

رابطه خود متمایز سازی و سطح تحوّل من با میزان سازگاری زوجین

فتانه محمدی^۱ دکتر اصغر جعفری^۲، وحیده باباخانی^۳

چکیده

هدف: پژوهش حاضر به منظور تعیین رابطه خود متمایز سازی و سطح تحوّل من با سازگاری زناشوئی در زوجین مراجعه کننده به کلینیک‌های مشاوره انجام شد.

روش: آزمودنی‌های پژوهش ۶۵ زوج (۶۵ زن و ۶۵ مرد) بود که به روش نمونه گیری در دسترس از بین زوجین مراجعه کننده به کلینیک‌های مشاوره در شهر تهران انتخاب شدند. این پژوهش با استفاده از روش تحقیق همبستگی انجام شد. بوسیله پرسشنامه‌های خودمتمایز سازی، سطح تحوّل من و سازگاری زناشوئی اطلاعات و داده‌ها جمع آوری شد و با استفاده از روش‌های آماری رگرسیون چند متغیّری و ضریب همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها نشان داد که بین خود متمایز سازی و سطح تحوّل من با سازگاری زناشوئی در گروه مردان و زنان رابطه معناداری وجود دارد. همچنین یافته‌های حاصل از تحلیل ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که بین خود متمایز سازی، سطح تحوّل من و سازگاری زناشوئی در مردان و زنان رابطه معناداری وجود دارد.

نتیجه گیری: نتایج این پژوهش شواهدی را پیشنهاد می‌کند که تعامل خود متمایز سازی و سطح تحوّل من می‌تواند سازگاری زناشوئی را در همسران تبیین کند. این متغیّر‌ها از طریق مکانیزم‌های متعادل سازی احساس تعلق به خانواده مبدا و استقلال در پرتوی روابط بین فردی و درون فردی و رشد شخصی می‌توانند سازگاری همسران را تحت تأثیر قرار دهد.

واژگان کلیدی: خود متمایز سازی، سطح تحوّل من، سازگاری زناشوئی

^۱ - کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی - واحد ابهر

Email: f_counseling@yahoo.com

^۲ - استادیار روان شناسی، گروه مشاوره و راهنمایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر، ابهر، ایران.

^۳ - عضو هیات علمی گروه مشاوره و راهنمایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر، ابهر، ایران.

مقدمه

سازگاری زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع احساس خوشبختی و رضایت از یکدیگر دارند که از طریق علاقه متقابل، مراقبت از یکدیگر، پذیرش، درک یکدیگر و ارضای نیازها ایجاد می‌شود (لندیس، ۱۹۷۵). سازگاری همسران به منزله محور و کانون بنیاد خانواده تحت تأثیر عوامل متعدد اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و روان شناختی زوجین می‌باشد. در پژوهش‌های علوم رفتاری که تا الان در مورد سازگاری زناشویی انجام شده اند بیشتر به بررسی عوامل بین فردی و متغیرهای کلان از جمله وضعیت اقتصادی، کاهش درآمد خانوار، چالش‌های فرهنگی و اجتماعی پرداخته اند و کمتر به عوامل درون فردی و شخصیتی زوجین توجه شده است. در مطالعات مربوط به شناسایی عوامل روان شناختی تأثیر گذار بر کیفیت زناشویی دو دیدگاه مطرح شده است، دیدگاه درون شخصی و دیدگاه بین شخصی از دیدگاه درون شخصی، صفات شخصیتی عاملی مهم و تأثیرگذار بر عملکرد زناشویی است، در حالی که بر اساس دیدگاه بین فردی، تعامل های زوجین با یکدیگر بر کنش زناشویی آنها تأثیر دارد. بسیاری از پژوهشگران بر اساس دیدگاه تلفیقی معتقدند که هر دو عامل (تعامل های بین شخصی و صفات شخصیتی) در کیفیت روابط زوجین اهمیت به سزایی دارند (برادبوری و فین چام، ۱۹۸۸).

