

نقش «تمایز خود» در روابط زناشویی

فاطمه نجفلوئی

کارشناس ارشد مشاوره

najafloei@yahoo.com

چکیده

بر پایه‌ی نگره‌ی نظام‌های خانواده‌ی بوئن، میزان تمایز یافته‌گی می‌تواند تعیین‌کننده‌ی کیفیت، رابطه، زناشویی باشد. بنابراین، در این نوشتار چنین فرض شد که تمایز یافته‌گی با تعارض‌های زناشویی رابطه دارد. همچنین بر اساس فرضیه‌ی همانندی بوئن، همسانی تمایز یافته‌گی با همسانی در تعارض‌های زناشویی رابطه دارد. همچنین بر اساس فرضیه‌ی از یکی از حواکنش‌های متأهی دانشگاه تهران، سبب کزیده‌شدن تعارض‌های زناشویی در برست‌نامه‌ی تمایز خود (DSI) و تعارض‌های زناشویی به کار گرفته‌شد.

یافته‌ها نشان داد که تمایز یافته‌گی با تعارض‌های زناشویی رابطه دارد. از میان خردداده‌آموزی‌های تمایز خود واکنش عاطفی بیش‌ترین رابطه را با تعارض‌های زناشویی نشان داد و همانندی تمایز یافته‌گی هم‌بستگی مثبتی پیدا کرد.

کلیدواژه‌ها: تمایز یافته‌گی؛ تعارض‌های زناشویی؛ خانواده‌زمانی سیستمی بوئن؛

در دو دهه‌ی گذشته، علاقه به خانواده‌ها و خانواده‌درمانی در میان مشاوران و روان‌شناسان رشدی چشم‌گیر داشته‌است. مشاوران به نگره‌های نظام‌های خانواده توجهی فزاینده می‌کنند تا دریابند که چه‌گونه بزرگسالان روابط صمیمانه‌ی رضایت‌آمیز دوسویه را طلب، ایجاد، و حفظ می‌کنند و با این روش راه‌بردهای درمانی خود را افزایش دهند. در این پژوهش بر پایه‌ی نگره‌ی نظام‌های خانواده‌درمانی بوئن، تلاش شده‌است تعارض‌های زناشویی با نگرش به مفهوم تمایز یافته‌گی همسران بررسی شود.

بیان مسئله

از میان روی‌کردهای نظام‌های خانواده، در نگره‌ی بوئن^۱ (۱۹۷۸) بررسی‌هایی فراگیر درباره‌ی رشد و پایداری پیوندهای زناشویی انجام شده‌است. هسته‌ی بنیادی نگره‌ی بوئن مفهوم «تمایز خود»^۲ است که در این نگره، توانایی ایجاد تعادل در دو سطح درون‌روانی و فراروانی (بین فردی) تعریف می‌شود (بوئن، ۱۹۷۸).

تمایز، با توجه به کارکرد درون‌روانی، توانایی جداسازی فرآیندهای عاطفی از فرآیندهای عقلانی، و با توجه به کارکرد بین‌فردی، توانایی تجربه کردن صمیمیت همراه با استقلال در روابط بین فردی و تعادل مناسب میان آن‌ها را نشان می‌دهد (توسون و فریدلندر^۳، ۲۰۰۰). از دیدگاه نظری، دست‌کم چهار عامل مؤثر در سطح تمایز خود وجود دارد: واکنش عاطفی^۴، جدایی عاطفی^۵، آمیخته‌گی با دیگران^۶، و موقعیت من^۷. به سخن دیگر، افراد تمایز یافته و تمایز یافته با ویژه‌گی‌هایی مشخص می‌شوند:

۱- افراد تمایز یافته در برابر رفتار دیگران واکنش عاطفی نشان می‌دهند، بخش عمده‌ی انرژی‌شان را صرف تجربه، بیان، و تشدید عواطف‌شان می‌کنند. در مقابل، افراد تمایز یافته ممکن است عواطف شدیدی را تجربه کنند، اما توسط این عواطف تحلیل نمی‌روند و واکنش این دسته از افراد کنترل شده است؛

