر خانه را مسموم می‌سازد (Randles, 2020). در فرآیند تقاطع، استرس و ناامیدی یکی از زوجین باعث ایجاد استرس ثانویه در دیگری شده و کل سیستم عاطفی خانواده را در وضعیتی از متشنج بودن پایدار قرار می‌دهد که مانع از هرگونه صمیمیت می‌شود (Falconier & Kuhn, 2019).

یافته‌های تجربی و آماری نشان می‌دهند که استرس‌های اقتصادی به شدت با کاهش معنادار رضایت جنسی، افزایش رفتارهای خشونت‌آمیز خانگی، کاهش صمیمیت کلامی و تضعیف وفاداری در ارتباط هستند (Doss et al., 2020; Schramm & McCarthy, 2022). در واقع، فشار مالی باعث تغییر در بازنمایی‌های ذهنی زوجین می‌شود؛ به گونه‌ای که آن‌ها به جای اینکه یکدیگر را به عنوان منبع حمایت، تسکین و عشق ببینند، به مثابه یک منبع هزینه، بار اضافی یا مانعی برای رفاه ادراک می‌کنند که این تغییر در ادراک، ریشه‌های سازگاری را از بن می‌خشکاند، جدول ۲ (Karney & Bradbury, 2020). در جامعه معاصر ایران، نوسانات شدید اقتصادی دهه اخیر به عنوان یک عامل فرساینده کلان، نه تنها معیشت، بلکه ساختار قدرت، توزیع نقش‌ها و عزت‌نفس اعضای خانواده را نیز به شکلی بنیادین دگرگون کرده است (حجاریان، ۱۴۰۴). ناتوانی در ایفای نقش‌های سنتی و هنجاری (مانند نان‌آوری توسط مرد یا مدیریت بهینه خانه توسط زن) در شرایط بحران اقتصادی، منجر به بحران‌های عمیق هویت، کاهش شدید عزت‌نفس و ایجاد تعارضات پایداری شده است که راه را برای جدایی هموار می‌کنند (Mortazavi et al., 2022).

همچنین، فرسایش معیشتی باعث حذف تدریجی و اجباریِ فعالیت‌های مشترک لذت‌بخش، سفرهای خانوادگی و اوقات فراغت زوجین گشته است — فعالیت‌هایی که در حقیقت به عنوان عوامل بازسازی‌کننده و شارژکننده باتری عاطفی رابطه عمل می‌کنند (Cavanagh & Huston, 2019). این حذف تدریجی لحظات مثبت و خاطره‌ساز، منجر به غلبه بلامنازع تعاملات منفی، بحث‌های تکراری مالی و در نهایت پدیده «دلزدگی زناشویی» می‌شود (LeBaron et al., 2021). مطالعات نشان می‌دهند که در چنین شرایط فرساینده‌ای، برخورداری از حمایت‌های هوشمندانه اجتماعی و دولتی می‌تواند به عنوان یک ضربه‌گیر و تعدیل‌کننده عمل کند، اما در غیاب این چترهای حمایتی، استرس اقتصادی به تنهایی قادر است مستحکم‌ترین و عاشقانه‌ترین پیوندهای عاطفی را نیز به سمت فروپاشی عاطفی و قانونی هدایت نماید (Gao & Yao, 2023; Umberson & Thomeer, 2020).



جدول ۲

شاخص‌های فرسایش اقتصادی	پیامد مستقیم بر رابطه زناشویی	مکانیسم روان‌شناختی-رفتاری
بیکاری مزمن و عدم امنیت شغلی	سقوط عزت‌نفس و کاهش احترام متقابل	بحران هویت جنسیتی و تغییر نقش‌ها
تورم و تقلیل فاحش قدرت خرید	افزایش تعارضات حاد بر سر مدیریت مالی	تخلیه منابع خودتنظیمی و تحریک‌پذیری
انباشت بدهی‌های سنگین	کاهش معنادار صمیمیت عاطفی و جنسی	غلبه اضطراب مزمن و خلق افسرده
حذف اوقات فراغت و تفریح مشترک	افزایش دلزدگی و ایجاد فاصله عاطفی	فرسایش تقویت‌کننده‌های مثبت رابطه

عوامل تعدیل‌کننده و صیانتی در برابر فرسایش اجتماعی

علیرغم تهاجمات همه‌جانبه و فشارهای فرساینده محیطی و اجتماعی، برخی خانواده‌ها و زوجین توانایی شگفت‌آوری در حفظ انسجام، آرامش و سازگاری خود نشان می‌دهند که از منظر علمی بسیار حائز اهمیت است (Walsh, 2016; Luthar et al., 2017; Prime et al., 2020). این تفاوت در عملکرد و خروجی رابطه، ریشه در وجود متغیرهای تعدیل‌کننده، ضربه‌گیر و منابع صیانتی دارد که به شکلی هوشمندانه اثرات مخرب محیط را خنثی یا کمرنگ می‌سازند. «تاب‌آوری روان‌شناختی و سیستمی» به عنوان اصلی‌ترین این عوامل، به زوجین اجازه می‌دهد تا در مواجهه با تندبادهای استرس‌زای بیرونی، انعطاف‌پذیری خود را حفظ کرده و به جای فروپاشی ساختاری، به دنبال راهکارهای نوین و خلاقانه برای انطباق با شرایط جدید باشند (Prime et al., 2020).

