

## نقش تمایز یافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی در پیش بینی دلزدگی زناشویی دانشجویان زن متأهل

کبری کاظمیان مقدم\*  
مهناز مهرابی زاده هنرمند\*\*  
علیرضا کیامنش\*\*\*  
سیمین حسینیان\*\*\*\*

### چکیده

هدف پژوهش حاضر تعیین نقش تمایز یافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی در پیش بینی دلزدگی زناشویی دانشجویان زن متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول بود. نمونه آماری پژوهش ۲۵۶ نفر زن متأهل بود که به روش تصادفی ساده با استفاده از جدول اعداد تصادفی انتخاب شد. طرح پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بود. برای سنجش متغیرهای پژوهش از مقیاس دلزدگی زناشویی کایزر (۱۹۹۳)، پرسشنامه تمایز یافتگی خود بازمینی شده اسکورن (۱۹۹۸) شاخص ارزشمندی زندگی باتیستا و آلموند (۱۹۷۳) پرسشنامه بخشش رای (۲۰۰۱) استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از ضریب همبستگی ساده و رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج حاصل از تحلیل ضریب همبستگی ساده نشان داد که بین تمایز یافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی با دلزدگی زناشویی رابطه منفی معنی داری وجود دارد. همچنین تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از رگرسیون چندگانه نشان داد که متغیرهای تمایز یافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی در تبیین و پیش بینی واریانس دلزدگی زناشویی نقش دارد.

کلید واژگان: تمایز یافتگی، معناداری زندگی، بخشودگی و دلزدگی زناشویی.

\* گروه مشاوره، واحد علوم و تحقیقات تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

\*\* استاد گروه روانشناسی، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران. (نویسنده مسئول: ایمیل: m\_mehrabizadeh@yahoo.com).

\*\*\* استاد گروه روان شناسی، واحد علوم و تحقیقات تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

\*\*\*\* استاد گروه مشاوره، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران.

## مقدمه

زندگی زناشویی یکی از جهانی ترین نیازهای بشری است که از دو نفر با توانایی ها و استعداد های متفاوت و با نیازها و علایق مختلف و در یک کلام با شخصیت های گوناگون تشکیل شده است (گلدنبرگ و گلدنبرگ<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸، ترجمه حسین شاهی برواتی و همکاران، ۱۳۹۲). یک رابطه زناشویی صمیمی مستلزم آن است که زوجین یاد بگیرند با هم ارتباط برقرار کنند و با هم متفاوت باشند. یک مجموعه از عوامل باعث ایجاد تعارض در روابط زناشویی و کاهش میزان خشنودی و در نهایت عملکرد بهنجار زندگی زناشویی می گردد و گاهی به طلاق و جدایی منجر می شود (رحمت الهی، فاتحی زاده و احمدی، ۱۳۸۵). کایزر<sup>۲</sup> (۱۹۹۳) از اولین کسانی است که اشاره می کند دلزدگی زناشویی<sup>۳</sup> فرآیند زوال مراقبت، صمیمیت و دلبستگی در یک ازدواج است که احتمالاً ناشی از انباشت ناامیدی ها و تعارض های مختلف است. این حالت با اندیشه های طلاق در ارتباط است، اما لزوماً ارتباط نیرومندی با انحلال رابطه زناشویی ندارد؛ همان طور که برخی افراد برخلاف این که دیگر علاقه ای به همسرشان ندارند، ترجیح می دهند با او در رابطه بمانند. دلزدگی، فقدان کلی مراقبت و عشق در رابطه است که این حالت با نارضایتی زناشویی<sup>۴</sup> تفاوت دارد: ناخشنودی از یک زمینه در ازدواج و نه لزوماً کل رابطه. هم چنین دلزدگی در یکی از طرفین، بیشتر از طرف دیگر رخ می دهد (کایزر و کارستن<sup>۵</sup>، ۱۹۹۶، به نقل از مک کارتی<sup>۶</sup>، ۲۰۰۶). در واقع، دلزدگی در زوج ها، یک روند تدریجی است که طی آن صمیمیت و عشق به تدریج رنگ باخته و به همراه آن خستگی عمومی عارض می شود (پاینز<sup>۷</sup>، ۱۹۹۶، ترجمه گوهری راد، ۱۳۸۳). دلزدگی، به تحول منفی تعهد و عشق در ازدواج اشاره دارد، فرآیندی که در آن عشق، سرد شده و تمایل به ترک ازدواج و همسری که آسیب دیده، جایگزین عشق سابق می شود. دلزدگی شامل قطع ناخواسته روابط عاشقانه و عاطفی می شود. همه ازدواج ها تا جایی پیش می روند که عشق، سرد شده و از عمق آن کاسته شود. زمانی که یک ازدواج دچار دردسر می شود، هر دو طرف آسیب می بینند و بسیاری اوقات حتی نمی دانند که کجا اشتباه شده است (کلینتون و ترنت<sup>۸</sup>، ۲۰۰۹).

یکی از ایده های مرتبط با توانایی فرد برای رسیدن به صمیمیت<sup>۹</sup>، «تمایز یافتگی<sup>۱۰</sup>» بوئن<sup>۱۱</sup> است. تمایز یافتگی شامل توانایی فرد برای باقی ماندن در ارتباط با دیگری در عین حفظ «ادراک خود<sup>۱۲</sup>» است، به عبارتی تمایز یافتگی یعنی توانایی حفظ استقلال در عین حفظ ارتباط با دیگران (اسکورون و فریدلندر<sup>۱۳</sup>،

۱. Goldenberg & Goldenberg
۲. Kayser
۳. marital disaffection
۴. marital dissatisfaction
۵. Kersten
۶. Mccarthy
۷. Pinez
۸. Clinton & Trent
۹. intimacy
۱۰. differentiation of self
۱۱. Bowen
۱۲. sense of self
۱۳. Skowron & Friedlander

۱۹۹۸). افراد تمایز یافته می توانند بدون ترس از یکی شدن، ضمن تجربه صمیمیت در روابط نزدیک، استقلال خود را حفظ کنند و زمانی که با اضطراب همسر خود مواجه می شوند، آرامش خود را حفظ کنند (اشنارخ<sup>۱</sup>، ۱۹۹۷، به نقل از حامدی و همکاران، ۱۳۹۱). بوئن<sup>۲</sup> (۱۹۷۸)، به نقل از محمودی مهر و نوایی نژاد، ۱۳۸۹) معتقد است که در رابطه زناشویی هرگاه سطح تمایز یافتگی هر دو زوج پایین باشد آمیزش عاطفی بیشتری روی می دهد که این حالت منجر به کاهش کیفیت زناشویی و سازگاری پایین در روابط زناشویی می شود. در عوض زوج هایی که حداقل آمیزش عاطفی را باهم دارند، بیشترین فردیت را نیز دارند و این امکان باهم بودن باثبات و محکم تری به آن ها می دهد. تمایز یافتگی یک جزء جدایی ناپذیر از توانایی فرد برای رشد صمیمیت است و به نظر می رسد سطح تمایز یافتگی با سطح رضایت زناشویی<sup>۳</sup> مرتبط باشد. برای مثال همسرانی با سطوح پایین تمایز یافتگی که درهم آمیخته<sup>۴</sup> شده اند، ممکن است کمتر بتوانند بفهمند که برای بهبود روابطشان چه چیزی از یکدیگر می خواهند که این مطلب در نهایت به سطوح پایین تر رضایت زناشویی منجر می شود. هنگامی که این زوج ها با متغیرهای دیگری که با کاهش رضایت زناشویی مرتبط است - مثل تغییر نقش ها- روبرو می شوند، ممکن است سطوح پایین تمایز یافتگی، به خاطر فقدان توانایی شان در تمیز بین «خود»<sup>۵</sup> یکدیگر، به مشکلاتشان برای پیدا کردن راه حل بهتر، بیفزاید. این کاهش در رضایت زناشویی برای زوج هایی که در یکدیگر آمیخته شده اند نسبت به زوج هایی که بیشتر تمایز یافته اند، ممکن است بیشتر باشد. در واقع زوج هایی که بیشتر تمایز یافته اند، بهتر می توانند در طول رابطه شان، موانع را رفع کنند (پاتریک، سلس، جیوردانو و تولرود<sup>۶</sup>، ۲۰۰۷) و کمتر دچار دلزدگی می شوند. هم چنین رابطه ی زناشویی و ازدواج، پیوند دو شخصیت است و هر یک از همسران با پیشینه تحولی و شخصیتی به زندگی مشترک قدم می گذارند و عوامل و ابعاد شخصیتی می تواند کیفیت رابطه زناشویی را پیش بینی کند (بنتلر و نیوکمب<sup>۷</sup>، ۱۹۹۸، به نقل از محمدزاده ابراهیمی، جمهری و برجعلی، ۱۳۸۷).

