

«زن و مطالعات خانواده»

سال هفتم - شماره بیست و ششم - زمستان 1393

ص 56 - 41

تاریخ دریافت: 92/09/25

تاریخ پذیرش: 93/05/26

بررسی رابطه تمایز یافتگی خود، اضطراب و رضایت زناشویی در زنان متاهل شهر تبریز

ساناز برزگر کهنمویی¹

اکبر محمدی²

دکتر مینا زعفرانچی زاده³

فائزه فولادی⁴

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه تمایز یافتگی خود و اضطراب با رضایت زناشویی زنان متاهل شهر تبریز می باشد. طرح تحقیق توصیفی (غیرآزمایشی) از نوع همبستگی می باشد. نمونه این مطالعه 180 نفر از زنان متاهل شهر تبریز بودند که به صورت خوشه ای چند مرحله ای ابتدا از بین مناطق شهرداری و سپس از بین مراکز مشاوره انتخاب شدند. پرسشنامه های رضایت زناشویی انریچ، تمایز یافتگی خود و مقیاس خود سنجی اضطراب زانگ توسط آنان تکمیل گردید. داده ها با استفاده از ضریب همبستگی و رگرسیون همزمان مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان داد بین خود متمایزسازی و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنادار، بین اضطراب و خود متمایزسازی، اضطراب و رضایت زناشویی رابطه منفی معنادار وجود دارد ($P < 0/01$). همچنین حدود 72 درصد از واریانس رضایت زناشویی توسط خود متمایزسازی و مولفه های آن و اضطراب تبیین می شود.

واژه های کلیدی: تمایز یافتگی خود؛ رضایت زناشویی؛ اضطراب

¹ - دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تبریز، باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، تبریز، ایران sanaz@kahnamousi.com

² - دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تبریز، باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، تبریز، ایران akbarm78@yahoo.com

³ - هیأت علمی دانشگاه آزاد تبریز

⁴ - کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه تهران

مقدمه

بوئن¹ (1966) مبدع نظریه سیستم های خانواده، یکی از اولین نظریه پردازان خانواده درمانی است. بوئن خانواده را یک واحد عاطفی و شبکه ای از روابط در هم تنیده می پندارد که وقتی می توان آن را بهتر درک کرد که از چارچوب چند نسلی آن را تحلیل کرده باشیم. بوئن بر نقش نظام عاطفی که چندین نسل را فرا می گیرد تأکید ورزید و آن را مسبب بدکاری فرد دانست. به نظر او روابط در هم تنیده خانواده تحت فرمان همان نیروهای تعادلی هستند که در تمام نظام های طبیعی وجود دارند (گلدنبرگ، 1382). نظریه نظام های خانواده بوئن قادر است چارچوب منظم را برای بهتر فهمیدن اینکه چطور خانواده مبدأ فرد می تواند بر نگرش های زناشویی و فرزندان اثر بگذارد، فراهم نماید. این نظریه رشد روان شناختی افراد را به عنوان پیامد و نتیجه عملکرد خانواده مبدأ در نظر می گیرد. نظریه بوئن راجع به خانواده در قالب یک نظام ارتباطی عاطفی متشکل از هشت مفهوم به هم پیوسته است. به نظر بوئن 8 نیرویی که کارکرد خانواده را شکل می دهند عبارتند از: تمایز خود²، مثلث ها³، نظام عاطفی خانواده های هسته ای⁴، فرایند فراقکنی خانواده⁵، گریز عاطفی⁶، فرآیند انتقال چند نسلی⁷، جایگاه همشیره ها⁸ و واپس روی اجتماعی⁹ (گلدنبرگ، 2000؛ ترجمه شاهی و همکاران، 1382). مهمترین این مفاهیم و در واقع سنگ بنای نظریه بوئن مفهوم تمایز خود است. از میان تمامی سازه های موجود در نظریه بوئن اساسی ترین متغیر برای حصول سلامت روانی و بلوغ عاطفی تمایز خود است (چابوت¹⁰ و لایت¹¹، 2006). که اشاره به نیروهایی دارد که خانواده را به سوی وحدت و با هم بودن یا به سوی فردیت سوق می دهد. تمایز خود عبارتند از توانایی افراد برای تفکیک خود از خانواده اصلی در سطح عاطفی و عقلی (بوئن، 1976).