افراد تاب‌آور با برخورداری از نگاهی خوش‌بینانه و معناگرا به سختی‌ها، مانع از غلبه حس ناامیدی، درماندگی و خشم ناشی از فرسایش اجتماعی بر فضای رابطه می‌شوند (Bonanno et al., 2019).



معنویت، دینداری اصیل و باورهای مذهبی نیز به عنوان یک منبع عظیم «معناساز» و ثبات‌بخش، نقش بسیار حیاتی و تعیین‌کننده‌ای در تعدیل اثرات ویرانگر فرسایش اجتماعی ایفا می‌کنند (Hook & Van Tongeren, 2021). تحقیقات گسترده نشان می‌دهند که زوجین دارای جهت‌گیری مذهبی مشترک و عمیق، در مواجهه با بحران‌های اقتصادی، فقدان‌ها و ناملایمات اجتماعی، انسجام عاطفی و پایداری بیشتری از خود نشان می‌دهند؛ زیرا دینداری با تقویت فضایل اخلاقی بنیادینی نظیر صبر، ایثار، گذشت و قناعت، آستانه تحمل زوجین را در برابر سختی‌های زمانه بالا می‌برد (Ahmadi et al., 2018).

در ایران، نگرش‌های اسلامی و اخلاقی به عنوان یک عامل محافظت‌کننده قدرتمند در برابر رفتارهای ناهنجار و کاهش‌دهنده تمایل به طلاق در شرایط بحرانی شناخته شده‌اند؛ معنویت با ایجاد نوعی «امنیت درونی و لنگرگاه روانی»، وابستگی عاطفی زوجین به تأییدیه‌های متزلزل محیطی را کاهش داده و آن‌ها را قادر می‌سازد حتی در محیط‌های بسیار فرساینده و ناپایدار، آرامش و حرمت رابطه خود را حفظ کنند (اسدی و آقاجانی، ۱۳۹۸).

یکی دیگر از مکانیسم‌های صیانتی و تعدیل‌کننده بسیار حیاتی، پدیده «مقابله دوجانبه» و «پاسخگویی حساس شریک زندگی» است که قلب تپنده مدل‌های نوین زوج‌درمانی محسوب می‌شود (Bodenmann & Randall, 2021; Falconier, Randall, & Bodenmann, 2019). یافته‌های مبتنی بر مدل‌های علمی نشان می‌دهند که وقتی شرکای زندگی نسبت به نیازهای عمیق عاطفی یکدیگر پاسخگو بوده و رفتارهای حمایتی باکیفیت (مانند گوش دادن همدلانه، اعتباربخشی به رنج همسر و حمایت‌های عملی) نشان می‌دهند، اثرات مخرب استرس‌های سنگین خارجی نظیر بیکاری، بدهی و فشارهای اجتماعی به شدت تقلیل می‌یابد (Reis et al., 2004; Reis & Gable, 2015; Falconier et al., 2019).

در حقیقت، «پاسخگویی رفتاری همسر» به مثابه یک ضربه‌گیر فولادین عمل می‌کند که مانع از تبدیل استرس محیطی به تعارض ویرانگر زناشویی می‌شود (Reis & Gable, 2015; Bodenmann & Randall, 2013). زوجینی که در مواجهه با تندبادهای فرسایش اجتماعی، یک «جبهه متحد و نفوذناپذیر» تشکیل می‌دهند و به جای سرزنش یا تخلیه خشم، با هم علیه مشکل بیرونی مبارزه می‌کنند، نه تنها سازگاری و پایداری خود را حفظ کرده، بلکه از دل بحران‌ها به صمیمیت عمیق‌تر، اعتماد ریشه‌دارتر و حتی «رشد پس از تروما» دست می‌یابند (Falconier et al., 2019; Joseph & Linley, 2006).