معنا در زندگی به چندین دلیل به عنوان یک موضوع مهم در زندگی زناشویی، مورد بررسی قرار گرفته است. فرانکل<sup>۸</sup> معتقد است: «در زندگی لذت و شادمانی باید وجود داشته باشد اما خود نباید هدف واقع شود. نمی توان در جستجوی خوشبختی رفت و آن را یافت، زیرا خوشبختی نتیجه معنایی است که خود ما به کل شرایط زندگی مان می دهیم». فرانکل می گوید: «در زندگی گاه لحظات کوتاهی وجود دارد که ما را غرق لذت و سرور می کند. همین لحظات کوتاه و شادمانی های کوچک هستند که به کل زندگی ما ارزش زیستن می دهند نه اتفاقات و پیروزی های خارق العاده، حتی اگر این شادمانی ها فقط یک لحظه باشند زیرا عظمت هستی را می توان با عظمت یک لحظه سنجید». وقتی زن و شوهر درگیر بی معنایی در زندگی هستند، تمایلی به زندگی مشترک ندارند و میل به جدایی در آن ها زیاد می شود. شاید فکر کنید زوجینی که معنایی در زندگی ندارند، محکوم به شکست هستند و تمایل به طلاق آن ها زیاد است و

۱. Schnarkh

۲. Bowen

۳. marital satisfaction

۴. fused

۵. self

۶. Patrick, Sells, Giordano & Tollerud

۷. Bentler & Newcomb

۸. Frankl

اگر زوجین نتوانند در زندگی رنج ببرند و معنای رنج درک کنند، ادامه زندگی آن‌ها مخدوش می‌شود (یوسفی و کیانی، ۱۳۹۱). کسانی که زندگی خود را معنادار می‌بینند، اعتقاد دارند که زندگی هدف مهمی دارد و قابل فهم است. به این ترتیب، شخصی که سطوح بالاتری از معناداری در زندگی را تجربه می‌کند به آسانی قادر به رویارویی با شرایط سخت است. سطوح بالای معنا در زندگی نه فقط به فرد در رویارویی با دشواری‌ها کمک می‌کند، بلکه باعث افزایش رضایت شخصی و احساس کامیابی و کاهش دلزدگی زناشویی در فرد می‌شود. در نتیجه می‌توان گفت جنبه‌های خاصی از معناداری نقش عمده‌ای در افزایش توان فرد در مقابله با مشکلات دارد (کیم، لی، یو، لی و پیگ، ۲۰۰۵).

بخشش<sup>۲</sup> فرآیندی است که شامل تغییر در احساسات و نگرش در مورد فرد خطا کار می‌شود. نتیجه این فرآیند، کاهش انگیزه برای اقدام تلافی‌جویانه و یا حفظ بیگانگی با فرد خاطی است و احساسات منفی نسبت به فرد خطا کار را از بین می‌برد. هم‌چنین نظریه پردازان بر این باورند که بخشش، نشان دهنده جایگزینی احساسات منفی با نگرش‌های مثبت از جمله شفقت و خیرخواهی است (فیلیپات<sup>۳</sup>، ۲۰۰۶). در واقع، تنفر ایجاد شده ناشی از خطاهای همسر، احتمالاً تقویت کننده تعارض و دلزدگی زناشویی زوج‌ها و مانع حل موفقیت آمیز آن است. در مقابل، بخشش همسر یکی از ابزارهای بالقوه فراهم کننده ی آشتی<sup>۴</sup> - علی‌رغم وجود یک رویداد دردناک و نگران کننده - است، بنابراین بخشودگی می‌تواند کاربردهای قابل توجهی برای یک رابطه‌ی بلندمدت و هم‌چنین الگوهای جهت تعاملات کوتاه مدت داشته باشد. اکثر تحقیقات، بخشودگی و نابخشودگی (مثلاً انتقام و اجتناب) را بر حسب کاهش انگیزه منفی نسبت به فرد خطا کار بررسی می‌کنند. اساساً بخشودگی، یک حالت انگیزشی خیرخواهانه نسبت به فرد آسیب رسان است که به سادگی به وسیله‌ی غلبه بر انگیزه‌های منفی به دست نمی‌آید (فینچام، بیچ و داویلا<sup>۵</sup>، ۲۰۰۴). به طور خلاصه، بخشودگی می‌تواند استفاده از راه کارهای غیر مؤثر تعارض و دلزدگی زناشویی را که در اثر تخطی‌ها و تجاوزهای نابخشوده طرف مقابل حاصل شده اند از بین ببرد. بخشودگی، تنها یک عمل اخلاقی نیست، بلکه فرآیندی است التیام بخش که می‌توان آن را به شکل مداخلات درمانی در مشاوره‌های خانواده به ویژه در روابط دو عضوی‌ها (زن و شوهر، ولی و فرزند، خواهر و برادر، پدر و مادر و مانند آن‌ها) به کار بست. در مورد کاربرد بخشودگی در کار با خانواده‌ها می‌توان گفت بخشودگی زمانی مطرح می‌شود که عضوی از خانواده با عمل یا سخن خود موجب نارضایتی و آزار عضو یا اعضای دیگر خانواده شده است. اعضای خانواده نمی‌توانند بدون این که گاهی مواقع و شاید هم اغلب اوقات یکدیگر را بیازارند، با هم زندگی کنند. این حرف بدان معناست که در روابط خانوادگی وجود دلزدگی و تعارض یا دل‌آزاری و رنجش خاطر اجتناب ناپذیر است (به نقل از افخمی، بهرامی و فاتحی زاده، ۱۳۸۶). ساداتی (۱۳۹۳) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که بین تمایز یافتگی و بخشودگی با دلزدگی زناشویی و تعارض زناشویی رابطه معنی داری وجود دارد. به علاوه مسیرهای مستقیم تمایز یافتگی، روان‌رنجورخویی، بخشودگی و تعارض زناشویی به دلزدگی زناشویی از لحاظ آماری معنی دار بودند.

۱. Kim, Lee, Yu, Le & Puing

۲. forgiveness

۳. Philpot

۴. closure

۵. Fincham, Beach & Davila

همچنین مسیرهای مستقیم تمایز یافتگی، روان رنجورخویی و بخشودگی به تعارض زناشویی نیز معنی دار بودند. از سوی دیگر، نتایج نشان داد رابطه غیرمستقیم تمایز یافتگی، روان رنجورخویی و بخشودگی با دلزدگی زناشویی از طریق تعارض زناشویی معنی دار بودند.

عشقی (۱۳۹۴)، فرهمند (۱۳۹۴)، ساداتی (۱۳۹۳)، طالبی و غباری بناب (۱۳۹۲)، آریامنش، فلاح چای و زارعی (۱۳۹۲)، نجفلویی (۱۳۸۵)، بیادسی- آشکار و پلز<sup>۱</sup> (۲۰۱۳)، لیکانی<sup>۲</sup> (۲۰۱۳)، گابلمن<sup>۳</sup> (۲۰۱۲)، گرین و مابی<sup>۴</sup> (۱۹۹۳) و ریچاردز<sup>۵</sup> (۱۹۸۷) در پژوهش های خود به بررسی رابطه بین تمایز یافتگی و دلزدگی زناشویی پرداخته اند. نتایج این پژوهش ها نشان داد بین تمایز یافتگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی معنی داری وجود دارد و هر اندازه تمایز یافتگی زوج ها کم تر باشد تعارض های زناشویی و دلزدگی زناشویی آن ها بیشتر خواهد بود.

یوسفی (۱۳۹۱)، یوسفی و همکاران (۱۳۸۵)، نصیری و جوکار (۱۳۸۷)، تبریزی (۱۳۸۳)، اسکند و بکر<sup>۶</sup> (۲۰۰۶)، واله، هوبنر و سولدو<sup>۷</sup> (۲۰۰۶) و کاسلو<sup>۸</sup> (۱۹۹۴) در پژوهش های خود به بررسی رابطه بین معناداری زندگی و دلزدگی زناشویی پرداخته اند. نتایج پژوهش آن ها نشان داد که بین معناداری زندگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی معنی داری وجود دارد. همچنین نتایج پژوهش های آن ها نشان داد که داشتن فلسفه و معنا در زندگی با کاهش دلزدگی زناشویی و تعارضات زناشویی و افزایش رضایت زناشویی مرتبط است.

