

بررسی رابطه میان تمایز یافتگی خود و سبک‌های عشق‌ورزی

سونه قناعت باجگیرانی^۱

بهرامعلی قنبری هاشم آبادی^۲

فرزانه ظریف^۳

تاریخ پذیرش: ۹۲/۸/۲۵

تاریخ وصول: ۹۱/۱۲/۱۱

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه میان تمایز یافتگی با سبک‌های عشق‌ورزی و همچنین مقایسه سبک‌های عشق‌ورزی و سطوح تمایز یافتگی زنان و مردان متأهل شهر مشهد بود.

مشارکت کنندگان در پژوهش حاضر ۱۲۰ نفر از افراد متأهل شهر مشهد که به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده بودند مورد آزمون قرار گرفتند. برای سنجش تمایز یافتگی از پرسشنامه تمایز یافتگی (DSL) و برای سنجش سبک‌های عشق‌ورزی از مقیاس سه گانه اشترنبرگ استفاده شد. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از نرم افزار Spss و آزمون معناداری ضریب همبستگی پیرسون جهت بررسی رابطه خرده‌مقیاس‌های تمایز یافتگی با خرده‌مقیاس‌های آزمون اشترنبرگ و آزمون مقایسه دو میانگین مستقل به منظور مقایسه خرده‌مقیاس‌های تمایز یافتگی و خرده‌مقیاس‌های آزمون اشترنبرگ در آزمودنی‌های زن و مرد متأهل شهر مشهد مورد تحلیل قرار گرفت. پس از تجزیه و تحلیل داده‌ها نتایج نشان داد که میان خرده‌مقیاس‌های صمیمیت، شوریدگی و تعهد اشترنبرگ با خرده‌مقیاس‌های واکنش هیجانی، جایگاه من، گسلس عاطفی و هم آمیختگی ارتباط

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه علامه طباطبایی تهران soneh_ghanaat@hotmail.com

۲- استاد گروه روانشناسی دانشگاه فردوسی مشهد

۳- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام

معکوس معناداری دارد همچنین نتایج این آزمون نشان داد که بین میزان گسلش عاطفی مردان و زنان تفاوت معناداری وجود دارد، بدین صورت که آزمودنی‌های مرد میزان گسلش عاطفی بیشتری را گزارش نموده‌اند. در بقیه خرده‌مقیاس‌ها بین دو جنس تفاوت معناداری مشاهده نشد.

واژگان کلیدی: تمایز یافتگی خود، سبک‌های عشق ورزی، واکنش هیجانی، جایگاه من، گسلش عاطفی و هم آمیختگی.

مقدمه

انسان مجموعه‌ای از هیجان‌هاست و عشق هیجانی است مرکب، بدین معنی که مجموعه‌ی نیازها، خواست‌ها، عقده‌ها، کمبودها، آمال و آرزوها و بطور کلی نیازهای روانی و اجتماعی در کنار هم قرار می‌گیرند و هیجانی را می‌سازند بنام عشق. درباره ماهیت روان‌شناختی عشق و ترکیبات آن دیدگاه‌های گوناگونی ارائه شده است؛ یکی از نظریه پردازان جان لی است. لی^۱ (۱۹۷۳) سبک‌های عشق را به رنگ تشبیه کرد. طیف گسترده‌ای، از رنگ‌ها اصلی تا رنگ‌های ثانوی، رنگ‌های ثانوی از ترکیب رنگ‌ها اولی تشکیل می‌شود، شبیه به همین مسئله در عشق نیز هست. عشق به دو طیف اولی و ثانوی تقسیم می‌شود. سبک‌های عشق اولی عبارت‌اند از عشق پرشور: جذابیت بدنی و عاطفی شدید؛ عشق نمایشی: نمایش عشق را بازی کردن؛ عشق دوستانه: عشق مبتنی بر دوستی.