تمایز یافتگی نوعی ظرفیت درون فردی برای متمایز کردن تفکر و احساس و نیز توانایی بین فردی برای حفظ استقلال درون بافت روابط عمیق با افراد مهم زندگی است (بوون، ۱۹۷۶). به نقل از پروچاسکا، (۱۹۹۹). در واقع جدایی میان افکار و احساس و حفظ آرامش و اضطراب اندک که مشخص کننده تمایز یافتگی اند، باعث می‌شود تا فرد بهتر بتواند به توصیف و شناسایی هیجانانگ خود بپردازد (سالوی و مایر، ۱۹۹۰). طبق تئوری بوون، تمایز یافتگی شامل ۴ جز است. ۱- واکنش عاطفی ۲- آمیختگی (همجوشی) با دیگران ۳- گسلس عاطفی ۴- توانایی به دست آوردن «موقعیت من».

بوون (۱۹۷۸) معتقد است که "خود متمایز شده" برای سازگاری روان شناسی و ارتباط بین فردی ضروری است و سطح پایینی از تمایز و تفرد منجر به مشکلاتی همچون اضطراب مزمن، ناراحتی‌های جسمانی و روانی، انتخاب شریکی با سطح پایینی از تفکیک، ناخشنودی زناشویی، واکنش پذیری هیجانی و مثلث سازی می‌شود (به نقل از جن کینز و همکاران، ۲۰۰۵). اسکورون (۲۰۰۰) و میلر (۲۰۰۴) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که بین سازگاری زناشویی ضعیف و سطح پایین تمایز خود رابطه معناداری وجود دارد.

همچنین بوون (۱۹۷۸) معتقد است که تمایز یافتگی برای سازگاری روان شناختی و نیز سطح ارتباطات بسیار ضروری است. چرا که افراد در مرحله همسرگزینی، به سوی افرادی گرایش دارند که از نظر سطح تمایز یافتگی بین آنها شباهتی وجود داشته باشد (به نقل از شوارتز و همکاران، ۲۰۰۵). بنابراین زوجین دارای سطوح تمایز یافتگی مختلف، معمولاً در رضایت زناشویی دچار مشکل می‌شوند (اسکورون، ۲۰۰۰). نتایج پژوهش تریمیلی و همکاران (۲۰۱۰) نشان داد که افراد دارای سطح تمایز یافتگی بالا چون از راهبردهای مقابله‌ای درون روانی بالاتری برخوردار هستند میزان سازگاری زناشویی بالاتری را هم تجربه می‌کنند. به نظر می‌رسد مفهوم تمایز یافتگی خود با حوزه‌های متنوعی از عملکرد روان شناختی از جمله آشفتگی در روابط رابطه دارد (اسکورون، ۲۰۰۱)؛ حتی با متغیر جنسیت نیز رابطه دارد. گاشیو و همکاران (۲۰۰۳) رابطه خود متمایز سازی را با تقد روی زنان آمریکایی - آفریقایی تبار مورد بررسی قرار دادند که به این نتیجه رسیدند تقد با داشتن حس قوی از خود و با سطح بالایی از تمایز یافتگی خود در ارتباط است.

تمایز و تفکیک "خود" در نظریه بوون نیز قابل توجه است. از نظر بوون نوعی نظام عاطفی بر ساختار خانواده حاکم است که قابلیت انتقال بین نسلی دارد و سلامت روانی فرد در گرو سطح تفکیک و جدایی وی از این نظام است.

بوون فرض را بر این می‌گذارد که محتوای تعاملات اعضای خانواده در یک رابطه یا موقعیت ویژه به شدت هیجانی به مشکل جدایی استدلال‌های منطقی از هیجانی بر می‌گردد. این باعث شده افراد یک آمیختگی را در سیستم عاطفی خانواده احساس کنند (کریستوفر، ۲۰۰۵).

پژوهش‌ها نشان داده افراد کمتر تمایز یافته، سطوح بالایی از اضطراب را در جدا بودن از اعضای خانواده و ترک خانواده اصلی و پذیرش مسئولیت زندگی تجربه می‌کنند (وابی و همکاران، ۲۰۰۶، به نقل از شکیبایی، ۱۳۸۶). یافته‌ها نشان می‌دهد که پویایی‌های خانواده‌های در هم آمیخته، که با وابستگی عاطفی، کمبود خودمختاری و نزدیکی شدید (حمایت زیاد) مشخص می‌شود، ممکن است حسی از امتزاج، استرس و اضطراب در اعضای خانواده ایجاد کند. مورداک و گور، ۲۰۰۴ در پژوهشی به این نتیجه دست یافت که افراد با مشکلات تمایز یافتگی از رضایت زناشویی پایین تری برخوردارند و دچار نقص در مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض می‌باشند.

