

بررسی اثربخشی رویکرد تجربه نگر ستیر بر بهبود الگوی ارتباطی و خود تمایز یافتگی زنان
Investigate the effectiveness of Satir experimental approach, in improve communication patterns, self-differentiation on women

Fatemeh Zamaniniya (Corresponding author)

Dept. of Psychology & Educational Science, Payame noor University, Sari, Iran Email: f.zaman21@yahoo.com

Baballah Pourjoybari

Dept. of Psychology & Educational Science, Payame noor University, Sari, Iran

Seyed Ali Kimiyaei

Dept. of Psychology & Educational Science, Ferdowsi University, Mashhad, Iran

فاطمه زمانی نیا (نویسنده مسئول)

گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور ساری، ساری، ایران
f.zaman21@yahoo.com

باب الله خشی پور جویباری

گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور ساری، ساری، ایران

سید علی کیمیایی

گروه روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

Abstract

Aim: The purpose of this study was to investigate the effectiveness of Satir experimental approach, in improve communication patterns, self-differentiation on women involve emotional divorce in Mashhad. **Method:** It was a quasi-empirical study including pre and posttests with a control group. 30 people among of married women referring to Health Center No.3 of Mashhad, responded to the Christensen & Sullaway communication patterns questionnaire were randomly placed in group of 15 to experimental and control group and responded to Skowron & Dendy's self-differentiation questionnaire. The experimental group were trained during 8 sessions by Satir's experimental approach, In 90 minutes and no intervention was used for the control group, after training was finished, posttest was implemented. **Results:** The obtained data using the spss-22 software through covariance analysis. **Conclusion:** The Results showed that there effect in significant improve communication patterns on women. no significant self-differentiation. As a result, it can be said that the training of Satir approach to improving women's constructive communication patterns has been effective.

Keywords: Satir's experimental approach, communication patterns, differentiation-self

چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی رویکرد تجربه نگر ستیر بر بهبود الگوهای ارتباطی و خود تمایز یافتگی زنان شهر مشهد می باشد. **روش:** پژوهش به روش نیمه آزمایشی به صورت طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل انجام گردید. ۳۰ نفر از میان زنان متأهل مراجعه کننده به مرکز بهداشت شماره ۳ شهر مشهد براساس نمره پرسشنامه های الگوهای ارتباطی کریستینسن و سالووی به صورت تصادفی به گروه آزمایش و گروه اختصاص یافتند و به پرسشنامه خود تمایز یافتگی اسکورن و دندی نیز پاسخ دادند. گروه آزمایش هشت جلسه ۹۰ دقیقه ای مداخله درمانی را بر اساس رویکرد تجربه نگر ستیر دریافت کردند و گروه کنترل هیچ مداخله ای را دریافت نکردند، پس از اتمام دوره آموزش، پس-آزمون اجرا شد. **یافته ها:** داده ها با استفاده از نرم افزار ۲۲-SSPS و با روش تحلیل کوواریانس تحلیل شدند. نتایج نشان داد که آموزش رویکرد ستیر بر بهبود الگوهای ارتباطی زنان تأثیر معناداری دارد، نه بر خود تمایز یافتگی. **نتیجه گیری:** در نتیجه می توان گفت آموزش رویکرد ستیر بر بهبود الگوی ارتباطی سازنده زنان مؤثر واقع شده است.

کلید واژه ها: رویکرد تجربه نگر ستیر، الگوهای ارتباطی، تمایز یافتگی خود

مقدمه

مشکلات ارتباطی در سطح کوچک (خانواده) می‌تواند در بعد وسیع‌تر (جامعه) شیوع یابد و ارتباط انسانی را مختل کند و وقتی بنیان خانواده تزلزل پیدا کرد، بنیان اخلاقی و اجتماعی کل نظام اجتماعی هم متزلزل شده و جامعه رو به انحطاط می‌رود. (باستانی، روشن، گلزاری، ۱۳۹۱). ستیر (۱۹۸۸) ارتباط را قوی‌ترین عاملی می‌داند که نوع رفتار فرد را با دیگران و با حوادثی که در جهان اطراف او اتفاق می‌افتد، تعیین می‌کند. ستیر تعارضات زوجین را نتیجه ارتباطات مختل بین آنها می‌داند. در واقع روشی که زوجین با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند موجب بروز تعارضاتی در زوجین می‌گردد. از نظر ستیر اگر زن و شوهر نسبت به یکدیگر برخوردهای سرد و بی‌عاطفه داشته باشند سرانجام احساس خستگی و کسالت خواهند کرد این کسالت و بی‌عاطفه بودن روابط آنان را به بی‌تفاوتی عاطفی نسبت به یکدیگر سوق می‌دهد که یکی از بدترین نوع احساسات انسانی و یکی از دلایل واقعی طلاق زوجین است.

در مورد نقش ارتباطات مختل در بروز طلاق (گاتمن، نوتاریوس و مارکمن، ۲۰۰۱)^۱ نیز معتقد است که اکثر زوجین مطلقه ابتدا یک دوره آشفتگی رابطه را تجربه کرده‌اند و سپس به جدا شدن فکر کرده‌اند و بعد هم اقدام به جدایی نموده‌اند و نهایتاً هم طالق گرفته‌اند. ستیر اعتقاد دارد که هر فردی برای ادامه حیات خویش یک حس خودباوری را در خود پرورش می‌دهد که پدیدآیی و تحول آن به فرآیندهای ارزشی و معیارهای درون روانی و فرآیندهای تعاملی به ویژه تعاملات خانوادگی در راستای منزلت و حرمت فرد بستگی دارد. همچنین ستیر اعتقاد داشت ارزشی که هر فرد برای خود قائل است تا حدود خیلی زیادی به ارزشی وابسته است که اعضای خانواده به آن فرد اعطا می‌کنند. معیارهای سنجش خود و نیز بی‌ارزشی خود، قبل از همه در خانواده‌های اصلی شکل می‌گیرد و تضعیف و تقویت آن به بافتهای ارتباطی دیگر نظیر ازدواج و روابط با همسر بستگی دارد (جعفری، ۱۳۹۶).