¹. Murray Bowen

². Self differentiation

³. Triangles

⁴. Nuclear family emotional system

⁵. Family Projection process

⁶. Emotional cutoff

⁷. Multigenerational transmission

⁸. Sibling Position

⁹. Social regression

¹⁰. Chabot

¹¹. Licht

به نظر بوئن درجه ظهور تمایز یافتگی در هر فرد گویای میزان توانایی او برای تمییز فرایند عقلی از فرایند احساسی (عاطفی) است که وی تجربه می کند. یعنی درجه توانایی فرد برای اجتناب از تبعیت خود کار رفتار از احساسات، بیانگر میزان تمایز خود است (گلدنبرگ، 2000؛ ترجمه شاهی و همکاران، 1382). تمایز خود بیانگر میزان توانایی فرد برای تفکر واقع بینانه راجع به موضوعات سرشار از عاطفه در خانواده است (پروچاسکا، 2000، ترجمه سیدمحمدی، 1385). به نظر بوئن افراد به صورت «توده نامتمایز من»¹ متولد می شوند. سطح تمایز آنها بر اساس تلاشی که جهت برقراری تعامل بین فردیت و صمیمیت در تعاملات خانوادگی صورت می دهند رشد می یابد. بنابراین تمایز خود به عنوان فرایندی توصیف می شود که از طریق آن افراد استقلال روانی را کسب می کنند در حالی که هنوز به طور عاطفی برای روابط صمیمی جهت دستیابی به بلوغ بهینه با دیگران ارتباط دارند. بر اساس نظریه بوئن تمایز یافتگی در 2 بعد درون روانی و بین فردی خود رخ می دهد. در سطح درون روانی، تمایز، در برگیرنده توانایی شخص جهت به کارگیری آزمون متفکرانه موقعیت ها، آگاهی کامل از عواطف و هیجانات شخصی و دلایل منطقی یا تجارت مؤثر وابسته به نیازهای موقعیتی است (نظری انامق، 1388). افراد تمایز یافته برای تجربه عواطف عمیق احساس آزادی می کنند و دارای قابلیت نظم بخشی به هیجانات بوده و به طور آزادانه به آنها دسترسی دارند، آنها قادرند افکار شخصی خود را شناسایی و ابراز کنند. افرادی که به کامل ترین سطح تمایز از خود می رسند به عنوان افرادی مشخص می شوند که مرزبندی های خود تعریف شده ای دارند در حالی که اشخاص تمایز نیافته از نظر هیجانی دچار مشکلات روان شناختی می شوند (خدایاری فرد، عابدینی، 1389). اشخاص تمایز نیافته کسانی هستند که عقل و عاطفه شان چنان در هم آمیخته است که زندگی شان تحت تأثیر احساسات اطرافیان شان قرار دارد در نتیجه آنها به سادگی دچار بدکاری می شوند. به نظر بوئن آنها نوعی شبه خویشن نامتمایز را نشان می دهند که باعث می شود به اشتباه چنین تصور کنند که شخصیتی حقیقی دارند لیکن این شخصیت چیزی نیست مگر عقاید و ارزش های متعلق به دیگران. بوهلندر (1995) اشاره می کند هر اندازه میزان تمایز یافتگی فرد کمتر باشد احتمال درهم آمیختگی هیجانی او با دیگران به منظور ایجاد یک خود تمایز نیافته بیشتر خواهد بود. این در هم آمیختگی هیجانی میان دو فرد تمایز نیافته برای ایجاد

¹ undifferentiated ego mass.

یک خود مشترک در روابط شخصی اتفاقمی می‌افتد و اغلب در ازدواج مشاهده می‌شود. ازدواج‌های این افراد اغلب با شکست مواجه می‌شود. بوئن معتقد است سطح تمایز یافتگی فرد در بین خانواده مبدأ رشد می‌کند و به شدت تحت تأثیر پویایی‌ها و تعاملات بین اعضای خانواده قرار دارد و در زندگی آینده فرد اثر می‌گذارد. او معتقد است که افراد با الگوهای از سبک زندگی و سطح تمایز که در خانواده مبدأ رشد یافته وارد زندگی زناشویی می‌شوند. زن و شوهری که با هم ازدواج کرده‌اند و یک سیستم جدید تشکیل داده‌اند ممکن است به سیستم خانواده‌های قبلی شان وابسته باشند و این منجر به بروز تغییراتی در سیستم جدید آنها شود. بسیاری از اوقات تعارض‌هایی که بین زن و شوهر رخ می‌دهد حاصل تأثیر متقابل این سیستم‌های خانوادگی است (استریت¹، 1382). زن و شوهرهایی که به یک اندازه از سطوح بالای تمایز یافتگی بهره‌مندند قادرند فردیت و استقلال روشنی را به وجود آورده و حفظ کنند و در همان زمان صمیمیت عاطفی قوی، پخته و غیر تهدیدآمیزی را داشته باشند. از سوی دیگر زن و شوهرهایی که از سطوح پایین تمایز یافتگی برخوردارند، در برقراری صمیمیت، با مشکل مواجه هستند چون فقط خودهایی کاذب را پرورش داده‌اند. خودهای کاذب حسب موقعیت‌ها در نوسان هستند و معمولاً به آمیختگی این خودها با خود مشترک توأم با از بین رفتن مرزهای خود بین آنها و از دست دادن فردیت نسبت به خود مشترک می‌انجامد. زن و شوهرهایی که از تمایز یافتگی اندکی برخوردارند برای خلاص کردن خود از اضطراب شدید ناشی از هم آمیختگی از یکدیگر فاصله عاطفی می‌گیرند و مکرراً به یکی از چهار روش زیر عکس العمل نشان می‌دهند: 1- تعارض زناشویی، 2- بیماری جسمی یا عاطفی در یکی از همسران، 3- فرافکنی مشکل به فرزندان، 4- ترکیبی از این سه مورد (گلادینگ²، ترجمه بهاری و همکاران، 1382).

