



اثربخشی درمان تمایزیافتگی خود بر خودمیان‌بینی و سازگاری زناشویی زوجین براساس نظریه سیستم‌های خانواده بوون

The Effectiveness of Self-Differentiation Treatment on Egocentrism and Marital Adjustment in Couples Based on Bowen's Family Systems Theory

Shahnaz Dohaie
Alireza Aghayoosefi
Azadeh Farghadani

شهناز دهائی*
علیرضا آقا یوسفی**
آزاده فرقدانی***

Abstract

The purpose of the present study is to examine the effectiveness of self-differentiation therapy on couples' egocentrism and marital adjustment based on Bowen's family systems theory. It is an applied and quasi-experimental with a pre-test-post-test and follow-up with a control group. The statistical population is 56 couples who contacted NAJA counseling centers in Tehran in 2018. The criteria for inclusion in the study were assigned by a psychiatrist. It included the absence of personality disorders, absence of chronic mental disorders, absence of addiction, and couples identified as dynamic in a diagnostic interview, a problem related to demarcation. In addition, the self-report of the subjects confirmed that they were not on the verge of divorce and did not have chronic physical illnesses. Therefore, 15 couples were in the experimental group and 15 couples were in the control group. The Locke-Wallace Marital Adjustment Test (LWMAT) and the Lapsley Ego-Centrism Questionnaire (LAPCEL) were used. Repeated measures were used and the hypothesis was tested using SPSS-21 software with a mixed analysis design. Differentiation therapy significantly contributed to the improvement of marital adjustment ($P = 0.001$). In egocentrism, results of Personal Fable Scale (PFS) indicated that the therapy affected uniqueness ($P = 0.048$) and the omnipotence and vulnerability components ($P = 0.001$). The therapy has been also affected the fantasy variable ($P = 0.001$). The 1-month follow-up of the results showed the stability of the effects of the intervention. Therefore, the intervention increased compatibility and decreased egocentrism of couples in the experimental group compared with the control group in the posttest and follow-up phases. So this model can be used by family counselors and therapists.

Keywords: Self-Differentiation, Bowen Family Therapy Theory, Marital Adjustment, Egocentrism.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی درمان تمایزیافتگی خود بر خودمیان‌بینی و سازگاری زناشویی زوجین براساس نظریه خانواده بوون است. این پژوهش کاربردی و نیمه‌تجربی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش شامل مراجعه‌کنندگان ۲۱ تا ۴۵ ساله یعنی ۵۶ نفر از زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره ناجا در شهر تهران در سال ۱۳۹۷ است. از بین آن‌ها ۳۰ زوج انتخاب شدند که ۱۵ زوج در گروه آزمایش و ۱۵ زوج در گروه کنترل قرار گرفتند. پرسشنامه سازگاری زناشویی لاک-والاس (LWMAT) و پرسشنامه خودمیان‌بینی لاپسلی (LAPSEL) ابزارهای پژوهش به‌شمار می‌روند. مداخله گروه آزمایش در قالب درمان گروهی در ۱۰ جلسه در سه ماه اجرا شد و گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکردند. از طرح تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری مکرر و برای آزمون فرضیه از طرح تحلیل آمیخته به‌وسیله نرم‌افزار SPSS-21 استفاده شد. مداخله درمانی تمایزیافتگی در افزایش سازگاری زناشویی معنادار بود ($P=0/001$). در خودمیان‌بینی، نتایج مقیاس افسانه‌پردازی (PFS) نشان داد مداخله بر مؤلفه یکتایی ($P=0/048$) و مؤلفه‌های همه‌توانی و آسیب‌پذیری مداخله مؤثر است. همچنین در متغیر خیال‌پردازی، مداخله معنادار بوده است ($P=0/001$). پیگیری یک‌ماهه نتایج نشانگر پایداری اثرات مداخله بوده است؛ بنابراین مداخله در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل در مراحل پس‌آزمون و آزمون پیگیری موجب افزایش سازگاری و کاهش خودمیان‌بینی در زوجین شد. با توجه به یافته‌های پژوهش، این رویکرد می‌تواند در زمینه افزایش سازگاری و کاهش خودمیان‌بینی در زوجین مورد استفاده مشاوران و درمانگران خانواده واقع شود.

واژه‌های کلیدی: تمایزیافتگی خود، نظریه خانواده‌درمانی بوون، سازگاری زناشویی، خودمیان‌بینی.

* دکتری روان‌شناسی عمومی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه.

** نویسنده مسئول: دانشیار، گروه روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، مرکز قم، قم، ایران

*** استادیار، گروه روان‌شناسی واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران

مقدمه

ازدواج خوب به زندگی افراد معنا و هویت می‌بخشد. در تداوم زندگی زناشویی عوامل متعددی دخیل‌اند و یکی از شرایط اساسی در این امر مهم سازگاری است. سازگاری زناشویی^۱ به منزله یکی از مهم‌ترین عوامل در تعیین ثبات و تداوم رابطه زناشویی مطرح شده است (گال، ۲۰۰۵). از نظر راجرز^۲ (۱۹۵۷) سازگاری در ازدواج شامل احساس شادمانی، رضایت و ارضای نیازهایی است که به‌طور متقابل برآورده می‌شود. این مفهوم در ازدواج، ضروری تلقی می‌شود (راجرز، ۱۹۵۷ به نقل از لاک و والاس، ۱۹۵۹). سازگاری زناشویی فرایندی است که در طول زندگی زوجین به‌وجود می‌آید و لازمه پیدایش آن انطباق سلیقه‌ها، شناخت صفات طرفین، وضع قوانین رفتاری و شکل‌گیری الگوهای مناسب است (لاک و والاس، ۱۹۵۹). طی این فرایند، زوجین به‌صورت انفرادی یا با همکاری یکدیگر الگوهای رفتارشان را برای رسیدن به حداکثر رضایت زناشویی در روابطشان تغییر و اصلاح می‌کنند (بالی، دهینگرا و بارو، ۲۰۱۰)؛ بنابراین رضایت ادراک‌شده هریک از همسران، از رابطه و میل به تداوم رابطه افزایش می‌یابد (پیترسون-پست، رودس و استنلی، ۲۰۱۴). این فرایند به استحکام و عملکرد هماهنگ سیستم زوجی یا خانواده منجر می‌شود. در زندگی مشترک، زوجین از آموخته‌ها، تجارب و شناخت‌های زیربنایی خود در روابط بین‌فردی استفاده می‌کنند، اما بدون فهم دیدگاه‌های دیگری، تعاملات فرد ممکن است توسط شریکش به‌صورت نامناسب ادراک شود. افرادی که توانایی دیدگاه‌گیری اجتماعی^۳ دارند، دارای دیدگاه مثبت‌تری هستند و می‌توانند نیازها، علایق و آرزوهای دیگری را بهتر برآورده سازند (لانگ، ۱۹۹۰)؛ بنابراین علاوه بر سازگاری، متغیر خودمیان‌بینی^۴ نیز در رضایتمندی و کیفیت روابط زوجین بسیار مؤثر است (السون و دیفرن، ۲۰۰۶). کاهش خودمیان‌بینی در یکی از زوجین موجب افزایش خشنودی از رابطه در طرف مقابل می‌شود. همچنین خشنودی از رابطه بر ادراک فرد از طرف مقابل اثر مثبت دارد. از این‌رو زندگی مشترک آرام، مستلزم آن است که زوجین از دید طرف مقابل به زندگی و مسائل نگاه کنند (کورکوران و فیشر، ۱۹۸۷). خودمیان‌بینی و تمایل به دیدن مسائل فقط از جانب خود و غفلت از دیدگاه طرف مقابل یکی از منابع ایجاد تعارض و ادراک نادرست از مسئله مورد تعارض است (ساموئل، روهر-براکین، جلیرت و کلیتون، ۲۰۱۸؛ چمبرز، دیدرو و کارستن، ۲۰۱۴). خودمیان‌بینی به مفهوم ناتوانی در درک نظرهای دیگران و نبود احساس نیاز به جست‌وجوی دیدگاه‌ها و واقعیت‌های موجود موافق و مخالف برای تأیید نظر خود است (پیاز، ۱۳۷۴).

بنا به نظریه بوون (۱۹۷۸) مفهوم سطح تمایز یافتگی خود در افراد، ارتباط تنگاتنگی با کیفیت روابط زوجین دارد. تمایز یافتگی خود تعادلی است که فرد بین دو نیروی باهم‌بودن و فردیت برقرار می‌کند و حاصل زندگی است (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۲۰۱۳). بوون (۱۹۷۸) بر نقش تمایز یافتگی خود در روابط اولیه خانواده

-
1. marital adjustment
 2. Rogers, C. R.
 3. social perspective taking
 4. egocentrism

تأکید می‌کند و آن را بر روابط بعدی مؤثر می‌داند. درجه ظهور و تفکیک خویشتن در هر فرد، بیانگر میزان توانایی فرد برای تفکیک فرایند عقلی از فرایند احساسی است که وی تجربه می‌کند؛ بنابراین میزان توانایی فرد برای اجتناب از تبعیت خودکار رفتار از احساسات، بیانگر تمایز خود در آن فرد است (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۲۰۱۳). بوون (۱۹۷۸) تمایز یافتگی را مترادف بلوغ عاطفی می‌داند و دو نوع اساسی تمایز را معرفی می‌کند: تمایز پایه^۱ و تمایز کارکردی^۲. سطح پایه‌ای تمایز به معنای سطح جدایی عاطفی فرد از خانواده مبدأ^۳ (شامل پدر، مادر و همشیرها) تعریف شده است که به آسانی تغییر نمی‌کند. تمایز کارکردی می‌تواند در پاسخ به روابط و عوامل استرس‌زای زندگی خیلی بالاتر یا پایین‌تر از سطح تمایز پایه‌ای فرد باشد. آنچه در درمان می‌تواند تغییر کند، تمایز کارکردی است. تمایز یافتگی از توده ایگویی خانواده^۴ به شکل‌گیری اضطراب مزمن در سیستم هیجانی خانواده هسته‌ای^۵ منجر می‌شود که به چند شکل خود را نشان می‌دهد: ۱. تعارض زناشویی؛ ۲. ناکارآمدی و بیماری جسمانی و هیجانی همسر؛ ۳. فاصله عاطفی؛ ۴. مشکلات رفتاری فرزند. در اغلب خانواده‌ها همه این نشانه‌ها با هم دیده می‌شوند. افرادی که تمایز یافتگی اندکی دارند، بیشتر درگیر مکانیسم‌های دفاعی هیجانی مثل واکنش‌پذیری هیجانی، گسستگی عاطفی^۶ و همجوشی یا مثلث‌سازی^۷ با دیگران می‌شوند؛ بنابراین زن و مردی که سطح تمایز یافتگی اندک دارند، در زمان ازدواج بلوغ هیجانی کمتر و ظرفیتی محدود برای صمیمیت و یکی‌شدن دارند، ولی در نظام زناشویی تمایز یافته، همسران به یکدیگر اجازه می‌دهند که نقش انعطاف‌پذیرتر و رابطه صمیمانه‌تر داشته باشند و تفاوت عقاید یکدیگر را تحمل و واکنش هیجانی کمتری را تجربه کنند (کر و بوون، ۱۹۸۸).