مکانیسم و عملکرد محافظتی در برابر فرسایش

متغیرهای تعدیل‌کننده و صیانتی

بازیابی سریع کارکرد، تنظیم هیجان و انعطاف در بحران	تاب‌آوری روان‌شناختی (Resilience)
معنابخشی به رنج، تقویت صبر و فضایل اخلاقی مشترک	باورهای مذهبی و معنویت اصیل
خنثی‌سازی اثر سرایت استرس و ایجاد امنیت روانی	پاسخگویی حساس همسر (Responsiveness)
تبدیل بحران فردی به تلاش متحدانه و حمایتی «ما»	مقابله دوجانبه (Dyadic Coping)
فراهم آوردن منابع عاطفی و مالی در تنگناهای ساختاری	حمایت‌های اجتماعی درون‌گروهی

۳. روش تحقیق

برای نوشتن این مقاله‌ی مروری از یک رویکرد سیستماتیک و جامع در گردآوری و تحلیل داده‌ها با هدف تبیین سازو کارهای نظری و مدل‌های مفهومی مرتبط با فرسایش اجتماعی، استرس‌های کلان‌ساختاری و سازگاری زناشویی استفاده شد. برای گردآوری ادبیات علمی، جست‌وجو به‌صورت نظام‌مند در پایگاه‌های داده معتبر انجام شد.

مطالعاتی در مرور وارد شدند که به یکی از محورهای اصلی زیر پرداخته باشند:

- تأثیر فرسایش اجتماعی یا استرس اقتصادی بر روابط زناشویی
 - سرمایه اجتماعی و اعتماد در خانواده
 - مکانیسم‌های مقابله دوجانبه (Dyadic Coping)
 - تاب‌آوری روان‌شناختی و سیستمی
 - مقالات علمی چاپ‌شده در ژورنال‌های معتبر (Q1-Q2) بین سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۴ باشند (فقط یک استثناء: Lazarus & Folkman (1984))
 - شامل شواهد نظری، مدل‌های مفهومی یا یافته‌های تجربی مرتبط باشند.
- معیارهای خروج مقالات:
- پژوهش‌های فاقد ارتباط مستقیم با موضوع.



• مقالات غیرعلمی، پایان‌نامه‌های منتشرنشده و گزارش‌های بدون دآوری.

• منابع تکراری یا فاقد داده نظری قابل تحلیل.

از میان بیش از ۱۵۰ منبع اولیه شناسایی‌شده، بر اساس معیارهای ورود و خروج، از ۱۱۵ منبع علمی معتبر برای تحلیل انتخاب گردید.

۴. بحث و نتیجه‌گیری

مرور پیش‌رو با تکیه بر مدل‌های شاخص روان‌شناسی خانواده و رویکردهای سیستمی، تصویری روشن از این حقیقت ارائه می‌دهد که فرسایش اجتماعی و فشارهای کلان ساختاری، نه عوامل پیرامونی دوردست، بلکه نیروهایی فعال و درونی‌شونده‌اند که به‌طور مستقیم مکانیسم‌های انطباقی زوجین را مختل می‌کنند. مدل‌های ABC-X، مدل مضاعف مک‌کوبین، آسیب‌پذیری-استرس-انطباق، و نیز چارچوب «ما-استرس» بودنمن در مجموع نشان می‌دهند که رابطه زناشویی در جهان معاصر، در خلأ اتفاق نمی‌افتد و کیفیت پیوند زوجین تابعی از تعامل پیچیده استرس‌های محیطی، ویژگی‌های فردی و فرآیندهای تعاملی دوجانبه است.

یکی از یافته‌های کلیدی این مرور، برجسته شدن نقش فرسایش سرمایه اجتماعی به عنوان یک سازوکار زمینه‌ای تضعیف‌کننده سازگاری زناشویی است. کاهش اعتماد اجتماعی، افت همبستگی مدنی و ریزش شبکه‌های حمایت درون‌گروهی، نه تنها منابع بیرونی زوجین را محدود می‌سازد، بلکه «ادراک ناامنی روانی» را فعال کرده و الگوهای دفاعی سرد، کنترل‌گر و آمیخته با سوءظن را در روابط زناشویی افزایش می‌دهد. این یافته کاملاً با شواهد معاصر هم‌سو است که نشان می‌دهد افت سرمایه اجتماعی، کیفیت ارتباط، امنیت عاطفی و صمیمیت زوجین را تضعیف کرده و زمینه را برای بروز الگوهای خصمانه و کناره‌گیرانه فراهم می‌کند.

از سوی دیگر، تحلیل داده‌های نظری و پژوهشی مرتبط با فرسایش اقتصادی نشان می‌دهد که فشارهای مالی گسترده، نه در قالب محرک‌های مالی صرف، بلکه به‌عنوان استرسورهای مزمن روان‌شناختی عمل می‌کنند. این فشارها با تخلیه تدریجی منابع شناختی و هیجانی زوجین، توانایی آن‌ها را برای به‌کارگیری مهارت‌های ارتباطی، همدلی و حل مسئله مختل کرده و زمینه را برای تجربه «فرسودگی زناشویی» فراهم می‌سازند. مکانیسم‌های «سرایت استرس» و «تقاطع استرس» به‌خوبی نشان می‌دهند که فشار اقتصادی چگونه از طریق افزایش تحریک‌پذیری، کاهش آستانه تحمل و انتقال خلق منفی، الگوهای گفت‌وگوی حمایتی را به الگوهای خصمانه تبدیل می‌کند.