۲- زمانی که تجربه‌های درونی یا تعاملات بین‌فردی بسیار تنش‌زا باشد، افراد تمایز یافته از دیگران فاصله‌ی عاطفی می‌گیرند؛ در حالی که افراد تمایز یافته لزومی احساس نمی‌کنند که از لحاظ عاطفی از دیگران جدا شوند. این گونه افراد از هویتی محکم برخوردار اند؛

¹ Bowen, M.

² Differentiation of Self

³ Tuason, M. T., & Friedlander, M. L.

⁴ Reactivity Emotional

⁵ Cutoff Emotional

⁶ Fusion with Others

⁷ I Position

۳- افراد تمایزنیافته، روی هم‌رفته در روابط صمیمانه با دیگران مستحیل یا آمیخته می‌شوند. در حالی که افرادی که به خوبی تمایزنیافته اند قادر اند خود تعریف‌شده‌شان را حفظ کنند؛

۴- تمایز در توانایی ابراز «موقعیت من» نمود می‌یابد. افراد بدون تمایزنیافته‌گی از نظر عاطفی به دیگران وابسته اند، به‌دشواری می‌توانند برای خودشان فکر، احساس، و عمل کنند؛ اما افراد تمایزنیافته ذاتاً خودرهبر اند، افکار و احساسات خاص خودشان را دارند، و اجباری در وفق دادن خود با انتظارات دیگران ندارند (تایسون و فریدلندر، ۲۰۰۰).

بر اساس این نگره، «تمایز خود» بنیان‌های صمیمیت و پذیرش دوسویه را در ازدواج بررسی می‌کند. زن و مردی که سطح تمایزنیافته‌گی پایینی داشته‌باشند، زمانی که ازدواج می‌کنند انتظار می‌رود بلوغ عاطفی کم‌تری را دارا و ظرفیتی محدود برای صمیمیت و یکی شدن داشته‌باشند. این مسئله نیازمند این می‌شود که هر دو نفر (زن و مرد) برای پایداری ازدواج‌شان رشد و خودرهبری‌شان را قربانی ازدواج کنند. در مقابل، در نظام‌های زناشویی تمایزنیافته، همسران به یک‌دیگر اجازه می‌دهند که نقشی نرمش‌پذیرتر و رابطه‌ئی صمیمانه‌تر داشته‌باشند و تفاوت عقاید یک‌دیگر را تحمل و واکنش عاطفی کم‌تری را تجربه کنند. به سخن دیگر، برای این که مشکلات کم‌تری داشته‌باشند در پاسخ به عواطف دیگران آرامش خود را حفظ کنند (بوئن، ۱۹۷۸؛ کر و بوئن، ۱۹۸۸؛ اشناخ، ۱۹۹۷).

یکی از دیدگاه‌های بنیادی بوئن این است که افراد معمولاً کسانی را جذب و برای ازدواج انتخاب می‌کنند که سطح تمایز خود همانند با آنان داشته‌باشند. بر پایه‌ی دیدگاه بوئن، افراد با سبک‌ها یا شیوه‌های مختلف زنده‌گی و سطوحی از تمایز خود که در خانواده‌ی اصلی‌شان با «فرآیند فرافکنی خانواده»^۱ پدید آمده ازدواج می‌کنند (اسکورون، ۲۰۰۰). از سویی به گفته‌ی وی، تمایزنیافته‌گی هم‌چون یک ویژه‌گی خانوادگی قابل انتقال است و مشکلات و اضطراب‌های خانوادگی اصلی، از نسلی به نسل دیگر در «فرآیند انتقال بین‌نسلی»^۲ منتقل می‌شود (هرست، ساواتزکی، و پاره، ۱۹۹۶). اگر دو فرد تمایزنیافته با یک‌دیگر ازدواج کنند خانوادگی هسته‌ئی تشکیل می‌شود که سطح تمایزی پایین دارد. زوج تمایزنیافته در شرایط فشارزا دوچار اضطراب و اختلال در کارکرد زناشویی می‌شوند. به گفته‌ی اسکورون (۲۰۰۰)، با بررسی تعارض زناشویی می‌توان به میزان تمایزنیافته‌گی یک ازدواج پی برد. تعارض زناشویی با جذب اضطراب در پیوند زوج پدید می‌آید و با واکنش‌های عاطفی

^۱ Kerr, M. E., & Bowen, M.