تمایز یافتگی زیاد حافظ صمیمیت طولانی‌مدت و دوطرفه در رابطه عاشقانه است. تمایز یافتگی اندک در زوجها در تنش‌های ارتباطی و تعارضات خانوادگی عامل تأثیرگذار است. از این‌رو توجه زوجین به محدود کردن پاسخ‌های هیجانی غیرارادی خود و افزایش سطوح تمایز عملکردشان به نتایج رفتاری مثبت منتج خواهد شد (کنر، ۲۰۰۸). در واقع هدف خودتمایز سازی، افزایش میزان سازگاری فرد به تغییرات زندگی و در نتیجه کاهش اضطراب و توانایی تفکیک فرایندهای عقلی از احساسات است و این مسئله اگر در ارتباط با ناسازگاری‌های زناشویی در نظر گرفته شود، افزایش‌دهنده سطح سازگاری زناشویی خواهد بود (تایتلمن، ۲۰۰۸). رفتارهایی که افراد در موقعیت اجتماعی به‌علت فهمیدن دیدگاه دیگران اصلاح می‌کنند، سبب اثربخشی تعاملات بین‌فردی و اجتماعی‌شان می‌شود (لانگ، ۱۹۹۰). برخی مطالعات اخیر اثربخشی تمایز یافتگی را بر سازگاری زناشویی و کاهش خودمیان‌بینی در زوجین مثبت ارزیابی کرده‌اند؛ برای نمونه

-
1. basic differentiation
 2. functional differentiation
 3. family of origin
 4. family ego mass
 5. nuclear family
 6. emotional cut off
 7. triangulation

مطالعات مؤمنی و علیخانی (۱۳۹۲) و ولدخانی (۱۳۸۷) نشان داد زوج‌هایی که از سطح تمایز یافتگی بالایی برخوردارند، در زندگی زناشویی سازگاری بیشتری دارند. بکیان و افشاری‌نیا (۱۳۹۸) در مدل نهایی پژوهش خود نشان دادند رابطه غیرمستقیم تمایز یافتگی خود با سازگاری زناشویی از طریق دل‌زدگی زناشویی معنادار می‌شود. پژوهش اسکورون و دندی (۲۰۰۴) نشان داد بین تمایز یافتگی بالا و سازگاری زناشویی رابطه مثبت وجود دارد؛ بنابراین زوجینی که کمتر واکنشی هستند و سطح تمایز آن‌ها بالا است، در روابط خود با دیگران حالت من خود را حفظ می‌کنند و خشنودی زناشویی بیشتری را تجربه می‌کنند. هاوز و مالینکروودت (۱۹۹۸) به این نتیجه رسیدند که با افزایش سطح تمایز یافتگی و استقلال از خانواده اصلی، سازگاری زناشویی بالاتر می‌رود. همچنین مطالعات هیل (۲۰۰۸)، موسکو (۲۰۰۹)، طالبی و غباری بناب (۱۳۹۱) و روشن‌نژاد، بیان‌فر و طالع‌پسند (۱۳۹۸) نشان داد بین تمایز یافتگی خود و سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. هینتزلمن، مردوک، کریچاک و سی (۲۰۱۴) نیز دریافتند آموزش تمایز خود، ارتباط مثبت معناداری با گذشت و سازگاری در زوجین دارد. در مطالعه اوزبیلر، شویر-کالینز و رودریگز (۲۰۲۰) نیز تمایز خود در پیش‌بینی رضایت از زندگی از طریق سازگاری مؤثر بود. در زمینه خودمیان‌بینی نیز لانگ (۱۹۹۰) در پژوهش خود به این نتیجه رسید توانایی دیدگاه‌گیری اجتماعی در زوجین متعارض، کمتر از زوجین خرسند است و بسیاری از تعارضات و اختلافات از خودمیان‌بینی زوجین نشئت می‌گیرد. سورتیز و اپیلی (۲۰۱۲) نیز دریافتند که تمایز خود نقش یک تعیین‌کننده مهم توانایی درک دیگران و یک چارچوب تفکر غیرخودمیان‌بین و جمع‌گرا را در فرد ایفا می‌کند. یافته‌های تجربی نشان داد تمایز خود یک ضرورت بی‌نظیر و سودمند برای همه افراد در ارتباطات اجتماعی است. لبلانک، گلین، کلنان و سولارز (۲۰۱۲) نیز در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که هرچه توانایی دیدگاه‌گیری بیشتر می‌شود، احتمال مهار رفتارهای تعارضی افزایش می‌یابد.

افزایش درصد آمار طلاق طی سال‌های اخیر و نیز پیامدهای سوء آن، ضرورت و اهمیت توجه به موضوع روابط زوجین را برجسته ساخته است. گزارش‌های اخیر نشان می‌دهد ناسازگاری زناشویی و ارتباطات نارس و پر از ابهام در جامعه ما روند رو به رشدی دارد؛ به طوری که معضل اختلافات زناشویی بیشتر از هر طبقه تشخیصی روان‌پزشکی دیگر دلیل مراجعه به مراکز مشاوره است (رحمت‌اللهی و فاتحی‌زاده، ۱۳۸۵). میزان ۶۰ درصد از طلاق‌های رسمی در پنج سال اول زندگی مشترک رخ داده است؛ بنابراین از میان عوامل مختلف کاهش‌دهنده طلاق، نقش آموزش به‌خصوص در سال‌های اولیه زندگی مشترک پررنگ‌تر می‌شود. آمار بزرگ‌تری نیز به طلاق‌های عاطفی اختصاص دارد که زوجین فاقد صمیمیت و سازگاری‌اند و خودمیان‌بینی کیفیت ارتباطات آن‌ها را به کمترین میزان رسانده است (موسوی چلک، ۱۳۹۸)؛ بنابراین سازگاری و خودمیان‌بینی از سازه‌های مهم زندگی زناشویی است و تأثیرات عمیقی بر کیفیت و دوام سیستم خانواده می‌گذارد. اگر این مسئله پذیرفته شود که ناسازگاری زناشویی و نقص در دیدگاه‌گیری و خودمیان‌بینی بالا در زوجین ممکن است در ایجاد یا تشدید تعارضات زوجین نقش داشته باشد و پیامدها و تبعات آن بر عملکرد سیستم خانواده به شکل نامطلوبی تأثیر می‌گذارد، بررسی عوامل مؤثر بر سازگاری و خودمیان‌بینی ضرورت می‌یابد. با شناخت این عوامل می‌توان راه‌هایی به‌منظور تثبیت هرچه بیشتر زندگی زناشویی پیشنهاد

کرد. همچنین ریشه بسیاری از مشکلات خانوادگی که به این عوامل مرتبط می‌شوند و به طور مستقیم یا غیرمستقیم بر سازگاری زناشویی و خودمیان‌بینی تأثیر دارند، شناسایی می‌شود. با توجه به نظریه بوون (۱۹۷۸) در اهمیت سطح تمایزیافتگی و نقش آن در کیفیت روابط بین‌فردی و نشانه‌های آسیب‌شناختی روانی در سیستم هیجانی خانواده، در پژوهش حاضر بر آن شدیم تا اثربخشی درمان تمایزیافتگی خود بر کاهش خودمیان‌بینی و افزایش سازگاری زناشویی زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و مددکاری فرماندهی انتظامی تهران بزرگ را بررسی کنیم.

روش‌ها

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

پژوهش حاضر به لحاظ هدف کاربردی و به لحاظ گردآوری داده‌ها نیمه‌آزمایشی دارای طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و آزمون پیگیری با گروه گواه و انتصاب تصادفی است. جامعه آماری پژوهش از مراجعه‌کنندگان به مراکز مشاوره ناجا انتخاب شدند که بین ۲۱ تا ۴۵ ساله، دارای تحصیلات حداقل دیپلم و حداکثر لیسانس و از طبقه اقتصادی متوسط بودند. ملاک‌های ورود به پژوهش به تشخیص روان‌پزشک صورت گرفت که شامل نداشتن اختلالات شخصیت، نداشتن اختلالات مزمن روانی و نداشتن اعتیاد بود. همچنین زوجینی که در مصاحبه تشخیصی مشخص شد مشکل آن‌ها مرتبط با تمایزیافتگی است انتخاب شدند (براساس معیارهای پنجمین راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی^۱ (DSM-5) انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۱۳). علاوه بر این براساس خودگزارش‌دهی آزمودنی‌ها، در شرف طلاق نبودن و نداشتن بیماری‌های مزمن جسمانی تأیید شد. از بین مراجعه‌کنندگان دارای شرایط فوق، ۵۶ زوج انتخاب شدند و سپس براساس نمرات پیش‌آزمون، ۳۶ زوج از آن‌ها انتخاب و به روش تصادفی در گروه‌ها جایگزین شدند. ۱۸ زوج گروه آزمایش در ۱۰ جلسه درمانی طی سه ماه در قالب درمان گروهی در یکی از مراکز مشاوره ناجا در سطح تهران شرکت کردند. با توجه به اینکه کمترین میزان نمونه در مطالعات آزمایشی ۱۲ نفر است (سرمد، بازگان و حجازی، ۱۳۸۶)، با احتساب افت احتمالی آزمودنی‌ها طی درمان، از تعداد ۱۸ زوج، ۱۵ زوج در گروه آزمایش تا پایان مداخله در نمونه باقی ماندند. در گروه کنترل، هیچ مداخله‌ای پژوهش صورت نگرفت و پس از آزمون پیگیری، به دلیل رعایت اخلاق، مداخله در گروه کنترل هم انجام شد. به دلیل پراکندگی مراکز مشاوره ناجا و انتخاب از مناطق مختلف تهران، فرض شد که گروه‌ها رابطه‌ای با هم نداشته‌اند. پس از اتمام جلسات، از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد و بعد از یک ماه، آزمون پیگیری در هر دو گروه اجرا شد. محتوای مداخله (جدول ۱) براساس طرح یانگ و لانگ (۲۰۰۶) است و از سه منبع استفاده شد (بوون، ۱۹۷۸).