عشق‌های ثانوی که از ترکیب این سه عشق اولی تشکیل شده است به سه نوع تقسیم می‌شوند^۱. منطقی: ترکیبی از سبک عشق نمایشی و سبک عشق دوستانه است. این افراد ارزیابی معقول انجام می‌دهند؛ مثل اینکه صفاتی را که یک ازدواج خوب به آن احتیاج دارد مطالبه می‌کنند و معشوق خود را مطابق معیارهایشان. ۲. عشق وابسته و سواسی: ترکیبی از سبک عشق پرشور و سبک عشق نمایشی است و مستلزم انحصار، وسواس، اضطراب و

1. Lee

رفتارهای پرشور است. مسائل جنسی بیمه این عشق است. آنها اغلب مضطرب یا ناایمن هستند و می‌توانند به صورت افراطی حسود باشند. عاشقان وابسته و سواسی به خوبی به درمان پاسخ می‌دهند و اغلب از این سبک رهایی پیدا می‌کنند. ۳. عشق ایثارگرانه: ترکیبی از سبک عشق پرشور و سبک عشق دوستانه می‌باشد که معمولاً بشر دوستانه، رفاقتی و البته شدید است. عشق ایثارگرانه، قربانی و محاصره کردن تمام عیار خود است (گلزاری، ۱۳۸۹).

یکی دیگر از نظریه پردازان اشتنبرگ^۱ است که نظریه عشق مثلثی را ارائه داد. نظریه مثلثی عشق موضوع عشق را در روابطه بین فردی توضیح می‌دهد. این نظریه انواع عشق را بر اساس سه مقیاس مختلف توصیف می‌کند: صمیمیت، شوریدگی و تعهد (اشتنبرگ، ۱۹۸۶؛ رفیعی و اصغری‌نیا، ۱۳۸۶). صمیمیت: صمیمیت به احساس نزدیکی، ارتباط و پیوند در روابط دوستانه اطلاق می‌شود. صمیمیت جنبه هیجانی و عاطفی دارد و نوعی احساس گرمی، محبت و نزدیکی در فرد ایجاد می‌کند. اشتنبرگ ۱۰ مورد را در صمیمیت شناسایی کرد: الف) تمایل به آرامش و آسایش دوست؛ ب) تجربه شادی با دوست؛ پ) توجه زیاد به معشوق؛ ج) قادر بودن به حساب کردن بر روی دوست در زمان نیاز؛ چ) درک متقابل دوست؛ ح) به اشتراک گذاشتن خود و اموال خود با دوست؛ خ) دریافت حمایت عاطفی از دوست؛ د) حمایت عاطفی کردن یک دوست؛ ر) ارتباط صمیمی با دوست؛ ز) داشتن دوست یک ارزش در زندگی فرد است. شوریدگی: اشاره به سابق‌هایی دارد که منجر به عشق، جاذبه فیزیکی، رابطه جنسی و پدیده‌های وابسته به آن می‌شود. شور شامل منابع انگیزشی و سایر اشکال برانگیختگی است که منجر به تجربه عشق در یک رابطه عاشقانه می‌شود. تصمیم و تعهد: در کوتاه مدت به تصمیم‌گیری درباره اینکه یکی را خاص‌تر از دیگران دوست داشته باشد و در درازمدت به تعهد برای حفظ این عشق اطلاق می‌شود. تصمیم و تعهد لزوماً باهم نمی‌آیند، به طوری کسی می‌تواند تصمیم به دوست داشتن کسی بگیرد بدون اینکه در درازمدت به عشق متعهد شود و یا می‌توان بدون اذعان به اینکه فرد را در رابطه دوست دارد، به رابطه متعهد شود (اشتنبرگ، ۱۹۹۷). سه جزء

1. Sternberg

عشق با یکدیگر ارتباط دارند، به عنوان مثال: صمیمیت بیشتر ممکن است منجر به شوریدگی و تعهد بیشتر شود، همچنین فقط تعهد بیشتر ممکن است منجر به صمیمیت بیشتر و یا با احتمال کمتر منجر به شور بیشتر شود. پس به طور کلی اجزای از هم جدا هستند، اما با یکدیگر در ارتباط هستند. اگر چه تمام سه مولفه بخش مهمی از روابط با محبت هستند اما ممکن است اهمیت مقیاس مثلثی عشق از یک رابطه به رابطه دیگر یا در طول یک رابطه متفاوت باشد. به-علاوه انواع مختلف عشق را می‌توان بوسیله ترکیب متفاوت اجزا تولید کرد (اشتبرگ، ۱۹۹۷).