بوئن معتقد است که دستیابی فرد به سطحی از تمایز یافتگی از خانواده اصلی اش یک تأثیر مهم و بادوامی در زندگی او دارد (نیکولز و اسچوارت، 1998). کیفیت روابط یکی از نواحی است که بیشتر تحت تأثیر سطح تمایز یافتگی قرار می‌گیرد و رضایت زناشویی مفهومی است که تحت تأثیر روابط زناشویی قرار گرفته، بر زندگی تأثیر بسزایی دارد (گاتمن³، ترجمه فیروز بخت، 1376).

¹. Street

². Gladding

³. Gatman

دستیابی به جامعه سالم آشکارا در گرو سلامت خانواده و تحقق خانواده سالم مشروط به برخورداری افراد آن از سلامت روانی و داشتن رابطه ای مطلوب با یکدیگر است (برنشتاین، 1991). در مواقعی که روابط صمیمی بین زن و شوهر خدشه دار می شود و تفاهم زناشویی کاهش می یابد، عوارض مخرب و منفی در بهداشت روانی خانواده و همچنین بهداشت روانی فرزندان ایجاد می شود از این رو افزایش تفاهم زناشویی و مساعد سازی محیط خانوادگی به عنوان یکی از اقدامات بهداشت روانی اولیه ملاحظه می گردد که در زمینه های تربیتی از اهمیت چشمگیری برخوردار است (میلانی فر، 1370). نقش و روابطی را که فرد در خانواده اصلی خود تجربه دارد پایه ای برای رفتار آینده اوست. انسان ها اغلب روابطی را که با الگوهای مشاهده شده و خانواده اصلی آنها مشابه است پی گیری می کند. مدل های رفتاری خانواده می تواند بر سازگاری در روابط شخصی، به ویژه روابط صمیمی مانند ازدواج تأثیر بگذارد.

وینچ¹ (1974) معتقد است رضایت زناشویی از انطباق بین وضعیتی که مورد انتظار است و وضعیت موجود فرد در روابط زناشویی حاصل می شود. رضایت زناشویی به رشد فکری، عاطفی و اجتماعی زوج ها بستگی دارد. رشد عاطفی به معنای توانایی کنترل احساسات و عواطف، رشد فکری و توانایی شخص در تصمیم گیری عقلانی است (بیچاری و مهابادی، 1372).

بوئن معتقد است نتیجه اولیه سطوح پایین تمایز خود، احساس اضطراب مزمن است. بوئن بیان کرد " اضطراب مزمن افزایش می یابد همان طور که سطح تمایز خود کاهش می یابد " و نشان داد که سطوح اضطراب مزمن و تمایز خود، همبستگی منفی دارند. افراد در سطح پایین تمایز یافتگی، سازگاری کمتر و اضطراب بیشتری نسبت به وضعیت استرس زا و وقایع استرس زای آینده دارند. مفهوم تمایز خود بوئن موجب می شود اشخاص به طور مستقل براساس شخصیت خود و نه دیگران عواطف و افکار خود را کنترل کنند و این خود موجب کاهش میزان اضطراب فرد می شود. بوئن درباره افرادی که اضطراب مزمن بالا دارند، گفته است آنها به طور کلی 4 مکانیزم را برای کنترل اضطراب به کار می برند که موجب تقویت مشکلات خانواده می شوند این مکانیزم ها عبارتند از: تضاد و نارضایتی زناشویی، عملکرد مسأله ساز عاطفی در یک زوج، آسیب عاطفی کودک و مثلث سازی (کاظمیان، 1387). بوئن معتقد است زوج های تمایز

¹ Winch

یافته از سازگاری و رضایت زناشویی بهتری نسبت به زوج های نامتمایز برخوردار هستند. بسیاری از پژوهش ها به تمایز یافتگی و اضطراب و رابطه اش با رضایت زناشویی توجه کرده اند (ان.جی، 1992؛ لاوری، 1998، بهات، 2001؛ نلسون، 200).