برای رعایت ملاحظات اخلاقی، روش و شرایط پژوهش به شرکت‌کنندگان توضیح داده شد و افرادی که تمایل و رضایت داشتند در مطالعه شرکت کردند و در هر زمان مختار بودند از ادامه همکاری انصراف دهند.

1. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder- 5th Ed (DSM-5)

اطلاعات شخصی مشارکت‌کنندگان محرمانه بود. افزون بر آن به شرکت‌کنندگان گروه کنترل پیشنهاد شد که در صورت تمایل، پس از اتمام پژوهش در جلسات مداخله درمانی شرکت کنند. برای همه افرادی که معیارهای ورود به پژوهش را داشتند، اهداف، روش‌ها، فرایند کار و شرایط شرکت در جلسات تشریح شد و زوجین فرم رضایت‌نامه کتبی و آگاهانه امضا کردند. این پژوهش در کمیته ملی اخلاق در پژوهش‌های زیست پزشکی با کد مصوبه اخلاق IR.IAU.ARAK.REC.1397.015 در تاریخ ۱۳۹۷/۱۰/۱۱ به تصویب رسید.

ابزار سنجش

مقیاس سازگاری زناشویی^۱ (LWMAT)

مقیاس سازگاری زناشویی لاک-والاس (۱۹۵۹) بر ادراک بین‌فردی از روابط زناشویی استوار است. این ابزار، یکی از اولین مقیاس‌های کوتاه برای سنجش سازگاری زناشویی و مقیاسی برای پیش‌بینی سازگاری آینده است. این آزمون دارای ۱۵ گویه است. ارزش عددی گویه‌ها در مقیاس متفاوت آن از ۲ تا ۱۵۸ متغیر است. نمره آزمون برابر با حاصل جمع امتیازات هر سؤال و دامنه آن از ۲ تا ۱۵۸ است. نمره ۱۰۰ و بیشتر نشانه رضایت زناشویی و نمره کمتر از ۱۰۰ نشان‌دهنده تنیدگی در روابط زناشویی است (کلمن و میلر^۲، ۱۹۷۵؛ ویس و مارگولین^۳، ۱۹۹۷ به نقل از مظاهری، ۱۳۷۹؛ لاک و والاس، ۱۹۵۹). این آزمون سازگاری برای زوج‌های سازگار و ناسازگار از روایی بالا برخوردار است. برآورد همسانی درونی^۴ با استفاده از فرمول اسپیرمن-براون^۵ بسیار خوب و ضریب همبستگی بین دو نیمه آن برابر ۰/۹۰ بوده است. پایایی این آزمون با استفاده از روش دونیمه‌کردن^۶ $r=۰.۹۰$ به دست آمده است (سلیمان‌نژاد موسوی، ۱۳۹۴). این آزمون برای گروه‌های شناخته‌شده و با نمرات متمایزکننده برای زوج‌های سازگار و ناسازگار از روایی بالا برخوردار است. نمرات این آزمون با آزمون پیش‌بینی زناشویی لاک و والاس (۱۹۵۹) همبستگی بالایی دارد که نشان‌دهنده روایی بالایی آن است. آزمون مذکور آزمونی برای پیش‌بینی سازگاری در آینده نیز هست (ثنایی، ۱۳۸۷). پایایی این آزمون با استفاده از روش دونیمه‌کردن ۰/۹۰ به دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۶۴ محاسبه شده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس توسط ثنایی (۱۳۸۷) ۰/۸۵ به دست آمد.

پرسشنامه خودمیان‌بینی لاپسلی^۷ (LAPCEL)

شامل دو پرسشنامه افسانه‌پردازی شخصی^۱ و خیال‌پردازی^۲ (لاپسلی، ۱۹۹۳) است.

1. Locke-Wallace Marital Adjustment Test (LWMAT)
2. Coleman, A., & Miler, S.
3. Weiss, B., & Margolin, E.
4. internal consistency
5. Spearman-Brown
6. the method of halving
7. Lapsley Ego-Centrism Questionnaire (LAPCEL)

الف) در پرسشنامه افسانه‌پردازی جدید شخصی، تصورات فرد را در این زمینه که احساسات و تجربیات او منحصر به فرد است سنجیده می‌شود. این احساس منحصر به فرد بودن تا اندازه‌ای به بروز احساس فناپذیری و آسیب‌ناپذیری می‌انجامد. این پرسشنامه شامل ۴۶ سؤال و دارای سه خرده‌مقیاس یکتایی^۳، همه‌توانی^۴ و آسیب‌ناپذیری^۵ است. برای گویه‌ها نمره‌ای از ۱ تا ۵ تعلق می‌گیرد. خرده‌مقیاس آسیب‌ناپذیری دارای ۱۴ سؤال است و به آن نمره ۱۴ تا ۷۰ تعلق می‌گیرد؛ خرده‌مقیاس همه‌توانی ۱۹ سؤال دارد و به آن نمره ۱۹ تا ۹۵ تعلق می‌گیرد؛ خرده‌مقیاس یکتایی دارای ۱۳ سؤال است و به آن نمره ۱۳ تا ۶۵ تعلق می‌گیرد. در این سه مقیاس، برخی گویه‌ها به صورت مستقیم و برخی به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نمره کل شامل جمع هر سه خرده‌مقیاس است. لاپسلی (۱۹۹۳) ضریب آلفای کرونباخ را برای مؤلفه‌های همه‌توانی ۰/۷۹، خرده‌مقیاس یکتایی ۰/۷۰ و برای خرده‌مقیاس آسیب‌ناپذیری ۰/۷۳ گزارش کرده است. پرسشنامه افسانه‌پردازی شخصی توسط آقایوسفی، زارع و پوربافرانی (۱۳۹۲) ترجمه و برای محاسبه اعتبار و روایی در مورد ۳۰۰ دانشجو اجرا شد. برای بررسی روایی، هم‌زمان از دو پرسشنامه هیجان‌خواهی زاگرمن^۶ (SSS) و افسردگی بک^۷ (BDI) استفاده شد. نتایج نشان داد خرده‌مقیاس‌های یکتایی، همه‌توانی و آسیب‌ناپذیری و افسانه‌پردازی کل با ضرایب همبستگی به ترتیب ۰/۱۶، ۰/۲۹/۱۶ و ۰/۲۷ در سطح $p < 0.01$ با هیجان‌خواهی ارتباط مثبت و معنادار دارند. همچنین خرده‌مقیاس‌های همه‌توانی و آسیب‌ناپذیری و افسانه‌پردازی و افسانه‌پردازی کل با ضرایب همبستگی به ترتیب ۰/۲۶، ۰/۳۴ و ۰/۲۳- در سطح $p < 0.01$ با افسردگی ارتباط منفی و معناداری دارند. اعتبار آزمون افسانه‌پردازی شخصی با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۸ به دست آمده که نشان‌دهنده معتربودن این آزمون است.

ب) پرسشنامه خیال‌پردازی جدید (PFS): مقیاسی است که ناتوانی فرد را برای تمایز قائل شدن میان اهداف فکر که موجب می‌شود فرد گمان کند که ذهن دیگران مشغول اوست، می‌سنجد. این مقیاس شامل ۲۸ سؤال است که نمره‌گذاری به صورت مستقیم انجام می‌شود و شامل چهار گزینه ۱ تا ۴ نمره‌ای است. مقیاس خیال‌پردازی حاضر توسط آقایوسفی، زارع و پوربافرانی (۱۳۹۲) ترجمه و برای محاسبه اعتبار و روایی در مورد ۳۰۰ دانشجو اجرا شد. به منظور بررسی روایی، هم‌زمان از دو پرسشنامه هیجان‌خواهی زاگرمن و افسردگی بک استفاده شد. نتایج نشان داد خیال‌پردازی حاضر با ضریب همبستگی ۰/۱۴ در سطح $p < 0.01$ با هیجان‌خواهی ارتباط مثبت و معنادار دارد. همچنین با افسردگی با ضریب همبستگی ۰/۲۱ در سطح $p < 0.01$ دارای ارتباط مثبت و معنادار است. لاپسلی، فلانری، گودسچیچ و رانی (۱۹۹۶) ضریب آلفای

-
1. Personal Fable Scale (PFS)
 2. Imaginary Audience Scale (IAS)
 3. uniqueness
 4. omnipotence
 5. invulnerability
 6. Sensation Seeking Scale (SSS)
 7. Beck Depression Inventory (BDI)

کرونباخ به دست آمده برای مقیاس خیال پردازی حاضر را ۰/۹۳ گزارش کرده‌اند.

جدول ۱. پروتکل جلسات درمان گروهی براساس نظریه خانواده‌درمانی بوون (۱۹۷۸) و براساس طرح یانگ و لانگ (۲۰۰۶)

جلسه	عناوین
اول	آشنایی اعضای گروه با همدیگر، برقراری اعتماد، آشنایی با اهداف جلسات، بیان مفهوم‌سازی تمایز یافتگی براساس دیدگاه بوری بوون.
دوم	ترسیم ژنوگرام، شناسایی باورها مربوط به انتظارات نقش جنسی برای هر فرد که از خانواده اصلی به ارث برده است، تأثیر نقش‌های جنسیتی بر موقعیت خانواده و اداره وقایع عمده زندگی، شناسایی مثلث‌ها، مثلث والدینی اولیه، مثلث‌های پاتولوژیک در خانواده، آشنایی با الگوی تکراری بین‌نسلی، انجام تکالیف در منزل.
سوم	بررسی تاریخچه روابط مهم افراد با دیگران، بیان انتظارات فرد از روابط صمیمانه، تأثیر تفاوت‌های جنسیتی و شخصیتی بر ارتباط بررسی دیدگاه‌ها در مورد شغل و فعالیت بیرون، انجام تکالیف در منزل.
چهارم	ادامه ترسیم ژنوگرام، آموزش عملکرد سیستم هیجانی به‌طور غیرمستقیم، بررسی ترتیب تولد و روابط والدها، بررسی تأثیرات فرهنگی و اخلاقی بر روابط افراد، بررسی تأثیر حوادث عاطفی دوران کودکی، بررسی سبک‌های دلبستگی و عاطفی شخص، پرورش تصویر ذهنی، انجام تکالیف در منزل.
پنجم	بیان و تخلیه خشم در محیطی امن و سازنده، کاهش رنج‌های گذشته و التیام آسیب‌های عاطفی و آمادگی برای بررسی واقع‌بینانه خود، انتظارات منطقی از ازدواج، فرایند تفکیک افکار از احساس، انجام تکالیف در منزل.
ششم	تمرین روش گفت‌وگوی آگاهانه شامل آمادگی قبلی گوینده، استفاده از پیام‌های من، مهارت گوش دادن فعال و پویا و پذیرا بودن، انجام تکالیف در منزل.
هفتم	آشنایی با نیازهای عمیق همسر و تعیین رفتارهای آزاردهنده، آشنایی و آموزش روش گفت‌وگوی آگاهانه، آشنایی با نیازها و آسیب‌های خود فرد و همسر، انجام تکالیف در منزل.
هشتم	آموزش مهارت حل تعارض شامل تهیه فهرست تعارضات و روش برخورد و پیامدهای آن توسط زوج، تفکیک سبک‌های سالم و مخرب و تأثیر آن‌ها بر روابط صمیمانه، انجام تکالیف در منزل.
نهم	مهارت حل مسئله، ارزیابی و اشکالات حل مسئله به‌منظور بررسی سبک زندگی و عقاید و باورها درباره حل مسئله و نیز میزان تأثیرپذیری افراد از خانواده اصلی خود در این مورد، انجام تکالیف در منزل.
دهم	یکپارچه‌سازی و پذیرش تمامیت خود و جمع‌بندی و نتیجه‌گیری نهایی.