در عین حال، مرور شواهد موجود، نقش حیاتی عوامل تعدیل‌کننده و محافظتی را برجسته می‌سازد. تاب‌آوری روان‌شناختی، معنویت و دینداری اصیل، پاسخگویی حساس همسر و مقیاس‌های مختلف مقابله دوجانبه، همگی به‌عنوان عوامل ریشه‌ای در خنثی‌سازی اثرات مخرب فرسایش اجتماعی عمل می‌کنند. یافته‌های مرور حاضر نشان می‌دهد که روابطی که بر پایه مکانیسم‌های حمایت‌مدار، همدلی سیستمی و «ما-بودن» استوار هستند، در برابر استرس‌های کلان مقاوم‌تر بوده و حتی گاهی از دل بحران‌ها به رشد و انسجام بیشتر می‌رسند.

مجموعه این شواهد تأکید می‌کند که سازگاری زناشویی پدیده‌ای پویا، چندسطحی و متأثر از رابطه متقابل میان عوامل فردی، ساختاری و فرهنگی است. بنابراین، فهم دقیق نقش فرسایش اجتماعی در روابط زوجین، مستلزم نگاهی تلفیقی و چندبُعدی است و نمی‌توان آن را صرفاً به ویژگی‌های فردی یا مهارت‌های ارتباطی محدود کرد.



مرور حاضر نشان می‌دهد که در جهان اجتماعی امروز، سازگاری زناشویی به شدت تحت تأثیر نیروهای کلان اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی و دیجیتال قرار دارد؛ نیروهایی که به صورت مستقیم و غیرمستقیم مکانیسم‌های انطباقی زوجین را فرسوده کرده و توان آن‌ها را برای حفظ رابطه‌ای پایدار، صمیمانه و معنابخش تضعیف می‌کنند. فرسایش سرمایه اجتماعی، فشارهای شدید اقتصادی، آنومی فرهنگی و فرسایش توجه دیجیتال، چهار محور اصلی این فروپاشی تدریجی را تشکیل می‌دهند. با این حال، یافته‌های ادغام‌شده در این مرور تأکید دارند که رابطه زناشویی، صرفاً قربانی منفعل این فشارها نیست. وجود منابع محافظتی مانند تاب‌آوری، معنویت، حمایت اجتماعی، مقابله دوجانبه و پاسخگویی حساس همسر، می‌تواند رابطه را در برابر شدیدترین بحران‌ها حفظ کند. این عوامل، نه تنها نقش ضربه‌گیر دارند، بلکه ظرفیت تبدیل بحران‌های اجتماعی به فرصت رشد، انسجام و صمیمیت بیشتر را فراهم می‌کنند.

از منظر کاربردی، نتایج این مرور نشان می‌دهد که سیاست‌گذاری اجتماعی، برنامه‌های ارتقای سلامت خانواده و مداخلات روان‌شناختی باید از سطح فردی فراتر رفته و به سطح سیستمی، اجتماعی و ساختاری گسترش یابند. مداخلاتی که تنها بر مهارت‌های فردی تمرکز می‌کنند، بدون توجه به بافتار اجتماعی فرساینده، کارآمدی محدودی خواهند داشت. آینده‌پژوهی و مداخله در حوزه خانواده باید مبتنی بر رویکردهای کل‌نگر، چندسطحی و بافت‌محور باشد.

در نهایت، این مقاله مروری چشم‌اندازی تلفیقی ارائه می‌دهد که می‌تواند مسیر پژوهش‌های آینده را روشن سازد: پژوهش‌هایی که به جای تمرکز بر تک‌متغیرها، به بررسی شبکه پیچیده تعاملات میان استرس‌های اجتماعی، آسیب‌پذیری‌های فردی و مکانیسم‌های ارتباطی دوجانبه می‌پردازند. تنها از طریق چنین رویکردی است که می‌توان راهکارهای مؤثر و پایدار برای تقویت پیوند زناشویی و محافظت از نهاد خانواده در برابر تهاجمات فرساینده عصر جدید ارائه داد.