(بوئن^۲، ۱۹۷۸) معتقد است که گروه زیادی از تعارض‌های زناشویی در ابتدای ازدواج، اینگونه است که ظاهراً واحد جدید و مستقلی تشکیل دادند، اما به سطح تفکیک مناسبی نرسیده‌اند و معتقد است که افراد تمایز نیافته دارای تفکر واضح و روشن و مستقل از دیگران نیستند و نمی‌توانند به وضوح افکار و احساسات و هیجانات خود را از دیگران متمایز کنند. (قادری، تبریزی، احقر، ۱۳۸۸) تمایز یافتگی خود، در سایه استقلال روانی و بلوغ عاطفی شکل می‌گیرد، امری دایمی و پویاست، به این معنا که افراد دائماً در تلاش برای حفظ تمامیت روانی خویش هستند و داشتن این ویژگی سبب می‌شود که اضطراب اجتماعی کمتری را تجربه نمایند زوجهای تمایز نیافته، قادر نیستند فردیت و استقلال خود را از خانواده پدری خود حفظ نمایند و احتمال بیشتری دارد تا ازدواج آنها به شکست بیانجامد. افراد تمایز یافته تعریف مشخصی از خود و عقایدشان دارند. آنها می‌توانند مسئولیت بیشتری را در انتخاب جهت گیری‌های خود در زندگی بپذیرند و در موقعیتهای شدیداً عاطفی، کنترل خود را از دست ندهند و منطقی و مسئولانه تصمیم‌گیری نمایند (همایی و دشت بزگرگی، ۱۳۹۷).

^۱ -Gottman, Notarius & Markman, 2001

^۲ - Bowen

یکی از ویژگی‌های فردی که در اثر تجارب اولیه کودک-والد در بزرگسالی، تأثیر مهمی بر روابط بین فردی دارد، سطح تمایز یافتگی خود است. خانواده‌ها و دیگر گروه‌های اجتماعی تأثیر زیادی روی نحوه تفکر، احساس و رفتار افراد دارند. محیط و خانواده سطح تمایز یافتگی فرد را در کودکی تعیین می‌کنند. بوئن تمایز یافتگی خود را توانایی افراد در انعطاف پذیر بودن و عاقلانه عمل کردن به ویژه در رویارویی با اضطراب تعریف کرده است (نیکولز و شوارتز، ۲۰۱۵^۱ نقل از دهقانی و همکاران، ۱۳۹۵). به نظر بوئن، درجه ظهور تفکیک خویشتن در هر فرد بیانگر میزان توانایی او برای تمیز فرایند عقلی از فرایند احساسی (عاطفی) است که وی تجربه می‌کند؛ یعنی، درجه توانایی فرد برای اجتناب از تبعیت خودکار رفتار از احساسات، بیانگر میزان تفکیک خویشتن است. بیشتر یک فرایند است تا هدفی دست یافتنی تفکیک در حکم مسیر زندگی است نه یک حالت وجودی یا بودن (فریدمن، ۱۹۹۱^۲). افراد کمتر تمایز یافته از لحاظ هیجانی، بسیار واکنش پذیرترند، به شدت به حمایت دیگران نیازمندند، توانایی ساختن مرزها و حریم‌های شخصی سالم در پیوندهایشان نیستند، به همین دلیل ترس از آشفته‌گی برآمده از هم‌آمیختگی با دیگران و پیامدهای ارتباط دوستانه دارند (مقدم فر، ذکایی و آشتیانی، ۱۳۹۷).

افراد خانواده‌ای که از هیجانانگیزان آگاه نیستند یا اگر هم هستند آن را سرکوب می‌کنند و به همین خاطر احساس ندارند و یا اینکه آن را ابراز نمی‌کنند، لذا جو «مردگی عاطفی» به وجود می‌آید که بروز نشانه‌های مرضی از جانب یک یا بیش از یکی از اعضای خانواده می‌انجامد. در چنین فضایی اعضای خانواده از یکدیگر می‌پرهیزند و خودشان را مشغول کار و سایر فعالیت‌های غیر خانوادگی می‌کنند (ستیر، ۲۰۰۹ به نقل از نصیری، ۱۳۹۱).

در شرایطی که درمانگران نظامند ریشه رفتارهای بیمارگونه را در بازی تعامل‌های خانواده می‌بینند تجربه گراها این تعامل را محصول فعالیت‌های نهفته و پشت صحنه می‌دانند که اعضای خانواده برای فرافکنی واکنش‌های دفاعی یکدیگر انجام می‌دهند. تلاش می‌کنند تا ابتدا اعضای خانواده با عواطف حقیقی خود، امیدها و آرزوها به همان اندازه نیز ترس‌ها و اضطراب‌هایشان ارتباط برقرار کنند و می‌توان امیدوار بود که تغییرات مثبتی در خانواده ایجاد شود که منجر به موفقیت-هایشان گردد. از این رو خانواده درمانگر تجربه گرا کار را وارونه انجام می‌دهند، یعنی ابتدا پرده از عواطف برداشتن و سپس با بهره‌گیری از این صداقت غنی شده پیوندهای اصیل‌تری بین اعضای خانواده به وجود می‌آورد (نیکولز و شوارتز، ۲۰۱۵، به نقل از دهقانی و همکاران، ۱۳۹۵).

در پژوهش (کشاوری و محمدزاده، ۱۳۹۰) اثربخشی مشاوره زناشویی به شیوه شناختی و ارتباطی ستیر در کاهش تعارض‌های زناشویی زنان در حال طلاق مؤثر، همچنین پژوهش (موسوی، جلوپاری و تبریزی، ۱۳۹۲) نشان داد، آموزش خانواده درمانی ستیر امکان تغییر خانواده‌ها را از آشفته به بالنده فراهم می‌کند. یافته‌های این پژوهش نشان داد با آموزش الگوی ستیر، توانایی شناخت و ابراز مناسب افکار و هیجانها، درک افکار، انتظارات و مهارت‌های ارتباطی بین والدین و فرزندان‌شان فراهم می‌شود (قادرپور، ۱۳۹۳) دریافت که مشاوره گروهی مبتنی بر رویکرد ارتباطی ستیر در کاهش فرسودگی زناشویی و میل به

^۱ - Nichols & Schwartz

^۲ - Fridmen

طلاق زوجین مؤثر است. (اسدی شیشه گران، قمری و شیخ الاسلامی، ۱۳۹۵) گزارش کردند که آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سبک‌های حل تعارض سازنده و غیر سازنده در نامزدها مؤثر است.

در پژوهش (لویزچن، ۲۰۱۵) گفته شد که در نتیجه آموزش مهارت ارتباطی بر گروه‌های متفاوت، بهتر است که غنی‌سازی رابطه با مهارت‌های ستیر برای عموم مردم آموزش داده شود تا ارتباط مؤثرتر و مثبت‌تر با خود و دیگران داشته باشند. در یافته‌های پژوهش (سالیوان و کوب، ۲۰۱۵) نشان داده شد که بین کیفیت آموزش مهارت‌های ارتباطی پیش از ازدواج با رضایتمندی در زوجین تازه ازدواج کرده رابطه مثبت وجود دارد.