^۲ Schnarch, D.

^۳ Family Projection Process

^۴ Skowron, E. A.

^۵ Multigenerational Transmission Process

^۶ Hurst, N. C., Sawatzky, D. D., & Paré, D. P.

یا جدایی عاطفی مشخص می‌شود. به سخن دیگر، تعارض زناشویی مزمن الگویی چرخه‌ای از تلاش‌های زن و شوهر است که در آن همسران تلاش می‌کنند مرزهایشان را یکی کنند یا این که مرزهای خود را محکم سازند.

هدف پژوهش

با پیش‌زمینه‌ی گفته‌شده، در این پژوهش بر آن ایم که نشان دهیم با بررسی میزان تمایزیافته‌گی همسران می‌توان کیفیت روابط زناشویی آینده را پیش‌بینی کرد و بدین وسیله ابزاری کارآمد در اختیار مشاوران و خانواده‌درمان‌گران برای بهبود رابطه‌ی مراجعان‌شان قرار داد.

با توجه به چارچوب نظری و عملی، در این پژوهش تلاش می‌کنیم به این پرسش پاسخ دهیم که آیا سطوح متفاوت تمایزیافته‌گی همسران بر کیفیت روابط زناشویی‌شان تأثیر دارد؟

پیشینه‌ی پژوهش

پژوهش‌های چندی تلاش کرده‌اند پاسخی برای پرسش بالا بیابند. از این میان، اسکورون (۲۰۰۰) رابطه‌ی تمایز خود را با کیفیت رابطه‌ی زناشویی بررسی کرده‌است و دریافته‌است که از میان ابعاد تمایز خود، فقط بعد جدایی عاطفی و واکنش عاطفی پیش‌بینی‌کننده‌ی اختلاف زناشویی است.

در پژوهشی دیگر، اسکورن و فریلندر^۱ (۱۹۹۸) گزارش کرده‌اند که کسانی که واکنش عاطفی و جدایی عاطفی پایینی نشان می‌دهند و تمایز خود بالایی دارند به گونه‌ی چشم‌گیر در پیوند زناشویی رضایت بیش‌تری تجربه می‌کنند. در بررسی‌های شناختی-اجتماعی، رفتاری، و روانی-زیستی در زمینه‌ی کارکرد زناشویی، تأییدهای مستقیمی بر رابطه‌ی تمایزیافته‌گی با سازگاری زناشویی به دست آمده‌است. هم‌بسته‌گی مقیاس‌های رفتاری و فیزیولوژیکی، تمایز خود-پایین با ناسازگاری زناشویی، در میان زوج‌های مشکل‌دار نشان داده‌شده‌است.

رونس‌تورف و هم‌کاران^۲ (۱۹۸۰) دریافته‌اند که همسران دارای اختلاف زناشویی، به دنبال توصیف همسرشان از یک مشکل زناشویی، حساسیت عاطفی و رفتار اجتنابی بیش‌تری را تجربه می‌کنند. رانکین-اسکوئر و هم‌کاران^۳ (۱۹۹۷) و وارینگ و پاتون^۴ (۱۹۸۴) در

^۱ Skowron, E. A., & Friedlander, M. L.

^۲ Revenstorf, D., Vogel, B., Wegener, C., Hahlweg, K., & Schnider, L.

^۳ Rankin-Esquer, L. A., Burnett, C. K., Baucom, D. II, & Epstein, N.