اشتبرگ (۱۹۸۶) انواع عشق را به هشت دسته تقسیم می‌کند:

۱. دوست داشتن: فقط جزء صمیمیت وجود دارد. اشتبرگ می‌گوید این مشخصه دوستی واقعی است که در آن فرد احساس گرما، پیوند و نزدیکی با دیگری می‌کند اما شوریدگی و تعهد بلندمدت وجود ندارد.
۲. عشق احمقانه: اغلب به عنوان عشق در نگاه اول است. ترکیب شور و اشتیاق با تعهد که صمیمیت در آن نقشی ندارد. عشق احمقانه ممکن است به‌طور ناگهانی ناپدید شوند.
۳. عشق خالی: در آن تعهد باقی مانده است، اما صمیمیت و شور و شوق جان از دست رفته‌اند. هرچند که در جوامع غربی این نوع از عشق مختص مراحل پایانی یک رابطه در نظر گرفته می‌شود، در جوامع سنتی تر ممکن است این اولین مرحله شروع یک رابطه باشد.
۴. عشق رمانتیک: ترکیب اجزاء صمیمیت و شور و اشتیاق.
۵. عشق شراکتی: در آن شور و شوق از رابطه رفته‌اند، اما محبت عمیق و تعهد باقی مانده است. زمانی که زندگی خود را با کسی به اشتراک می‌گذارید بدون هیچ میل جنسی و یا جسمی. این نوع عشق بدلیل حضور عنصر تعهد قوی‌تر از دوستی است.
۶. عشق کور: ترکیب صرفاً جزء شوریدگی با تعهد که صمیمیت در آن نقشی ندارد.
۷. شیدایی: فقط شور و هیجان وجود دارد بدون صمیمیت و تعهد.
۸. عشق کامل: رابطه‌ای که در آن هر سه جزء صمیمیت، شور و اشتیاق و تعهد به تناسب وجود دارد و نشان‌دهنده رابطه ایده آل است که بسیاری از مردم برای رسیدن به آن تلاش

می‌کنند اما عده کمی به آن دست می‌یابند. اشتنبرگ اظهار می‌دهد که حفظ عشق کامل سخت‌تر از رسیدن به آن است. عشق کامل ممکن است دائمی نباشد. برای مثال، اگر تعهد در طول زمان از بدهد، ممکن است به عشق شراکتی تغییر کند (حفاظتی‌طریقه، فیروزآبادی و حق‌شناس، ۱۳۸۵). ابعاد عشق با متغیرهای متفاوتی در ارتباط است از جمله رضایتمندی زناشویی، عاطفه مثبت و منفی، رضایت از زندگی، سبک‌های دلبستگی که یکی از این عوامل تمایز یافتگی است.

سنگ بنای نظریه بوئن^۱ عقیده‌ی او راجع به نیروهایی است که در درون خانواده جای دارند و در پی وحدت و با هم بودن یا برعکس، فردیت هستند. به نظر بوئن درجه ظهور تفکیک خویشتن در هر فرد بیانگر میزان توانایی او برای تمییز فرایند عقلی از فرایند عاطفی است که وی تجربه می‌کند، یعنی درجه توانایی فرد برای اجتناب از تبعیت خودکار رفتار از احساسات، بیانگر میزان تفکیک خویش است (گلدنبرگ^۲، ۲۰۰۹، به نقل از حسین شاهی برواتی و همکاران، ۱۳۸۹).

مفهوم تمایز یافتگی مشخص کننده تعادل یا عدم تعادل بین دو نیروی زندگی یا غریزه است: یکی نیروی باهم بودن و دیگری نیروی فرد بودن و مفهوم بوئن از تمایز یافتگی به رابطه بین فرد و خانواده‌اش اطلاق می‌شود به عبارت دیگر درجه وابستگی حل نشده یا شده با خانواده مبدأ (بوئن، ۱۹۹۷ به نقل از تیتلمن^۳، ۱۹۹۸).

خودمتمایز یافتگی یک ترکیب پیچیده‌ای از بلوغ عاطفی، توانایی تفکر منطقی در یک موقعیت عاطفی، و توانایی حفظ روابط عاطفی نزدیک است (دراک^۴، ۲۰۱۱؛ پارتل هرینگ^۵ و لال^۶، ۲۰۱۰).