شیوه تجزیه و تحلیل اطلاعات

تجزیه و تحلیل داده‌های آماری براساس برنامه در قالب نرم‌افزار SPSS-21 انجام گرفت. برای تعیین تفاوت اثربخشی مداخله درمانی میان دو گروه آزمایشی و کنترل، بعد از ارائه متغیر مستقل، از آزمون خی دو (χ^2) به‌منظور بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی استفاده شد. در این تحقیق از طرح تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. برای آزمون فرضیه‌های پژوهش، داده‌ها در سطح معناداری ۰/۰۱ با استفاده از طرح تحلیل آمیخته مور تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

میانگین سن شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش $34/15 \pm 6/58$ و در گروه کنترل $33/80 \pm 7/16$ بود. کمترین سن ۲۱ سال و بیشترین سن ۴۸ سال بود. ۷۳/۳ درصد شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش زیر ۱۰ سال و ۲۶/۶ درصد بالای ۱۰ سال زندگی مشترک داشتند. در گروه کنترل ۶۰ درصد زیر ۱۰ سال و ۴۰

درصد بالاتر از ۱۰ سال زندگی مشترک را تجربه کرده بودند. ۴۶/۷ درصد افراد گروه آزمایش دارای مدرک دیپلم و فوق‌دیپلم، ۳۳/۳ درصد لیسانس و ۱۰ درصد فوق‌لیسانس بودند. در گروه کنترل نیز ۶۰ درصد افراد دارای مدرک دیپلم و فوق‌دیپلم، ۲۶/۶ درصد لیسانس و ۱۳/۳ درصد فوق‌لیسانس بودند. در ابتدا شاخص‌های توصیفی نمونه پژوهش برای گروه آزمایش و کنترل، در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری محاسبه شد.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار متغیر سازگاری زناشویی در سه مرحله آزمون در دو گروه کنترل و آزمایش

گروه	شاخص آماری	پیش‌آزمون SD ± M	پس‌آزمون SD ± M	پیگیری SD ± M (یک‌ماهه)
گروه آزمایش	میانگین ± انحراف استاندارد شاپیرو-ویلک	۱۲/۰۵ ± ۶۵/۲۷ (p=۰/۳۰۴)	۱۰/۷۸ ± ۸۱/۰۰ (p=۰/۲۶۶)	۱۲/۳۸ ± ۸۳/۰۷ (p=۰/۲۸۸)
گروه کنترل	میانگین ± انحراف استاندارد شاپیرو-ویلک	۱۲/۹۴ ± ۶۲/۸۳ (p=۰/۱۹۵)	۱۴/۸۱ ± ۶۰/۴۷ (p=۰/۲۲۶)	۱۲/۹۱ ± ۶۴/۳۷ (p=۰/۲۸۳)
آزمون لوین		F=۰/۰۹, p=۰/۷۶۶	F=۳/۶۰, p=۰/۰۶۳	F=۰/۲۴, p=۰/۶۳۰

مطابق جدول ۲، مقادیر شاپیرو-ویلک در هر دو گروه و در هر سه مرحله اجرا نرمال است. نتایج آزمون لون در گروه‌ها و در سه مرحله در سطح ۰/۰۵ غیرمعنادار است؛ بنابراین مفروضه همگنی واریانس‌ها در بین داده‌ها برقرار شد. نتیجه آزمون t مستقل نشان داد پیش از اجرای متغیر مستقل بین گروه‌ها، به لحاظ سازگاری زناشویی تفاوت معناداری وجود ندارد (P>۰/۰۵، t(۱۱۸)=۰/۷۴). مفروضه همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس در بین داده‌های سازگاری زناشویی برقرار است (P>۰/۰۵، F=۱/۹۳، Box's M=۰/۶۷۶). همچنین نتیجه تحلیل چندمتغیری نشان می‌دهد اثر تعاملی گروه × زمان بر سازگاری زناشویی (F(۲ و ۵۷)=۱۳/۶۶، P=۰/۰۰۱، η²=۰/۳۲۴، F(۲ و ۵۷)=۱۳/۶۶) در سطح ۰/۰۱ معنادار است.

جدول ۳. تست موخلی برای آزمون برابری ماتریس خطاهای کوواریانس

شاخص موخلی	χ²	درجه آزادی	سطح معناداری
۰/۶۵۴	۲۴/۲۲	۲	۰/۰۰۱

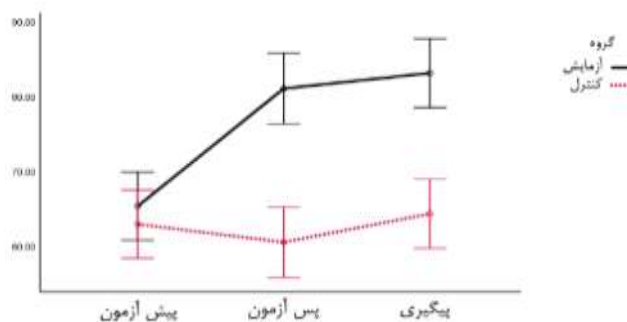
همچنین نتیجه آزمون برابری ماتریس خطاهای کوواریانس برای سازگاری زناشویی مطابق با جدول ۳ نشان می‌دهد ارزش مجذور کای حاصل از آزمون موخلی برای متغیر سازگاری در سطح ۰/۰۱ معنادار است (χ²(۲)=۲۴/۲۲، w=۰/۴۶۵، p<۰/۰۱). این یافته بیانگر آن است که مفروضه کرویت برای سازگاری زناشویی برقرار نبوده و به همین دلیل درجات آزادی آن با استفاده از روش گیسر-گرینهوس^۱ اصلاح شد.

1. Greenhouse-Geisser correction

جدول ۴. نتایج تحلیل آمیخته در تبیین اثر متغیر مستقل بر سازگاری زناشویی

مجموع مجذورات	مجموع مجذورات خطا	درجه آزادی	F	سطح معناداری	η^2
۳۰۰۳/۹۱	۷۹۲۶/۵۸	۱/۴۹ و ۸۶/۱۷	۲۱/۹۸	۰/۰۰۱	۰/۲۷۵

جدول ۴، نتایج تحلیل آمیخته با اندازه‌گیری مکرر در تبیین اثر متغیر مستقل را نشان می‌دهد. مطابق با این جدول اثر تعاملی گروه \times زمان بر سازگاری ($\eta^2 = 0/275$ ، $P = 0/001$ ، $F(1/49 \text{ و } 86/17) = 21/98$) در سطح $0/01$ معنادار است و بیانگر آن است که اجرای متغیر مستقل موجب افزایش سازگاری در زوجین می‌شود. نمودارها نیز نشانگر افزایش در گروه آزمایش و عدم تغییر در گروه کنترل است.



شکل ۱. نمودار تغییرات سازگاری زناشویی در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در گروه‌های آزمایشی و کنترل

در داده‌های متغیر خودمیان‌بینی، مقادیر شاپیرو-ویلک در هر دو گروه و در هر سه مرحله اجرا نرمال است. نتایج آزمون لوین در گروه‌ها و در سه مرحله در سطح $0/05$ غیرمعنادار است و بنابراین مفروضه همگنی واریانس‌ها در بین داده‌ها برقرار شد. نتیجه آزمون t مستقل نشان داد پیش از اجرای متغیر مستقل، بین گروه‌ها به لحاظ خودمیان‌بینی تفاوت معناداری وجود ندارد ($P > 0/05$ ، $t(118) = 0/74$). مفروضه همگنی ماتریس‌های واریانس-کوواریانس در بین داده‌های خودمیان‌بینی برقرار بود ($P > 0/05$ ، $F = 1/93$ ، $\text{Box's } M = 12/28$). همچنین نتیجه تحلیل چندمتغیری نشان داد اثر تعاملی گروه \times زمان بر خودمیان‌بینی ($\eta^2 = 0/676$ ، لامبدای ویلکز، $\eta^2 = 0/324$ ، $P = 0/001$ ، $F(2 \text{ و } 57) = 13/66$) در سطح $0/01$ معنادار است.