نتایج پژوهش (اصغری، رشیدی، نقشینه و شریفی، ۱۳۹۴) نشان داد میان الگوی ارتباطی گفت و شنود و تمایز یافتگی با کیفیت زندگی رابطه مستقیم در سطح ۰/۰۰۱ وجود دارد و هر دو متغیر الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود توان پیش‌بینی کیفیت زندگی را دارند. نتایج پژوهش (رضائیان، موسوی و حسینیان، ۱۳۹۶) نشان داد که بین میزان تمایز یافتگی و مؤلفه‌های آن در بین زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی تفاوت معناداری وجود ندارد. بین الگوهای ارتباطی زوجین و مؤلفه‌های آن در بین زوجین متقاضی طلاق و زوجین عادی تفاوت معناداری وجود دارد. بطوری که زوجین متقاضی طلاق بیشتر از الگوهای ارتباطی اجتناب متقابل و توقع / کناره گیر و زوجین عادی بیشتر از الگوهای ارتباطی سازنده متقابل در روابط زناشویی خود استفاده کرده‌اند.

پژوهش (موسوی و همکاران، ۱۳۹۲) نشان داد که زنان متقاضی طلاق در همه ابعاد تمایز یافتگی به جزء واکنش پذیری عاطفی نمره‌های پایین‌تری نسبت به زنان عادی دارند. مطالعه‌ی (صمدی فرد، ۱۳۹۴) نشان داد که مؤلفه‌های تمایز یافتگی مثل گسلش عاطفی بهترین پیش‌بینی طلاق است. (موسویان، کرملو و گنجوی، ۱۳۸۸) دریافتند که میزان تمایز یافتگی زوجین متقاضی طلاق نسبت به زوجین عادی در حد پایین‌تری قرار دارد. علاوه بر این، یکی از عوامل بین فردی مؤثر بر رضایت و عدم رضایت زناشویی، توجه به الگوهای ارتباطی زوجین است. به گفته سخنگوی سازمان ثبت احوال کشور (۱۳۹۶) میانگین زندگی مشترک برای زوجین طلاق گرفته طی ۹ ماهه اول امسال ۹ سال است که در ۶۷ درصد طلاق‌های ثبت شده عمر ازدواج کمتر از ۱۰ سال بوده است. ۱۱ درصد طلاق‌های ثبت شده نیز میانگین سال زندگی مشترک کمتر از یک سال داشته‌اند، حجم بالای پرونده‌های دادگاه خانواده و وجود مشکلات زناشویی متعدد و مراجعه به مراکز مشاوره، از اهمیت بالایی برخوردار است و ضرورت دارد که با آموزش مدلی از خانواده درمانی ستیر به این سؤال پژوهش پاسخ دهیم، آیا رویکرد تجربه‌نگر ستیر بر بهبود الگوهای ارتباطی و تمایز یافتگی زنان مؤثر است؟

روش

نمونه پژوهش ۳۰ نفر از میان زنان متأهل مراجعه کننده به مرکز بهداشت شماره ۳ شهر مشهد براساس نمره پرسشنامه‌های الگوهای ارتباطی کریستینسن و سالووی به صورت تصادفی به گروه آزمایش و گواه اختصاص یافتند و به پرسشنامه خود تمایز یافتگی اسکورن و دندی نیز پاسخ دادند. در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و گواه جایگزین شدند. ملاک ورود به پژوهش کسب نمره برش پرسشنامه و مدت یکسال از زندگی مشترکشان گذشته باشد. پژوهش حاضر که به روش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل انجام گردید و قبل از اعمال مداخله‌های تجربی، پیش‌آزمون

روی گروه گواه و آزمایش صورت گرفت. سپس گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مداخله‌ی درمانی بر اساس رویکرد تجربه نگر ستیر دریافت نمودند و پس از اتمام جلسات بر روی هر دو گروه (آزمایش و گواه) پس آزمون انجام گردید.

ابزار

پرسشنامه الگوهای ارتباطی^۱

این پرسشنامه توسط (کریستینسن و سالوی، ۱۹۸۴) در دانشگاه کالیفرنیا تدوین شده و دارای ۳۵ ماده و سه الگوی ارتباطی سازنده متقابل، اجتناب متقابل و توقع/کناره‌گیری می‌باشد که ماده‌های آن در یک طیف ۹ رتبه‌ای لیکرت (۱=اصلاً امکان ندارد تا ۹= خیلی امکان دارد). (عبادت پور، ۱۳۷۹) (بابایی گرمخانی، مدنی و لواسانی، ۱۳۹۳) در ایران به منظور برآورد روایی این پرسشنامه، همبستگی بین مقیاس‌های این پرسشنامه و پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ^۲ را به دست آورد. آلفای کرونباخ کل پرسشنامه ۰/۸۱ تا ۰/۸۴ کرونباخ این مؤلفه را از ۰/۷۸ تا ۰/۷۳ گزارش نمودند. ضرایب همبستگی به دست آمده برای سه خرده مقیاس ارتباط سازنده متقابل، ارتباط اجتناب متقابل و ارتباط توقع کناره‌گیری به ترتیب عبارت بودند از ۰/۵۴، ۰/۶۱، (P < -۰/۰۰۱) (کریستینسن و هیوی^۳، ۱۹۹۰). (هیوی و لاین و کریستینسن، ۱۹۹۰)^۴ پایایی این پرسشنامه را برآورد کردند. (بودمن و همکاران، ۱۹۹۸) آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های CPQ گزارش شده است. از ۰/۵۰ تا ۰/۷۸، ۰/۸۴ تا ۰/۸۱ (عبادت پور، ۱۳۷۹) ضرایب پایایی خرده مقیاس‌های این پرسشنامه را گزارش کرد که همگی در سطح P < ۰/۰۰۱ معنادار بودند.

پرسشنامه تمایز یافتگی خود^۵

ابزار تمایز یافتگی خود توسط (اسکورن و دندی^۶، ۲۰۰۴) با هدف تمایز یافتگی افراد از خانواده اصلی ساخته شده است و خانم اسکین ترجمه کرده است و دارای ۴۵ سؤال و ۴ خرده مقیاس واکنش‌پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی، هم-آمیختگی با دیگران است. با مقیاس لیکرت در یک طیف ۶ گزینه‌ای درجه بندی شده است. دارای اعتبار با ضریب آلفای کرونباخ بالای ۰/۸۰ بوده است و روایی محتوایی‌اش مورد ارزیابی قرار گرفته است. در پژوهش (شکیبایی، ۱۳۸۵) و (استوار، ۱۳۸۶) مورد استفاده بوده است. روایی این پرسشنامه مورد تأیید متخصصان بوده و در پژوهش‌های (اسکورن، ۲۰۰۰) و (اسکورن و اسمیت، ۲۰۰۳) تأیید شده است. پژوهش (پاپکو و پلک، ۲۰۰۴) ضریب آلفا را (۰/۸۴) و اعتبار خرده آزمون‌ها را به شرح زیر گزارش داد. (واکنش عاطفی ۸۰، گسلس عاطفی ۰/۰۸، موقعیت مواضع شخصی ۰/۸۰ و آمیختگی با دیگران ۰/۷۴) در پژوهش (اسکورن و اسمیت، ۲۰۰۴) پایایی کل آزمون با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و پایایی خرده مقیاس‌های واکنش‌پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی و هم‌آمیختگی عاطفی با دیگران، ۰/۸۹ به ترتیب