1. Bowen
2. Goldenberg
3. Titelman
4. Drak
5. Bartle-Haring
6. Lal

هدف اصلی تفکیک خویشتن، توازن میان احساسات و شناخت است. تفکیک در معنای بوئی آن، بیشتر یک فرایند است تا هدفی دست یافتنی (گلدنبرگ، ۲۰۰۹ به نقل از حسین شاهی برواتی و همکاران، ۱۳۸۹؛ اسکرن^۱ و دندی^۲، ۲۰۰۴). بوئن (۱۹۷۸) و کر^۳ (۱۹۸۸) نتیجه گرفتند که خودتمایزسازی عملکرد روانی، پریشانی روانی، و به ساختارهای خاص تری مانند استرس، اضطراب و افسردگی مربوط می شود. خودتمایزسازی نشان دهنده توانایی فرد برای دیدن خودش، به عنوان یک فرد جدا از خانواده اش است همچنین فرض کردند که سطوح بالاتری از تمایز خود با سطوح بالاتری از عملکرد کلی، هم در سطح روانی و هم فیزیولوژیکی در ارتباط است همچنین بوئن معتقد است سطوح بالاتری از تمایز با افزایش توانایی برای روابط پیچیده عاطفی، کاهش علائم استرس، سطوح پایین استرس ادراک شده، اضطراب کمتر و همچنین با انعطاف پذیری فرد در ارتباط است و بسیاری از مطالعات پیش بینی کرده اند که خودتمایزسازی با جنبه های مختلف پریشانی های روانی مانند اضطراب، افسردگی استرس رابطه منفی دارد و با سازه ای مانند اعتماد به نفس و رشد روانی رابطه مثبت دارد و سطوح بالاتر تمایز با افسردگی و مقاومت روانی کمتر ارتباط دارد (دراک، ۲۰۱۱).

در تحقیق رفیعی نیا و اصغری (۱۳۸۶) که هدف بررسی رابطه عشق رفاقتی و عشق پرشور با رضایت از زندگی و عاطفه مثبت و منفی بود نتایج نشان داد که رابطه عشق رفاقتی با رضایت از زندگی، مستقیم و معنادار و با عاطفه منفی، معکوس و معنادار بود ولی عشق پرشور با هیچکدام از متغیرهای بهزیستی ذهنی ارتباط معناداری نداشت.

نادری، حیدری و حسین زاده مالکی (۱۳۸۸) تحقیقی با هدف بررسی رابطه دانش و نگرش جنسی، مولفه های عشق و رضایت زناشویی با همسرآزاری انجام دادند که نتایج نشان داد بین دانش و نگرش جنسی، مؤلفه های عشق و رضایت زناشویی با همسرآزاری هم در مردان و هم در زنان رابطه منفی وجود دارد و پیش بینی کننده مناسبی برای همسرآزاری هستند.

1. Skowron
2. Dendy
3. Kerr

فینی^۱ و نلر^۲ (۱۹۹۰) تحقیقی با هدف بررسی سبک‌های دل‌بستگی به عنوان یک پیش‌بینی - کننده روابط عاشقانه در بزرگسالی انجام دادند و نتایج نشان داد افراد مضطرب دوسوگرا تعهد کمتری در روابط دارند و سبک دل‌بستگی به شدت با اشکال مختلف عشق ارتباط دارد.

دیون^۳ و دیون (۱۹۹۳)، به نقل از کیم^۴ و هاتفیلد^۵، (۲۰۰۴) بیان کردند که عشق در مردان پرشورتر از عشق در زنان است و عشق در زنان رفاقتی‌تر از عشق در مردان است.

در پژوهشی دیگر که توسط هاتفیلد و راپسون^۶ (۱۹۹۳)، به نقل از کیم و هاتفیلد، (۲۰۰۴) انجام شد نتایج نشان داد عشق شراکتی قوی‌ترین پیش‌بینی کننده رضایت از زندگی بود در حالیکه عشق پرشور، قویترین پیش‌بینی کننده احساسات مثبت بود.

آوربک^۷، کمپ^۸ و اینگلز^۹ (۲۰۰۷) در تحقیقی به این نتیجه رسیده‌اند که بین مؤلفه‌های عشق (صمیمیت، شوریدگی و تعهد) با تداوم رابطه عاشقانه رابطه مثبت وجود دارد.

پژوهشی با هدف تعیین سهم خودتمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه در پیش‌بینی سازگاری زناشویی اجرا شد.

یافته‌های پژوهش نشان داد که خودتمایزسازی، اعتماد و شرم با سازگاری زناشویی رابطه معنادار دارند و قادر به پیش‌بینی سازگاری زناشویی هستند. این سه متغیر با هم ۳۵ درصد از تغییرات زناشویی را تبیین می‌کنند (زارعی، فرحبخش و اسماعیلی، ۱۳۹۰).