جدول ۵. میانگین و انحراف معیار متغیر خودمیان‌بینی در سه مرحله آزمون در دو گروه کنترل و آزمایش

متغیر	گروه	شاخص آماری	پیش‌آزمون SD±M	پس‌آزمون SD±M	پیگیری (یک‌ماهه)
افسانه‌پردازی/یکتایی	آزمایش	میانگین ± انحراف استاندارد	۴/۸۴ ± ۳۷/۱۳	۳/۸۹ ± ۳۲/۸۷	۵/۲۱ ± ۳۴/۰۷
		شاپیرو-ویلک	۰/۹۳۶ (p=۰/۰۷۰)	۰/۹۵۱ (p=۰/۱۷۶)	۰/۹۵۲ (p=۰/۱۹۲)
		آزمون لوین	F=۱/۷۱, p=۰/۱۹۷	F=۳/۲۶, p=۰/۰۷۶	F=۲/۲۷, p=۰/۱۳۷
	کنترل	میانگین ± انحراف استاندارد	۳/۹۷ ± ۳۶/۵۷	۴/۰۵ ± ۳۵/۶۳	۳/۶۱ ± ۳۵/۷۳
		شاپیرو-ویلک	۰/۹۵۲ (p=۰/۱۸۵)	۰/۹۳۹ (p=۰/۰۸۳)	۰/۹۴۶ (p=۰/۱۳۱)
		آزمون لوین	F=۰/۴۴, p=۰/۵۱۱	F=۰/۰۸, p=۰/۷۷۵	F=۰/۲۳, p=۰/۶۳۱
افسانه‌پردازی/اهم‌نوعی	آزمایش	میانگین ± انحراف استاندارد	۶/۱۷ ± ۶۱/۶۰	۷/۶۰ ± ۴۹/۴۰	۶/۲۷ ± ۵۱/۰۳
		شاپیرو-ویلک	۰/۹۵۴ (p=۰/۲۱۲)	۰/۹۷۳ (p=۰/۶۳۱)	۰/۹۳۸ (p=۰/۰۷۵)
		آزمون لوین	F=۰/۴۴, p=۰/۵۱۱	F=۰/۰۸, p=۰/۷۷۵	F=۰/۲۳, p=۰/۶۳۱
	کنترل	میانگین ± انحراف استاندارد	۷/۴۴ ± ۵۹/۲۰	۷/۳۲ ± ۵۷/۹۵	۶/۸۳ ± ۵۷/۱۰
		شاپیرو-ویلک	۰/۹۷۷ (p=۰/۷۵۵)	۰/۹۷۴ (p=۰/۶۴۲)	۰/۹۸۲ (p=۰/۹۴۲)
		آزمون لوین	F=۰/۴۴, p=۰/۵۱۱	F=۰/۰۸, p=۰/۷۷۵	F=۰/۲۳, p=۰/۶۳۱
افسانه‌پردازی/آسیب‌ناپذیری	آزمایش	میانگین ± انحراف استاندارد	۵/۲۶ ± ۴۴/۱۷	۶/۹۵ ± ۳۴/۷۳	۵/۶۳ ± ۳۷/۴۳
		شاپیرو-ویلک	۰/۹۳۱ (p=۰/۰۵۱)	۰/۹۴۷ (p=۰/۱۴۲)	۰/۹۴۷ (p=۰/۱۴۲)
		آزمون لوین	F=۰/۴۴, p=۰/۵۱۱	F=۰/۰۸, p=۰/۷۷۵	F=۰/۲۳, p=۰/۶۳۱
	کنترل	میانگین ± انحراف استاندارد	۶/۶۱ ± ۴۲/۲۷	۵/۵۰ ± ۴۲/۴۳	۵/۶۴ ± ۴۱/۸۷
		شاپیرو-ویلک	۰/۹۶۵ (p=۰/۴۱۴)	۰/۹۷۰ (p=۰/۵۳۴)	۰/۹۴۱ (p=۰/۰۹۸)
		آزمون لوین	F=۰/۴۴, p=۰/۵۱۱	F=۰/۰۸, p=۰/۷۷۵	F=۰/۲۳, p=۰/۶۳۱
خیال‌پردازی	آزمایش	میانگین ± انحراف استاندارد	۸/۱۶ ± ۱۰۷/۱۳	۱۰/۸۵ ± ۸۵/۸۰	۱۲/۰۰ ± ۸۶/۰۳
		شاپیرو-ویلک	۰/۹۴۰ (p=۰/۰۹۰)	۰/۹۷۳ (p=۰/۶۳۸)	۰/۹۵۲ (p=۰/۱۸۸)
		آزمون لوین	F=۰/۴۴, p=۰/۵۱۱	F=۰/۰۸, p=۰/۷۷۵	F=۰/۲۳, p=۰/۶۳۱
	کنترل	میانگین ± انحراف استاندارد	۸/۲۰ ± ۱۰۵/۶۷	۸/۴۰ ± ۱۰۵/۱۳	۸/۶۷ ± ۱۰۸/۵۷
		شاپیرو-ویلک	۰/۹۷۹ (p=۰/۸۰۴)	۰/۹۴۲ (p=۰/۱۰۱)	۰/۹۳۱ (p=۰/۰۵۱)
		آزمون لوین	F=۰/۴۴, p=۰/۵۱۱	F=۰/۰۸, p=۰/۷۷۵	F=۰/۲۳, p=۰/۶۳۱

شاخص شاپیرو-ویلک مربوط به حوزه خیال‌پردازی و مؤلفه‌های افسانه‌پردازی در دو گروه و در هر سه مرحله اجرا در سطح ۰/۰۵ غیرمعنادار است که بیانگر توزیع نرمال داده‌های مؤلفه‌های خودمیان‌بینی در هر دو گروه است (جدول ۵). تفاوت واریانس خطای نمرات نیز براساس آزمون لوین معنادار نیست؛ بنابراین می‌توان گفت مفروضه همگنی واریانس‌های خطا برای داده‌های خودمیان‌بینی برقرار است. نتیجه تحلیل واریانس چندمتغیری ($P > 0/05$, $F(4, 55) = 0/627$) در مقایسه پیش‌آزمون مؤلفه‌های خودمیان‌بینی در دو گروه آزمایش و کنترل نشان داد پیش از اجرای متغیر مستقل بین گروه‌ها تفاوت معناداری وجود نداشته و بنابراین مفروضه استقلال متغیر وابسته از عضویت گروهی برای داده‌های خودمیان‌بینی برقرار است.

جدول ۶. نتایج آزمون مفروضه برابری ماتریس‌های واریانس-کوواریانس و تحلیل چندمتغیری حوزه‌های خودمیان‌بینی

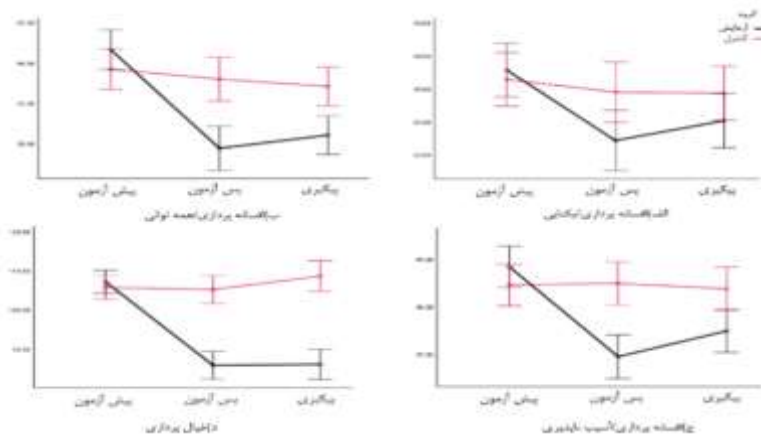
آزمون چندمتغیری				برابری ماتریس واریانس-کوواریانس‌ها			خودمیان‌بینی
η^2	p	درجات آزادی	F	P	F	M.Box	
۰/۱۰۴	۰/۰۴۴	۲ و ۵۷	۳/۳۱	۰/۸۹۶	۱/۶۷	۱۰/۵۶	افسانه‌پردازی / یکتایی
۰/۴۳۲	۰/۰۰۱	۲ و ۵۷	۲۱/۶۴	۰/۵۶۵	۱/۹۳	۱۲/۲۸	افسانه‌پردازی / همه‌توانی
۰/۵۷۶	۰/۰۰۱	۲ و ۵۷	۳۸/۶۴	۰/۴۲۴	۴/۶۸	۲۹/۷۷	افسانه‌پردازی / آسیب‌ناپذیری
۰/۵۳۹	۰/۰۰۱	۲ و ۵۷	۳۳/۳۴	۰/۴۶۱	۲/۵۹	۱۶/۴۸	خیال‌پردازی

همچنین مفروضه همگنی ماتریس‌های کوواریانس متغیرهای وابسته برای مؤلفه آسیب‌ناپذیری افسانه‌پردازی ($F = ۴/۶۸, P < ۰/۰۱$) و خیال‌پردازی ($F = ۲/۵۹, P < ۰/۰۵$) و M Box's M برقرار نیست. با وجود این با توجه به برابری حجم نمونه در دو گروه آزمایش و کنترل می‌توان انتظار داشت که این موضوع بر نتایج تحلیل تأثیر نگذارد. نتایج تحلیل چندمتغیری در جدول ۶ نشان می‌دهد اثر تعاملی گروه \times زمان بر مؤلفه یکتایی افسانه‌پردازی ($F = ۰/۸۹۶$)، لامبدای ویلکز، $\eta^2 = ۰/۱۰۴$ ، $P = ۰/۰۴۴$ ، $F(۲ و ۵۷) = ۳/۳۱$ در سطح $۰/۰۵$ و بر مؤلفه‌های همه‌توانی ($F = ۰/۵۶۵$)، لامبدای ویلکز، $\eta^2 = ۰/۴۳۲$ ، $P = ۰/۰۰۱$ و آسیب‌پذیری ($F(۲ و ۵۷) = ۲۱/۶۴$)، لامبدای ویلکز، $\eta^2 = ۰/۵۷۶$ ، $P = ۰/۰۰۱$ ، $F(۲ و ۵۷) = ۳۸/۶۴$ حوزه افسانه‌پردازی در سطح $۰/۰۱$ معنادار است. همچنین جدول ۶ نشان می‌دهد اثر تعاملی گروه \times زمان بر حوزه خیال‌پردازی ($F = ۰/۴۶۱$)، لامبدای ویلکز، $\eta^2 = ۰/۵۳۹$ ، $P = ۰/۰۰۱$ ، $F(۲ و ۵۷) = ۳۳/۳۴$ و $F(۲ و ۵۷) = ۱۶/۴۸$ در سطح $۰/۰۱$ معنادار است. ارزش مجذور کای در تست موخلی برای مؤلفه‌های یکتایی ($p < ۰/۰۱$)، $\chi^2(۲) = ۱۴/۸۷$ ، $w = ۰/۷۶۱$ ، همه‌توانی ($p < ۰/۰۱$)، $\chi^2(۲) = ۲۰/۰۳$ ، $w = ۰/۶۸۷$ ، $p < ۰/۰۱$) پرسشنامه افسانه‌پردازی و پرسشنامه خیال‌پردازی خودمیان‌بینی ($\chi^2(۲) = ۲۴/۵۰$ ، $w = ۰/۶۵۱$ ، $p < ۰/۰۱$) در سطح $۰/۰۱$ معنادار است؛ بنابراین مفروضه کرویت برای هیچ یک از حوزه‌ها و مؤلفه‌های خودمیان‌بینی برقرار نیست و به همین دلیل درجات آزادی مربوط به آن‌ها با روش گرینهوس-گیسر اصلاح شد.