¹- Communication Patterns Questionnaire

²-Enrich Marital Satisfaction

³-Christensen, Hevy

⁴- Heavey, Layne& Christensen

⁵- Differentation of Self-Questionnaire

⁶- Skowron & Dendy

⁷- Plick&Papco

محاسبه گردید. ۸۱٪، ۸۶٪، ۸۴٪ در ایران نیز (اسکیان، ثنایی و نوایی نژاد، ۲۰۰۸) پایایی کل آزمون را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ برآورد کرده است.

روش اجرای پژوهش

پس از نمونه‌گیری از مراجعان مرکز بهداشت شماره ۳ شهر مشهد و به صورت تصادفی در گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند، برای گروه آزمایش تعهد اخلاقی داده شد که اطلاعات شخصی آن‌ها محفوظ می‌ماند. برای گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مداخله درمانی مبتنی بر رویکرد تجربه‌نگر ستیر اجرا شد، مفاد این جلسات و آموزش‌ها با بهره‌گیری از کتاب آدام‌سازی در روان‌شناسی خانواده (ستیر، ۱۹۷۲) و کتاب ستیر از (بای و بای، ۱۳۹۵) تنظیم شد و به تأیید اساتید صاحب‌نظر رسید. خلاصه جلسات بدین شرح است:

جلسه اول: آشنایی با اعضای گروه و ضرورت و اهمیت تشکیل کلاس آموزشی

جلسه دوم: آشنایی با الگوهای ارتباطی و نقش آن در زندگی مشترک، شناسایی انتظارات، احساس و نیازها و هیجانات خود.

جلسه سوم: شناخت قواعد خانوادگی و اصلاح سبک‌های نامناسب پیام‌رسانی، سرزنشگر، آرام‌کننده، بی‌ربط‌گو، حسابگر، همخوان.

جلسه چهارم: تقویت عزت نفس^۵ و آموزش آرام‌سازی.

جلسه پنجم: تغییر و اصلاح با ضمیر من و آموزش فنون لمس و تماس.

جلسه ششم: بازسازی موارد منفی به شکل مثبت و فن نقاشی خانوادگی.

جلسه هفتم: آشنایی با تأثیرات تجربیات خانواده اصلی و استفاده از فن و آموزش همدلی کردن.

جلسه هشتم: بررسی چگونگی تداوم آموزش در زندگی و خاتمه جلسه با تکمیل پس‌آزمون.

یافته‌ها

در ابتدا شاخص‌های توصیف آماری مربوط به سن و سال‌های تأهل و تحصیلات افراد شرکت‌کننده به صورت جداگانه محاسبه گردید. میانگین سن گروه آزمایش ۳۱/۱۳ و گروه گواه ۳۵/۸ و سال‌های تأهل گروه آزمایش ۹/۷۳ و گواه ۱۴/۸۷ و فراوانی تحصیلات در مقطع دیپلم در گروه آزمایش با ۳۳/۳ و گواه ۴۶/۷ بیشترین میزان را نشان داد. نتایج حاصل از آمار توصیفی این پژوهش به تفکیک گروه‌های آزمایش و کنترل در پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول (۱) ارائه می‌شود.

جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه‌ها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیر	میانگین		انحراف معیار	
	تعداد	گواه	آزمایش	گواه
تمایز‌یافتگی	پیش‌آزمون	۱۳۹۰۱۷	۱۴۸۰۹۷	۱۵۰۲۳
	پس‌آزمون	۱۴۰۰۹۹	۱۶۰۰۳۸	۱۴۰۶۳
واکنش‌پذیری عاطفی	پیش‌آزمون	۳۲۰۶۳	۳۵۰۹۵	۸۰۲۲
	پس‌آزمون	۳۳۰۱۳	۴۰	۶۰۴۹
جایگاه من	پیش‌آزمون	۳۵۰۴۸	۳۶۰۴۷	۶۰۷۳
	پس‌آزمون	۳۵۰۰۹	۳۲۰۹۳	۷۰۱۱
گریز عاطفی	پیش‌آزمون	۳۷۰۷۳	۴۳۰۳۱	۸۰۹۴
	پس‌آزمون	۳۹۰۰۵	۴۸۰۸۴	۹۰۴

۱ - Blamer

۲ - Placater

۳ - Distractor

۴ - Coomputer or Rational Analyzer

۵ - Self esteem

۸۰۲۸	۸۰۲۸	۳۳۰۲۳	۳۳۰۲۳	۱۵	پیش آزمون	هم آمیختگی با دیگران
۴۰۹۶	۶۰۸۱	۳۸۰۶۱	۳۳۰۷۲	۱۵	پس آزمون	
۱۳۰۷	۹۰۱۹	۴۱۰۸۷	۳۸۰۱۱	۱۵	پیش آزمون	رابطه سازنده
۸۰۳۷	۸۰۳۵	۴۴۰۹۵	۳۷۰۴۱	۱۵	پس آزمون	
۱۱۰۹۳	۹۰۵	۲۹۰۷۸	۲۵۰۵۵	۱۵	پیش آزمون	خودتوقع-همسر دوری گزین
۱۲۰۹۸	۶۰۵۹	۲۶	۲۶۰۳۶	۱۵	پس آزمون	
۹۰۱۹	۱۵۰۳	۲۸۰۴۴	۳۲۰۲	۱۵	پیش آزمون	همسر توقع-خود دوری گزین
۸۰۶۶	۱۰۰۰۸	۲۰۰۹۵	۳۲۰۰۷	۱۵	پس آزمون	

همان گونه که در جدول (۱) مشاهده می شود، میانگین و انحراف استاندارد مؤلفه های پژوهش در گروه آزمایش تغییرات بیشتری دیده می شود.

جهت اجرای تحلیل کوواریانس لازم است پیش فرض های آن مورد بررسی و تأیید قرار گیرند.