^۴ Waring, E. M., & Patton, D.

پژوهش‌های زمینه‌یابی نشان داده‌اند همسرانی که برای یک‌دیگر موقعیت‌هایی مناسب برای خودمختاری و استقلال بیش‌تر فراهم می‌آورند و همسرانی که کم‌تر با یک‌دیگر آمیخته‌گی پیدا می‌کنند ازدواج‌های رضایت‌مندی را گزارش کرده‌اند.

پژوهش در زمینه‌ی نگره‌ی همانندی بوئن نتایجی ناهم‌سو به بار آورده است. برای نمونه، کمر (۱۹۷۸) با بررسی ۳۰ زوج تازه‌ازدواج‌کرده با تمایز خود همانند، دریافت که تفاوت میانگین‌ها در مقیاس تمایز خود این گروه کم‌تر از زوج‌هایی بود که به صورت تصادفی هم‌تا شده بودند. در پژوهشی دیگر، دی، سنت‌کلر، و مارشال^۱ (۱۹۹۷) همانندی تمایز یافته‌گی همسران را در ۳۵ زوج بررسی کردند که نمره‌ی همسران واقعی همانندتر از همسران غیرواقعی بود. اما یافته‌های پژوهش *بارتل*^۲ (۱۹۹۳) همانندی را تأیید نکرد. وی زوج‌های واقعی را با زوج‌های غیرواقعی مقایسه کرد که نمره‌ی همسران واقعی بیش‌تر از همسران هم‌تاشده نبود.

گمانه‌های پژوهش

در بررسی پیشینه‌ی پژوهش چنین به نظر رسید که تمایز یافته‌گی بر کیفیت زنده‌گی زناشویی تأثیر دارد. با توجه به این که بررسی تمایز یافته‌گی با نمونه‌های ایرانی پیشینه‌ئی پژوهشی ندارد، در این پژوهش بر آن شدیم مه گمانه‌های زیر را بی‌آزماییم:

- ۱- تمایز خود و سازه‌های آن (واکنش عاطفی، جدایی عاطفی، موقعیت من، و آمیخته‌گی با دیگران) پیش‌بینی‌کننده‌ی تعارض‌های زناشویی است.
- ۲- سطح تمایز یافته‌گی زوج‌های ازدواج‌کرده هم‌سان است.

روش‌شناسی

روش این پژوهش توصیفی و پس‌رویدادی است. جامعه‌ی پژوهشی دربرگیرنده‌ی دانش‌جویان متأهل ساکن در خوابگاه‌های متأهلی دانشگاه تهران است. برای نمونه‌ی پژوهش، از یکی از این خوابگاه‌ها، ۴۰ نفر (۲۰ زوج) به روش تصادفی گزیده‌شدند. از این میان، ۲ مرد و ۴ زن به علت پاسخ ندادن به پرسش‌نامه از نمونه کنار گذاشته‌شدند. بر روی هم، ۱۸ مرد و ۱۶ زن در این پژوهش شرکت کردند. میانگین سن مردان ۲۷/۱۶ سال با انحراف استاندارد ۴/۱، و میانگین سنی زنان ۲۳/۳ سال با انحراف استاندارد ۲/۸ بود.

¹ Day, H. D., St. Clair, S. A., & Marshall, D. D.

² Bartle, S. E.

چارچوب داده‌گیری به این روش بود که پرسش‌گر پس از فراگرفتن آموزش‌های لازم، پرسش‌نامه‌های تعارض‌های زناشویی و تمایز خود را به زن و مرد آزمودنی می‌داد و آن‌ها را برای پاسخ‌گویی به پرسش‌نامه‌ها راهنمایی می‌کرد. زمان لازم برای پاسخ‌گویی به هر پرسش‌نامه تقریباً ۱۰ دقیقه طول کشید.

ابزار پژوهش

در این پژوهش دو ابزار خودگزارشی به کار گرفته‌شد.