ساداتی (۱۳۹۳)، غفوری، مشهدی و حسن آبادی (۱۳۹۲)، دغاغله، عسگری و حیدری (۱۳۹۱)، زارع، غباری بناب، شمس نظری و صادق خانی (۱۳۹۱)، زهتاب نجفی، درویزه و پیوسته گر (۱۳۹۰)، خجسته مهر، کرایبی و رجیبی (۱۳۸۹)، لیسیکا<sup>۹</sup> (۲۰۱۳)، برایت وایت، سلبی و فینچام<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۱)، باکوس<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۹) و تسه و ییپ<sup>۱۲</sup> (۲۰۰۹) در پژوهش های خود به بررسی رابطه بین بخشودگی و دلزدگی زناشویی پرداخته اند. نتایج پژوهش های آن ها حاکی از این مطلب بود که بین بخشودگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی معنی داری وجود دارد. به عبارتی دیگر زوج هایی که یکدیگر را می بخشند، کم تر دچار دلزدگی زناشویی و تعارض زناشویی می شوند.

چنانچه زندگی زناشویی شرایطی نامساعد را برای ارضای نیازهای مختلف همسران ایجاد کند، نه تنها جنبه های مثبت ازدواج تحقق نمی یابد، بلکه اثری منفی و گاه جبران ناپذیر را به جا خواهد گذاشت. این اثرات منفی فقط برای همسران نیست بلکه طیف وسیعی از اختلالات را در فرزندان آنان ایجاد می کند که از

۱. Biadisy-Ashkar & Peleg

۲. Likcani

۳. Gabelman

۴. Greene & Mabee

۵. Richards

۶. Schenell & Becker

۷. Valle, Huebner & Suldo

۸. Kaslow

۹. Liceaga

۱۰. Braithwaite, Selby & Fincham

۱۱. Backus

۱۲. Tse & Yip

میان آن می توان به گوشه گیری، افسردگی، ضعف در شایستگی اجتماعی، ضعف در عملکرد تحصیلی و مشکلات ارتباطی اشاره کرد (به نقل از دانش، ۱۳۸۹). فرآیند دلزدگی زناشویی، درک درستی از چگونگی تحول روابط زناشویی در طول زمان به دست می دهد و شامل روندی است که در طی آن، احساسات، رفتارها و نگرش های خاصی رخ می دهد. دلزدگی فقدان تدریجی دلبستگی عاطفی است که شامل کاهش توجه به همسر، بیگانگی عاطفی و افزایش احساس دلسردی و بی تفاوتی نسبت به همسر می شود. آمدن دلزدگی به معنای جایگزینی احساسات خنثی به جای عواطف مثبت است. در فرآیند دلزدگی فرض می شود که در ابتدا احساسات مثبت وجود داشته است، اما این احساسات در طول زمان و در اثر به وجود آمدن حوادثی از بین می روند. این حوادث لزوماً حوادث بزرگی نیستند اما احتمالاً پس از انباشت حوادث به ظاهر کوچک، متجلی می شوند. در حقیقت پس از این چنین نقاط عطفی، سراسر رابطه زناشویی در هاله ای منفی دیده می شود، مشکلات به نظر شدید و غیر قابل حل می آیند و دلسردی و بیزاری ادامه پیدا می کند. زن و شوهر اکنون آینده ای ترسناک و ملامت از تعاملات منفی یا جدایی و طلاق را پیش رو می بینند تا دوام این نقاط عطف در بین زوج هایی که دچار دلزدگی شده اند باعث تسلط احساسات منفی چون خشم و تنفر از یکدیگر شده و در نهایت به یک حالت بی تفاوتی منجر می شود (کایزر، ۱۹۹۳).

با توجه به اهمیت خانواده و رضایت زناشویی در افزایش کارکرد خانواده و سلامت جامعه، ضرورت دارد عوامل مرتبط با آن، یعنی، تمایز یافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی به عنوان سازه هایی بنیادین و اثر گذار بر روند بهبود و تقویت استحکام خانواده و روابط زناشویی رضایت بخش مورد بررسی قرار گیرد تا اطلاعات مناسبی برای زوج ها جهت غنی سازی رابطه زناشویی و کاهش دلزدگی زناشویی شان و همچنین خانواده درمانگران برای افزایش کارکرد خانواده فراهم کند. در راستای تحقق هدف مورد نظر این سؤال مطرح است آیا تمایز یافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی، دلزدگی زناشویی دانشجویان زن متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول را پیش بینی می کند؟

## روش

طرح پژوهش، جامعه آماری و روش نمونه گیری: طرح پژوهش حاضر از نوع همبستگی چند متغیری است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان زن متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول بود. کل جامعه مورد بررسی ۷۵۰ نفر دانشجوی زن متأهل شاغل به تحصیل در ۱۳ رشته (روانشناسی و مشاوره ۸۰ نفر، تربیت بدنی ۴۰ نفر، علوم تربیتی ۱۰۰ نفر، حقوق ۷۰ نفر، زبان انگلیسی ۵۰ نفر، ادبیات فارسی ۵۰ نفر، مامایی ۶۰ نفر، حسابداری ۵۰ نفر، پرستاری ۴۰ نفر، کامپیوتر ۵۰ نفر، شیمی محض ۶۰ نفر، معماری ۵۰ نفر، برق ۵۰ نفر) بود. نمونه پژوهش مشتمل بر ۲۵۶ نفر از این دانشجویان بود که با توجه به جدول کرچسی<sup>۲</sup> به روش تصادفی ساده انتخاب شدند.

## روش اجرا

پس از اخذ معرفی نامه از آموزش دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول برای آگاهی از جامعه آماری

۱. turning point

۲. Kerjcie

تحقیق، به اتوماسیون آموزش دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول مراجعه کرده و پس از هماهنگی با مسئول اتوماسیون و معاون آموزشی دانشگاه در خصوص آگاهی از تعداد دانشجویان زن متأهل شاغل به تحصیل، معرفی نامه و مجوز اجرای پرسشنامه ها اخذ شد. در مرحله بعد از بین تمامی دانشجویان زن متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول که تعداد آن ها ۷۵۰ نفر بود ۲۵۶ نفر با توجه به جدول کرجسی انتخاب شدند و با هماهنگی قبلی برای دانشجویان زن متأهل خلاصه‌ای از تحقیق و بیان اهمیت و ضرورت صداقت در پاسخگویی به پرسشنامه‌ها توضیح داده شد. سپس پاکت حاوی پرسشنامه‌ها توزیع و مقرر شد تا در زمانی معین برای تحویل به پژوهشگر مراجعه کنند. در آخر پرسشنامه‌ها برای تجزیه و تحلیل‌های آماری وارد نرم‌افزار SPSS نسخه‌ی ۱۹ شدند.

### ابزار سنجش

در این پژوهش به منظور جمع آوری داده‌های تحقیق از ابزارهای زیر استفاده شد.