پیش فرض ۱: نرمال بودن داده های پس آزمون: با توجه به نتایج آزمون شاپیرو ویلک سطح معناداری برای تمایز یافتگی ۰/۸۴۱، واکنش پذیری عاطفی ۰/۸۲۳، جایگاه من ۰/۳۱، گریز عاطفی ۰/۹۳، هم آمیختگی با دیگران ۰/۸۲۱، رابطه سازنده ۰/۱۳۳، خودتوقع-همسر دوری گزین ۰/۳۶۳ و همسر توقع-خود دوری گزین ۰/۵۳۹ حاصل شد؛ لذا در تمامی مؤلفه ها سطح معناداری بالاتر از ۰/۰۵ است ($p > 0.05$). در نتیجه فرض نرمال بودن تأیید می شود و می توان از آن ها در تحلیل های پارامتریک از جمله تحلیل کوواریانس و آزمون t استفاده کرد.

پیش فرض ۲: آزمون همگنی واریانس ها: با توجه به نتایج آزمون لوین، مقدار $F(1/28) = 0.2$; $p > 0.05$ برای تمایز یافتگی، $F(1/28) = 0.259$; $p > 0.05$ برای واکنش پذیری عاطفی، $F(1/28) = 0.464$; $p > 0.05$ برای جایگاه من، $F(1,28) = 1.623$; $p > 0.05$ برای گریز عاطفی، $F(1/28) = 0.109$; $p > 0.05$ برای هم آمیختگی با دیگران، $F(1/28) = 0.232$; $p > 0.05$ برای رابطه سازنده، $F(1,28) = 2.435$; $p > 0.05$ برای خودتوقع-همسر دوری گزین و $F(1/28) = 1.86$; $p > 0.05$ برای همسر توقع-خود دوری گزین حاصل شد؛ در نتیجه فرض ناهمگنی واریانس ها رد می شود و می توان نتیجه گرفت واریانس داده ها همگن هستند.

پیش فرض ۳: همگنی شیب رگرسیون: عدم همبستگی متغیرهای همپراش (پیش آزمون) بررسی شد و ضریب تعیین آن ها کمتر از ۰/۰۷ بود و پیش فرض سوم هم در متغیر الگوی ارتباطی روابط سازنده برقرار شد. چون همگنی شیب ها با مقدار ضریب تعیین ۰/۰۷ برای این متغیر معنی دار نشده است؛ لذا مهم ترین مفروضه برای تحلیل کوواریانس برای الگوی ارتباطی روابط سازنده برقرار می باشد و امکان تحلیل کوواریانس وجود دارد. آزمون همگنی شیب برای الگوی ارتباطی خود متوقع-همسر دوری گزین معنادار بود و مقدار آن ۰/۰۲۳ می باشد؛ همچنین این آزمون در مورد الگوی ارتباطی خود دوری گزین-همسر متوقع نیز بزرگ تر از ۰/۰۵ نبود در نتیجه مهم ترین مفروضه ی تحلیل کوواریانس برای این دو الگوی ارتباطی برقرار نیست. با توجه به نتایج بررسی همگنی شیب های رگرسیون با مقدار $F(1/26) = 12/15$; $p < 0.05$ برای تمایز یافتگی معنی دار شده است و مهم ترین مفروضه برای تحلیل کوواریانس برای تمایز یافتگی برقرار نمی باشد؛ معناداری برای همگنی شیب خرده مقیاس های تمایز یافتگی شامل واکنش پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی، هم آمیختگی با دیگران به ترتیب ۰/۰۰۳؛ ۰/۰۰۱؛ ۰/۰۰۳؛ ۰/۰۲۴؛ ۰/۰۲۴ بودند که کوچک تر از ۰/۰۵ می باشند. آزمون همگنی شیب ها برای

هیچ کدام از خرده مقیاس‌های تمایز یافتگی برقرار نبود و امکان آزمون تحلیل کوواریانس برقرار نشد؛ لذا از آزمون t جهت مقایسه میانگین‌ها در این متغیرها استفاده می‌شود.

با توجه به نتایج تحلیل کوواریانس، مقدار $F = 5/9$ در متغیر الگوی ارتباطی سازنده در سطح $0/02$ معنادار است و میان مجذور اتا نشان داد که 18% از تفاوت نمرات پس آزمون در گروه آزمایش مربوط به تأثیر رویکرد ستیر بر الگوی روابط سازنده‌ی زوجین می‌باشد؛ به عبارتی رویکرد ستیر بر الگوی روابط سازنده‌ی زوجین اثر داشته است.

جدول (۲) مقایسه‌ی نمرات دو گروه کنترل و آزمایش در متغیرهایی که پیش فرض تحلیل کوواریانس را نداشته‌اند.

متغیر	تفاوت میانگین	تفاوت انحراف معیار	مقدار t	درجه آزادی	سطح معناداری
تمایز یافتگی	-۹,۶	۶,۳۵	-۱,۵۱	۱۶,۴	۰,۰۷۵
واکنش‌پذیری عاطفی	-۳,۵۵	۲,۶۳	-۱,۳۵	۲۸,۰۰	۰,۰۹۴
جایگاه من	۳,۱۵	۲,۳۲	۱,۳۶	۱۷,۲۱	۰,۰۹۶
گریز عاطفی	-۴,۲۱	۳,۳۳	-۱,۲۷	۱۵,۵۶	۰,۱۱۲
هم آمیختگی با دیگران	-۴,۹۹	۲,۵۲	-۱,۹۷	۲۹	۰,۰۲۹
خودتوقع-همسر دوری گزین	۴,۶۰	۵,۲۸	۰,۸۷	۱۶,۲۴	۰,۱۹۸
همسر توقع-خود دوری گزین	۷,۳۵	۳,۸۸	۱,۸۹	۲۸,۰۰	۰,۰۳۴۵

نتایج جدول (۲) نشان می‌دهد از بین این متغیرها، تنها متغیر الگوی ارتباطی همسر توقع- خود دوری گزین تفاوت معناداری در سطح $0,05$ در دو گروه نشان دادند. متغیر تمایز یافتگی کلی و خرده مقیاس‌های ذکر شده‌ی آن تفاوت معناداری در دو گروه کنترل و آزمایش نشان ندادند؛ لذا رویکرد ستیر در میزان تمایز یافتگی و خرده مؤلفه‌های آن، همچنین در متغیر الگوی ارتباطی خودتوقع-همسر دوری گزین در گروه آزمایش تأثیر گذار نبود.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر که در زمینه اثر بخشی رویکرد تجربه نگر ستیر بر بهبود الگوهای ارتباط، تمایز یافتگی زنان است، خانواده درمانگر ستیر معتقد است بسیاری از تعارض‌های زناشویی و عدم احساس رضایت و درگیر روابط سرد و بی روح در زندگی زناشویی زمانی به وجود می‌آید که همسران از الگوی ارتباطی ناکارآمد در پیام‌رسانی‌های خود استفاده می‌کنند، یعنی پیام‌رسانی آن‌ها با حالت چهره، آهنگ صدا و زبان بدن، تناقض داشته یا ناهمخوان بوده است. (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۱۹۹۴ به نقل از شاهی براواتی، نقش بندی وارجمند، ۱۳۹۴) درمانگران به اتفاق عقیده دارند که مشکلات ارتباطی شایع‌ترین و مخرب‌ترین مشکلات در ازدواج‌های شکست خورده است.