۱- پرسش‌نامه‌ی تمایز خود^۱ (اسکوورون، ۲۰۰۰) - این پرسش‌نامه که برای سنجش میزان تمایز یافته‌گی زوج‌ها به کار می‌رود ۴۵ پرسش دارد و پاسخ‌دهی به پرسش‌ها با مقیاس شش‌گزینه‌ی لیکرت (از ۱ برای «به هیچ وجه دربارهی من درست نیست» تا ۶ برای «کاملاً دربارهی من درست است») انجام می‌شود. نمره‌ی بالا به معنای تمایز یافته‌گی و نمره‌ی پایین به معنای تمایز نیافته‌گی است. این پرسش‌نامه چهار خرده‌آزمون واکنش عاطفی، جدایی عاطفی، آمیخته‌گی با دیگران، و موقعیت من را در بر می‌گیرد. اسکوورون و فریلندر (۱۹۹۸) هم‌بسته‌گی درونی پرسش‌ها را با آلفای کرون‌باخ برای پرسش‌نامه و خرده‌آزمون‌های آن چنین به دست آوردند: کل پرسش‌نامه ۰/۸۸؛ واکنش عاطفی ۰/۸۳؛ جدایی عاطفی ۰/۸۰؛ آمیخته‌گی با دیگران ۰/۸۲؛ و موقعیت من ۰/۸۰. این ابزار نخستین بار در این پژوهش برای نمونه‌های ایرانی به کار آمده‌است. از این رو، پایایی این ابزار در نمونه‌های بررسی‌شده با آلفای کرون‌باخ ارزیابی شد. پایایی پرسش‌نامه و خرده‌آزمون‌های آن چنین به دست آمد^۲: کل پرسش‌نامه ۰/۷۲؛ واکنش عاطفی، ۰/۸۱؛ جدایی عاطفی ۰/۷۶؛ آمیخته‌گی با دیگران ۰/۷۹؛ و موقعیت من ۰/۶۴.

ب- پرسش‌نامه‌ی تعارض‌های زناشویی - این پرسش‌نامه که برای سنجش تعارض‌های زناشویی زوج‌ها به کار می‌رود هفت خرده‌آزمون دارد: کاهش هم‌کاری؛ کاهش رابطه‌ی جنسی؛ افزایش واکنش‌های هیجانی؛ افزایش جلب حمایت فرزند (این خرده مقیاس در این پژوهش نیامده‌است)؛ افزایش رابطه‌ی فردی با خویشاوندان خود؛ کاهش رابطه‌ی خانواده‌گی با خویشاوندان همسر و دوستان؛ و جدا کردن امور مالی از یک‌دیگر. پایایی این پرسش‌نامه با آلفای کرون‌باخ ۰/۵۳ به دست آمده‌است (ثنایی، ۱۳۷۹).

^۱ Differentiation of Self Inventory (DSI)

^۲ مراحل استاندارد سازی این آزمون درطیف گسترده توسط مولف در دست اجرا و بررسی است. این ابزار برای اولین بار به صورت مقدماتی در پژوهش حاضر با احتیاط به کار برده شده است. امید می‌رود در آینده اطلاعات دقیق تری از این ابزار گزارش شود.

یافته‌ها

برای آزمون گمانه‌ی نخست، آزمون هم‌بستگی متغیرهای تعارض‌های زناشویی با تمایز خود و خرده‌آزمون‌های آن انجام شد. هم‌چنان که در جدول ۱ دیده‌می‌شود، هم‌بستگی تمایز یافته‌گی و تعارض‌های زناشویی $-0/38^*$ به دست آمده‌است که در سطح $0/05$ معنادار است. در میان خرده‌آزمون‌ها، هم‌بستگی واکنش عاطفی با تعارض‌های زناشویی $-0/52^*$ و در سطح $0/01$ معنادار است. هم‌بستگی تمایز خود با واکنش عاطفی $0/75$ ، با جدایی عاطفی $0/58$ ، و با آمیخته‌گی با دیگران $0/57$ است که همه‌گی در سطح $0/01$ معنادار است. هم‌چنین هم‌بستگی واکنش عاطفی با آمیخته‌گی با دیگران $0/40$ و در سطح $0/05$ معنادار است.