الف) **مقیاس دزدگی زناشویی**<sup>۱</sup>: این مقیاس نخستین بار توسط کایزر (۱۹۹۳) در ۲۱ ماده در طیف لیکرت ساخته شد. از ۲۱ ماده این مقیاس، ۱۱ ماده شامل احساسات مثبت (مراقبت، دلبستگی، محبت، ...) و ۱۰ ماده مربوط به احساسات حاکی از نارضایتی می‌باشد. این مقیاس، تک عاملی است و نمرات بالاتر نشان‌دهنده‌ی سطوح بالاتری از دزدگی است. نمرات این مقیاس در محدوده‌ی ۲۱ تا ۸۴ قرار دارد و کایزر (۱۹۹۳) طبقه‌بندی زیر را برای نمره‌های آن ارائه داده است: ۲۶-۲۱ دزدگی پایین، ۳۴-۲۷ دزدگی متوسط به پایین، ۴۲-۳۵ دزدگی متوسط، ۵۴-۴۳ دزدگی بالاتر از متوسط و ۸۴-۵۰ دزدگی زیاد. در نمونه‌ی کایزر (۱۹۹۳)، نمرات مقیاس، همبستگی مثبت بالایی با نمرات سایر مقیاس‌های دزدگی و همبستگی منفی‌ای با مقیاس‌های مربوط به صمیمیت و نزدیکی زناشویی داشت و آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۷ به‌دست آمد. مطالعات مختلف نیز، پایایی درونی قابل اطمینان و بالایی را گزارش کرده‌اند، پایایی آلفای کرونباخ برای کل مقیاس: ۰/۷۹ تا ۰/۸۹ (پریست و تین<sup>۲</sup>، ۲۰۰۳، به نقل از دورهام-فولر<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰). رایبسون، فلاورز و ننگ<sup>۴</sup> (۲۰۰۶) در مطالعه خود پایایی درونی این ابزار را به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۷ گزارش کردند. در ایران نیز نخستین بار ساداتی، مهرابی‌زاده هنرمند و سودانی (۱۳۹۳) در پژوهشی با نمونه‌ای ۳۰۰ نفری از معلمان، پایایی مقیاس را به روش آلفای کرونباخ، ۰/۷۹ به‌دست آوردند. در پژوهش حاضر پایایی مقیاس به روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۱ به‌دست آمد.

ب) **پرسشنامه تمایز یافتگی خود با زبینی شده اسکورن**<sup>۵</sup>: این پرسشنامه نخستین بار در سال ۱۹۹۸ توسط اسکورن و فریدلندر<sup>۶</sup> با ۴۳ سوال طراحی و اجرا شد. سپس در سال ۲۰۰۳ مورد بازبینی قرار گرفت و با ۴۶ سوال و ۴ عامل تنظیم شد و به منظور سنجش میزان تمایز یافتگی افراد به کار می‌رود. این پرسشنامه با مقیاس لیکرت و در یک طیف ۶ گزینه‌ای، ۱ (اصلا در مورد من صحیح نیست) و ۶ (خیلی در مورد من صحیح است)،

۱. Marital Disaffection Scale (MDS)

۲. Priest & Thein

۳. Durham-Fowler

۴. Robinson, Flowers & Ng

۵. Differentiation of Self Inventory Revised (DSI-R)

۶. Friedlander



درجه بندی شده است. در این پرسشنامه بیشینه واقعی ۲۷۶ است و نمره کم تر این پرسشنامه نشانه سطوح پایین تر تمایز یافتگی است (ثنایی ذاکر، علاقبند، فلاحتی و هومن، ۱۳۸۷). ضریب آلفای کرونباخ گزارش شده توسط اسکورن و فریدلندر (۱۹۹۸) برای این پرسشنامه ۰/۸۸ است. در پژوهش اسکورن و اسمیت (۲۰۰۳) نیز ضریب پایایی کل آزمون ۰/۹۲ به دست آمده است. این آزمون در ایران توسط یونسی (۱۳۸۵)، به نقل از غفاری، رفیعی و ثنایی ذاکر، (۱۳۸۹) بر روی نمونه عادی هنجاریابی شده و پایایی آن از طریق بازآزمایی و آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۵، واکنش عاطفی ۰/۷۷، موقعیت من ۰/۶۰، گسلس عاطفی ۰/۶۵ و امتزاج با دیگران ۰/۷۰ به دست آمد. مومنی و علیخانی (۱۳۹۲) نیز پایایی این پرسشنامه را در تحقیق خود ۰/۷۹ گزارش کردند. هم چنین پایایی این پرسشنامه در پژوهش ساداتی (۱۳۹۳) به روش آلفای کرونباخ ۰/۶۹ به دست آمد. در پژوهش حاضر پایایی کل پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۲ به دست آمد.

ج) شاخص ارزشمندی زندگی (LRI): در این پژوهش برای ارزیابی معناداری زندگی از آزمون شاخص ارزشمندی زندگی (LRI) باتیستا و آلموند<sup>۲</sup> (۱۹۷۳) که به وسیله دباتس<sup>۳</sup> (۱۹۹۸)، تجدید نظر شده است، استفاده شد. این آزمون شامل ۲۳ گویه می باشد که در برابر آن ها یک طیف سه گزینه ای شامل موافقم، نظری ندارم و مخالفم قرار دارد. شواهد پژوهشی چندی وجود دارند که نشان می دهند این آزمون از ضرایب روایی و پایایی مطلوبی برخوردار است (باتیستا و آلموند، ۱۹۷۳). نصیری و جوکار (۱۳۸۷) به منظور تعیین پایایی آزمون از ضریب آلفای کرونباخ استفاده کردند که برای کل آزمون و خرده مقیاس های رضایت و چارچوب برابر با ۰/۸۵، ۰/۷۳ و ۰/۷۷ به دست آمد که رضایت بخش است. در پژوهش حاضر پایایی کل پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آمد.

د) مقیاس بخشش<sup>۴</sup>: رای<sup>۵</sup> و دیگران (۲۰۰۱) پرسشنامه ۱۵ گویه ای بخشش را تدوین کردند. پرسشنامه اصلی دارای ۱۶ گویه بوده و پس از انجام تحلیل عاملی، ۱ گویه آن حذف و به ۱۵ گویه تبدیل گردید. تحلیل عاملی این پرسشنامه، دو عامل را نشان داده است. یک عامل ماده هایی را شامل می شود که بیان کننده ی نبود افکار، احساسات و رفتار منفی نسبت به فرد خاطی است (نبود منفی). عامل دیگر بیان کننده ی وجود افکار، احساسات و رفتار مثبت نسبت به فرد خاطی است (وجود مثبت). لذا پرسشنامه حاضر هم پاسخ های منفی و هم پاسخ های مثبت را می سنجد. این پرسشنامه در ابتدا برای سنجش واکنش زنان نسبت به بدی که در رابطه ی عاشقانه ی خود دیده بودند ساخته شد. اما بعدها سوالات آن طوری تغییر پیدا کرد که همه افراد و هر نوع بدی را شامل شود (رای و دیگران، ۲۰۰۱). سوالات این پرسشنامه در مقیاس لیکرت و در یک طیف ۵ گزینه ای، کاملاً موافقم ۵، موافقم ۴، بی نظر ۳، مخالفم ۲ و کاملاً مخالفم ۱، طراحی شده اند (به نقل از زندگی پور و یادگاری، ۱۳۸۶).

رای و همکاران (۲۰۰۱) آلفای کرونباخ برای «نبود منفی»، «وجود مثبت» و کل پرسشنامه را به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۸۵ و ۰/۸۷ گزارش کردند. هم چنین در مطالعه ی آن ها پایایی به روش آزمون-بازآزمون برای

۱. Life- Regard Index (LRI)

۲. Batista & Almond

۳. Debats

۴. Forgiveness Scale (FS)

۵. Rye



«نبود منفی»، «وجود مثبت» ۰/۷۶ و برای کل آزمون ۰/۸۰ به دست آمد. در تحقیقی که زندگی پور، آزادی و ناهیدپور (۱۳۹۰) انجام دادند، پایایی این آزمون از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ و از روش دونیمه سازی ۰/۸۱ به دست آمد. هم چنین پایایی این پرسشنامه در پژوهش ساداتی (۱۳۹۳) به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد. در پژوهش حاضر پایایی کل پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۰ به دست آمد.

#### یافته ها

یافته های توصیفی این پژوهش شامل شاخص های آماری مانند میانگین و انحراف معیار برای کلیه متغیرهای مورد مطالعه است که در جدول ۱ ارائه شده است.

**جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و حداقل و حداکثر نمره متغیرهای پژوهش**

شاخص آماری	M	SD	حداقل نمره	حداکثر نمره	کجی	کشیدگی	تعداد
تمایز یافتگی	۱۰۹/۳۸	۲۲/۲۳	۶۶	۲۰۰	۰/۱۹۸	۱/۹۲۹	۲۵۶
بخشودگی	۴۲/۸۰	۱۰/۶۹	۲۰	۶۶	-۰/۲۴۷	-۰/۲۴۹	۲۵۶
معناداری زندگی	۴۹/۸۷	۱۲/۰۸	۲۶	۶۸	-۰/۴۲۵	-۱/۲۱۷	۲۵۶
دلزدگی زناشویی	۵۱/۱۴	۱۲/۳۰	۲۱	۸۳	-۰/۱۶۳	۰/۸۷۲	۲۵۶

همان طوری که در جدول ۱ مشاهده می شود، میانگین و انحراف معیار نمره های دانشجویان متاهل در متغیر تمایز یافتگی ۱۰۹/۳۸ و ۲۲/۲۳، در متغیر بخشودگی ۴۲/۸۰ و ۱۰/۶۹، در متغیر معناداری زندگی ۴۹/۸۷ و ۱۲/۰۸ و در متغیر دلزدگی زناشویی ۵۱/۱۴ و ۱۲/۳۰ می باشد. جدول ۳ ضرایب همبستگی ساده تمایز یافتگی، بخشودگی و معناداری زندگی با دلزدگی زناشویی دانشجویان را نشان می دهد.