تحقیقات زیادی از جمله تحقیق کر (1999) نشان داده است که افراد با سطح تمایز یافتگی مشابه با هم ازدواج می کنند و افرادی که تمایز یافتگی بیشتری دارند رضایت بیشتری هم از روابط زناشویی خود دارند. از سوی دیگر فقدان تمایز خود، باعث ایجاد تعارض بین فردی و اضطراب و در نتیجه نارضایتی زناشویی می شود زیرا افراد واکنش های عاطفی مثبت و منفی شان را بر اساس دستورهای اعضای خانواده یا دیگر مراجع قدرت می دهند (بهات، 2001). شکیبایی (1385) به بررسی تأثیر آموزش خود متمایزسازی بر سلامت روان پس از طلاق پرداخت. نتایج تحقیق وی نشان داد آموزش تمایز یافتگی زنان مطلقه در افزایش سلامت روان مؤثر بوده است. صحت (1386) به بررسی اثربخشی آموزش خود متمایزسازی بوئن در کاهش تعارضات زناشویی زوجین ساکن شهر قم پرداخت و نتیجه گرفت تعارضات زناشویی زوجین ناسازگار پس از دوره آموزش خود متمایز سازی کاهش یافته است. کاظمیان (1387) به بررسی اثربخشی آموزش خود متمایزسازی بر کاهش میزان اضطراب فرزندان خانواده های طلاق پرداخت. این پژوهش نشان داد که آموزش خود متمایزسازی می تواند در کاهش اضطراب دانش آموزان مؤثر باشد. ریچارد¹ (1989) در پژوهشی به بررسی ارتباط بین تمایز یافتگی و سازگاری زناشویی با عملکرد خانواده در مراحل سوم و چهارم چرخه زندگی خانواده پرداخت. در نتایج این پژوهش رابطه معناداری بین تمایز یافتگی و سازگاری زناشویی با عملکرد خانواده مشاهده شد (اسکین، 1384). ان.جی (1992) اثر تمایز خود بر رضایت زناشویی زوج ها در دانشگاه تگزاس را مورد بررسی قرار داد. نتایج نشان دادند که رضایت زناشویی زوج ها به وسیله سطح تمایز یافتگی شان تحت تاثیر قرار گرفته است. محقق همچنین بر اساس تجزیه و تحلیل داده ها نتیجه گیری کرد که اثر تمایز خود بر رضایت زناشویی برای زنان نسبت به مردان قوی تر است. سکورون (2000) در یک مطالعه روی 39 زوج، تمایز یافتگی را به عنوان عامل سازگاری زناشویی به کار برد. بهات (2001) نظریه بوئن را مورد بررسی قرار داد. وی در یک نمونه جمعیتی متشکل از آمریکایی های هندی- آسیایی به بررسی رابطه تمایز خود و خرده مقیاس های

¹ Richared

آن با سازگاری زناشویی پرداخت. نتایج نشان دهنده رابطه مثبتی بین متغیرهای مورد بررسی بود.

بنابر آنچه مطرح شد و با توجه به نقش اساسی مفهوم تمایز خود و اضطراب در رضایت زناشویی و همچنین نقش عمده رضایت زناشویی در بروز یا عدم بروز طلاق و بدکارکردی خانواده ها نیاز به تحقیق علمی در این زمینه احساس می شود. با دقت به این مسأله که در تئوری بوئن و مفهوم تمایز خود باید به تفاوت های فرهنگی توجه نمود و با توجه به محدود بودن تحقیق علمی در این زمینه در فرهنگ های مختلف ایران هدف این تحقیق بررسی رابطه بین تمایز خود، اضطراب و رضایت زناشویی در زنان متأهل شهر تبریز می باشد.

ابزار و روش

جامعه آماری این پژوهش را زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تبریز تشکیل می دهند. نمونه مورد بررسی این پژوهش 180 نفر از زنان متأهل بودند که به صورت خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند. بدین صورت که از 8 ناحیه شهر تبریز 3 ناحیه و از هر ناحیه یک مرکز مشاوره به صورت تصادفی انتخاب و سپس از هر مرکز 60 زن متأهل به روش در دسترس انتخاب شد. روش پژوهش حاضر توصیفی (غیرآزمایشی) از نوع همبستگی می باشد. ابزار مورد استفاده در پژوهش حاضر 1- پرسشنامه تمایز یافتگی خود¹ (DSI) 2- پرسش نامه رضایت زناشویی انریچ² 3- مقیاس خود سنجی اضطراب زانگ³ S.A.S⁴ می باشد.