پژوهشی با هدف بررسی ارتباط بین تمایز خود و رضایت زناشویی در کارکنان دانشگاه تربیت معلم توسط الکی و ناظری (۲۰۰۸) انجام شد و نتایج نشان داد ارتباط معنی داری بین تمایز خود، خرده مقیاس‌های آن با رضایت زناشویی وجود دارد.

-
1. Feeney
 2. Noller
 3. Dion
 4. Kim
 5. Hatfield
 6. Rapson
 7. Overbeak
 8. Kemp
 9. Engels

اگر میان تمایز یافتگی و سبک‌های عشق‌ورزی رابطه معناداری وجود داشته باشد، می‌توان با برنامه‌ریزی در افزایش تمایز یافتگی افراد بنیان خانواده را مستحکم‌تر و احتمال مشکلات زناشویی را که در حال افزایش است، کم کرد؛ زوجین را به هم نزدیکتر و صمیمیت، تعهد و روابط زناشویی را بهبود بخشید.

فرضیه‌های پژوهش

- ۱- بین خرده مقیاس صمیمیت و خرده مقیاس‌های واکنش هیجانی، جایگاه من، گسلس عاطفی و هم آمیختگی رابطه معناداری وجود دارد.
- ۲- بین خرده مقیاس شوریدگی و خرده مقیاس‌های واکنش هیجانی، جایگاه من، گسلس عاطفی و هم آمیختگی رابطه معناداری وجود دارد.
- ۳- بین خرده مقیاس تعهد و خرده مقیاس‌های واکنش هیجانی، جایگاه من، گسلس عاطفی و هم آمیختگی رابطه معناداری وجود دارد.
- ۴- بین خرده مقیاس‌های واکنش هیجانی، جایگاه من، گسلس عاطفی و هم آمیختگی در زنان و مردان تفاوت معناداری وجود دارد.
- ۵- بین صمیمیت، تعهد و شوریدگی در زنان و مردان تفاوت معناداری وجود دارد.

روش پژوهش

روش تحقیق در این پژوهش، توصیفی، از نوع همبستگی بود. جامعه آماری در این تحقیق زنان و مردان متاهل شهر مشهد بود که از این میان نمونه‌ای به حجم ۱۲۰ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند.

ابزارهای پژوهش

۱- پرسش نامه تمایز یافتگی (DSL): یک پرسش نامه ۴۶ سؤالی است که به منظور سنجش تمایز یافتگی افراد به کار می‌رود و از ۴ خرده مقیاس واکنش پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی و هم آمیختگی با دیگران تشکیل شده است. ضریب آلفای کرونباخ گزارش شده توسط اسکورن و فریدلندر برای این پرسشنامه ۰/۸۸ است (اسکورن و فریدلندر، ۱۹۹۸). پرسشنامه تمایز یافتگی خود در ایران توسط اسکیان (۱۳۸۴) بر روی یک نمونه ۲۶ نفری از دانش آموزان سال اول دبیرستان اجرا شد در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ بدست آمد. یونسی (۱۳۸۵) ضرایب پایایی این پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ محاسبه کرد که پایایی بالای این پرسشنامه را نشان می‌دهد. در پژوهش جهانبخشی و کلانتر کوشه (۱۳۹۱) پایایی کل آزمون را با روش آلفای کرونباخ ۰/۶۹ و برای خرده مقیاس‌های واکنش پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی و هم آمیختگی عاطفی با دیگران به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۶۴، ۰/۶۱، ۰/۷۵ محاسبه گردید.

۲- مقیاس سه گانه اشتربگ برای عشق^۱: این پرسشنامه ۴۵ سؤالی سه جزء صمیمیت، شور و اشتیاق و تعهد/ تصمیم را هر کدام با ۱۵ سؤال مورد سنجش قرار می‌دهد. آزمودنی‌ها به هر سؤال نمره‌های بین ۱ به معنای به هیچ وجه و ۹ به معنای بسیار زیاد می‌دهند. نمرات بالاتر به معنای صمیمیت، شوریدگی و یا تعهد بیش تر می‌باشد. قمرانی و سادات جعفر طباطبایی (۱۳۸۵) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و برای مؤلفه‌های صمیمیت ۰/۸۹، شوریدگی ۰/۸۹ و تعهد ۰/۸۱ گزارش کرده‌اند و ضرایب روایی برای مؤلفه‌های صمیمیت، شوریدگی و تعهد به ترتیب ۰/۶۶، ۰/۷۷ و ۰/۹۲ بدست آوردند.