فرضیه اول: بین تمایز یافتگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

فرضیه دوم: بین معناداری زندگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

فرضیه سوم: بین بخشودگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

**جدول ۲. ضرایب همبستگی ساده تمایز یافتگی، بخشودگی و معناداری زندگی با دلزدگی زناشویی**

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	ضرایب همبستگی	سطح معنی داری	تعداد
دلزدگی زناشویی	تمایز یافتگی	-۰/۳۹	≤۰/۰۰۱	۲۵۶
	معناداری زندگی	-۰/۵۰	≤۰/۰۰۱	
	بخشودگی	-۰/۴۶	≤۰/۰۰۱	

همان طوری که در جدول ۲ مشاهده می شود ضرایب تمایز یافتگی با دلزدگی زناشویی ( $p \geq 0/0001$ ) و ( $r = -0/39$ )، معناداری زندگی با دلزدگی ( $p \geq 0/0001$ ) و ( $r = -0/50$ ) و بخشودگی با دلزدگی زناشویی ( $p \geq 0/0001$ ) و ( $r = -0/46$ ) منفی و معنی دار هستند. بنابراین فرضیه اول، دوم و سوم پژوهش مورد تایید قرار گرفت.

فرضیه چهارم: تمایز یافتگی، بخشودگی و معناداری زندگی با دلزدگی زناشویی رابطه چندگانه دارد.

### جدول ۳. تحلیل رگرسیون به شیوه گام به گام بر روی متغیرهای پژوهش

مرحله	پیش بین	R	R <sup>۲</sup>	F	Beta	T	p
۱	معناداری زندگی	۰/۵۰	۰/۲۵	۸۲/۳۰	-۰/۴۹۵	-۹/۰۷	≤۰/۰۰۱
۲	معناداری زندگی	۰/۵۴	۰/۲۹	۵۱/۲۵	-۰/۳۴۲	-۵/۱۹	≤۰/۰۰۱
	بخشودگی				-۰/۲۵۹	-۳/۹۳	≤۰/۰۰۱
۳	معناداری زندگی	۰/۵۶	۰/۳۲	۳۸/۸۱	-۰/۲۸۴	-۴/۲۴	≤۰/۰۰۱
	بخشودگی				-۰/۲۲۴	-۳/۴۱	≤۰/۰۰۱
	تمایز یافتگی				-۰/۱۸۶	-۳/۱۹	۰/۰۰۲

یافته‌های جدول ۳ حاکی از آن است که در نمره کل مقیاس دلزدگی زناشویی به ترتیب متغیرهای معناداری زندگی، بخشودگی و تمایز یافتگی به ترتیب از قدرت پیش بینی معنی دار و بالاتری برخوردار می باشند. به عبارت دیگر نتایج نشان داد که در گام اول متغیر معناداری زندگی به تنهایی ۲۵ درصد از واریانس دلزدگی زناشویی را تبیین می کند و زمانی که متغیر بخشودگی وارد معادله می گردد، ضریب بالا به ۲۹ درصد و در گام سوم با ورود متغیر تمایز یافتگی این ضریب به ۳۲ درصد می رسد. بنابراین تمایز یافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی جمعاً ۳۲ درصد از واریانس دلزدگی زناشویی را تبیین می کنند.

### بحث و نتیجه گیری

هدف از پژوهش نقش تمایز یافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی در پیش بینی دلزدگی زناشویی در دانشجویان زن متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول بود.

فرضیه اول: بین تمایز یافتگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

نتایج حاصل از تحلیل داده های این فرضیه نشان داد که بین تمایز یافتگی و دلزدگی زناشویی رابطه‌ی منفی معنی داری وجود دارد. بنابراین فرضیه اول پژوهش تایید شد. آنچه از تحلیل آماری برای تایید این داده به دست آمد با مطالعات قبلی هم چون عشقی (۱۳۹۴)، فرهمند (۱۳۹۴)، ساداتی (۱۳۹۳)، طالبی و غباری بناب (۱۳۹۲)، آریامنش و همکاران (۱۳۹۲)، نجفلویی (۱۳۸۵)، بیادسی\_ آشکار و پلژ (۲۰۱۳)، لیکانی (۲۰۱۳)، گابلمن (۲۰۱۲)، گرین و مابی (۱۹۹۳) و ریچاردز (۱۹۸۷) هم سو و هماهنگ است. در تبیین این یافته می توان به نظریه بوئن (۱۹۷۸) اشاره کرد که طبق آن در نظام های زناشویی تمایز یافته، همسران به یکدیگر اجازه می دهند که نقشی نرمش پذیرتر و رابطه ای صمیمانه تر داشته باشند و تفاوت عقاید یکدیگر را بهتر تحمل می کنند و برای این که مشکلات کمتری داشته باشند در پاسخ به عواطف خود و دیگران، آرامش خود را حفظ می کنند. در حقیقت زن و شوهرهایی که به یک اندازه از سطوح بالای تمایز یافتگی برخوردارند قادرند تا فردیت روشنی را به وجود آورند و حفظ کنند و هم زمان صمیمیت عاطفی پخته، قوی و غیر تهدید آمیزی داشته باشند (گلادینگ<sup>۱</sup>، ۲۰۰۷، ترجمه ی بهاری و

۱. Gladding

همکاران، ۱۳۸۶). هم چنین به زعم لیکانی (۲۰۱۳)، در روابط زناشویی، تمایز یافتگی بالا فرد را قادر می‌سازد تا برای بهزیستی و صمیمیت بین خود و همسرش، مرزها را تنظیم کند و فرصت انجام آن را برای طرف مقابل نیز فراهم سازد. وقتی تمایز یافتگی زوج‌ها بالا باشد احتمال مقابله مناسب با تعارض‌ها نیز برای زوج‌ها بیش تر می‌شود و اضطراب، واکنش‌های هیجانی و در نهایت هم آمیختگی کاهش می‌یابد. در مقابل، تمایز یافتگی پایین در بین زوج‌ها باعث سطوح بالای هم آمیختگی شده که به از دست دادن «خود» افراد منجر می‌شود. این گونه پویایی‌ها می‌تواند تعارض بالا و در نهایت جدایی عاطفی به بار آورد. در واقع زوج‌های تمایز نیافته، به هنگام وقوع تعارضات زناشویی، به وسیله مکانیزم کناره‌گیری، حمله متقابل یا عکس‌العمل‌های دفاعی، واکنش نشان می‌دهند. در واقع در این گونه مناسبات زناشویی که زوج‌ها در چرخه تعارض - اجتناب قرار دارند، در ادامه تجربه احساسات منفی، رابطه به دلزدگی می‌انجامد (کایزر، ۱۹۹۳). آن چه تمایز یافتگی در مناسبات زناشویی برای زوج‌ها فراهم می‌آورد افزایش توانایی آن‌ها برای صمیمی شدن با یکدیگر، حفظ حریم شخصی و در عین حال درک تفاوت‌ها در موقعیت‌های پرتنش است. در واقع تمایز یافتگی، از هم آمیختگی زن و شوهر در مواقعی بحرانی که باید بر اساس منطق دست به تصمیم‌گیری بزنند، جلوگیری کرده و آن‌ها را قادر می‌سازد تا مشکلات موجود در رابطه را با عقل و منطق و نه بر اساس واکنش‌پذیری‌های هیجانی و احساسی، رفع کنند. در حقیقت، آن چه زوج‌های تمایز نیافته را دچار مشکل می‌سازد، اجتناب و فاصله‌گیری در موقعیت‌های دشوار است که تنها تسکینی موقتی بوده و در درازمدت با تشدید تعارض‌های زناشویی و از بین بردن حریم زناشویی، آن‌ها را به سمت دلزدگی سوق می‌دهد. به عبارت دیگر هر چه افراد از سطوح تمایز یافتگی پایین تری برخوردار باشند، به دلیل آمیختگی بیش تر عقل و احساسات‌شان، در تعارض‌های زناشویی درگیر تنش‌های عاطفی شدید با همسر شده و دچار دلزدگی زناشویی در طولانی مدت می‌شوند.