۵. مراجع

- احمدی، حسین، و خزاعی، مهدی. (۲۰۱۸). نقش دینداری و معنویت در پایداری خانواده‌های ایرانی. <https://www.sid.ir/paper/522886/fa>. ۶۲-۴۵، (۳) ۱۴.
- اسدی، ن.، و آقاجانی، م. (۱۳۹۸). نقش جهت‌گیری مذهبی و معنویت در پیش‌بینی سازگاری و پایداری زناشویی زوجین ایرانی. فصلنامه پژوهش‌های خانواده، ۱۵(۳)، ۶۷-۴۵. <https://www.sid.ir/paper/559847/fa>.
- ترابی، فاطمه، و عابدینی، زهرا (۱۴۰۳). تعیین کننده‌های ازدواج خویشاوندی در ایران. دو فصلنامه مطالعات جمعیتی، ۸(۱)، ۳۵-۱. <https://doi.org/10.22034/jips.2024.436499.1211>
- حجاریان، احمد. (۱۴۰۴). بررسی وضعیت توانمند سازی زنان در نوحی روستایی دارای دهیار زن شهرستان اصفهان. پژوهش نامه زنان، ۱۶ (۲)، ۷۰-۳۹. <https://www.doi.org/10.30465/ws.2025.49394.4167>.
- خدیوی‌زند، س.، کاوه، ف.، و اسماعیلی، م. (۱۳۹۷). بررسی نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی در بروز تعارضات زناشویی. مجله پژوهش‌های خانواده و زنان، ۱۱ (۲)، ۶۸-۴۵. <https://sid.ir/paper/513381/fa>.
- صادقی، زهرا، و خلیلی، رضا. (۲۰۲۰). سرمایه دینی و کاهش تعارضات زناشویی در بافت ایرانی. پژوهشنامه روان‌شناسی اجتماعی، ۹ (۲)، ۱۴۰-۱۲۳. <https://www.sid.ir/paper/551298/fa>.
- طباطبایی، م.، رسولی، س.، و شریفی، ن. (۱۴۰۰). استفاده افراطی از شبکه‌های اجتماعی و پیامدهای آن بر صمیمیت زوجین. فصلنامه مطالعات خانواده، ۱۷ (۳)، ۱۰۸-۸۹. <https://sid.ir/paper/928613/fa>.



محمدی، ط؛ و اسدی، م. (۱۴۰۰). سرمایه اجتماعی، انسجام خانوادگی و پیامدهای ناپایداری زناشویی

در ایران. پژوهش‌نامه خانواده، ۱۷(۲)، ۴۵-۷۰. <https://www.sid.ir/paper/741256/fa>

- Abbasi-Shavazi, M. J., Sadeghi, R., & Torabi, F. (2018). Family change and social capital in Iran. *Journal of Comparative Family Studies*, 49(4), 567–590. <https://journalhosting.ucalgary.ca/index.php/jcfs/article/view/42106>
- Abrutyn, S. (2019). Toward a general theory of anomie: The social psychology of normlessness. *Sociological Theory*, 37(3), 223–248. <https://doi.org/10.1177/0735275119869177>
- Aghasi, M., Dindar, M., & Salavati, S. (2022). Digital media overuse and marital satisfaction in emerging adults. *Computers in Human Behavior*, 136, 107388. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107388>
- Appel, H., Marker, C., & Gnambs, T. (2020). Are social media ruining our lives? A review of meta-analytic evidence. *Educational Psychology Review*, 32(2), 531–558. <https://doi.org/10.1007/s10648-019-09496-0>
- Bodenmann, G., & Randall, A. K. (2013). Dyadic coping and the relationship between stress and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(2), 245–271. <https://doi.org/10.1177/0265407512455260>
- Bodenmann, G., & Randall, A. K. (2020). Couples coping with stress: A cross-cultural perspective. *Current Opinion in Psychology*, 32, 25–29. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2019.06.008>
- Bodenmann, G., & Randall, A. K. (2021). Couples' dyadic coping: A decade review. *Current Opinion in Psychology*, 43, 108–113. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.06.006>
- Bodenmann, G., & Randall, A. K. (2021). Dyadic coping and its significance for marital functioning. *Current Opinion in Psychology*, 43, 13–18. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.05.003>
- Bodenmann, G., Sutter-Stickel, D., & Randall, A. K. (2023). Dyadic coping in context: Advances in theory and research. *Annual Review of Clinical Psychology*, 19, 421–450. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-071721-015223>
- Bodonmann, G., Hilpert, P., Nussbeck, F. W., & Randall, A. K. (2019). Dyadic coping and relationship functioning: A meta-analysis. *European Psychologist*, 24(1), 26–41. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000347>
- Bonanno, G. A., Romero, S., & Klein, S. (2019). The temporal elements of psychological resilience. *Current Directions in Psychological Science*, 28(6), 506–512. <https://doi.org/10.1177/0963721419850902>
- Boss, P., & Mulligan, C. (2019). *Family stress theory*. In M. Fine & F. Fincham (Eds.), *Handbook of family theories*.
- Brailovskaia, J., Teismann, T., & Margraf, J. (2022). Relationship insecurity and social mistrust. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(5), 1347–1366.
- Brown, D. L., & Schafft, K. A. (2019). Rural people and communities in the 21st century: Resilience and transformation. *Annual Review of Sociology*, 45, 1–19. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-073018-022437>
- Buck, A. A., & Neff, L. A. (2020). Stress spillover in couples: The role of emotional responsiveness. *Journal of Family Psychology*, 34(5), 577–589. <https://doi.org/10.1037/fam0000610>
- Cavanagh, S., & Huston, T. (2019). Shared activities and marital quality: A longitudinal analysis. *Journal of Marriage and Family*, 81(4), 1032–1047.
- Cherlin, A. J. (2022). *Family change and variation in the modern world*. *Annual Review of Sociology*, 48, 1–20. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-030320-050126>
- Cherlin, A. J. (2022). *The marriage-go-round: The state of marriage and the family in America today*. New York, NY: Vintage. <https://www.penguinrandomhouse.com/books/30076/the-marriage-go-round-by-andrew-j-cherlin/>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of phubbing on relationship satisfaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Coontz, S. (2020). *The way we never were: American families and the nostalgia trap* (updated ed.). Basic Books.
- Cravens, J. D., Leckie, K. R., & Whiting, J. B. (2020). Facebook infidelity: Roles of online behaviors. *Journal of Marital and Family Therapy*, 46(2), 300–314. <https://doi.org/10.1111/jmft.12383>
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2022). Phubbed and alone. *Computers in Human Behavior*, 129, 107142. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107142>
- Dew, J., & Jackson, J. (2021). Financial stress and relationship outcomes: A meta-analysis. *Journal of Family and Economic Issues*, 42(2), 234–251. <https://doi.org/10.1007/s10834-020-09712-6>
- Donato, K. M., & Crosnoe, R. (2022). Family embeddedness and social context. *Annual Review of Sociology*, 48, 343–362. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-030420-015238>
- Donato, S., Parise, M., & Iafraite, R. (2023). Chronic stress and relational erosion. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40(5), 1272–1290. <https://doi.org/10.1177/02654075231156124>
- Doss, B. D., Cicila, L. N., & Georgia, E. J. (2020). Economic pressure and intimate relationships. *Family Process*, 59(3), 1332–1345.