یافته‌های پژوهش

از میان اعضای نمونه؛ ۳۴/۲ درصد مرد و ۶۵/۸ درصد زن می‌باشند.

1. sternberg's triangular love scale

فرهنگ مشاوره و روان درمانی

در این مرحله نتایج به دست آمده از مقیاس‌های تحقیق مورد تجزیه و تحلیل توصیفی قرار می‌گیرد. جدول ۱ و ۲ نتایج تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل از مقیاس تمایز یافتگی و اشتربنگ را در سطح توصیفی نشان می‌دهند.

جدول ۱ شاخص‌های توصیفی مربوط به داده‌های حاصل از مقیاس تمایز یافتگی

شاخصهای آماری	تعداد	میانگین	انحراف معیار
متغیرها			
واکنش هیجانی	۱۲۰	۳۵/۱۰	۹/۶۰
جایگاه من	۱۲۰	۴۰/۲۸	۱۰/۴۳
گسلش عاطفی	۱۲۰	۴۲/۵۵	۱۰/۴۸
هم‌آمیختگی	۱۲۰	۳۸/۸۱	۱۰/۲۰

جدول ۲ شاخص‌های توصیفی مربوط به داده‌های حاصل از مقیاس اشتربنگ

شاخصهای آماری	تعداد	میانگین	انحراف معیار
متغیرها			
صمیمیت	۱۲۰	۱۰۸/۳۱	۱۷/۷۸
شوریدگی	۱۲۰	۹۲/۶۶	۲۱/۸۲
تعهد	۱۲۰	۲۱/۸۲	۱۶/۲۳

جهت بررسی رابطه خرده‌مقیاس‌های تمایز یافتگی با خرده‌مقیاس‌های آزمون اشتربنگ از همبستگی پیرسون استفاده شد. جدول ۳ نتایج حاصل از این آزمون را ارائه می‌دهد.

جدول ۳. همبستگی پیرسون برای رابطه خرده مقیاس های تمایز یافتگی و خرده مقیاس های آزمون
اشترنبرگ

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱- واکنش هیجانی	۱/۰۰						
۲- جایگاه من	**۰/۶۹	۱/۰۰					
۳- گسلس عاطفی	**۰/۷۶	*۰/۵۹	۱/۰۰				
۴- هم آمیختگی	**۰/۸۱	*۰/۶۶	**۰/۸۱	۱/۰۰			
۵- صمیمیت	**۰/۵۸	-۰/۴۴	**۰/۵۱	**۰/۵۵	۱/۰۰		
۶- هوس	**۰/۵۲	-۰/۳۰	**۰/۳۹	**۰/۵۰	**۰/۸۰	۱/۰۰	
۷- تعهد	**۰/۵۶	-۰/۲۰	**۰/۵۰	**۰/۴۵	**۰/۷۲	**۰/۷۳	۱/۰۰

** در سطح ۰/۰۱ درصد معنی دار است (دو دامنه). * در سطح ۰/۰۵ درصد معنی دار است (دو دامنه).

همان طور که در جدول ۳ مشاهده می شود خرده مقیاس صمیمیت اشترنبرگ با خرده مقیاس های واکنش هیجانی ($r=-۰/۵۸, p=۰/۰۰۰$)، جایگاه من ($r=-۰/۴۴, p=۰/۰۰۰$)، گسلس عاطفی ($r=-۰/۵۱, p=۰/۰۰۰$) و هم آمیختگی ($r=-۰/۵۵, p=۰/۰۰۰$) ارتباط معکوس معنادار دارد.

بین خرده مقیاس شوریدگی اشترنبرگ با خرده مقیاس های واکنش هیجانی ($p=۰/۰۰۰$)، جایگاه من ($r=-۰/۵۲, p=۰/۰۰۱$)، گسلس عاطفی ($r=-۰/۳۹, p=۰/۰۰۰$) و هم آمیختگی ($r=-۰/۵۰, p=۰/۰۰۰$) ارتباط معکوس معنادار وجود دارد.