فرضیه دوم: بین معناداری زندگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

از دیگر نتایج این پژوهش این بود که بین معناداری زندگی و دلزدگی زناشویی رابطه‌ی منفی معنی داری وجود دارد. بنابراین فرضیه دوم پژوهش حاضر تایید شد. یافته‌های به دست آمده با مطالعات یوسفی (۱۳۹۱)، یوسفی و همکاران (۱۳۸۵)، نصیری و جوکار (۱۳۸۷)، تبریزی (۱۳۸۳)، اسکندر و بکر (۲۰۰۶)، واله و همکاران (۲۰۰۶) و کاسلو (۱۹۹۴) در یک راستا قرار دارد. در تبیین این یافته فرانکل معتقد است: «در زندگی لذت و شادمانی باید وجود داشته باشد، اما خود نباید هدف واقع شود. نمی‌توان در جستجوی خوشبختی رفت و آن را یافت زیرا خوشبختی نتیجه معنایی است که خود ما به کل شرایط زندگی مان می‌دهیم». فرانکل می‌گوید: «در زندگی گاه لحظات کوتاهی وجود دارد که ما را غرق لذت و سرور می‌کند. همین لحظات کوتاه و شادمانی‌های کوچک هستند که به کل زندگی ما ارزش زیستن می‌دهند، نه اتفاقات و پیروزیهای خارق‌العاده، حتی اگر این شادمانی‌ها فقط یک لحظه باشند زیرا عظمت هستی را می‌توان با عظمت یک لحظه سنجید». وقتی زن و شوهر درگیر بی‌معنایی در زندگی هستند، تمایلی به زندگی مشترک ندارند و میل به جدایی در آن‌ها زیاد می‌شود. شاید فکر کنید جستجو و یافتن معنا خود می‌تواند موجب تنش شود، اما فرانکل این تنش و هیجان را از شرایط لازم سلامت روان می‌داند و می‌گوید: زندگی خالی از هیجان محکوم به روان‌نژندی است. شخصیت سالم باید در سطحی میان آنچه به آن دست یافته یا به انجام رسانده و آنچه که باید بدان دست یابد یا به انجام رسانده، باشد. یعنی فاصله

ای میان آنچه هست و آنچه باید باشد. این فاصله برای آن است که فرد سالم تلاش کافی برای دستیابی به اهدافی که به زندگیش معنا می بخشد را داشته باشد. زوجینی که معنایی در زندگی ندارند، محکوم به شکست هستند و تمایل به دلزدگی زناشویی و طلاق آن ها زیاد است و اگر زوجین نتوانند معنای زندگی را درک کنند، ادامه زندگی آن ها مخدوش می شود.

فرضیه سوم: بین بخشودگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی وجود دارد.

همچنین یکی دیگر از نتایج این پژوهش حاکی از این بود که بین بخشودگی و دلزدگی زناشویی رابطه‌ی منفی معنی داری وجود دارد. بنابراین فرضیه سوم پژوهش حاضر مورد تایید قرار می گیرد. نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل های آماری این یافته نیز با پژوهش های ساداتی (۱۳۹۳)، غفوری و همکاران (۱۳۹۲)، دغاغله و همکاران (۱۳۹۱)، زارع و همکاران (۱۳۹۱)، زهتاب نجفی و همکاران (۱۳۹۰)، خجسته مهر و همکاران (۱۳۸۹)، لسیگا (۲۰۱۳)، برایت وایت و همکاران (۲۰۱۱)، باکوس (۲۰۰۹) و تسه و ییب (۲۰۰۹) در یک راستا قرار دارد. طبق مطالعات باکوس (۲۰۰۹) به نظر می رسد، هنگامی که فرد قادر به بخشش باشد، رابطه میان هتک حرمت و رضایت زناشویی ضعیف، تعدیل می شود. لذا توانایی بخشش همسر می تواند به پایداری رابطه و افزایش رضایت زناشویی منجر شود. هم چنین با توجه به تعریف بخشودگی، این عمل تغییراتی را در بر می گیرد که می تواند با کاهش در احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت همراه باشد. پس با توجه به نقش بخشش در افزایش احساسات مثبت، می توان دریافت که گذشت در بالابردن کیفیت روابط زناشویی و کاهش دلزدگی ناشی از احساسات منفی، اهمیت به سزایی دارد. هم چنین به گفته فیچام و همکاران (۲۰۰۴)، بخشودگی از طریق حذف رفتارهای منفی و ایجاد رفتارهای مثبت در تعارض های زناشویی بر رضایت همسران تاثیر می گذارد. بعلاوه، افرادی که قادر به بخشش همسر خود هستند به تقدس رابطه زناشویی خود معتقدند و این توانایی بخشش همسر، به استحکام بیش تر رابطه زناشویی و کاهش دلزدگی زناشویی می انجامد (ماگیار، ۲۰۰۱، به نقل از احتشام زاده، مکوندی و باقری، ۱۳۸۸). گذشت در روابط زناشویی از طریق افزایش هم دلی و اعتمادسازی دوباره بین زن و شوهر، باعث بازسازی یک رابطه و دور شدن از مسیر دلزدگی زناشویی می شود. بخشودگی باعث افزایش تمایل فرد برای حفظ رابطه و کاهش تعارض زناشویی، افزایش مصالحه و آشتی و سلامت روان زوج ها و نتیجتاً ارتقاء کیفیت رابطه زناشویی شده و نبود آن می تواند به نارضایتی و دلزدگی بین زوج ها منجر شود. بنابراین بخشودگی با توقف پاسخ های خصمانه آشکار و نهان، باعث کنترل تکانه های پر خاشگری، کاهش تعارض زناشویی و دلزدگی در روابط زناشویی می گردد.

فرضیه چهارم: تمایز یافتگی، بخشودگی و معناداری زندگی با دلزدگی زناشویی رابطه چند گانه دارد. نتایج حاصل از تحلیل داده های این فرضیه نشان داد که تمایز یافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی جمعاً ۳۲ درصد از واریانس دلزدگی زناشویی را تبیین می کنند. نتایج یافته حاضر با تحقیقات عشقی (۱۳۹۴)، فرمند (۱۳۹۴)، ساداتی (۱۳۹۳)، لیکانی (۲۰۱۳) و لسیگا (۲۰۱۳) همسو و هماهنگ است و یافته های پژوهشی آنها را مورد تایید قرار می دهد. در تبیین این یافته می توان گفت که ترکیبی از تمایز یافتگی، بخشودگی و معناداری زندگی است که به استحکام بیشتر روابط زناشویی می انجامد و نقش مهمی در ایجاد رضایت زناشویی ایفا می کند و همچنین کیفیت زندگی زوج ها را بهبود می بخشد.

در روابط میان زوجین هر چه فرد از تمایز یافتگی، بخشودگی و معناداری زندگی بالاتری برخوردار باشد بهتر می تواند احساسات خود را کنترل کند، در نتیجه در ارتباط با همسرش صمیمیت بالایی را تجربه می کند که در نهایت رضایت زناشویی بالایی را می توان انتظار داشت و و از بروز پدیده دلزدگی زناشویی جلوگیری می شود.