جدول ۱- آزمون هم‌بستگی بین متغیرها

متغیرها	تعارض‌های زناشویی	تمایز خود	واکنش عاطفی	جدایی عاطفی	موقعیت من	آمیخته‌گی با دیگران
تعارض‌های زناشویی	۱	$-0/38^*$	$-0/52^{**}$	$0/009$	$-0/06$	$-0/27$
تمایز خود		۱	$0/75^{**}$	$0/58^{**}$	$0/17$	$0/57^{**}$
واکنش عاطفی			۱	$0/31$	$-0/12$	$0/40^*$
جدایی عاطفی				۱	$0/30$	$0/98$
موقعیت من					۱	$-0/20$
آمیخته‌گی با دیگران						۱

* $P < 0/05$ ** $P < 0/01$

رگرسیون گام‌به‌گام برای پیش‌بینی تعارض‌های زناشویی نشان داد که از میان خرده‌آزمون‌های تمایز خود، واکنش عاطفی ۲۷ درصد از تعارض‌های زناشویی را تبیین می‌کند. تحلیل واریانس با $F = 12/11$ و با ۹۹ درصد اطمینان این یافته را معنادار نشان می‌دهد (جدول ۲).

جدول ۲- تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام برای پیش‌بینی تعارض‌های زناشویی

متغیر پیش‌بین	B	F	Sig.	R _۰	R ^۲
واکنش عاطفی	$-0/52$	۱۲/۱۱	$0/01$	$0/52$	$0/27$

برای آزمون گمانه‌ی دوم، میانگین نمره‌ی تمایز یافته‌گی زنان و مردان با هم مقایسه شد. معنادار نبودن تفاوت میانگین نمره‌ی تمایز خود در همسران نشان‌دهنده‌ی همانندی آنان

در سطح تمایزیافته‌گی است. مقایسه‌ی تفاوت میانگین مردان و زنان در مقیاس تمایز خود نشان می‌دهد با آن که میانگین تمایز خود مردان از زنان بیش‌تر است، ولی t به‌دست‌آمده (۲/۴۸) در سطح ۰/۰۱ معنادار نیست. به سخن دیگر، همسران بررسی‌شده از سطوح همانندی از تمایز خود برخوردار اند (جدول ۳).

جدول ۳- آزمون t برای گروه‌های مستقل

Sig.	t	df	N	انحراف استاندارد	میانگین	شاخص آماری
						گروه‌ها
۰/۱۹	۲/۴۸	۳۲	۱۸	۱۲/۰۷	۱۶۸/۹	مردان
			۱۶	۱۱/۶۵	۱۵۸/۸	زنان

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش، نگره‌ی نظام‌های خانواده‌درمانی *یوتن* با تمرکز بر مفهوم تمایزیافته‌گی در دو سطح درون‌روانی و فراروانی بررسی شد. ویژه‌گی‌های افراد تمایزیافته و نیافته برشمرده‌شد و نشان داده‌شد که چه‌گونه ممکن است اضطراب برآمده از تمایزنیافته‌گی همسران در زنده‌گی زناشویی، به اختلاف میان آنان بیانجامد. با توجه به چارچوب نظری و عملی ارائه‌شده، این پرسش مطرح شد که آیا میزان تمایزیافته‌گی می‌تواند تعارض‌های زناشویی را پیش‌بینی کند؟ و آیا افراد با سطوح همانند تمایزیافته‌گی با یک‌دیگر ازدواج می‌کنند؟ به دنبال این پرسش، پژوهش‌هایی که در پی پاسخ‌گویی به این پرسش برآمده‌اند بررسی شد. با بررسی پیشینه‌ی پژوهش، چنین به نظر رسید که تمایزیافته‌گی بر کیفیت زنده‌گی زناشویی تأثیر دارد. سپس گمانه‌های پژوهشی مطرح شد.

