

## مقایسه تمایز یافتگی خود، بخشودگی بین فردی و ناگویی خلقی در معلمان زن با رضایت زناشویی بالا و پایین

تاریخ دریافت: ۹۸/۰۶/۲۷ - تاریخ پذیرش: ۹۹/۱۰/۲۲

### خلاصه

**مقدمه:** رضایت زناشویی می‌تواند تحت تاثیر عوامل مختلف اعم از فردی و بین فردی باشد. تمایز یافتگی خود، بخشودگی و ناگویی هیجانی می‌توانند از جمله این عوامل باشند. هدف از انجام این پژوهش، مقایسه تمایز یافتگی خود، بخشودگی بین فردی و ناگویی خلقی در معلمان زن با رضایت زناشویی بالا و پایین بود.

**روش کار:** این پژوهش از نوع علی-مقایسه‌ای است. جامعه آماری، شامل کلیه معلمان زن متاهل مقطع ابتدایی آموزش و پرورش منطقه آزاد اروند بود که در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ مشغول به خدمت بودند. ۲۰۰ آزمودنی به عنوان نمونه پژوهش با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های بخشودگی بین فردی (۱۳۸۹)، تمایز یافتگی خود (۱۹۹۸)، مقیاس ناگویی خلقی (۱۹۹۴) و رضایت زناشویی (۱۹۸۹) پاسخ دادند. از آزمون تحلیل واریانس در SPSS-v.16 برای بررسی فرضیه‌های پژوهش استفاده شد.

**نتایج:** بین دو گروه معلمان زن با رضایت زناشویی بالا و پایین به لحاظ متغیرهای تمایز یافتگی خود ( $F=7.48$  و  $P<0.01$ )، بخشودگی بین فردی ( $F=49.53$  و  $P<0.01$ ) و ناگویی خلقی ( $F=15.68$ ) تفاوت معنی‌داری وجود دارد.

**نتیجه گیری:** براساس یافته‌های این پژوهش، زنان سطح تمایز یافتگی و بخشودگی بالاتر و نیز ناگویی هیجانی کمتر، تاثیر معناداری بر بهبود رضایت زناشویی معلمان زن متاهل دارد.

**کلمات کلیدی:** تمایز یافتگی، بخشودگی بین فردی، ناگویی خلقی، رضایت زناشویی

علیرضا حیدری<sup>۱</sup>  
پرویز عسگری<sup>۲\*</sup>  
سعید بختیارپور<sup>۳</sup>  
علیرضا حیدرئی<sup>۴</sup>  
فریبا حافظی<sup>۵</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی دکترای روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

<sup>۲</sup> دانشیار گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

<sup>۳</sup> استادیار گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

<sup>۴</sup> دانشیار گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

<sup>۵</sup> استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهواز، دانشکده علوم انسانی، گروه روانشناسی دانشگاه، اهواز، ایران

Email: askary47@yahoo.com



## مقدمه

یکی از با اهمیت ترین نهادهای جوامع مختلف خانواده است. در واقع آغاز زندگی مشترک با تشکیل خانواده همراه می‌باشد و با توجه به این که نقش زنان و سلامت روان آن‌ها در استحکام خانواده انکار ناپذیر است، در این میان روابط زوجین، مهم ترین و عمده ترین نقش را بر عهده دارد. در حقیقت، زمانی که در بین زن و مرد درکی بهینه نسبت به یکدیگر وجود داشته باشد، خانواده از استحکام و دوامی بیشتر برخوردار خواهد بود (۱). ارتباط زناشویی به دلیل ماهیت چندوجهی آن و اینکه تحت تأثیر عوامل متعددی قرار می‌گیرد و همواره با چالش‌هایی روبه رو می‌شود (۲)، می‌توان گفت رضایتمندی زناشویی<sup>۱</sup> آنان سبب تشکیل خانواده‌ای بهنجار و به تبع آن، ارتقا کیفیت زندگی و بهزیستی کل افراد جامعه خواهد شد (۳). ازدواج در جامعه متغیر امروز تبدیل به پدیده‌ای پیچیده شده و در واقع تصویر ازدواج در دهه‌های گذشته به طور چشمگیری تغییر کرده است تا دهه هفتاد ازدواج تحت عنوان تعهدات خانوادگی و اجتماعی تعریف می‌شد اما در دنیای مدرن مفاهیمی مانند تحقق خویشتن<sup>۲</sup> و یافتن خوشبختی به آن اضافه شده است. انسان‌ها دلایل مختلفی برای ازدواج دارند (۴). یک رابطه زناشویی موفق مستلزم آن است که زوجین بتوانند در عین حال که باهم ارتباط برقرار می‌کنند، باهم متفاوت باشند (۵). یکی از ایده‌های مرتبط با توانایی فرد برای رسیدن به صمیمیت<sup>۳</sup>، تمایز یافتگی<sup>۴</sup> بوئن<sup>۵</sup> است.