جدول ۷. نتایج تحلیل آمیخته در تبیین اثر متغیر مستقل بر خودمیان‌بینی

خودمیان‌بینی	مجموع مجذورات	مجموع مجذورات خطا	درجه آزادی	F	سطح معناداری	η^2
افسانه‌پردازی / یکتایی	۹۴/۲۱	۱۴۷۱/۲۹	۷۳/۰۴ و ۱/۲۶	۳/۷۱	۰/۰۴۸	۰/۰۶۰
افسانه‌پردازی / همه‌توانی	۹۸۹/۰۳	۱۷۹۳/۵۶	۶۸/۸۷ و ۱/۱۹	۳۱/۹۸	۰/۰۰۱	۰/۳۵۵
افسانه‌پردازی / آسیب‌ناپذیری	۷۱۴/۷۱	۱۰۶۳/۴۲	۷۳/۴۰ و ۱/۲۷	۳۸/۹۸	۰/۰۰۱	۰/۴۰۲
خیال‌پردازی	۵۰۹۴/۴۰	۵۴۹۹/۴۲	۸۵/۹۷ و ۱/۴۸	۵۳/۷۳	۰/۰۰۱	۰/۴۸۱

جدول ۷ نشان می‌دهد اثر تعاملی گروه \times زمان بر مؤلفه یکتایی ($\eta^2 = 0/060$ ، $P = 0/048$ ، $F = 3/71$) و بر مؤلفه‌های همه‌توانی ($\eta^2 = 0/355$ ، $P = 0/001$ ، $F = 31/98$) و آسیب‌پذیری ($\eta^2 = 0/402$ ، $P = 0/001$ ، $F = 38/98$) و خیال‌پردازی ($\eta^2 = 0/481$ ، $P = 0/001$ ، $F = 53/73$) در سطح $0/05$ و بر مؤلفه‌های همه‌توانی ($F(1/19$ و $73/40) = 38/98$ ، $P = 0/001$ ، $\eta^2 = 0/402$) و آسیب‌پذیری ($F(1/27$ و $73/40) = 38/98$ ، $P = 0/001$ ، $\eta^2 = 0/402$) حوزه افسانه‌پردازی در سطح $0/01$ معنادار است. همچنین اثر تعاملی گروه \times زمان بر حوزه خیال‌پردازی ($F(1/48$ و $85/97) = 53/73$ ، $P = 0/001$ ، $\eta^2 = 0/481$) در سطح $0/01$ معنادار است. در مجموع نتایج نشان داد درمان تمایز‌یافتگی سبب کاهش میانگین نمرات مؤلفه‌های مقیاس افسانه‌پردازی و مقیاس خیال‌پردازی متغیر خودمیان‌بینی می‌شود. نمودارهای شکل ۲ نشان می‌دهد در گروه آزمایش، میانگین نمرات مؤلفه‌های مقیاس افسانه‌پردازی و مقیاس خیال‌پردازی متغیر خودمیان‌بینی در مرحله پس‌آزمون کاهش یافته و این کاهش در مرحله پیگیری در مقایسه با مرحله پیش‌آزمون پابرجا مانده است. بدین ترتیب در آزمون فرضیه سوم چنین نتیجه‌گیری شد که درمان تمایز‌یافتگی به‌صورت معنادار خودمیان‌بینی را در زوجین کاهش می‌دهد.



شکل ۲. نمودار تغییرات خودمیان‌بینی در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در گروه‌های آزمایشی و کنترل

بحث و نتیجه گیری

مطالعه حاضر به تعیین اثربخشی تمایزیافتگی خود مبتنی بر دیدگاه بوون بر خودمیان بینی و سازگاری زناشویی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره پرداخت. یافته های پژوهش نشان داد افزایش تمایزیافتگی خود در ارتقای خودمیان بینی و سازگاری زناشویی در زوجین گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل مؤثر بوده است. این مداخله بر مؤلفه های خودمیان بینی نیز معنادار بود. یافته های این پژوهش با مبانی خانواده درمانی بوون و پژوهش های انجام شده در مورد اثر تمایزیافتگی بر سازگاری با یافته های هیل (۲۰۰۸)، محمدی، جعفری و باباخانی (۱۳۹۱)، طالبی و غباری بناب (۱۳۹۲)، مؤمنی و علیخانی (۱۳۹۲)، عارفی، رحیمی و شیخ اسمعیلی (۱۳۹۵)، نوایی نژاد، باباخانی و کریمی (۱۳۹۵) و فریتاس، رودریگز گنزالز، کرابتری و مارتین (۲۰۲۰) همسو است. در پژوهش حاضر درمان تمایزیافتگی خود به افزایش سازگاری زناشویی در بین زوجین منجر شد. به این معنا که سطح تمایزیافتگی در واقع نشانه میزان استقلال عاطفی از خانواده است و می تواند عامل پیش بینی برای سازگاری زناشویی در نظر گرفته شود. در مطالعات سندیک و جانکوسکی (۲۰۱۰) و هینتزلمن و همکاران (۲۰۱۴) تمایز خود ارتباط مثبت معناداری با گذشت و سازگاری در زوجین داشت. نتایج تحقیق پاتریک، سلز، جیوردانو و فولرود (۲۰۰۷) نیز نشان داد رابطه ای مثبت میان صمیمیت و رضایت زناشویی وجود داشته، اما میان تمایزیافتگی خود و سازگاری زناشویی رابطه ای وجود نداشته است که این نتیجه با نتایج پژوهش حاضر ناهمسو است. در پژوهش حاضر پیگیری اثرات مداخله پس از یک ماه انجام شد. از این رو پایداری یا انحلال اثرات تمایزیافتگی امکان پذیر است و بررسی آن در مراحل مختلف زندگی نیاز به پژوهش های طولی مثل تحقیقات فریتاس و همکاران (۲۰۲۰) درباره سازگاری زوجین در چرخه زندگی خانوادگی نیاز دارد که ارتباط مثبت معناداری بین تمایز خود با سازگاری زوجین در همه مراحل و به طور خاص حرکت به سمت مرحله میانی زندگی بزرگسالی (V) و نزدیک به پایان زندگی (VII) مشاهده شد. می توان نتایج حاصل را این گونه تبیین کرد که مفهوم سازگاری زناشویی بر تعامل و ارتباط بین زوج ها تأکید می کند. زوج هایی که ارتباط صمیمی تری دارند، دارای سازگاری زناشویی بیشتری هستند. چنین افرادی توانایی رشد مستقل در روابط صمیمانه را دارند و به دلیل تمایزیافتگی بالا به هیجان های خود آگاهی دارند و قادر به سنجش متفکرانه موقعیت هستند (پلگ، ۲۰۰۸). این افراد احساس و تفکر و رفتار منعطف در سازگاری با فشارهای زندگی دارند و دارای عواطف روشن در ارتباط با دیگران هستند. همچنین در نزدیکی و گسستگی ارتباط از تعادل روانی برخوردارند. این ویژگی های زوج های تمایزیافته موجب قوام روابط زن و شوهر و افزایش سازگاری زناشویی می شود. افراد زمانی به پختگی و خودشکوفایی می رسند که از دل بستگی های عاطفی ناگشوده به خانواده مبدأ رهایی یابند (کر و بوون، ۱۹۸۸). نتایج مطالعات هاوس و مالینکروود (۱۹۹۸) نیز مبین آن است که با افزایش سطح تمایزیافتگی و استقلال از خانواده اصلی، سازگاری زناشویی نیز بالاتر می رود. بوون (۱۹۷۸) معتقد است افراد با تمایز کمتر، انعطاف پذیری کمتری دارند و احتمالاً در برابر اضطراب مزمن زندگی زناشویی بیشتر آسیب پذیرند و توانایی استفاده از راه حل منطقی

در رفع مشکلات زندگی را ندارند. چنین افرادی به اتکا و وابستگی به همسرشان تمایل دارند (کر و بوون، ۱۹۸۸). چنین افرادی به بلوغ هیجانی کمتری می‌رسند و ظرفیتی محدود برای پیوندهای صمیمانه دارند و این آستن پیامدهای ناگواری برای خانواده‌ها و تهدیدی برای سازگاری زناشویی زوجین به‌شمار می‌رود. مطابق با پژوهش اسکورون و دندی (۲۰۰۴) بین تمایز یافتگی بالا و سازگاری زناشویی رابطه مثبت وجود دارد و زوجینی که کمتر واکنشی هستند و سطح تمایز آن‌ها بالا است، در روابط خود با دیگران جایگاه خود را حفظ می‌کنند و خشنودی زناشویی بیشتری را تجربه می‌کنند. همان‌گونه که نتایج مطالعات بوهلندر (۱۹۹۹) نیز نشان داد میزان تمایز یافتگی کمتر با همجوشی هیجانی فرد با دیگران به‌منظور ایجاد یک خود تمایز نیافته بیشتر خواهد بود و در نتیجه سازگاری وی کاهش می‌یابد. مطالعات اوزبیلر، شویر-کالینز و رودریگز گنزالز (۲۰۲۰) نیز نشانگر تمایز خود با سطوح بالاتر سازگاری زناشویی و رضایت از زندگی بوده و با مطالعه پیش‌رو همخوانی دارد.