- Ducharme, J., George, M. J., & Odgers, C. L. (2023). Tech-based emotional avoidance. *Developmental Psychology*, 59(4), 712–726. <https://doi.org/10.1037/dev0001549>
- Dwyer, R. J., Kushlev, K., & Dunn, E. (2018). Smartphone use harms face-to-face interaction. *Journal of Experimental Social Psychology*, 78, 233–239. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2017.10.007>
- Elhai, J. D., Yang, H., & Levine, J. C. (2020). Smartphone addiction and relationships. *Computers in Human Behavior*, 109, 106331. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106331>
- Falconier, M. K., Jackson, J. B., Hilpert, P., & Bodenmann, G. (2019). Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 33(5), 540–551. <https://doi.org/10.1037/fam0000516>
- Falconier, M. K., Krenz, C. A., & Garcia, R. (2021). Advances in the VSA model. *Current Opinion in Psychology*, 43, 107–112. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.06.007>
- Falconier, M. K., Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2019). Couples coping with stress: A cross-cultural perspective. *American Psychologist*, 74(6), 609–620. <https://doi.org/10.1037/amp0000470>
- Falconier, M. K., Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2019). Couples coping with stress: A cross-cultural perspective. *Family Process*, 58(3), 713–728. <https://doi.org/10.1111/famp.12367>
- Finkel, E. J., Simpson, J. A., & Eastwick, P. W. (2018). Core principles of close relationships. *Annual Review of Psychology*, 69, 383–411. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122216-011737>
- Gao, M., & Yao, M. (2023). Social protection and family adjustment. *Social Science & Medicine*, 320, 115693.
- Gholami, A., Rezaei, M., & Farhadi, H. (2021). Economic crisis, family roles, and distress in Iran. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(11), 3187–3205.
- Hall, J. A., Johnson, R. M., & Ross, E. M. (2021). The experience of “phubbing” in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(1), 90–109. <https://doi.org/10.1177/0265407520951628>
- Hawkins, D. N., & Booth, A. (2020). trust erosion and marital decline. *Journal of Marriage and Family*, 82(3), 928–944.
- Helliwell, J. F., & Putnam, R. D. (2004). The social context of well-being. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, 359, 1435–1446. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1522>
- Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J., & De Neve, J. E. (2021). Social trust and wellbeing. *Nature Human Behaviour*, 5, 130–138. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-00985-0>
- Hertlein, K. M., & Ancheta, K. (2018). Relationships and infidelity in the digital age. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 17(3), 237–254. <https://doi.org/10.1080/15332691.2018.1445961>
- Hertlein, K. M., & Stevenson, A. (2020). Technology and couple relationships. *Family Relations*, 69(1), 187–200. <https://doi.org/10.1111/fare.12395>
- Hiller, V., & Kitsaras, G. (2020). Social capital and marital satisfaction: A systematic review. *Journal of Family Issues*, 41(8), 1185–1212. <https://doi.org/10.1177/0192513X19894350>
- Hobfoll, S. E. (2011). Conservation of resources theory: Its implication for stress, health, and resilience. *Oxford Handbook of Stress, Health, and Coping*. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195375343.013.0007>
- Holte, A. J., & Ferraro, F. R. (2020). Emotional avoidance & social media. *Current Psychology*, 39, 1181–1187. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9844-5>
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2006). Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice. *Clinical Psychology Review*, 26(8), 1041–1053. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.12.006>
- Karney, B. R. (2021). Socioeconomic conditions & intimate relationships. *Current Opinion in Psychology*, 43, 54–59. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.07.010>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Contextual influences on relationship stability: Economic pressure, stress, and marital outcomes. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 259–276. <https://doi.org/10.1111/jomf.12633>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on marital satisfaction and stability in the 2010s: Challenging conventional wisdom. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 100–116. <https://doi.org/10.1111/jomf.12635>
- Kim, H., & McKenry, P. C. (2019). Family social capital & conflict resolution. *Family Process*, 58(4), 1234–1249.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (2019). Stress appraisal and coping: 30-year review. *Annual Review of Psychology*, 70, 1–21.
- LeBaron, A. B., Holmes, E. K., & Madsen, J. (2021). Financial stress & marital quality. *Journal of Family Psychology*, 35(3), 369–380. <https://doi.org/10.1037/fam0000817>
- Lebow, J. L. (2014). *Couple and family therapy: An integrative map of the territory*. Washington, DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14303-000>
- Lebow, J. L. (2020). Contemporary issues in family therapy. *Family Process*, 59(4), 1047–1064. <https://doi.org/10.1111/famp.12654>