روسن و همکاران (۲۰۰۱) دریافتند میزان خشونت در افرادی که سطح بالایی از تمایز یافتگی در خود را دارند در مقایسه با افرادی که سطح پایین تری از تمایز یافتگی را دارا می‌باشند، کاهش می‌یابد. اسکورن، هولمز و همکاران (۲۰۰۳) نشان دادند تمایز یافتگی با سطوح رضایت از زندگی ارتباط دارد.

توانایی به دست آوردن کنترل عاطفی و در عین حال، ماندن در جو عاطفی خانواده به عنوان تمایز یافتگی با پژوهش‌های صورت گرفته مرتبط است. لامبرت و همکاران (۲۰۰۸) دریافتند که سطوح بالایی از تمایز یافتگی خود با درجاتی از کنترل عاطفی، افزایش احساس حمایت و امنیت در روابط خانواده ارتباط دارد. کاری و بری (۱۹۹۱) به نقل از اسکورن و همکاران، (۱۹۹۸) از پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که بیشترین امتزاج و کمترین صمیمیت با والدین شخص پیش بینی کننده کمبود در صمیمیت و واکنش عاطفی با همسر است. سطح تمایز یافتگی بالا می‌تواند تماس رضایت بخشی را با خانواده اصلی، ازدواج رضایت بخش تر و حل مسأله مؤثرتری فراهم کند (بوون ۱۹۷۸، به نقل از اسکورن و همکاران، ۱۹۹۸).

مطابق نظریه بوون، تمایز یافتگی برای سازگاری در سطح روان شناختی و نیز سطح ارتباطات بسیار ضروری است، چرا که افراد در مرحله همسرگزینی، به سوی فردی متمایل می‌شوند که از سطح تمایز یافتگی مشابهی برخوردار می‌باشد (شوارتز و همکاران، ۲۰۰۵) و بنابراین زوجین با تفاوت در سطوح تمایز یافتگی، در زمینه رضایت زناشویی نیز دچار مشکل می‌شوند (اسکورن، ۲۰۰۰). پژوهش‌های صورت گرفته بیان گر تأثیر سطح تمایز یافتگی با میزان رضایت زناشویی است. همچون پژوهش‌های تریمبلی و همکاران (۲۰۱۰) که نشان دادند که افراد دارای سطح تمایز یافتگی بالا چون از راهبردهای مقابله‌ای درون روانی بالاتری برخوردار هستند میزان سازگاری زناشویی بالاتری را گزارش کردند. به نظر می‌رسد مفهوم تمایز یافتگی خود با حوزه‌های متنوعی از عملکرد روان شناختی از جمله آشفته‌گی در روابط مرتبط باشد (اسکورن، ۲۰۰۱)؛ حتی با متغیر جنسیت نیز مرتبط است. گاشیو و همکاران (۲۰۰۳) رابطه خود متمایز سازی را با تفرّد روی زنان امریکایی - آفریقایی تبار مورد بررسی قرار دادند. آنها بر این باورند تفرّد با حس قوی از خود مرتبط است و با سطح بالایی از تمایز یافتگی خود در ارتباط است.

از سوی دیگر "من" مؤلفه محوری شخصیت تلقی می‌شود و مطابق با یک توالی منظم و مرحله‌ای تحوّل می‌یابد، من مؤلفه محوری شخصیت تلقی می‌شود و به مثابه «چارچوب ارجاع» یا نقشه‌ای جهت درک خود و جهان پیرامونی، جهت گیری غالب و پیوسته فرد نسبت به خود و جهان را در بر دارد (هاوسر و همکاران، ۱۹۹۸). با توجّه به این که سطح «تحوّل من» و «تفرّد» ارزش‌های والایی است

که برای گسترش ریشه‌های روان شناختی فردی نیازمند توان مندی‌های «من» رشد یافته می‌باشد و در چارچوب چنین وضعیتی است که سازگاری زناشویی اهمیت می‌یابد.