همچنین در پژوهش حاضر، درمان تمایز یافتگی خود به کاهش خودمیان‌بینی در بین زوجین منجر شد. نتایج پژوهش با یافته‌های مطالعات پلگ و زوبی (۲۰۱۴)، فلاول (۲۰۰۴)، گلباخ، برینکورت و وانگ (۲۰۱۲)، مطالعات یعقوبی و محمدزاده (۱۳۹۵)، سرکشیک‌زاده، تقوایی و پیرانی (۱۳۹۷)، دیویس، مارتین-کوئلار و لوس (۲۰۱۹) و چامبرز، دیدرو و کارستن (۲۰۱۴) همسو است. هم‌راستا با مطالعه اخیر، سورتیز و اپرلی (۲۰۱۲) نشان داد درک مشابه افراد از همدیگر و نوع پاسخ‌دهی غیر خودمیان‌بین و جمع‌گرا به محیط، به میزان تمایز یافتگی خود در آن‌ها وابسته است. به عبارتی هرچه میزان تمایز خود در افراد بالاتر است، آن‌ها خودکنترلی بیشتر و شناخت واقعی‌تری از محیط و اطرافیان خود نشان می‌دهند. یافته‌های پلگ و زوبی (۲۰۱۴) نیز نشانگر رابطه مثبت بین خودتمایز سازی و عملکرد شناختی بود. میرون، کولبیرت، پتروسکه و سالتیجرالد (۲۰۱۷) نیز خودشناسی، اعتماد به نفس، خودکنترلی و شناسایی دنیای اطراف خود و تمایز فراوان خود را از ویژگی‌های افراد غیر خودمیان‌بین در نظر گرفتند و پیشنهاد کردند که تمایز خود تعیین‌کننده‌ای مهم در توانایی درک سایرین از یک چشم‌انداز غیر خودخواهانه و غیر قوم‌گرا است. نتایج برخی مطالعات در مورد دیدگاه‌گیری (کاهش خودمیان‌بینی) نیز با مطالعه اخیر به‌صورت غیرمستقیم همسو است. مطالعات افلیک (۱۹۷۵)، لبلانک و همکاران (۲۰۱۲) نشان داد توانایی دیدگاه‌گیری اجتماعی موجب انعطاف‌پذیری شناختی و کاهش تعارض‌های بین‌فردی می‌شود. نتایج پژوهش‌های لانگ (۱۹۹۰) نیز نشان داد یکی از عواملی که بر کیفیت و بقای رابطه زناشویی تأثیر دارد، توانایی دیدگاه‌گیری اجتماعی است. دیدگاه‌گیری از طریق کاهش اهمیت غیر ضروری به خود (کاهش خودمیان‌بینی)، تمرکز و افزایش اهمیت دادن به فرد دیگر (تمرکززدایی) و افزایش اهمیت به خود و نشان دادن قاطعیت در مواقع ضروری موجب تغییر در افراد می‌شود. برخی مطالعات در خصوص سبک‌های تعارضی نیز با موضوع پژوهش غیرمستقیم در ارتباط است. در تحقیقات لانگ (۱۹۹۰) نیز اشخاص با سطح تمایز یافتگی پایین، بیشتر زندگی‌شان را صرف نگهداری سیستم روابطشان با دیگران می‌کنند و تصمیمات اصلی خود را براساس اجتناب از تعارض با دیگران، توجه به تقاضاهای طرف مقابل و آنچه زندگی‌شان را دچار نوسان نکند، می‌گیرند. بن، آری و هیرشبرگ (۲۰۰۹) و لبلانک و همکاران (۲۰۱۲)

نیز نشان دادند هرچه زوجین تلاش بیشتری در شناخت دیدگاه‌های یکدیگر داشته باشند، احتمال مصالحه کردن آن‌ها در موقعیت‌های تعارضی افزایش می‌یابد. مطالعات یعقوبی و محمدزاده (۱۳۹۵) و ساموئل و همکاران (۲۰۱۸) نیز نشان داد سبک‌های حل تعارض و مصالحه پس از مداخله افزایش می‌یابد و سبک‌های اجتنابی و رقابتی کاهش معنادار دارند. یافته‌هایی که نتایج حاضر را مستقیم یا غیرمستقیم رد کند مشاهده نشد.

با توجه به پژوهش‌های مختلف می‌توان نتایج این پژوهش را این‌گونه تبیین کرد که افرادی که دارای خودمیان‌بینی زیادی هستند، معمولاً خود را محور و در رأس همه فعالیت‌ها می‌دانند و اعتبار ویژه‌ای برای خود قائل هستند. این‌گونه افراد بر اثر خیال‌پردازی زیاد و افراطی در مورد خودشان و توانایی‌هایشان خود را منحصر به فرد می‌دانند که می‌توانند از عهده هر کاری برآیند. افراد خودمیان‌بین قادر به درک نظرات دیگران نیستند و نمی‌توانند دنیا را از چشم دیگران ببینند. نگاهی به تعاملات زوجین حاکی از آن است که بسیاری از تعارضات و اختلافات فی‌مابین به دلیل خودمیان‌بینی زوجین است (ساموئل و همکاران، ۲۰۱۸). در مطالعه انجام‌شده فرد یاد می‌گیرد که چگونه خشم و عصبانیت خود را به شیوه سازنده بیان کند و در تعارضات، با استفاده از روش مکالمه آگاهانه ابراز عقیده کند، بر نیازهای خود و همسر واقف شود و به راحتی از حل مسئله استفاده و به تمایز یافتگی دسترسی پیدا کند. به اعتقاد بوون، افرادی که تمایز یافتگی کمتری دارند، کسانی هستند که تمایل به تصمیم‌گیری بر اساس احساسات خود را دارند و به قوه تفکر اطلاعات واقعی اهمیت زیادی نمی‌دهند و ارزیابی غیرواقع‌بینانه از خود دارند. در مقابل، افراد تمایز یافته به هویت و تفکرات دیگران بدون انتقاد یا واکنش عاطفی احترام می‌گذارند و پذیرش بدون قید و شرط دارند و خود را درگیر تغییر دیگران نمی‌کنند (اسکورون و دندی، ۲۰۰۴). تحقیقات مختلف در زمینه دیدگاه‌گیری حاکی از آن است که دیدگاه‌گیری با دیدن مسائل و دیدگاهی متفاوت موجب دسترسی به اطلاعاتی می‌شود که فرد قبلاً به آن دسترسی نداشته است. فرد با اطلاعات بیشتر و متفاوت قطعاً به گونه‌ای متفاوت به حل مسئله خواهد پرداخت و به دلیل در نظر گرفتن احتمالات و راه‌حل‌های مناسب‌تر حل تعارض، کمتر هیجانی می‌شود و بیشتر منطقی عمل می‌کند؛ بنابراین موجب تمرکززدایی و کاهش خودمحوری و تمرکز برای بیش از یک جنبه از تعارض می‌شود. از این‌رو فرد توانایی در نظر گرفتن نظرگاه شناختی فرد دیگر و استنباط افکار و احساسات فرد دیگر به صورت صحیح را دارد (گلباخ، برینکورت و وانگ، ۲۰۱۲). این همان چیزی است که فرد در تمایز یافتگی به آن دسترسی پیدا می‌کند.

همچنین در بسیاری از تحقیقات، سبک حل تعارض سازنده و مصالحه با افزایش درک دیدگاه‌های همسر رابطه مثبت دارد. از آنجا که دیدگاه‌گیری اجتماعی جزئی ضروری در حل تعارض است، توانایی درک دیدگاه همسر به خصوص در زمان تعارض، سازگاری بیشتر و سبک‌های حل تعارض سازنده‌تری را پیش‌بینی می‌کند (دیویس، کوتلا و لوس، ۲۰۱۹). در تمایز یافتگی روند حرکت از هیجان به منطقی است و از سوی دیگر خودمیان‌بینی تمایل به دیدن مسائل از جانب خود و غفلت از دیدگاه طرف مقابل و یکی از منابع ایجاد تعارض و ادراک نادرست از مسئله است؛ بنابراین مطابق با سایر پژوهش‌ها که نشان داده‌اند بین ادراک،

تفسیر و ارزیابی زوجین و کیفیت زندگی زناشویی همبستگی وجود دارد (اپشتاین و باوکم، ۲۰۰۲)، می‌توان گفت یافته‌های دیدگاه‌گیری در کاهش تعارضات زوجین و نیز استفاده از سبک‌های سازنده و غیرتعارضی تأییدی بر یافته این پژوهش مبنی بر اهمیت و تأثیر تمایز یافتگی بر کاهش خودمیان‌بینی است. بدین ترتیب در نظام زناشویی تمایز یافته، همسران به یکدیگر اجازه می‌دهند که نقش انعطاف‌پذیرتر و رابطه صمیمانه‌تر داشته باشند و تفاوت عقاید یکدیگر را تحمل و واکنش هیجانی کمتری را تجربه کنند (کر و بوون، ۱۹۸۸).

از جمله محدودیت‌های این پژوهش استفاده از نمونه در دسترس بود. از این رو در تعمیم نتایج باید احتیاط کرد. محدودیت دیگر آنکه مرحله پیگیری بعد از مداخله به دلیل محدودیت زمانی به مدت یک ماه انجام شد. از آنجا که تغییرات در کارکرد روانی افراد نیازمند زمانی طولانی‌تر است، لازم است تحقیقاتی در آینده صورت گیرد که بتواند تغییرات رفتاری را در بازه زمانی طولانی‌تر مطالعه کند. از یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان در راستای مداخلات بالینی و درمانی برای افزایش سازگاری زناشویی و کاهش خودمیان‌بینی زوجین استفاده کرد. این پژوهش به روان‌شناسان کمک می‌کند تا در محدوده زمانی کوتاه برای درمان زوجین به راه‌حل‌های سریع‌تر دسترسی یابند؛ زیرا خانواده‌درمانی برحسب نیاز دادگاه‌های خانواده و سایر مراجع قانونی محدودیت زمانی دارد. همچنین با توجه به اثربخشی این مداخله، ارائه آن برای زوجین جوان در شروع زندگی پیشنهاد می‌شود. پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آینده نقش عوامل فرهنگی و قومی در شکل‌گیری تمایز خود مطالعه شود.

تشکر و قدردانی

از رؤسای مراکز مشاوره فرماندهی انتظامی تهران بزرگ و همه همکارانی که در اجرای این پژوهش ما را یاری رساندند کمال تشکر و قدردانی را داریم و از خداوند منان توفیق روزافزون برای آنان خواستاریم.