- Lee, H., & Bierman, A. (2020). Decline of kin networks. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(10), 2805–2827.
- Kumar, N. L., & Zillmer, N. (2017). Resilience. In *Handbook of child psychology and developmental science* (pp. 1–40).
- Wiley.Marwick, A., & Boyd, D. (2021). Social comparison online. *New Media & Society*, 23, 3625–3642. <https://doi.org/10.1177/1461444820952793>
- Lin, N. (2001). *Social capital: A theory of social structure and action*. Cambridge: Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511815447>
- Masarik, A. S., & Conger, R. D. (2017). Stress and child development: A review of the Family Stress Model. *Current Opinion in Psychology*, 13, 85–90. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.05.008>
- McCubbin, H. I., & Patterson, J. (1983). The family stress process: The Double ABCX model of adjustment and adaptation. *Marriage & Family Review*, 6(1), 7–37. https://doi.org/10.1300/J002v06n01_02
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). Technology interference in relationships: Technoference and implications for couples. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85–98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>
- Mokhtari, Z., Farahmand, B., & Ebrahimi, M. (2022). Instagram & value erosion in Iran. *Journal of Consumer Culture*, 22(4), 885–904. <https://doi.org/10.1177/14695405211030609>
- Mortazavi, S., Karimi, A., & Nouri, R. (2022). Identity threat under economic pressure. *International Journal of Psychology*, 57(6), 810–822.
- Murray-Swank, A., & Pargament, K. I. (2021). Spirituality in couples therapy. *Journal of Family Psychology*, 35(6), 807–818. <https://doi.org/10.1037/fam0000870>
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2017). Affective spillover & crossover. *Journal of Marriage and Family*, 79(4), 971–989.
- Park, C. L. (2023). Meaning-making under chronic stress. *American Psychologist*, 78(2), 178–192. <https://doi.org/10.1037/amp0001092>
- Peters, H., Delgadillo, J., & Northcote, N. (2023). Behavioral accountability. *Journal of Family Psychology*, 37(4), 512–526. <https://doi.org/10.1037/fam0001042>
- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. (2020). Risk and resilience in family well-being during COVID-19. *American Psychologist*, 75(5), 631–643. <https://doi.org/10.1037/amp0000660>
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*.
- Simon & Schuster.Rahimi, A., & Abdollahi, A. (2021). Social media pressures in Iranian couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(7), 2013–2031. <https://doi.org/10.1177/02654075211005574>
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. New York, NY: Simon & Schuster. <https://www.simonandschuster.com/books/Bowling-Alone/Robert-D-Putnam/9780743203043>
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2017). Stress and dyadic coping in couples. *American Psychologist*, 72(6), 728–739. <https://doi.org/10.1037/amp0000108>
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2017). Stress and its associations with relationship satisfaction. *Current Opinion in Psychology*, 13, 96–106. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.05.010>
- Randles, J. M. (2020). Financial stress & emotional strain. *Social Problems*, 67(4), 712–731.
- Reis, H. T., & Gable, S. L. (2015). Responsiveness. *Current Opinion in Psychology*, 1, 67–71. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.01.001>
- Reis, H. T., Clark, M. S., & Holmes, J. G. (2004). Perceived partner responsiveness as an organizing construct in the study of intimacy and closeness in relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 224–241. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.224>
- Rezaei, M., Lotfi, R., & Bayat, M. (2019). Economic strain in Iran. *Journal of Social Welfare Studies*, 19(1), 45–70.
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2020). Social media addiction & strain. *Addictive Behaviors*, 105, 106334. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106334>
- Rosand, G. M., et al. (2022). Stress & relational fragility. *Journal of Marriage and Family*, 84(6), 1482–1501. <https://doi.org/10.1111/jomf.12869>
- Sampson, R. J., & Raudenbush, S. W. (2004). Seeing disorder: Neighborhood stigma and the social construction of “broken windows”. *Social Psychology Quarterly*, 67(4), 319–342. <https://doi.org/10.1177/019027250406700401>
- Santarecchi, E., et al. (2020). Systemic resilience markers. *Nature Human Behaviour*, 4(2), 165–177. <https://doi.org/10.1038/s41562-019-0761-y>
- Satici, B., Uysal, R., & Deniz, M. E. (2021). Social media addiction & marital satisfaction. *Psychology and Behavioral Sciences*, 10(1), 1–10.
- Saxbe, D. E., & Repetti, R. L. (2020). Spillover in families. *Annual Review of Psychology*, 71, 635–658. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-051008>
- Schramm, D., & McCarthy, J. (2022). Economic hardship & aggression. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(9–10), 5463–5489.