اغلب زوج‌ها، در هنگام بروز مشکل جدی، علاقه کمتری به برقراری ارتباط دارند؛ بنابراین اطلاعات کمتری بین آن‌ها رد و بدل می‌شود و به تبع آن، احتمال سوء تفاهم افزایش پیدا می‌کند. به منظور بهبود وضعیت ارتباطی زوج‌ها باید به آن‌ها کمک شود تا دریابند ارتباط، متشکل از مجموعه مهارت‌هایی است که قابل یادگیری هستند. این مهارت‌ها می‌توانند به صورت گروهی یا کارگاه‌های آموزشی آموخته شوند. رویکرد ارتباطی ستیر با توجه به (نظری، ۱۳۸۴) پژوهش‌های انجام شده، بارها مورد تأیید قرار گرفته است که می‌توان علت مؤثر بودن آن را به محتوای برنامه‌های این رویکرد نسبت داد.

ستیر برای تبیین ارتباط مؤثر بین اعضای خانواده بیان می‌کند که ایجاد رابطه در همه رویکردهای ارتباطی و آموزشی به عنوان یک مرحله ضروری است که باید در ابتدای فرایند آموزش ایجاد شود و بدون تقویت ارتباط اعضای خانواده، هیچ کار

مهم دیگری در مورد حل تعارض‌های آنها نمی‌توان انجام داد. بطوری که زوجین متقاضی طلاق بیشتر از الگوی ارتباطی اجتناب متقابل و توقع/کناره گیر و زوجین عادی بیشتر از الگوی ارتباطی سازنده متقابل در روابط زوجی خود استفاده می‌کنند که با نتایج پژوهش‌های (کدخدایی، ۱۳۹۴)، (طراح، ۱۳۹۴)، (بابایی گرمخانی و همکاران، ۱۳۹۳) (لدبتر، ۲۰۰۹)، (میلز، ۲۰۰۸)، (اسمیس، هیون، سیاروشی، ۲۰۰۸)، (کریستین، سالوی، ۱۹۹۱) مبنی بر این که نوع الگوهای ارتباطی زوجین در ناسازگاری و طلاق زوجین دخیل است، همخوانی دارد.

این گونه می‌توان استنباط کرد که نوع الگوهای ارتباطی زوجین پیش زمینه بروز تعارض‌های زناشویی است. از این رو ارتباط را می‌توان به عنوان معیار معتبری برای تشخیص زوج‌های دارای طلاق عاطفی مورد استفاده قرار داد (رضاییان و همکاران، ۱۳۹۶). خانواده به عنوان نخستین پایگاه شکل‌گیری شخصیت، اساسی‌ترین عامل در فرآیند تمایز یافتگی خود است که نحوه تعاملات و سلامت خانوادگی می‌تواند مشخص کند که چقدر «خود» در یک فرد رشد می‌یابد، به نظر (کر و بوئن، ۱۹۸۸) خانواده‌هایی که از سلامت بالایی برخوردار هستند میزان رشد خود در اعضای آن خانواده زیاد می‌باشد؛ بنابراین راه کاهش و یا جلوگیری از سرایت تعارض‌های خانواده اصلی و گسترده به ازدواج و خانواده جدید، متمایز شدن از خانواده اصلی است (ثنایی، ۱۳۷۹). در نتیجه رشد کافی «خود» تمایز یافتگی فرد را افزایش می‌دهد و میزان موفقیت فرد در ازدواج بیشتر می‌شود (نعیمی، پیرساقی، بشیرپور و اکبری، ۱۳۹۴). یافته‌ها نشان داد که بین دو گروه آزمایش و گواه از لحاظ تمایز یافتگی خود و مؤلفه‌های چهارگانه تفاوت وجود ندارند که با نتایج پژوهش‌های (اسکورن، ۲۰۰۰)، (موسوی و همکاران، ۱۳۹۲) (صمدی فرد، ۱۳۹۴) و (محسنیان و همکاران، ۱۳۸۶) مغایرت دارد. در تبیین چنین ناهم‌سویی و اینکه چرا سطح پایین تمایز یافتگی افراد در دو گروه، تفاوت چندانی با پس‌آزمون نشان نداد. این چنین می‌توان استنباط کرد، با توجه به نمره‌های پایین آزمودنی‌ها در مقیاس تمایز یافتگی، این مسئله می‌تواند ناشی از فرهنگ و قومیت جمع‌گرایی جامعه مورد نظر باشد. در خانواده‌های جمع‌گرا نقش خانواده اصلی همسران در زندگی زناشویی آنها بسیار با اهمیت است و وفادار ماندن همسران حتی بعد از ازدواج به خانواده اصلی‌شان امری مهم است. در این فرهنگها رابطه والد-فرزند بسیار مهمتر از رابطه زن و شوهری تلقی می‌شود و رفتارهای فرزندان به گونه‌ای تشویق و جهت‌دهی می‌شوند که در صدد برآوردن رضایت خانواده باشند و نه رضایت فردی (روبرتو و فورمن، ۲۰۰۸). همچنین در خانواده‌های جمع‌گرا، اتصال مادام‌العمر بین نسلی و احترام فرزندان به اقتدار والدین در تمام سنین، بسیار ارزشمند شمرده می‌شود (فالیکو، ۲۰۰۳). در تأیید این تبیین نتایج پژوهش (چراغی، مظاهری، موتابی، پناغی، صادقی و سلمانی، ۱۳۹۴) نشان می‌دهد که در ارتباط بین همسران با خانواده اصلی آنها در فرهنگ جمع‌گرایی، مفهوم تمایز یافتگی به شکلی که در نظریه بوئن معرفی می‌گردد رخ نمی‌دهد. به گونه‌ای که همسران حتی پس از ازدواج نیز پیوندهای عاطفی شدیدی با خانواده مبدأ خود دارند؛ بنابراین بر اساس نتایج، تمایز یافتگی پایین و وجود پیوندهای عاطفی شدید بین هریک از همسران با خانواده اصلی‌شان، چالش بزرگی برای ازدواج آنها محسوب نمی‌شود و پیوندی قوی با خانواده اصلی خود حتی پس از ازدواج دارند. لذا در هر جامعه‌ای شکست یا موفقیت در ازدواج از عوامل فرهنگی مردمان آن جامعه نیز تأثیر می‌گیرد. بطوری که افراد در بافت‌های