پرسشنامه تمایز یافتگی خود یک ابزار 46 سؤالی است که توسط اسکورون و دندی⁵ برای سنجش تمایز یافتگی افراد از خانواده اصلی ساخته شده است. این پرسشنامه دارای 4 خرده مقیاس: 1- واکنش پذیری عاطفی⁶ 2- جایگاه من⁷ 3- گریز عاطفی⁴ هم آمیختگی با دیگران می باشد. پرسشنامه تمایز یافتگی خود در ایران توسط

¹ - Differentiation of self Inventory

² - Enrich

³ - William W.K.Zung

⁴ - Self Rating anxiety scal

⁵ . Skowron AND Dendy

⁶ . Emotional reactivity(ER)

⁷ .I- position

اسکیان (1384) هنجاریابی شده است. این پرسشنامه با مقیاس لیکرت درجه بندی شده است. پایایی این ابزار از طریق آلفای کرونباخ توسط اسکورون برای این ابزار 0/88 به دست آمد. در پژوهش اسکیان (1384) ضریب آلفای کرونباخ برای بررسی پایایی 0/81 به دست آمد (ثنایی 1387).

پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ توسط اولسون، فورنیر، و درانکمن (1989) با هدف تعیین حیطه های کاری و نقاط قوت روابط زناشویی تهیه شده است. انریچ یک ابزار 115 سؤالی و فرم کوتاه آن 47 سؤالی است که در پژوهش حاضر از فرم کوتاه استفاده شده است. در تحقیق سلمانیان (1373) ضریب پایایی پرسشنامه انریچ به روش آلفا 0/93 گزارش شده است. در تحقیق مذکور 47 سوالی که از همبستگی نسبتاً بالایی برخوردار بودند، انتخاب شده و مجدداً ضریب آلفا محاسبه گردید که ضریب پایایی 0/95 را نشان می دهد.

مقیاس خود سنجی اضطراب زانگ S.A.S دارای 20 سؤال چهار گزینه ای بوده و بر مبنای نشانگان بدنی - عاطفی اضطراب تهیه شده است. برای ساختن این مقیاس، از ملاک های تشخیصی استفاده شده که با شایعترین ویژگی های اختلال اضطرابی مطابق و هماهنگ هستند. ملاک های تشخیصی S.A.S دارای 5 نشانه عاطفی و 15 نشانه بدنی است. تحلیل های آماری نتایج S.A.S با استفاده از روش ضریب انسجام نشان دهنده ضریبی برابر 84 بود که بیانگر پایایی بسیار بالای این مقیاس می باشد (محمدی، 1388؛ کاویانی، موسوی، محیط، 1380).

یافته ها

جدول شماره 1: توصیف آماری و ماتریس همبستگی متغیر های مورد مطالعه

متغیر ها	میانگین	انحراف استاندارد	1	2	3	4	5	6	7
رضایت زناشویی	152/2	32/3	1	** -0/52	**0/4	** -0/55	** -0/49	**0/49	** -0/48
واکنش پذیری عاطفی	33/8	10/2	1	1	-0/05	**0/68	**0/69	** -0/84	**0/28
جایگاه من	36	7/05	1	1	1	-0/05	0/013	**0/26	** -0/4
گریز عاطفی	34/12	10/2	1	1	1	1	**0/59	**0/81	**0/33
هم آمیختگی	32/1	10/1	1	1	1	1	1	**0/84	0/083
خود متمایز سازی	136/3	27/06	1	1	1	1	1	1	** -0/6
اضطراب	29/47	9/87	1	1	1	1	1	1	1

N=180 **P< 0/01 *P< 0/50

بر اساس نتایج مندرج در جدول 1، بین رضایت زناشویی با واکنش پذیری عاطفی، گریز عاطفی، هم آمیختگی و اضطراب رابطه منفی معنادار و بین رضایت زناشویی با جایگاه من و تمایز یافتگی خود رابطه مثبت معنادار وجود دارد ($p < 0/01$). همچنین بر اساس نتایج بین خود متمایز سازی و جایگاه من با اضطراب رابطه منفی و بین واکنش پذیری عاطفی و هم آمیختگی با اضطراب رابطه مثبت معنادار وجود دارد.

جدول 2: نتایج آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه جهت بررسی رابطه مولفه های خود متمایز سازی و اضطراب با رضایت زناشویی (متغیر ملاک) به همراه ضرایب رگرسیونی

روش ورود متغیر ها	مقدار رگرسیون (R)	ضریب تبیین	مقدار F	سطح معناداری	رگرسیون چند گانه (همزمان)
متغیر های پیش بین	ضرایب غیر استاندارد	ضرایب استاندارد	مقدار t	سطح معناداری	
	B	Beta			
مقدار ثابت	159/9	-	8/7	0/001	
واکنش پذیری عاطفی	2/35	0/74	2/63	0/011	
جایگاه من	5/27	1/15	5/02	0/001	
گریز عاطفی	2/009	0/63	1/21	0/032	
هم آمیختگی	2/58	0/809	2/58	0/013	
خود متمایز سازی	3/13	2/62	3/66	0/001	
اضطراب	-30/01	-1/08	4/25	0/001	

بر اساس نتایج مندرج در جدول 2 مقدار رگرسیون چندگانه به دست آمده 0,853 می باشد. مقدار F ($F=453/14$) در سطح 0/001 معنادار است که این نشان دهنده معناداری میزان R به دست آمده می باشد. نتایج نشان دهنده این است که تقریباً 72 درصد از واریانس رضایت زناشویی توسط مولفه های تمایز یافتگی خود و اضطراب تبیین می شود. با توجه به نتایج مندرج در جدول مولفه های خود متمایز سازی قدرت پیش بینی کنندگی معنادار رضایت زناشویی را دارند.