منابع

- آقایوسفی، ع.، زارع، ح.، و پوریافرانی، س. (۱۳۹۲). برآورد مقدماتی پایایی و روایی مقیاس‌های افسانه‌پردازی شخصی و خیال‌پردازی جدید: مقیاس‌هایی برای سنجش خودمیان‌بینی در بزرگسالان. *دوفصلنامه علمی-پژوهشی شناخت اجتماعی*. ۲(۳)، ۶۸-۵۲.
- بکیان، ع.، و افشاری‌نیا، ک. (۱۳۹۸). برازش مدل نقش واسطه‌ای دزدگی زناشویی در رابطه بین تمایز یافتگی خود، سبک‌های حل تعارض و انتظارات زناشویی در پیش‌بینی سازگاری زناشویی در زنان و مردان متأهل شهر کرمانشاه. *مجله روش‌های مدل‌های روان‌شناختی*. ۲(۳۸)، ۲۴۶-۲۲۵.
- ثنایی، ب. (۱۳۷۷). *مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج*. تهران: بعثت.
- سرمد، ز.، بازرگان، ع.، و حجازی، آ. (۱۳۸۶). *روش‌های تحقیق در علوم رفتاری*. تهران: انتشارات آگاه.
- رحمت‌اللهی، ف.، و فاتحی‌زاده، م. (۱۳۸۵). آسیب‌های زندگی زناشویی. *تازه‌های روان‌درمانی*. ۲(۴۱)، ۲۶-۸.
- طالبی، م.، و غباری بناب، ب. (۱۳۹۱). تعیین رابطه تمایز یافتگی خود، هوش هیجانی و رضایت زناشویی در مراکز

- مشاوره شهر شاهرود. *مجله زن و مطالعات خانواده*. ۱۸/۵، ۱۵-۳۲.
- سلیمان نژاد موسوی، م. (۱۳۹۴). *پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبکهای دلبستگی و مولفه های تمایز یافتگی*. مقاله کنفرانس بین المللی مدیریت و علوم انسانی. ۹ آذر ۱۳۹۴. دبی، امارات متحده عربی.
- سرکشیک زاده، ف.، تقوایی، د.، و پیرانی، ذ. (۱۳۹۷). *بررسی رابطه خودمیان بینی، قدرتمندی من و عوامل شخصیت با رضایت زناشویی*. تهران: دانشگاه اراک.
- پیاژه، ژ. (۱۳۷۴). *دیدگاه پیاژه در گستره تحول روانی*. ترجمه محمد منصور و پریرخ دادستان، تهران: بعثت.
- عارفی، م.، رحیمی، ر.، و شیخ اسمعیلی، د. (۱۳۹۵). *پیش بینی سازگاری زناشویی زوج های جوان فرهنگی بر مبنای میزان تمایز یافتگی از خانواده اصلی و رضایت زناشویی والدین*. *فصلنامه خانواده و پژوهش*. ۲(۱۳)، ۸۷-۱۰۶.
- ولدخانی، ج. (۱۳۸۷). *بررسی رابطه منزلت های هویتی من و خودتمایز سازی با سازگاری زناشویی در مردان و زنان متأهل دانشگاه علامه طباطبائی*. *پایان نامه کارشناسی ارشد*. دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
- محمدی، ف.، جعفری، آ.، و باباخانی، و. (۱۳۹۱). *رابطه خودتمایز سازی و سطح تحول من با میزان سازگاری زوجین*. *فصلنامه علوم رفتاری*. ۴(۱۴)، ۱۱۴-۱۲۵.
- مظاهری، م. (۱۳۷۹). *ارتباط تفکرات غیرمنطقی و الگوهای دلبستگی با سازگاری زناشویی*. *مجله خانواده پژوهی*. ۴(۱)، ۳۶۹-۳۷۸.
- موسوی چلک، ح. (۱۳۸۴). *تحلیلی آمار ازدواج و طلاق در کشور*. *مجله برنامه*. ۱۵۶، ۸-۱۰.
- مؤمنی، خ.، و علیخانی، م. (۱۳۹۲). *رابطه عملکرد خانواده، تمایز یافتگی خود و تاب آوری با استرس، اضطراب و افسردگی در زنان متأهل شهر کرمانشاه*. *فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده*. ۲(۳)، ۲۹۸-۳۲۰.
- نوابی نژاد، ش.، باباخانی، و.، و کریمی، ن. (۱۳۹۳). *اثربخشی آموزش خودتمایز سازی بر صمیمیت و سازگاری زوجین*. *اولین کنگره ملی روان شناسی خانواده؛ گامی در ترسیم الگوی مطلوب خانواده*. اهواز. انجمن علمی روان شناسی خانواده ایران. دانشگاه شهید چمران اهواز.
- یعقوبی، آ.، و محمد زاده، س. (۱۳۹۵). *بررسی آموزش اثر آموزش دیدگاه گیری بر سبک های حل تعارض زوجین*. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی*. ۷(۲۸)، ۴۸-۶۲.

References

- Affleck, G. (1975). Role-taking ability and interpersonal conflict resolution among retarded young adults. *American Journal of Mental Deficiencies*. 80(2), 233-246.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th Ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Bali, A., Dhingra, R., & Baru, A. (2010). Marital adjustment of childless couples. *Journal of Social Science*, 24(1), 73-76.
- Ben-Ari, R., & Hirshberg, I. (2009). Attachment styles, conflict perception, and adolescents' strategies of coping with interpersonal conflict. *Negotiation Journal*, 25(1), 59-82.
- Bowen, M. (1993). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Bohlander, R. W. (1999). Differentiation of self, need fulfillment, and psychological well-being in married men. *Psychological reports*, 84(3_suppl), 1274-1280.
- Chambers, J. R., De Dreu, C. K., & Carsten K. W. (2014). Ego-centrism Drives

- Conflict Misperceptions. Academic Press. *Journal of Experimental Social Psychology*, 5(1), 15-26.
- Corcoran, K. J., Fischer, J. (1987). *Measures for clinical practice: A sourcebook*. New York: The Free Press.
- Davis, A. N., Martin-Cuellar, A., & Luce, H. (2019). Life events and prosocial behaviors among young adults: Considering the roles of perspective taking and empathic concern. *The Journal of Genetic Psychology*, 180(4-5), 205-216.
- Epstein, N. B., & Baucom, D. H. (2002). *Enhanced cognitive-behavioral therapy for couples: A contextual approach*. American Psychological Association.
- Flavell, J. H. (2004). Theory-of-mind development: Retrospect and prospect. *Merrill-Palmer Quarterly (1982-)*, 274-290.
- Freitas, J.P, Rodríguez Gonzalez, M, Crabtree S, & Martine, M. V. (2020). Differentiation of Self, Couple Adjustment and Family Life Cycle: A Cross-Sectional Study. *The American Journal of Family Therapy*, 48(4), 250-262.
- Gehlbach, H., Brinkworth, M. E., & Wang, M. T. (2012). The social perspective taking process: What motivates individuals to take another's perspective?. *Teachers College Record*, 114(1), 1-29.
- Gaal, F. S. (2005). *The role of differentiation of self and death anxiety in predicting marital adjustment following the death of an adult, married-child's biological parent*. Seton Hall University.
- Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2013). *Family Therapy: An Overview*. Eighth Edition. Belmont: Brooks Cole & Cengage Learning.
- Haws, W., & Mallinckrodt, B. (1998). Separation individuation from family of origin and marital adjustment of recently married couple. *American Journal of Family Therapy*, 26(4), 293-307.
- Heintzelman, A., Murdock, N. L., Krycak, R. C., & Seay, L. (2014). Recovery from infidelity: Differentiation of self, trauma, forgiveness, and posttraumatic growth among couples in continuing relationships. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 3(1), 13-29.
- Hill, A. (2009). *Predictors of relationship satisfaction: The link between cognitive flexibility, compassionate love and level of differentiation*. Alliant International University, Los Angeles.
- Knerr, M. R. (2008). Differentiation & power in couple therapy. Dissertation for the Degree Doctor of philosophy the Ohio state university. Retrieved from <http://etd.ohiolink.edu/>
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York: Norton.
- Lapsley, D. K. (1993). Towards an integrated theory of adolescent ego development: The "new look" at adolescent egocentrism. *The American Journal of Orthopsychiatry*, 63, 562-571.
- Lapsley, D. K., Flannery, D. J., Gottschich, H., & Raney, M. (1996). *Sources of risk and resilience in adolescent mental health, poster session presented at the sixth biennial meeting of the society for research on adolescence*. Boston. MA.
- LeBlanc, E., Gilin, A., Calnan, K., & Solarz, B. (2012). Perspective Taking, Empathy, and Relational Conflict at Work: An Investigation among Participants in a

- Workplace Conflict Resolution Program. Intl. Association for Conflict Management, IACM 25th Annual Conference.
- Lock, H. J., & Wallace, K. M. (1959). Short marital-adjustment a prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 2(21), 251-255.
- Long, E. (1990). Perspective - taking differences between high- and low - adjustment marriages: Implications for those in intervention. *The American Journal of Family Therapy*, 2(11), 126-131.
- Mosoko, J. (2009). *Communication and attachment dimension's in parital fulfillment of the requirement*. For the degree of doctor of philosophy. Purdue University.
- Miron, A. M., Kulibert, D., Petrouske, A., & Saltigerald, B. (2017). Perspective taking, self-anchoring, and attention to context in long distance and geographically close romantic relationships. *Journal of Relationship Research*, 12(8), 1-14.
- Ozbiler, E. I. S., Schweer-Collins, M., & Rodríguez Gonzalez, M. (2020). Differentiation of Self Predicts Life Satisfaction through Marital Adjustment. *The American Journal of Family Therapy*, 48(3), 235-249.
- Olson, D. H., & Defrain, J. (2006). *Marriages and families intimacy, diversity strengths* (5th Ed.). New York: McGraw-Hill.
- Patrick, S. S., Sells, J. N., Giordano, F. G., & Follerud, T. R. (2007). Intimacy, differentiation and personality variables as predictors of marital satisfaction. *The Family Journal*, 6(15), 359-367.
- Peterson-Post, K. M., Rhoades, G. K., & Stanley, S. M. (2014). Perceived Criticism and Marital Adjustment Predict Depressive Symptoms in a Community Sample. *Behavior Therapy*, 45, 564-578.
- Peleg, O. (2008). The relation between differentiation of self and marital satisfaction: what can be learned from married people over the course of life? *The American Journal of Family Therapy*, 42(36), 388-401.
- Peleg, O., & Zoabi, M. (2014). Social anxiety and differentiation of self: A comparison of Jewish and Arab college students. *Personality and Individual Differences*, 6(8), 221-228.
- Titelman, P. (2008). *Triangles: Bowen family systems theory perspectives*. The Haworth Press, Taylor & Francis Group: New York and London.
- Samuel, S, Roehr-Brackin, K., Jelbert, S., & Clayton, N. S. (2018). Flexible egocentricity: Asymmetric switch costs on a perspective-taking task. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition*, 37(3), 89-103.
- Sandage, S. J., & Jankowski, P. J. (2010). Forgiveness, spiritual instability, mental health symptoms, and well-being: Mediator effects of differentiation of self. *Psychology of Religion and Spirituality*, 2(3), 168-180.
- Surtees, A. D., & Apperly, I. A. (2012). Egocentrism and automatic perspective taking in children and adults. *Child Development*, 83(2), 452-460.
- Skowron, E. A., & Dendy, A. K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: relational correlates of effortful control. *Contemporary Family Therapy*, 26(3), 337-357.
- Young, M. E., & Long, L. L. (2006). *Counseling and therapy for couples*. John Willy, Brooks\ Cole, Publishing Company, USA.