همان طور که اریکسون رویکرد خاص خویش را به تحول شخصیت گسترش داد، لووینگر، تحول را به چهار شاخه اصلی "تحول روانی-جنسی"، "تحول من" و "تحول عقلانی" تقسیم کرد و مطالعات تجربی خود را بر "تحول من" متمرکز نمود. "تحول من" تکاملی است که به وسیله ادراکی رو به تمایز از "خود" و "جهان پیرامونی" و نیز از تکامل ارتباط بین احساسات و افکار "خود" با احساسات و افکار "دیگران" مشخص می‌شود (هاوسر و همکاران، ۱۹۹۸). بنابراین با توجه به میزان سطح تمایز یافتگی و تفرد در سازگاری زناشویی این سوال پژوهشی مطرح گردید که بین خودمتمایزسازی و سطح تحول من با میزان سازگاری زوجین رابطه وجود دارد؟

جامعه نمونه و روش نمونه گیری

جامعه آماری این پژوهش را زوجین متأهل بودند که مدت ۱ تا ۱۰ سال از ازدواج آنها می‌گذرد و در این پژوهش ۶۵ زوج (۶۵ زن و ۶۵ مرد) به روش نمونه برداری در دسترس از میان زوجینی برای مشاوره به کلینیک‌های مشاوره سلامت پایدار، خانه سلامت مهران و خانه سلامت کاظم آباد در فاصله زمانی بهمن ماه ۱۳۹۰ الی اواخر خردادماه ۱۳۹۱ مراجعه نموده اند به عنوان آزمودنی‌های پژوهش انتخاب شدند. به دلیل نبودن فهرست زوجین ۶۵ زوج به شیوه ی نمونه ی در دسترس انجام شد.

روش پژوهش

این پژوهش با استفاده از روش تحقیق همبستگی انجام گرفت. پس از تعیین نمونه مورد نظر پرسشنامه‌های خود متمایز سازی، تحول من و سازگاری زوجین به آنها داده شد. درباره‌ی محرمانه بودن داده ها و اطلاعات توضیحات لازم ارائه شد و از آنها خواسته شد تا صادقانه به سئوالات پاسخ دهند. پس از ارائه توضیحات لازم همسران به پرسشنامه ها پاسخ دادند و در پایان پرسشنامه ها جمع آوری شد.

فرضیه‌های پژوهش

بین خود متمایز سازی و سطح تحول من با سازگاری زناشویی در مردان رابطه وجود دارد.
بین خود متمایز سازی و سطح تحول من با سازگاری زناشویی در زنان رابطه وجود دارد.

ابزار پژوهش

در این پژوهش برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه‌های زیر استفاده گردید:

پرسشنامه خود متمایز سازی (DSI): این پرسشنامه توسط اسکورن (۲۰۰۰) نقل از خزایی، (۱۳۸۵) ساخته شده است، ابزاری ۴۶ سوالی بوده که به منظور سنجش میزان تمایز یافتگی افراد به کار می‌رود. این پرسشنامه با مقیاس لیکرت و در یک ردیف ۶ گزینه‌ای درجه بندی شده است. پرسشنامه مذکور از ۴ خرده مقیاس «واکنش پذیری عاطفی»، «گریز عاطفی»، «جایگاه من» و «هم آمیختگی عاطفی با دیگران» تشکیل شده است. اسکیان (۱۳۸۵) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ محاسبه کرده و همچنین ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده توسط اسکورن و فرید لندر، ۰/۸۸ می‌باشد. ضریب آلفای این پرسشنامه در پژوهشی که توسط پلج- پاپکو (۲۰۰۴) به نقل از خزائی، (۱۳۸۶) صورت گرفت ۰/۸۶ گزارش شده است. احمدی (۱۳۸۸) در پژوهش خود ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ را برای این پرسشنامه بدست آوردند که ثبات و پایایی بالائی را برای این پرسشنامه نشان می‌دهد و با یافته‌های اسکیان (۱۳۸۵) و پلج- پوپکو و اسکورن و فریدلندر (۲۰۰۰) هماهنگ می‌باشد.