فرهنگی مختلف اولویت‌ها، نیازها و انتظارات متفاوتی نسبت به ازدواج دارند که شیوه‌ی تحقق آن‌ها می‌تواند کیفیت رابطه زناشویی آنها را تحت تأثیر قرار دهد (پیفیر، ۲۰۱۳، به نقل از رضاییان و همکاران، ۱۳۹۶). در واقع کیفیت روابط درون خانواده، نقش بسزایی در شکل‌گیری نگرش‌ها و بازخوردهای اجتماعی اعضای خانواده دارد و پایه و اساس روابط درون خانواده بر محور رابطه زن و شوهر استوار است، طلاق عاطفی نماد وجود مشکل در ارتباطی سالم و صحیح بین زن و شوهر است. این مشکل ارتباطی در سطح خانواده می‌تواند در جامعه نیز شیوع و گسترش یابد و ارتباط انسانی را مختل نماید، وقتی بنیان نهاد خانواده دچار تزلزل شود، بنیان‌های اخلاقی و اجتماعی کل نظام اجتماعی متزلزل شده و جامعه به سوی مشکلات گوناگون سوق داده می‌شود.

از محدودیت‌های این پژوهش، می‌توان به روش آن اشاره کرد که پژوهش حاضر یک پژوهش نیمه تجربی است و امکان کنترل تمامی متغیرهای مداخله‌گر وجود نداشته است. ممکن است آزمودنی‌ها تحت شرایطی خارج از کنترل پژوهشگر و بدلیل تعداد زیاد سؤالات پرسشنامه - ها و شرایط روحی و جسمی نامناسب در زمان پاسخگویی به پرسشنامه‌ها تحت تأثیر قرار گرفته باشند، همچنین عدم امکان کنترل برخی متغیرهای مزاحم، مانند وضعیت اجتماعی و اقتصادی آزمودنی‌ها، بر نتایج مؤثر بوده است. پیشنهاد می‌شود اثربخشی رویکرد حاضر با دیگر رویکردها برای بهبود الگوهای ارتباطی بررسی شود. نیز پیشنهاد می‌شود در زمینه پژوهش تجربه‌نگرها در طی یک دوره طولانی مدت، پیگیری انجام شود.

منابع

- اسدی شیشه گران، س؛ قمری کیوی، ح؛ شیخ الاسلامی، ع. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سبک‌های حل تعارض سازنده در نامزدها. *فصلنامه مشاوره کاربردی*، سال ششم، شماره ۱، ۷۷-۸۸.
- استوار، آ. (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین سطح تمایز یافتگی از خانواده اصلی و میزان رضایت زناشویی زنان دانشجوی متأهل دانشگاه صنعتی شریف. پایان نامه کارشناسی ارشد. تهران. گروه مشاوره دانشگاه خاتم.
- اسکیان، پ. (۱۳۸۴). بررسی تأثیر سایکودرام (روان‌نمایشگری) بر افزایش تمایز یافتگی فرد از خانواده اصلی در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی منطقه ۵ تهران، به راهنمایی دکتر ثنایی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم (خوارزمی)، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، گروه مشاوره.
- بای، ر و بای، ف. (۱۳۹۵). ویرجینیا ستیر. چاپ اول، تهران: دانژه
- بابایی گرمخانی، م؛ مدنی، ی و غلامعلی لواسانی، م. (۱۳۹۳). بررسی رابطه معیارهای ارتباطی غیرواقعی با الگوهای ارتباطی و نقش آنها در پیش‌بینی دلزدگی زناشویی زنان متقاضی. ۶۷-۸۴ (۱) طلاق. *دو فصلنامه مشاوره کاربردی*، ۴.
- باستانی، س؛ گلزاری، م و روشنی، ش. (۱۳۹۰). پیامدهای طلاق عاطفی و استراتژی‌های مواجهه با آن *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، سال هفتم، شماره ۲۶.
- بیات مختاری، ث. (۱۳۹۲). *اثربخشی واقعیت‌درمانی گروهی بر کاهش طلاق عاطفی و پیامدهای روانشناختی آن*. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه فردوسی مشهد.
- جعفری، ا. (۱۳۹۶). تدوین یک برنامه روانی- آموزشی بر اساس الگوی ستیر برای زوجین متعارض و اثربخشی آن در کاهش سبک مقابله‌ای ناکارآمد و احتمال وقوع طلاق. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*. ۸ (۳) ۱۰۷-۱۳۰.