بطور کلی ایجاد سکون و آرامش همسران در کنار یکدیگر، یکی از اهداف مهم ازدواج برشمرده شده است. وجود صفا، یک رنگی و صمیمیت در خانواده، علامت توفیق ازدواج در رسیدن به اصلی ترین هدف بوده و نشانه آن است که زن و مرد هر دو به وظایف خود در برابر همسر، عمل می کنند. در این میان، با توجه به وجود عواطف بسیار قوی در زنان، نقش آنان در تأمین بهداشت روانی خانواده، ایجاد رضایت زناشویی و جلوگیری از دلزدگی زناشویی چشم گیرتر است. زن می تواند روحیه خسته و ناامید همسرش را در برابر مشکلات تغییر دهد و یا دست کم، سنگ صبور ناراحتی ها و آلام او باشد. تحقیق حاضر مانند کلیه تحقیقات دیگر دارای محدودیت هایی بود از آن جمله می توان به این موارد اشاره کرد که؛ از آن جایی که نمونه‌ی تحقیق تنها شامل دانشجویان زن متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول می شود، لذا در تعمیم نتایج آن به گروههای سنی دیگر و زنان غیردانشجو لازم است احتیاط بیشتری به عمل آید. با توجه به نتایج این پژوهش به سایر درمانگران و مشاوران پیشنهاد می شود، به نقش متغیرهای پژوهش، در از بین بردن دلزدگی زناشویی و استحکام خانواده و افزایش رضایت زناشویی، توجه و از آن ها برای بهبود فرآیند زوج درمانی و پیشگیری از روند دلزدگی بین زوج ها استفاده شود. به علاوه پیشنهاد می شود از نتایج این تحقیق در جهت آگاهی افزایی زوج های در شرف ازدواج استفاده شود. همچنین تحقیقی مشابه بر روی دانشجویان مرد انجام گیرد تا بتوان نتایج حاصل از داده های مربوط به دو جنس را مقایسه کرد.

#### منابع

- آریامنش، صابر؛ فلاح چای، سید رضا؛ زارعی، اقبال. (۱۳۹۲). مقایسه تمایز یافتگی بین زوج های رضایت مند و زوج های دارای تعارض زناشویی در شهر بندرعباس. مجله پژوهش های روان شناسی بالینی و مشاوره، ۳(۱)، ۸۹-۸۱
- احتشام زاده، پروین؛ مکوندی، بهنام؛ باقری، اشرف. (۱۳۸۸). رابطه بخشودگی، کمال گرایی و صمیمیت با رضایت زناشویی در جانبازان و همسران آن ها. مجله یافته های نو در روان شناسی، ۴(۱۲)، ۱۲۳-۱۳۶.
- افخمی، ایمانه؛ بهرامی، فاطمه؛ فاتحی زاده، مریم. (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین میزان بخشودگی و تعارض زناشویی زوجین در استان یزد. فصلنامه خانواده پژوهشی، ۳(۹)، ۴۳۱-۴۴۲.
- پاینز، آیالا مالاچ. (۱۹۹۶). دلزدگی از روابط زناشویی. ترجمه ی حبیب گوهری راد. (۱۳۸۳). تهران: انتشارات رادمهر.
- تبریزی، مصطفی. (۱۳۸۳). بررسی و مقایسه اثربخشی گروه درمانی تلفیقی زوجها مساحت درمانی گروهی بک و کتاب درمانی در کاهش نارضایتی زناشویی. پایان نامه دکتری، رشته مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی.
- ثنایی ذاکر، باقر؛ علاقبند، ستیلا؛ فلاحتی، شهره؛ هومن، عباس. (۱۳۸۷). مقیاس های سنجش خانواده و ازدواج. تهران: انتشارات بعثت.

- حامدی، رباب؛ خسروی، زهره؛ پیوسته گر، مهرانگیز؛ درویزه، زهرا؛ خدابخش، روشنگر؛ صرامی، غلامرضا. (۱۳۹۱). بررسی تمایز یافتگی خود و کیفیت رابطه با غیر هم جنس در دانشجویان مجرد. فصلنامه مطالعات روان‌شناختی، ۸(۴)، ۷۱-۵۷.
- خجسته مهر، رضا؛ کرای، امین؛ رجبی، غلامرضا. (۱۳۸۹). بررسی یک مدل پیشنهادی برای پیش‌بینی‌ها و پیامدهای گذشت در ازدواج. مجله مطالعات روان‌شناختی، ۶(۱)، ۱۵۵-۱۸۴.
- دانش، عصمت. (۱۳۸۹). بررسی اثربخشی روش ارتباط محاوره‌ای در افزایش سازگاری زناشویی زوج‌های ناسازگار. فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۶(۳)، ۳۷۳-۳۹۱.
- دغاغله، فاطمه؛ عسگری، پرویز؛ حیدری، علیرضا. (۱۳۹۱). رابطه بخشودگی، عشق، صمیمیت با رضایت زناشویی. مجله یافته‌های نو در روان‌شناسی، ۷(۲۳)، ۵۷-۶۹.
- رحمت‌اللهی، فرحناز؛ فاتحی‌زاده، مریم؛ احمدی، احمد. (۱۳۸۵). آسیب‌شناسی زندگی زناشویی. فصلنامه تازه‌های روان‌درمانی، ۱۱(۴۲)، ۸-۲۶.
- زارع، حسین؛ غباری بناب، باقر؛ شمس‌نظری، علیرضا؛ صادق‌خانی، اسدالله. (۱۳۹۱). رابطه بین سبک‌های دلبستگی و بخشش با رضایت زناشویی زوج‌ها. مجله مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۳(۸)، ۲۲-۴۳.
- زندی‌پور، طیبه؛ یادگاری، هاجر. (۱۳۸۶). ارتباط بخشش با رضایت از زندگی در بانوان دانشجوی متأهل غیربومی دانشگاه‌های تهران. مجله مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان، ۵(۳)، ۱۰۹-۱۲۲.
- زندی‌پور، طیبه؛ آزادی، شهسخت؛ ناهیدپور، فرزانه. (۱۳۹۰). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی، بخشش و سلامت روان در زوج‌های مراجعه‌کننده به مراکز بهداشت گچساران. فصلنامه علمی-پژوهشی جامعه‌شناسی زنان، ۲(۲)، ۱-۱۸.
- زهتاب‌نجفی، عادل؛ درویزه، زهرا؛ پیوسته گر، مهرانگیز. (۱۳۹۰). رابطه بین بخشودگی و رضایت زناشویی زوجین کرمانشاه. فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ، ۲(۸)، ۳۳-۲۳.
- ساداتی، سید احسان؛ مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز؛ سودانی، منصور. (۱۳۹۳). روایی، پایایی و تحلیل عاملی مقیاس دلزدگی زناشویی کایزر. اولین کنگره ملی روان‌شناسی خانواده، اهواز.
- ساداتی، سید احسان. (۱۳۹۳). رابطه علی تمایز یافتگی، روان‌رنجورخویی و بخشودگی با دلزدگی زناشویی از طریق میانجی‌گری تعارض زناشویی در معلمان مرد مدارس شهر استهبان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- طالبی، مریم؛ غباری بناب، باقر. (۱۳۹۲). تعیین رابطه تمایز یافتگی خود، هوش هیجانی و رضایت زناشویی در مراکز مشاوره شهر شاهرود (ترنم، صبا، روزبه، بهزیستی، بنیاد شهید و امور ایثارگران). مجله مطالعات زن و خانواده، ۵(۱۸)، ۱۵-۳۲.
- عشقی، علی. (۱۳۹۴). بررسی رابطه‌ی سرسختی روان‌شناختی، تمایز یافتگی خود با دلزدگی زناشویی در معلمان زن متأهل مدارس ابتدایی شهر نیشابور در سال تحصیلی ۹۴-۹۳. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روان‌شناسی، دانشگاه بجنورد.
- غفاری، فاطمه؛ رفیعی، حسن؛ ثنایی‌ذاکر، باقر. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش خانواده با استفاده از تئوری سیستمی بوئن بر تمایز یافتگی و کارکرد خانواده‌های دارای فرزند معتاد. فصلنامه خانواده‌پژوهشی، ۶(۲۲)، ۲۲۷-۲۲۷.
- غفوری، سمانه؛ مشهدی، علی؛ حسن‌آبادی، حسین. (۱۳۹۲). اثربخشی روان‌درمانی معنوی مبتنی بر بخشودگی