پرسشنامه سازگاری زناشویی اسپانیر: این مقیاس دارای ۳۲ سوال است که میزان سازگاری دو

نفره را می‌سنجد. در سال ۱۹۷۶ توسط اسپانیر تهیه شده و تا سال ۱۹۸۴ حدود هزار مطالعه به عنوان ابزار اصلی مورد استفاده قرار گرفت. به علاوه به واسطه استفاده از نتایج آن همواره امکان تمایز بین زوجهای سازگار و ناسازگار "از جمله کسانی که احتمال اقدام به طلاق در آنها بیشتر است را فراهم می‌آورد". حداقل نمره کسب شده در این آزمون صفر و حداکثر نمره بدست آمده ۱۵۱ می‌باشد. پاسخ دهی به ۳۲ سوال این مقیاس به سبک لیکرت است. افرادی که نمره کسب شده شان در این آزمون ۱۰۱ و یا کمتر از آن باشد دارای مشکل و ناسازگاری تلقی می‌شوند. در مطالعه وی میانگین نمرات زوجهای سازگار ۱۱۴/۷ ناسازگار ۷۰/۷ بود. اعتبار نمره کل با آلفای کرونباخ ۰/۹۶ از همسانی درونی قابل توجهی برخوردار است. همسانی درونی خرده مقیاس ها بین خوب تا عالی است: رضایت دو نفری ۰/۹۴، همبستگی دو نفری ۰/۸۱، توافق دو نفری ۰/۹۰ و ابراز محبت ۰/۷۳. در پژوهش ملازاده و همکاران همسانی درونی این ابزار ۰/۹۵ بدست آمد.

پرسشنامه تحوّل من (آزمون تکمیل جمله SCT): آزمون تکمیل جمله دانشگاه واشینگتن به

عنوان نتیجه نهایی مطالعات جین لووینگر و همکاران وی، بر مبنای تعریف وسیع او از مفهوم "تحوّل من" و به منظور بررسی و اندازه گیری تجلیات این سازه محوری شخصیت در سال ۱۹۷۰ میلادی

ابداع شد. این مقیاس پس از تجدید نظر سال ۱۹۸۱ توسط هاوی و لووینگر با حذف نام دانشگاه واشینگتن در تحقیقات مختلف به کار می‌رود (به نقل ازهای و لووینگر، ۱۹۹۶). این یکی از ابزارهای فرافکن است که به تمامی کلامی است و در محرکها و پاسخهای آن فقط از کلمات استفاده می‌شود. آزمون SCT دارای دو فرم کوتاه و بلند است. فرم کوتاه دارای ۱۸ و فرم بلند ۳۶ ماده است. پژوهش حاضر فرم کوتاه این مقیاس را به کار گرفته است. هر ماده آزمون با یک کلمه با عبارت می‌شود و آزمودنی ملزم به ساختن یک (یا چند) جمله با آن کلمه یا عبارت آغازین است. هر پاسخگو معمولاً حدود ۲۰ الی ۳۰ دقیقه زمان، صرف زمان بیش از حد نیز، نشان دهنده تمایلات روان رنجورانه پاسخگو است. روی یک مقیاس ۸ طبقه‌ای از تحول من، به شرح زیر دسته بندی می‌شود: تکانشی، خود حمایتگر (تدافعی)، همنوا (عرف پذیر)، خودآگاه، وظیفه شناس (با وجدان)، فردیت یافته، خود گردان، توحید یافته.

یافته‌های پژوهش

شاخص‌های میانگین و انحراف معیار برای متغیرهای خودمتمایز سازی، سطح تحول من و سازگاری زناشویی محاسبه گردید که خلاصه نتایج آن در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱ شاخص‌های میانگین و انحراف معیار برای متغیرهای پژوهش

متغیر	گروه	میانگین	انحراف معیار	نمره حداقل	نمره حداکثر
خودمتمایزسازی	مردان	۱۷۵/۸۷	۱۹/۵۸	۱۳۳	۲۲۳
	زنان	۱۶۵/۱۶	۲۰/۱۲	۱۱۱	۲۰۲
سطح تحول من	مردان	۷۵/۸۷	۱۹/۵۸	۲۳	۱۲۳
	زنان	۶۶/۱۶	۱۸/۱۲	۱۱	۱۰۵
سازگاری زناشویی	مردان	۱۰۶/۵۶	۲۰/۲۶	۶۱	۱۳۹
	زنان	۱۱۱/۵۰	۱۹/۹۳	۴۵	۱۴۱