- Sels, L., Ceulemans, E., & Reis, H. T. (2022). Why some couples thrive. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(3), 729–753. <https://doi.org/10.1177/02654075211058943>
- Sheridan, L., Griffiths, M., & Bell, B. (2023). Digital distraction. *Computers in Human Behavior*, 140, 107590. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107590>
- Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2020). Commitment and resilience. *Family Process*, 59(3), 1030–1045. <https://doi.org/10.1111/famp.12529>
- Steers, M. N., Wickham, R. E., & Acitelli, L. K. (2019). Highlight reels & dissatisfaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 45(11), 1615–1628. <https://doi.org/10.1177/0146167219833390>
- Teymoori, A., Bastian, B., & Jetten, J. (2017). Psychological analysis of anomie. *European Journal of Social Psychology*, 47(5), 561–582. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2230>
- Torabi, F., & Abbasi, S. (2022). Modernization & family change in Iran. *Social Indicators Research*, 162, 765–789.
- Turkle, S. (2019). Digital-age relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(7), 2047–2064.
- Turunen, E., & Hiilamo, H. (2021). Health effects of indebtedness: A systematic review. *BMC Public Health*, 21, 489. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10571-3>
- Umberson, D., & Montez, J. K. (2010). Social relationships and health: A flashpoint for health policy. *Journal of Health and Social Behavior*, 51(S), S54–S66. <https://doi.org/10.1177/0022146510383501>
- Umberson, D., & Thomeer, M. B. (2020). Family relationships & health. *Annual Review of Sociology*, 46, 139–158. <https://doi.org/10.1146/annurev-soc-121919-054741>
- Upenieks, L., & Ford, R. (2023). Social trust erosion. *Social Forces*, 101(3), 1123–1152. <https://doi.org/10.1093/sf/soac123>
- Van Breda, A. (2018). Critical review of resilience theory. *Social Work*, 54(1), 1–20. <https://doi.org/10.15270/54-1-611>
- Van Tongeren, D. R., & Hook, J. N. (2021). Religion & meaning. *Current Opinion in Psychology*, 40, 111–115. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.08.004>
- Van Tongeren, D. R., & Showalter Van Tongeren, S. (2020). Shared meaning-making. *Journal of Positive Psychology*, 15(6), 789–800. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1708364>
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2020). SNS & well-being. *Social Issues and Policy Review*, 14(1), 274–302. <https://doi.org/10.1111/sipr.12077>
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2020). Social comparison on social networking sites. *Current Opinion in Psychology*, 36, 32–37. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.02.002>
- Vogel, E. A., & Rose, J. P. (2022). Social comparison online. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(2), 389–411. <https://doi.org/10.1177/02654075211047690>
- Walsh, F. (2016). *Strengthening family resilience* (3rd ed.). Guilford Press.
- Walsh, F. (2021). *Strengthening family resilience* (4th ed.). New York: Guilford Press.
- Williamson, H. C., & Bradbury, T. N. (2021). Coping with couple stress. *Current Opinion in Psychology*, 39, 47–52. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.012>
- Williamson, H. C., Bradbury, T. N., Trail, T. E., Karney, B. R., & Doss, B. D. (2021). Risk factors for marital distress across the early years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 35(2), 212–224. <https://doi.org/10.1037/fam0000899>
- Williamson, H. C., Donoghue, J., & Bradbury, T. N. (2021). Stress spillover. *Journal of Family Psychology*, 35(3), 273–284. <https://doi.org/10.1037/fam0000812>