بحث و نتیجه گیری

با توجه به نتایج پژوهش حاضر بین سطح تمایز یافتگی خود زنان و رضایت زناشویی آنها رابطه مثبت معناداری وجود دارد. نتیجه این پژوهش با نظریه بوئن

هماهنگ است. همچنین نتایج با یافته های کر (1999) که نشان داد افراد با سطوح تمایز یافتگی بالا رضایت بیشتری از ازدواجشان دارند همسو است. همچنین نتایج با یافته های ان جی (1992) که بیان می کند رضایت زناشویی زوج ها به وسیله سطح تمایز یافتگی تحت تاثیر قرار می گیرد، هماهنگی دارد. نتایج پژوهش حاضر، همسو با مطالعات لوری (1998)، سکورون (2000)، بهات (2001) و ریچارد (1989) که نشان دادند بین تمایز یافتگی و رضایت زناشویی رابطه معناداری وجود دارد.

بر اساس نظریه بوئن تمایز خود، جدایی روانی عقل وهیجان واستقلال خود از دیگران را شامل می شود. افراد در جریان تفرّد درک هویت خویش را کسب می کنند. این تمایز از خانواده اصلی آنها را قادر می سازد تا مسؤولیت افکار، احساسات، ادراک ها و اعمال خود را بپذیرند (کوری، 1385). فرد تمایز یافته در برخورد با مسائل و مشکلات زندگی توانایی برخورد منطقی و عقلانی را دارد و می تواند از برخورد با مسائل به صورت احساسی جلوگیری کند. بنابراین این افراد توانایی حل مسائل را به صورت مسالمت آمیز دارند. افرادی که سطح تمایز یافتگی پایینی دارند، اضطراب بالاتر و آمیختگی بیشتری بین عقل و احساسات آنها وجود دارد و در روابط با دیگران دچار تنش های عاطفی می شوند. با توجه به نظریه بوئن می توان گفت زوج هایی که سطح تمایز یافتگی پایینی دارند در برخورد با مسائل و مشکلات زندگی توانایی تصمیم گیری عقلانی کمتری دارند و از طرفی این زوج ها به دلیل وابستگی به سیستم خانواده اصلی شان و تداخل 2 سیستم دچار مشکلاتی می شوند که این خود باعث افزایش درگیری ها و مشکلات و در نهایت نارضایتی زناشویی می گردد.

همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین خرده مقیاس واکنش پذیری عاطفی و رضایت زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد. با توجه به اینکه واکنش پذیری عاطفی حالتی است که در آن احساسات فرد بر عقل و منطق او غلبه دارد و فرد در موقعیت های مختلف تنها با تکیه بر جو احساسی محیط و بدون توجه به راه حل های منطقی ممکن، تصمیم گیری می کند بنابراین در مواجهه با مشکلات زندگی و مسائل زناشویی نیز به صورت احساسی برخورد کرده و خانواده را به سوی کارکرد عاطفی بیشتر رهنمون می سازد و خود پیروی فرد کاهش می یابد. در نتیجه کاهش خود پیروی، فرد دچار اضطراب مزمن می گردد و این خود باعث ایجاد مشکلات جدید شده، جو عاطفی خانواده را نامطلوب می سازد. بنابراین هرچه واکنش پذیری عاطفی زوج ها بیشتر باشد

رضایت زناشویی آنها پایین تر می آید. نتایج پژوهش در این زمینه با تئوری بوئن هماهنگی دارد. همچنین نتایج با یافته‌های ان جی (1992)، لوری (1985)، سکورون (2000)، بهات (2001) هماهنگ می باشد.

نتایج مندرج در جدول 1 نشان می دهد که بین خرده مقیاس جایگاه من و رضایت زناشویی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. جایگاه من به معنای داشتن عقاید و باورهای مشخص در زندگی است. افراد تمایز یافته از هویت شخصی قوی یا جایگاه من نیرومندی برخوردارند و به خاطر کسب رضایت دیگران رفتار و عقاید خود را تغییر نمی دهند. افرادی که مفهوم نیرومندی از خویشتن دارند در زندگی نیز عقاید محکم و باورهای مشخصی را مطرح می سازند. در مقابل افرادی که داری سطح تمایز یافتگی پایینی می باشند و جایگاه من ضعیفی دارند به سادگی دچار بدکاری می شوند. نتایج پژوهش نشان داد که بین خرده مقیاس جایگاه من و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنادار وجود دارد که این نتیجه با نظریه بوئن هماهنگ می باشد. نتایج با تحقیقات کر (1999)، لوری (1985)، ان جی (1992)، سکورون (2000) و بهات (2001) همسو می باشد.

همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان می دهد بین سطح گریز عاطفی و رضایت زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد. کودکانی که در فرآیند فرافکنی خانواده قرار می گیرند معمولاً در زمان بزرگسالی یا قبل از آن از راهبردهای مختلفی برای فرار از بند پیوندهای عاطفی حل نشده خانواده استفاده می کنند که این راهبردها می تواند به صورت جدایی فیزیکی یا شکلی از کناره گیری عاطفی باشد. زوج هایی که سطح بالایی از گریز عاطفی را دارند در برقراری ارتباط با یکدیگر مشکل پیدا کرده، معمولاً در برخورد با مشکلات کناره گیری می کنند. تایید این فرضیه بیان می کند هرچه سطح گریز عاطفی زنان بیشتر باشد یعنی هرچه آنها بیشتر در دوران کودکی در فرآیند فرافکنی خانواده قرار گرفته باشند و هرچه راهبردهای نامناسب بیشتری را برای فرار از پیوندهای عاطفی حل نشده خانواده استفاده کنند، رضایت زناشویی کمتری خواهند داشت که این یافته نیز با تئوری بوئن هماهنگ می باشد. در این راستا پژوهش های لوری (1985)، کر (1999)، سکورون (2000) و بهات (2001) همین نتیجه را مورد تأیید قرار می دهند. نتیجه دیگر پژوهش حاضر این است که بین سطح هم آمیختگی با دیگران و رضایت زناشویی رابطه منفی معنادار وجود دارد. بوئن تمایز یافتگی خود را روی یک پیوستار فرضی نشان می دهد که در یک انتهای آن تمایز یافتگی و در انتهای دیگر هم آمیختگی

با دیگران قرار دارد. افراد هم آمیخته از نظر تفکر، احساس و رفتار با نظام روابط خانوادگی از پیوندی پیچیده و غیرقابل تفکیک برخوردارند. زمانی که زن و شوهر از هم آمیختگی زیادی برخوردارند به خاطر حفظ هماهنگی در خانواده، خود کاذبی را به نمایش می گذارند که این امر باعث بدکاری جسمی یا عاطفی می شود. در برخی موارد این الگو با تعارض زناشویی در هم می آمیزد و باعث نارضایتی زناشویی می شود. نتیجه حاصل شده از این فرضیه در پژوهش حاضر با نظریه بوئن هماهنگ می باشد. اسکورون و اسمیت (2003) در پژوهشی که به منظور ارزیابی اعتبار و روایی خرده مقیاس هم آمیختگی با دیگران انجام دادند، ارتباط معناداری را بین هم آمیختگی بالاتر زوجها و ابعاد ناامنی وابستگی بزرگسالی مشاهده کردند. یافته های حاصل از پژوهش های کر (1999)، ان جی (1992)، سکورن (2000) و بهات (2001) با نتایج پژوهش حاضر همخوانی دارد. با توجه به نتایج پژوهش می توان نتیجه گرفت که خود متمایز سازی واضطراب عامل مهمی در پیش بینی رضایت زناشویی محسوب می شوند. زیرا حدود 72 از واریانس رضایت زناشویی توسط این دو متغیر پیش بینی می شود. بنابراین، اهمیت آموزش روشهای مقابله با اضطراب و آموزشهای مبتنی بر نظریه بوئن درباره تمایز یافتگی خود بر اساس تحقیق حاضر رضایت زناشویی افزایش می یابد.

همچنین در صورت توجه به عوامل رضامندی زناشویی می توان انتظار داشت که با افزایش سطح رضایت زناشویی و بهداشت روانی بسیاری از مشکلات روانی - عاطفی و اجتماعی کاهش یابد. با ارتقای سطح رضایت زناشویی و رضایت از زندگی افراد جامعه با آرامش خاطر بیشتری به رشد و تعالی و خدمات اجتماعی - فرهنگی، اقتصادی خواهند پرداخت و خانواده ها نیز از این پیشرفت سود خواهند برد (ثنایی، 1373).