۱۲۰ / رابطه خود متمایز سازی و سطح تخول من با میزان سازگاری زوجین

نتایج مندرج در جدول ۱ شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد را برای خودمتمایزسازی، سطح تخول من و رضایت زناشویی در همسران نشان می‌دهد. همان طوری که در جدول دیده می‌شود سطح خودمتمایزسازی و تخول من در مردان نسبت به زنان بالاتر است. اما سطح رضایت زناشویی در مردان نسبت به زنان در سطح پایین تری قرار دارد. جهت بررسی فرضیه‌های پژوهش و به منظور تعیین میزان رابطه بین متغیرهای پیش بینی کننده خود متمایزسازی و تخول من با سازگاری زناشویی از روش‌های رگرسیون چند متغیری گام به گام استفاده شد. از آن جایی که داده‌ها در این متغیرها بطور جداگانه برای مردان و زنان بدست آمده است تحلیل رگرسیون یک بار برای گروه مردان و یک بار هم برای گروه زنان انجام شد. نتایج تحلیل نشان داد که ضریب رگرسیون چندمتغیری برای گروه مردان ۰/۶۴ بدست آمد که آزمون معناداری آن در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲ خلاصه نتایج تجزیه و تحلیل رگرسیون چندمتغیری برای گروه مردان

مدل	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	آزمون F	سطح معناداری
رگرسیون	۲۳۰/۹	۱	۲۳۰/۹	۱/۲۸	۰/۰۰۱
باقیمانده	۲۶۰۴۷/۰۳	۶۳	۴۱۳/۴۴		
کل	۱۶۴۸۲/۶۰۰	۶۴			

چون سطح معناداری محاسبه شده از سطح معناداری ۰/۰۱ کوچک تر است ($p < 0/01$) لذا فرضیه صفر (H_0) رد شد و فرضیه خلاف (H_A) مورد تأیید قرار گرفت. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین متغیرهای مورد پژوهش رابطه معناداری وجود دارد. به عبارتی دیگر می‌توان نتیجه گرفت که تعامل خودمتمایزسازی و سطح تخول من ۴۰ درصد از واریانس سازگاری زناشویی را در گروه مردان تبیین می‌کند.

جدول ۳ خلاصه نتایج آزمون معناداری ضرایب رگرسیون در گروه مردان

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد شده بتا	مدل
۰/۰۰۱	۲/۵۲	۰/۲۵۸	خودمتمایزسازی
۰/۰۰۱	۲/۶۹	۰/۳۶۷	تخول من

همان طوری که یافته‌های جدول (۳-۴) نشان می‌دهد متغیرهای خودمتمایزسازی و سطح تخول من به ترتیب دارای ضرایب رگرسیون ۰/۲۵۸ و ۰/۳۶۷ می‌باشد که چون در سطح معناداری کوچک تر از ۰/۰۱ قرار دارند معنادار هستند. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که در گروه مردان قدرت پیش بینی متغیر سطح تخول من برای سازگاری زناشویی کمی بیشتر از خودمتمایزسازی است.

همچنین در تحلیل رگرسیون بعدی که به منظور بررسی رابطه خودمتمایزسازی و تخول من با سازگاری زناشویی در گروه زنان انجام شد، نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که ضریب رگرسیون چند متغیری برای گروه زنان ۰/۵۴ است که معناداری آن در جدول ۴ مورد بررسی قرار گرفته است.

جدول ۴ خلاصه نتایج تجزیه و تحلیل رگرسیون چندمتغیری برای گروه زنان

سطح معناداری	آزمون F	میانگین مجذورات	درجات آزادی	مجموع مجذورات	مدل
۰/۰۰۱	۱/۲۳	۴۹/۵۳	۱	۴۹/۵۳	رگرسیون
		۴۰۲/۹۳	۶۳	۲۵۳۸۴/۷۱	باقیمانده
			۶۴	۲۵۴۳۴/۲۴	کل

چون سطح معناداری محاسبه شده از سطح معناداری ۰/۰۱ کوچک تر است ($p < 0/01$) لذا فرضیه صفر (H_0) رد شد و فرضیه خلاف (H_A) مورد تأیید قرار گرفت. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که بین

متغیرهای مورد پژوهش رابطه معناداری وجود دارد. به عبارتی دیگر می‌توان نتیجه گرفت که تعامل خودمتمایزسازی و سطح تحّول من ۲۹ درصد از واریانس سازگاری زناشویی را در گروه زنان تبیین می‌کند.