- در افزایش رضایت‌مندی زناشویی و کاهش تعارضات زوجین شهر مشهد. مجله اصول بهداشت روانی، ۱۵(۱)، ۴۱۸-۴۰۶.
- فرهمند، احمد. (۱۳۹۴). رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و خود تمایز یافتگی با تعارض زناشویی متأهلین تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی (ره) شهر دهدشت. پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته مشاوره، دانشگاه آزاد واحد مرودشت.
- گلادینگ، ساموئل، تی. (۲۰۰۷). خانواده‌درمانی، تاریخچه، نظریه و کاربرد. ترجمه‌ی فرشاد بهاری، بدری‌السادات بهرامی، سوسن سیف و مصطفی تبریزی (۱۳۸۶). تهران: انتشارات تزکیه.
- گلدنبرگ، هربرت؛ گلدنبرگ، آیرین. (۲۰۰۸). خانواده‌درمانی. ترجمه‌ی حمیدرضا حسین‌شاهی برواتی، سیامک نقشبندی و الهام ارجمند (۱۳۹۲). تهران: انتشارات روان.
- محمدزاده ابراهیمی، علی؛ جمهری، فرهاد؛ برجعلی، احمد. (۱۳۸۷). رابطه بین مشابهت و مکمل بودن در ابعاد اصلی شخصیتی زوجین با رضایت‌مندی زناشویی. فصلنامه پژوهش در سلامت روانشناختی، ۲(۱)، ۶۱-۶۹.
- محمودی‌مهر، مریم؛ نوایی‌نژاد، شکوه. (۱۳۸۹). تاثیر زوج‌درمانی گروهی با رویکرد بوئن بر میزان تمایز یافتگی زوجها. فصلنامه پژوهش‌های مشاوره، ۱(۳۹)، ۱۸-۷.
- مومنی، خدامراد؛ علیخانی، مصطفی. (۱۳۹۲). رابطه عملکرد خانواده، تمایز یافتگی خود و تاب‌آوری با استرس، اضطراب و افسردگی در زنان متأهل شهر کرمانشاه. مجله مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۳(۲)، ۲۹۷-۳۲۹.
- نجفلویی، فاطمه. (۱۳۸۵). نقش تمایز خود در روابط زناشویی. مجله اندیشه‌های نوین تربیتی، ۲(۳)، ۲۷-۳۷.
- نصیری، حبیب‌الله؛ جوکار، بهرام. (۱۳۸۷). زندگی از رضایت‌امید، زندگی، داری معنا و در روان سلامت زنان. فصلنامه پژوهش زنان، ۶(۲)، ۱۵۷-۱۷۶.
- یوسفی، ناصر؛ کیانی، محمد علی. (۱۳۹۱). تأثیر گشتالت‌درمانگری و معنا‌درمانگری بر کاهش میل به طلاق مردان متقاضی مشاوره. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱، ۱۵۰-۱۵۸.
- یوسفی، ناصر. (۱۳۹۱). بررسی شاخص‌های روان‌سنجی مقیاس خانوادگی تفکیک‌خویشتن (۲-DSI). فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱(۱)، ۱۹-۳۸.
- یوسفی، ناصر؛ عطاری، یوسفعلی؛ بشلیده، کیومرث؛ نبوی حصار، جمیله. (۱۳۸۵). بررسی اثربخشی دو رویکرد مشاوره‌ای و روان‌درمانی در کاهش نشانگان افسردگی، اضطراب و پرخاشگری در میان زنان متقاضی طلاق مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره خانواده شهرستان سقز. مجله مطالعات تربیتی و روانشناسی دانشگاه مشهد، ۷(۲)، ۶۳-۸۵.

- Backus, L. N. (2009). Establishing links between desecration, forgiveness and marital quality during pregnancy. Dissertation for Master of Arts, Graduate College of Bowling Green State University.
- Batista, J., & Almond, R. (1973) "The Development of Meaning in life", *Psychiatry*, 36, 409-427.
- Biadisy-Ashkar, A., & Peleg, O. (2013). The relationship between differentiation of self and satisfaction with life amongst Israeli women: A cross cultural perspective. *Health*, 5 (9), 1467-1477.
- Braithwaite, S. R., Selby, E. A., & Fincham, F. D. (2011). Forgiveness and relationship satisfaction: Mediating mechanisms. *Journal of Family Psychology*, 25 (4), 551-559.
- Clinton, T., & Trent, J. (2009). *The quick-reference guide to marriage & family counseling*. Michigan: Baker Books.
- Debats, D. L. (1998) "The Life Regard Index: Reliability and Validity", *Psychological Report*, 67, 27-34.



- Durham-Fowler, J. N. (2010). Therapeutic assessment with couples. A dissertation for the degree of doctor of philosophy, University of Texas at Austin.
- Fincham F. D., Beach S. R., & Davila J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology*, 18 (1), 72-81.
- Gabelman, E. (2012). The effects of locus of control and differentiation of self on relationship satisfaction. Department of Human Development and Family Science, 1-20.
- Greene, G. J., & Mabee, T. F. (1993). Differentiation of self and marital adjustment of clinical and nonclinical spouses. *Journal of Couples Therapy*, 3 (3), 133-144.
- Kaslow, f. (1999). Long term marriage in Sweden and some comparisons with similar couples in the united state. *Journal of Family Psychology*, 18 (1), 74-85.
- Kayser, K. (1993). When love dies: The process of marital disaffection. New York: Guilford.
- Kim, T-H., Lee, S.M. Yu, K., Le, S.k., & Puig, A. (2005). Hope and the meaning of life as influences on Korean adolescents resilience: Implications for Counselor. *Asia Pacific Education Review*, No.2, Vol 6, 143-152.
- Liceaga, M. D. (2013). "You stay, no matter how bad": Women voice the trajectory of marital disaffection. A Thesis Presented to the Faculty of San Diego State University. In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Master of Arts in Communication.
- Likcani, A. (2013). Differentiation and intimate partner violence. Dissertation for Doctor of Philosophy, College of Human Ecology, Kansas State University.
- McCarthy, L. A. (2006). Influences of couple conflict type, division of labor, and violated expectations on first-time parents' individual and marital well-being. A dissertation for the degree of doctor of philosophy, University of Florida.
- Patrick, S., Sells, J. N., Giordano, F. G., & Tollerud, T. R. (2007). Intimacy, differentiation, and personality variables as predictors of marital satisfaction. *The Family Journal*, 15, 359-367.
- Philpot, C. (2006). Intergroup apologies and forgiveness. Unpublished dissertation for the degree of doctor of philosophy, University of Queensland, Brisbane, Australia.
- Richards, E. (1987). Self-reports of differentiation of self and marital compatibility as related to family functioning in the third and fourth stages of the family life cycle. PhD Dissertation Adelphi University.
- Robinson, B. E., Flowers, C., & Ng, K-N. (2006). The relationship between workaholism and marital disaffection: Husbands' perspective. *The Family Journal*, 14, 213-220.
- Rye, M. S., Loiacono, D. M., Folck, C. D., Olszewski, B. T., Heim, T. A., & Madia, B. P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Journal of Current Psychology*, 20 (3), 260-277.
- Schenell, T, & Becker, P. (2006). Personality and Meaning in life. *Personality and Individual Differences*, 41, 1, 117- 129.
- Skowron, E., & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 235-246.
- Skowron, E. A., & Dendy, A. K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood. *Journal of Contemporary Family Therapy*, 26 (3), 337-357.
- Skowron, E. A., & Schmitt, A. T. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29, 209-222.
- Tse, W. S., & Yip, T. H. J. (2009). Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 46 (3), 365-368.
- Valle, M. F., Huebner, S., & Suldo, S. M. (2006). An analysis of hope as a psychological strength. *Journal of School Psychology*, 24, 401-421.

## The Role Of Differentiation, Life Meaningfulness And Forgiveness in Predicting Marital Disaffection In The Married Female Students

K. Kazemian Moghaddam\*  
M. Mehrabizadeh Honarmand\*\*  
A. Kiamanesh\*\*\*  
S. Hoseinian\*\*\*\*

### Abstract

The aim of this study was to determine the role of differentiation, meaningful life and forgiveness in predicting marital disaffection in the married female students of Islamic Azad University of Dezful. The research sample consisted of 256 married women that were randomly selected using random numbers table. The research was descriptive and correlational. The instruments of this study were Kayser's Marital Disaffection Scale(1993) , Skowron's Differentiation of Self Inventory—Revised, Batista and Almond(1973 Life- Regard Index(LRI) and Rye's Forgiveness Questionnaire (2001). In order to analyze the data; correlation coefficient and multiple regression were implemented. The results showed that the correlation coefficients of differentiation, life meaningful and forgiveness with marital disaffection were negatively significant. In conclusion, the results showed that differentiation, life meaningful and forgiveness played significant role in explaining and predicting the variance of marital disaffection.

**Keywords:** Differentiation, life meaningful, forgiveness, marital disaffection.

---

\* Department of Counseling, Tehran Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

\*\* Professor in Department of Psychology, Ahvaz Shahid Chamran University, Ahvaz, Iran. ( Correspondent Author)

\*\*\*Professor in Department of Psychology, Tehran Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

\*\*\*\*Professor in Department of Counseling, AlZahra University, Tehran, Iran.