نتایج به‌دست‌آمده از این پژوهش نشان داد که تعارض‌های زناشویی با تمایزیافته‌گی رابطه دارد. به سخن دیگر، هر اندازه تمایزیافته‌گی زوج‌ها کم‌تر باشد تعارض‌های زناشویی آنان بیش‌تری خواهدبود. در سطح خرده‌آزمون‌ها، تحلیل رگرسیون چندمتغیره‌ی گام‌به‌گام برای پیش‌بینی تعارض‌های زناشویی نشان داد که واکنش عاطفی دارای بیش‌ترین همبسته‌گی است و ۲۷ درصد تعارض‌های زناشویی را تبیین می‌کند. این یافته با پژوهش‌های انجام‌شده در این زمینه هم‌سو است. چنان که اسکوررون (۲۰۰۰) دریافت که از میان ابعاد تمایز خود، فقط جدایی عاطفی و واکنش عاطفی پیش‌بینی‌کننده‌ی اختلاف زناشویی اند. اسکوررون و فریلندر (۱۹۹۸) در پژوهشی دیگر گزارش کردند که همسرانی که واکنش عاطفی و جدایی عاطفی پایینی نشان می‌دهند دارای تمایز خود بالایی هستند و رابطه‌ی زناشویی رضایت‌مندتری را

تجربه می‌کنند. یافته‌ی این پژوهش، هم‌چنین با یافته‌های رونس‌تورف و هم‌کاران (۱۹۸۰)، رانکین-اسکوئر و هم‌کاران (۱۹۹۷)، و وارینگ و پاتون (۱۹۸۴) هم‌سو است.

از این یافته‌ها چنین بر می‌آید که هر اندازه میزان تمایز خود همسران پایین باشد آماده‌گی بیشتری برای اضطراب دارند، به رویدادها و رفتار همسرشان واکنش‌های عاطفی یا هیجانی شدیدتری نشان می‌دهند، ظرفیت‌شان برای پیوندهای صمیمانه محدودتر است، در صورت نیاز برای نزدیک شدن به یک‌دیگر دوچار آمیخته‌گی با هم می‌شوند، و این مسئله به از دست رفتن هویت خود و فردیت هر یک از همسران و بروز خود کاذب می‌انجامد.

در بررسی گمانه‌ی دوم، مقایسه‌ی میانگین زنان و مردان بررسی‌شده نشان داد که تمایز خود آن‌ها همانند است. با وجود ناهم‌خوانی در یافته‌های پژوهش‌های دیگر، این یافته با یافته‌های کر (۱۹۷۸) و دی، سنت‌کلی، و مارشال (۱۹۹۷) هم‌سو است. بنابراین، این گمانه از نگره‌ی نظام‌های خانواده‌درمانی بوئن که افراد همسری را برمی‌گزینند که سطح تمایز او به اندازه‌ی خودشان باشد، تأیید می‌شود. بر اساس این یافته، افراد تمایزنا یافته همسر کسی می‌شوند که سطح مشابهی از تمایز خود را دارا باشد. از این گذشته، این احتمال می‌رود که این گونه افراد زمانی که خانواده‌ی هسته‌ی را تشکیل می‌دهند خانواده‌ی با ویژه‌گی‌های همانند خانواده‌ی اصلی‌شان پدید آورند. از دیدگاه بوئن، نظام عاطفی این خانواده‌ی هسته‌ی ناپایدار خواهد بود و به روش‌های گوناگون تلاش می‌کند تنش را بکاهد و خود را پایدار نگاه دارد. هر چه تمایزنا یافته‌گی خانواده‌ی هسته‌ی بیشتر باشد، احتمال اضطراب و بی‌ثباتی بیشتر خواهد بود و گرایش خانواده برای یافتن راه حل از راه تعارض، فاصله‌گیری، و کارکرد مختل بیشتر خواهد بود.