جدول ۵ خلاصه نتایج آزمون معناداری ضرایب رگرسیون در گروه زنان

مدل	ضرایب استاندارد شده بتا	t	سطح معناداری
خودمتمایزسازی	۰/۲۲۸	۲/۳۲	۰/۰۲۲
تحّول من	۰/۳۲	۳/۳۶	۰/۰۰۱

همان طوری که یافته‌های جدول (۵-۴) نشان می‌دهد متغیرهای خودمتمایزسازی و سطح تحّول من به ترتیب دارای ضرایب رگرسیون ۰/۲۲۸ و ۰/۳۲ می‌باشند که چون در سطح معناداری کوچک تر از ۰/۰۵ و ۰/۰۱ قرار دارند معنادار هستند. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که متغیر خودمتمایزسازی و سطح تحّول من به یک اندازه سازگاری زناشویی را پیش بینی می‌کنند.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر به منظور تعیین رابطه خودمتمایزسازی و سطح تحّول من با سازگاری زناشویی در زوجین مراجعه کننده به کلینیک‌های مشاوره و بر روی ۶۵ زوج به شیوه نمونه گیری در دسترس صورت گرفته است.

وجود عمق، آرامش و راحتی در روابط بین فردی که می‌تواند متأثر از خانواده اصلی باشد، از جمله ویژگی‌های افراد تمایز یافته است. آنها توانایی رشد خود مستقل در روابط صمیمی را دارند و از هم جوشی عاطفی و یا جدایی عاطفی برای تعدیل تنش‌های درونی خود اجتناب می‌کنند؛ در حالی که افراد کمتر تمایز یافته، یا به همجوشی با دیگران متمایل میشوند و به این ترتیب با جدایی از افراد مهم زندگی از پا در می‌آیند و یا به جدایی عاطفی تن می‌دهند و بنابراین هنگام مواجه شدن با صمیمیت عاطفی، واکنش اضطرابی نشان می‌دهند (اسکورن و دندی، ۲۰۰۴). بنابراین یکی از عواملی که می‌تواند رابطه بین زوجین را با مشکل مواجهه سازد، خودمتمایزسازی است، افراد با مشکلات تمایز یافتگی از رضایت زناشویی پایین تری برخوردارند و دچار نقص در مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض می‌باشند (مورداک و گور، ۲۰۰۴). در خانواده هایی که این خودمتمایزسازی صورت نمی‌گیرد دچار هم-

آمیختگی عاطفی می‌شوند در نتیجه میزان اضطراب به‌طور مزمّن بالا رفته و چون با استرس و فشارهای روانی به‌طور کارساز برخورد نمی‌شود منجر به جبران عاطفی با افرادی غیر از همسر خود می‌شود و احتمال اختلال فردی و جمعی و از جمله تعارضات زناشویی را افزایش می‌دهد.

یافته‌های این پژوهش در زمینه رابطه خودتمایز سازی و تحوّل من میان زوجین با پژوهش هایتریمبلی وهمکاران ۲۰۱۰؛ بوون ۱۹۷۸، به نقل از اسکورن وهمکاران، ۱۹۹۸؛ اسکورن، ۲۰۰۰ و میلر ۲۰۰۴؛ کاری و بری ۱۹۹۱، به نقل از اسکورن و همکاران، ۱۹۹۸؛ اسکورن، هولمز و همکاران ۲۰۰۳؛ موردادک و گور، ۲۰۰۴ همسو است. اگر چه در مورد مردان علی‌رغم تلاش پژوهش‌گر، پژوهشی یافت نشد اما پژوهش گاشیو و همکاران (۲۰۰۳) با متغیّر جنسیت در این پژوهش همسو است.

همه این پژوهش‌ها به ارتقای سطح سازگاری و رضایت زناشویی با سطحی از تمایز یافتگی و تحوّل من پرداخته‌اند. تحوّل من می‌تواند به عنوان پیش‌بینی‌کننده هویت در نظر گرفته شود، تحوّل من را در بر می‌گیرد، بنابراین درباره‌ی نتیجه بدست آمده در فرضیه‌های پژوهش می‌توان گفت که چون ازدواج و سازگاری زناشویی مراحل از چرخه تحوّل زندگی هستند که کیفیت آن به فرآیند تحوّل من (که اساس تحوّل روانی می‌باشد) بستگی دارد. اگر "من" افراد فرآیند تحوّل خودش را به درستی طی کرده باشند و توانسته باشند نقش‌های خودش را در هر مرحله در حد کافی انجام دهد و انسجام خود را بدست آورد می‌تواند به مرحله توحید یافتگی برسند.