همچنین بین خرده مقیاس تعهد اشترنبرگ با خرده مقیاس های واکنش هیجانی ($p=۰/۰۰۰$)، جایگاه من ($r=-۰/۵۶, p=۰/۰۳۰$)، گسلس عاطفی ($r=-۰/۲۰, p=۰/۰۰۰$) و هم آمیختگی ($r=-۰/۴۵, p=۰/۰۰۰$) ارتباط معکوس معنادار وجود دارد.

به منظور مقایسه خرده‌مقیاس‌های تمایز یافتگی و خرده‌مقیاس‌های آزمون اشترنبرگ در آزمودنی‌های زن و مرد از آزمون مقایسه دو میانگین مستقل استفاده گردید. نتایج این آزمون نشان داد که بین میزان گسلش عاطفی مردان و زنان تفاوت معناداری وجود دارد ($p=0/022$ ، $t=2/32$ ، $df=118$)، بدین صورت که آزمودنی‌های مرد میزان گسلش عاطفی بیشتری را گزارش نموده‌اند. در بقیه خرده‌مقیاس‌ها بین دو جنس تفاوت معناداری مشاهده نشد.

نتیجه‌گیری

در این پژوهش هدف بررسی رابطه میان تمایز یافتگی با سبک‌های عشق‌ورزی و همچنین مقایسه سبک‌های عشق‌ورزی و سطوح تمایز یافتگی زنان و مردان متأهل شهر مشهد بود. با توجه به تحلیل داده‌ها می‌توان نتیجه گرفت که میان خرده‌مقیاس‌های صمیمیت، شوریدگی و تعهد اشترنبرگ با خرده‌مقیاس‌های واکنش هیجانی، جایگاه من، گسلش عاطفی و هم آمیختگی ارتباط معکوس معنادار وجود دارد. ارتباط معکوس خرده‌مقیاس‌های صمیمیت، شوریدگی و تعهد اشترنبرگ با واکنش هیجانی می‌تواند به این دلیل باشد که هرچه فرد طغیان‌های هیجانی و پاسخ‌های مبتنی بر هیجان بیشتری داشته باشد ایجاد روابط صمیمی با دیگران، تجربه شوق و داشتن تعهد در رابطه سخت‌تر است زیرا لازمه داشتن یک رابطه کامل بردباری و تفکر منطقی در کنار تجارب هیجانی کنترل شده است، ارتباط معکوس با گسلش عاطفی می‌تواند به دلیل این باشد که زمانی که فرد از دیگران فاصله می‌گیرد و در دنیای خود فرو میرود و یا به عبارتی از دیگران می‌برد، داشتن روابط صمیمی با دیگران و به تبع آن شوریدگی و تعهد در روابط از بین می‌رود؛ ارتباط معکوس با جایگاه من می‌تواند به دلیل این باشد که زمانی که فرد بسیار متکی به خود باشد و بسیار به اعتقادات شخصی خود بها دهد ایجاد روابط صمیمی با دیگران، تجربه شور و داشتن تعهد سخت‌تر می‌شود زیرا روابط صمیمی با دیگران نیازمند گذشت و سهمیم کردن دیگران در زندگی‌مان است و ارتباط معکوس با آمیختگی با دیگران می‌تواند به دلیل این باشد که زمانی که فرد درگیری عاطفی زیادی با

دیگران داشته باشد و با دیگران آمیخته باشد و تمایزی میان خود با دیگران قائل نباشد نمی توان صمیمیت، شور و تعهد پایداری را در روابط تجربه کند. بنابراین در افرادی با تمایز یافتگی پایین به ندرت سبک عشق ورزی آرمانی مشاهده می شود.

نتایج به دست آمده در مقایسه خرده مقیاس ها میان زنان و مردان نشان داد مردان گسلس عاطفی بیشتری را تجربه کرده اند و این ممکن است ناشی از نحوه تربیت و فرهنگ باشد. از کودکی به پسران یاد داده می شود که ناراحتی خود را بروز ندهند، محکم باشند و صحبت کردن درباره نگرانی ها ضعف آنها محسوب می شود و این در کنار گیری مردان در بزرگسالی بی تاثیر نیست.