این پژوهش را می‌توان آغازگر بررسی‌های فراگیرتر در زمینه‌ی نظام‌های خانواده، به‌ویژه نقش تمایز خود در پیوندهای زناشویی شمرد.

کاستی و پیشنهاد پژوهش

یکی از کاستی‌های این پژوهش که گسترش یافته‌ها را محدود می‌سازد حجم کم نمونه است. البته نمونه‌ها از شمار کم جامعه که دربرگیرنده‌ی ۷۰ زوج بود گزیده‌شدند. برای پوشش کاستی این پژوهش، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌گران با نمونه‌های بیشتری این رابطه را بررسی کنند.

کاستی دیگر این پژوهش، پرسش‌نامه‌ی تمایز خود (DSI) است که نخستین بار برای نمونه‌های ایرانی به کار گرفته‌شده‌است. هر چند پابایی این ابزار برای نمونه‌ی بررسی‌شده به

دست آمد، ولی پیش از بررسی‌های گسترده‌تر در مورد پایایی و روایی آن، باید آن را با احتیاط به کار گرفت.

از سوی دیگر، با توجه به هدف پژوهش، کاربردی بودن یافته‌های پژوهش را می‌توان استنباط کرد. پیشنهاد می‌شود مشاوران خانواده و روان‌شناسان و درمان‌گران مسائل خانواده‌گی در فرآیند ارزیابی و تغییر نظام خانواده به میزان تمایزیافته‌گی زوجها توجه کنند. درمان‌گران می‌توانند بر روی مسئله‌ی تمایزیافته‌گی همسرانی که تعارض زناشویی دارند کار کنند و به آن‌ها کمک کنند تا نخست سطح اضطراب خود را کاهش دهند و سپس بر میزان تمایزیافته‌گی خود را بیافزایند. امید می‌رود با کاهش میزان تمایزیافته‌گی زوجها میزان تعارض‌های زناشویی آنان نیز کاهش یابد.

منابع

- ثنایی ذاکر، ب. (۱۳۷۹). *مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج*. تهران: انتشارات بعثت.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York, NY, USA: J. Aronson.
- Bartle, S. E. (1993). The degree of similarity of differentiation of self between partners in married and dating couples: Preliminary evidence. *Contemporary Family Therapy*, 15(6), 467-484.
- Day, H. D., St. Clair, S. A., & Marshall, D. D. (1997). Do people who marry really have the same level of differentiation of self? *Journal of Family Psychology*, 11(1), 131-135.
- Hurst, N. C., Sawatzky, D. D., & Paré, D. P. (1996). Families with multiple problems through a Bowenian lens. *Child Welfare*, 75(6), 693-708.
- Kear, J. S. (1978). *Marital attraction and satisfaction as a function of differentiation of self*. Ph.D. dissertation, California School of Professional Psychology, Fresno, CA, USA.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. New York, NY, USA: Norton.
- Rankin-Esquer, L. A., Burnett, C. K., Baucom, D. H., & Epstein, N. (1997). Autonomy and relatedness in marital functioning. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23(2), 175-190.
- Revenstorf, D., Vogel, B., Wegener, C., Hahlweg, K., & Schneider, L. (1980). Escalation phenomena in interaction sequences: An empirical comparison of distressed and non-distressed couples. *Behavior Analysis and Modification*, 2, 97-
- Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 229-237.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of self inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 235-246.
- Schnarch, D. (1997). *Passionate marriage: Love, sex, and intimacy in emotionally committed relationships*. New York, NY, USA: W. W. Norton.
- Tuason, M. T., & Friedlander, M. L. (2000). Do parents' differentiation levels predict those of their adult children? And other tests of Bowen theory in Philippine sample. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 27-35.
- Waring, E. M., & Patton, D. (1984). Marital intimacy and family functioning. *Journal of Psychiatric*, 9(1), 24-29.