منابع

الف - فارسی:

۱. پروچاسکا، جی. او؛ نورکراس، جی. سی. (۱۳۸۱). نظریه‌های روان‌درمانی (ترجمه سید محمدی) تهران: رشد (انتشار به زبان اصلی ۱۹۹۹).
۲. خزائی، سمانه. (۱۳۸۶). بررسی آموزش تمایز یافتگی بر میزان صمیمیت و سطح تمایز یافتگی زوجها، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.
۳. گلدنبرگ، ایرنه، گلدنبرگ، هربرت. (۱۳۸۶). خانواده‌درمانی، ترجمه حمید رضا شاهی براواتی و همکاران، تهران: انتشارات روان (۲۰۰۰).

ب - انگلیسی:

1. Bowen M. (1978). Family therapy in clinical practice. New York: Aronson; p: 25-39.

2. Baron, R. M., & Kenny. D. A. (1986). The moderator mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1182 -1173.
3. Bowen, M.(1978).Family theory in clinical Practice in Family therapy. New York: Aronson.
4. Bowen, M.(1978).Family theory in clinical Practice in Family therapy. New York: Aronson.
5. Brown, p., smith, t. w, & Benjamin, L. S.(1998). Perceptions of Spouse dominance predict blood pressure reactivity during marital interactions. *Annual of Behavioral medicine*, 20 (4), 286- 293. *Counseling*, 25(1), 1-15.
6. Christopher, aron.(2005).differentiation ,marital satisfaction and depressive symptoms :an application of Bowen theory .the Ohio state university .human development and family science college of human ecology .
7. Chung, H. &Gale. (2006). Comparing self-differentiation and psychological well – being. Springer Science + Business Media. Inc.
8. Christopher, M.A. (2005). Differentiation, marital satisfaction and depressive aymptoms: an application of Bowen theory. Ohio state university.
9. differentiation, and connection. Paper presented at symposium of counseling psychology innovations in system based prevention, San Francisco, CA.
10. Elizabeth A. Showroom and Myrna L. Friedlander(1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and Initial Validation. University at Albany, State University of New York. *Journal of Counseling Psychology* 1998, Vol. 45, No. 3, 235-246.
11. Goldenberg I, Goldenberg H. Family therapy: on overview. 4th ed. Pacific Grove, CA: Brooks/cole. 2000; p: 179-211.
12. Gushue, G. V., & Constantine, M. G. (2003). Examining individualism, collectivism, and self-differentiation in African American college women. *Journal of Mental Health*
13. Hauser, S.T; Gerber,E.B; &Allen, j.p.(1998).Ego development and attachment: converging platforms for understanding close relationships in p.m. Westerberg, A. Biasi & L. Dcohn (Eds).personality development .new jersey :Lawrence Erlbaum associates.

14. Lambert, J. E., & Friedlander, M. (2008). Relationship of differentiation of self to adult clients' perceptions of the alliance in brief family therapy. *Psychotherapy Research*, 18(2), 160-166.
15. Loevinger, j.(1998).Completing a life sentence. In P.M. Westerberg, A. Blasi & L. D Cohn(Eds),*Personality development*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
16. Miller, R. B., Anderson, S., &Keala, D. K. (2004). Is Bowen theory valid? A review ofbasic research. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30, 453-466.
17. Roytburd LF, Myrna L. Predictors of soviet Jewish refugees' acculturation: differentiation of self and acculturative stress. *Cultur Divers Ethnic Minor Psychol*. 2008 Jan; 14(1): 67-74.
18. Rosen, K. H., Bartle-Haring, S., &Stith, S. M. (2001). Using Bowen theory to enhance understanding of the intergenerational transmission of dating violence. *Journal ofFamily Issues*, 22(1), 124-142.
19. Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9(3), 185-211.
20. Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 229-237.
21. Spanier GB. (1976) Measuring dyadic adjustment: Nee scales for assessing the quality of marriage and similar dyads *Marriage Fam*.
22. Skoworn, E. A., (2001). Predicting resiliency among inner-city youth: Family structure.