- چراغی، م؛ مظاهری، م ع؛ موتابی، ف؛ پناغی، ل؛ صادقی، م و سلمانی، خ. (۱۳۹۴). پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس کیفیت ارتباط همسران با دو خانواده اصلی ۱۲۵-۹۹، (۳۱) راهبرد فرهنگ، ۸.
- رضایان، ح. معصومی، س و حسینیان، س. (۱۳۹۶). بررسی و مقایسه تمایز یافتگی خود، الگوهای ارتباطی و رضایت جنسی در زوجهای متقاضی طلاق و عادی. *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*، دانشگاه شهید چمران اهواز دوره ۷، سال هفتم، پاییز و زمستان ۹۶ شماره. (۲) ۱۷-۳۲.
- رجایی، ا و کیمیایی، س ع. (۱۳۹۴). بررسی اثربخشی زوج درمانی به شیوه گاتمن بر کاهش طلاق عاطفی زوجهای متعارض شهر مشهد. *کنفرانس ملی پژوهش‌های نوین در علوم انسانی*.
- ستیر، و. (۱۳۸۸). *آدم سازی در روانشناسی خانواده*، ترجمه بهروز بیرشک، چاپ هفتم، تهران: رشد (اثر به زبان اصلی، ۱۹۷۰).
- شکیبایی، ط. (۱۳۸۵). *بررسی تأثیر آموزش خود تمایز سازی بر میزان سلامت روانی زنان مطلقه شهر تهران*. پایان نامه کارشناسی ارشد. تهران گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی.
- سایت امار ازدواج و طلاق ثبت و احوال کشور در (۱۳۹۵).
- صمدی فرد، ح ر. (۱۳۹۴). پیش بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس متغیرهای مزاج‌های عاطفی حمایت اجتماعی ادراک شده و همجوشی شناختی. *اولین همایش ملی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم انسانی و مطالعات اجتماعی ایران*.
- صلایانی، ف و اصغری ابراهیم آباد، م ج. (۱۳۹۴). مقایسه طلاق عاطفی در افراد درون‌نگرا و برون‌نگرا. *سومین کنفرانس مددکاری اجتماعی و امور اجتماعی ایران در برنامه ششم توسعه*، ۳-۹.
- طراح، ف. (۱۳۹۴). *پیش بینی بی ثباتی ازدواج بر مبنای عملکرد خانواده و الگوهای ارتباطی زوجین دانشجویان متأهل دانشگاه شهید باهنر کرمان*. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه باهنر.
- عبادت پور، ب. (۱۳۷۹). *هنجار یابی پرسشنامه الگوهای ارتباطی زناشویی در شهر تهران در سال ۷۹ - ۷۸*. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم.
- عسگری، س؛ رشیدی، ع. ل؛ نقشینه، ط و شریفی، س. (۱۳۹۴). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود با کیفیت زندگی زنان متقاضی طلاق. *رویش روان شناسی*. ۴ (۲): ۸۷-۱۱۲.
- قادری، ز؛ تبریزی، م؛ احقر، ق. (۱۳۸۸). اثر بخشی خانواده درمانی ستیر بر تغییر سبک‌های مقابله‌ای با تعارض زناشویی. *مجله اندیشه و رفتار روانشناسی بالینی*، شماره ۱۱.
- قادر پور، م. (۱۳۹۳). *بررسی اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر رویکرد ارتباطی ستیر بر فرسودگی زناشویی و میل به طلاق زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره*. پایان نامه ارشد، وزارت علوم و تحقیقات و فناوری، دانشگاه کردستان، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی.
- کدخدایی، م. (۱۳۹۴). *مقایسه تحریف‌های شناختی و الگوهای ارتباطی زوجین متقاضی طلاق و عادی شهر شیراز*. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی مرودشت.
- کشاورز، م و محمد زاده، ک. (۱۳۹۰). مقایسه اثر بخشی مشاوره زناشویی به شیوه شناختی و ارتباطی ستیر در کاهش تعارضات زناشویی زنان در حال طلاق. *دومین همایش ملی روانشناسی - خانواده*.
- گلدنبرگ، ا و گلدنبرگ، ه. (۱۳۹۴). *خانواده درمانی* (ترجمه حمید رضاحسین شاهی براواتی، سیامک نقشبندی، الهام، ارجمند). تهران: نشر روان.
- موسوی، م؛ جلویاری، ف؛ تبریزی، م. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش رویکرد ارتباطی ویرجینیا ستیر بر رابطه والد-فرزندی دختران نوجوان. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، سال ۷، شماره ۲۸ (۴)، ۹-۲۵.
- مقدم فر، ن و ذکایی آشتیانی، م. (۱۳۹۶). هم سنجی تمایز یافتگی خود، روان بنه‌های ناسازگار نخستین و حمایت اجتماعی ادراک شده زنان دارای همسر و زنان جدا شده. *آسیب شناسی، مشاوره و غنی سازی خانواده*. ۳ (۱): ۹۳-۱۱۴.

- محسنیان، م؛ کرم‌لو، س و گنجوی، آ. (۱۳۸۶). رابطه میان تمایز یافتگی خود و هوش هیجانی ۸۲۷-۸۳۷، (۱۲) از متقاضیان طلاق. فصلنامه خانواده‌پژوهی.
- نظری، ع. م. (۱۳۸۴). زوج‌درمانی. تهران: نشر علم.
- نعیمی، ق؛ پیرساقی، ف؛ بشیرپور، م و اکبری، ز. (۱۳۹۴). نقش مولفه‌های سلامت خانواده اصلی و ابعاد تمایز یافتگی خود در پیش‌بینی رغبت به ازدواج در دانشجویان فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، سال ششم، شماره ۲۱، ۸۷-۱۰۷.
- نصیری، م. (۱۳۹۱). بررسی اثر بخشی آموزش الگوهای کلامی و غیر کلامی مبتنی بر نظریه اعتبار یابی انسان ستیر بر افزایش شادکامی و کاهش تعارضات زناشویی در زنان متأهل. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبایی
- نیکولز، م و شوارتز، س. (۲۰۱۵). خانواده‌درمانی، نظریه‌ها و مفاهیم و روش‌ها. (ترجمه، دهقانی، م؛ گنجوی، آ؛ محمدی، س و نجاریان، ف. (۱۳۹۵). تهران: رشد. ویراست ششم.
- همائی، ر و دشت‌بزرگی، ز. (۱۳۹۷). همبستگی تمایز یافتگی خود و خوش‌بینی با مسئولیت‌پذیری و رضایت زناشویی در دانشجویان پرستاری. فصلنامه مدیریت ارتقای سلامت. ۷ (۲): ۵۸-۶۵.
- Christensen, A & Salavy, R. J. (1991). Communication, conflict, and psychological distance in nondistressed, clinic and divorcing couple *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59(3), 458-463.
- Falicov, C. J. (2003). *Culture in Family Therapy: New variations on a fundamental*.
- Heavey, C. L; Layne, C & Christensen, A. (1993). *Gender and Conflict Structure in Marital Interaction: A Replication and Extension. Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(1), 16-27.
- Loeschen, S. (2015). The Virginia Satir Global Network Dasa Jendrusakova, Kean University. *Enriching Your Relationship Program Through the Lens of Empirical Research SIJ | Vol. 3 No.1. (2015) 5*.
- Ledbetter, M. A. (2009). Family communication patterns and relational maintenance behavior: Direct and mediated association with friendship closeness. *Journal of Human Communication Research*, 35(1), 130-147.
- Mills, L.G. (2008). Shame and Intimate Abuse: The critical missing Link between cause and cure. *Journal of Children and Youth Services Review*, 30(6), 631-638.
- Maser, M.J. (2011). *A construct validity of differentiation of self Measures and correlates. phd dissertation, sefon Hall university*.
- Pfeifer, L; R. B. Miller; T. Li & Hsiao, T. (2013). *Perceived marital problems in Taiwan. Journal of Contemporary Family Therapy*. 35. 91-104.
- Roberto-Forman, L. (2008). *Transgenerational Couple Therapy. In Gurman, A. S. (Eds). Clinical Handbook of Couple Therapy. (196-228). New York: Guilford Publication*.
- Sullivan, K, T. & Cobb, R, J. (2015). Relationship education and marital satisfaction in newlywed couples: a propensity score analysis. *Journal Family psychology*, 29(5), 667-78.
- Skowron, E. A. (2000). The Role of Differentiation of Self in Marital Adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 2, 229-23.
- Skowron, E. A & Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscales. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29, 209-222.
- Smith, L. M; Heaven, P. C. L & Ciarrochi, J. (2008). Trait emotional intelligence, conflict communication patterns, and relationship satisfaction. *Journal of Personality and Individual Differences*, 44(6), 1314-1325.