منابع:

- استریت، ا (1994)، مشاوره خانواده، ترجمه مصطفی تبریزی و علی علوی نیا (1382) تهران: انتشارات فراروان.
- اسکیان، پ (1384)، بررسی تاثیر سایکودرام بر افزایش تمایز یافتگی فرد از خانواده اصلی در دانش آموزان دختر دبیرستانی منطقه 5 تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.
- ایس، آ؛ هاپر، ر (1981)، زندگی عاقلانه، ترجمه مهرداد فیروز بخت (1381). تهران: انتشارات رشد.
- به پژوه، احمد (1388)، ازدواج موفق و خانواده سالم چگونه؟. تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
- بیچاری، م؛ مهابادی، ن (1372)، روانشناسی ازدواج با تشکیل خانواده. تهران: انتشارات حافظ
- پروچساک، ج؛ نورکراس، ج.س (1999)، نظریه های روان درمانی، ترجمه یحیی سید محمدی (1385). تهران: انتشارات رشد.
- ثنایی، بار (1387)، مقیاس های سنجش خانواده و ازدواج. تهران: انتشارات بعثت.
- خدایاری فرد، محمد؛ عابدینی، ی (1389)، نظریه ها و اصول خانواده درمانی. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- شکیبایی، طیبه (1385)، بررسی تاثیر آموزش خود متمایزسازی بر سلامت روان زنان پس از طلاق. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- صحت، ن (1386)، بررسی اثربخشی آموزش خود متمایزسازی بوئن در کاهش تعارضات زناشویی زوجین ساکن شهر قم. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- کاظمیان، س (1387)، بررسی اثربخشی آموزش خود متمایزسازی بر کاهش میزان اضطراب فرزندان خانواده های طلاق، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- کری، ج (1385)، نظریه های مشاوره و روان درمانی (نظریه و کاربردی). ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: انتشارات ارسباران.
- گاتمن، ج (1376)، چرا ازدواج موفق، چرا ازدواج ناموفق. ترجمه مهرداد فیروز بخت. تهران: انتشارات ابجد.

- گلاذینگ، س (1382)، خانواده درمانی (تاریخچه، نظریه، کاربرد). ترجمه فرشاد بهادری، مصطفی تبریزی، بدری السادات بهرامی، سوسن سیف. تهران: انتشارات تزکیه.
- گلدنبرگ، ای، گلدنبرگ، اج (2000)، خانواده درمانی، ترجمه حمیدرضا حسن شاهی براواتی، سیامک نقشبندی و الهام ارجمند (1382). تهران: نشر روان.
- محمدی، اکبر (1388)، شرح جامع آزمونهای هوش و استعداد. تهران: انتشارات ارشد.
- میلانی فر، بهروز (1370)، بهداشت روانی، تهران: نشر قومس.
- نظری انامق، ع (1388)، اثربخشی آموزش خود متمایزسازی بر بلوغ حرفه ای دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- هالفورد، کیم (1384)، زوج درمانی کوتاه مدت، ترجمه مصطفی تبریزی، کاردان و جعفری. تهران: انتشارات فراروان.

- Bhatt ,P.(2001),Differentiation of Self and marital adjustment within the Asian American Population. Journal of marital and family therapy.39, 131-143
- Bowen ,M.(1976),Theory in the Practice of Psychotherapy .Inp .J. Guerin ,Jr.(Ed) ,Family therapy :Theory and Practice. New York: Gardner press.
- Bronstein,p.h(1991),clinical treatment of marital dysfunction :A multiplebase lone analyze ,behavioral assessment.3,335-3430
- James ,k (2005), Marital and social adjustment in depressed and remitted married women. Journal of clinical psychology, 43,267-265
- Kear, J. S.(1999),Marital attraction of self (Doctorial dissertation, Cali-fornia school of professional Psychology, Fresno.Dissertation Abstracts International, 39, 2505.
- Lavery,P.J.(1998),Differentiation of self and Marital satisfaction: An Exploratory analysis based on the Bowen Theory (Doctoral dissertation, Ball state university ,1984). Dissertation Abstracts International, 45,3321.

-
-
- Lerner.H.(2000),Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. Journal of marriage and the family, 38.15-28
 - Licht,Carolyn and Chabot,David(2006),The Chabot emotional differentiation scale, Journal of Marital and family therapy ,V32 ,Issue 2, pg:167.
 - Nelson T.S,(2002),Differentiation :An investigation of Bowen theory with clinical and nonclinical couples(Doctoral dissertation, the International , 48,25-43.
 - Ng, M,G.(1992),Family of origin differentiation and marital satisfaction in healthy unlike, unhealthy like and unhealthy unlike couples (Doctoral dissertation, Texas woman's university. Dissertation Abstracts International, 59, 3090.
 - Nichols, M .P & Schwartz, R.C.(1998), Marital relationship of alcoholic, conflicted and non-conflicted couples. Journal of marital and family therapy, 13,259-274.
 - Skoworon, E.A.(2000),The role of Differentiation of self in Marital adju -stment. Journal of counseling Psychology,47(2),229-237.