منابع فارسی

- اسکیان، پرستو. (۱۳۸۴). بررسی تاثیر روان نمایشگری بر افزایش تمایز یافتگی فرد از خانواده اصلی در دانش آموزان دختر دبیرستانی منطقه ۵ تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد. تهران: گروه مشاوره، دانشگاه تربیت معلم.
- بیرامی، منصور؛ فهیمی، صمد؛ اکبری، ابراهیم و امیری پیچاکالایی، احمد. (۱۳۹۱). پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک های دلبستگی و مولفه های تمایز یافتگی، مجله اصول بهداشت روانی، ۱۴ (۱). ۶۴-۷۷.
- حافظی، فریبا و جامعی نژاد، فرحناز. (۱۳۸۸). رابطه بین عشق، عاطفه مثبت، عاطفه منفی و سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی در کارکنان شرکت مل یحفاری خوزستان، یافته های نو در روانشناسی، ۴ (۱۰): ۴۱-۵۲.
- رفیعی نیا، پروین و اصغری، آرزو. (۱۳۸۶). رابطه بین انواع عشق و بهزیستی ذهنی در دانشجویان متاهل، فصلنامه خانواده پژوهی؛ دانشگاه شهید بهشتی تهران، شماره نهم، دوره سوم.

فرهنگ مشاوره و روان درمانی

زارعی، سلمان؛ فرحبخش، کیومرث و اسمعیلی، معصومه. (۱۳۹۰). تعیین سهم خودمتمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه در پیش‌بینی سازگاری زناشویی، دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۳۱(۳).

قمرانی، امیر و طباطبایی، سمانه سادات. (۱۳۸۵). بررسی روابط عاشقانه زوجین ایرانی و رابطه آن با رضایت زناشویی، مجله تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، جلد ۵، شماره ۱۷، صفحات ۹۵-۱۰۹.

گلدنبرگ، ایرنه و هربرت. (۱۳۸۹). *خانواده درمانی: حمیدرضا حسین شاهی برواتی، سیامک نقشبندی و الهام ارجمند، چاپ اول، انتشارات روان. تاریخ انتشار به زبان اصلی؛ ۲۰۰۹.*

گلزاری، محمود و عبدی، حمزه. (۱۳۸۶). *ارتباط میان سبک‌های عشق و ویژگی‌های شخصیتی، مجله روانشناسی و دین، ۳، صفحات ۵۳-۷۳.*

محمودی، غلام رضا و حافظ الکتب، لیلی. (۱۳۸۹). *رابطه سبک‌های عشق ورزی و رضایتمندی زناشویی، تحقیقات روانشناختی، ۲(۶): ۱۰۱-۱۱۴.*

یونسی، فاطمه. (۱۳۸۵). *هنجاریابی آزمون خودمتمایزسازی در بین افراد ۲۵-۵۰ پایان‌نامه کارشناسی ارشد تهران: دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی*

منابع لاتین

- Aliki, A. & Nazari, A.M.(2008). *Study correlation between differentiation of self and marital satisfaction of tarbiat moallem university employees*. Counseling research and development. . 7(26):7-24.
- Bartle Haring, S. & Lal, A. (2010). Using Bowen Theory to Examine Progress in Couple Therapy. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families* 18(2) 106-115.
- Drak, J.R.(2011). *Differentiation of self inventory_short form: creation and initial evidence of construct validity*. Missouri-Kansas.
- Feeney, J. A. & Noller, p.(1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 58(2), 281-291.
- Kim, J. & Hatfield, E. (2004). *Love types and subjective wellbeing: A cross – cultural study*. *Social Behavior and Personality*. 32(2), 176.
- Lee, J. A. (1973). *Colours of love: an exploration of the ways of loving*. New York: New Press
- Overbeak, B.; Kemp, B. , & Engels. G (2007). Two personalities, one relationship: both partners personality traits, *Journal of personality and social psychology*. 79,251_259.

- Peleg, P. O. (2002). *A study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms*. Contemporary Family Therapy: An International Journal. Vol 24(2):, 355-369.
- Shakibaeian, T.; Esmaeili, M &Karami, A . (2007). *The study of the effectiveness of teaching differentiation of self in decrease divorced women mental problems: quarterly educational psychology*. 2(7):115-131.
- Skowron, E. A.; Dendy, A. K.(2004). *Differentiation of Self and Attachment in Adulthood: Relational Correlates of Effortful Control: An International Journal*;Sep2004, Vol. 26 Issue 3, p337.
- Sternberg, R.J. (1986).*A triangular theory of love*.*Psychological Review*, 93, 119-135.
- Sternberg, R.J. (1997). *European Journal of Social Psychology*, Vol. 27, 313_335.
- Titelman, P.(1998).*Clinical applications of bowen family systems theory*.*United states of America*.