تمایز یافتگی شامل توانایی فرد برای باقی ماندن در ارتباط با دیگری، در عین حفظ ادراک خود است؛ به عبارتی تمایز یافتگی یعنی توانایی حفظ استقلال در عین حفظ ارتباط با دیگران (۶). مفهوم تمایز یافتگی را به عنوان تجربه نزدیکی

(صمیمیت) اقتدار (خودمختاری) با دیگران تعریف می‌کنند. این مفهوم بیانگر میزان توانایی فرد برای تفکر واقع بینانه راجع به موضوعات عاطفی در خانواده می‌باشد. تمایز یافتگی شامل نوع ظرفیت درون فردی برای متمایز کردن تفکر و احساس و نیز توانایی بین فردی برای حفظ استقلال، درون بافت روابط عمیق با افراد مهم و خودپنداره در زندگی می‌باشد (۷). تمایز یافتگی بخش غیر قابل تفکیکی از قابلیت فرد برای رشد صمیمیت بوده و به نظر می‌رسد با رضایت زناشویی مرتبط باشد. برای مثال، مطالعه پاتریک<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۰۷)، نشان داد که زوجینی با سطوح پایین تمایز یافتگی و درهم آمیخته، ممکن است به خوبی نتوانند بفهمند که برای بهبود کیفیت روابطشان چه مطالباتی از یکدیگر دارند که این مطلب در نهایت سبب سطوح پایین تر رضایت زناشویی می‌شود (۸). پژوهش‌های بسیاری به بررسی رابطه بین تمایز یافتگی و رضایت زناشویی و مقایسه تمایز یافتگی بین زوجین دارای تعارض و عادی پرداخته‌اند (۶، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴). برای مثال، رضاییان و همکاران (۲۰۱۸)، در مطالعه‌ای با هدف بررسی و مقایسه تمایز یافتگی خود، الگوهای ارتباطی و رضایت جنسی در زوج‌های متقاضی طلاق توافقی و عادی نشان دادند که که بین رضایت زناشویی و تمایز یافتگی خود رابطه معناداری وجود دارد و تمایز یافتگی خود در سازگاری زوجین نقش ایفا می‌کند. آن‌ها به این نتیجه رسیدند که تمایز یافتگی، پیشین خوبی برای تعارض و رضایت زناشویی است. به این صورت که با تعارض زناشویی رابطه منفی و با رضایت زناشویی رابطه مثبت دارد و نیز زوجین متعارض سطوح پایین تری از تمایز یافتگی داشتند (۱۴). در روابط زناشویی عوامل بسیاری باعث رضایتمندی بین زوجین می‌شود. بخشودگی یکی از مهمترین عوامل موثر در رضایت زناشویی به شمار می‌آید.

در یکی از معتبرترین تعاریف، بخشودگی به عنوان "تغییر میان فردی و اجتماعی مثبت در مقابل خطایی که در حوزه میان

<sup>1</sup> Marital satisfaction

<sup>2</sup> Self-fulfillment

<sup>3</sup> Intimacy

<sup>4</sup> Differentiation of self

<sup>5</sup> Bowen

<sup>6</sup> Patrick

فردی قرارداد" تعریف شده است (۱۵). این توانایی در بخشش می‌تواند به عنوان عامل بسیار مهمی در حفظ روابط عاشقانه سالم و روابط زناشویی داشته باشد (۱۵). پژوهش‌های بسیار زیاد و متنوعی نقش پیش‌بینی کننده بخشودگی را بر رضایتمندی روابط زوجین تایید می‌کنند (۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹). یافته‌های این مطالعات نشان دادند که بین بخشش و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد و نیز گروه زوجین عادی دارای سطوح بالاتری از بخشش نسبت به زوجین متقاضی طلاق بودند. در اغلب پژوهش‌ها در این زمینه بخشودگی بهترین پیش‌بینی کننده رضایت زناشویی زوجین گزارش شد (۱۹). بخشش به عنوان یک عامل مثبت و پسندیده از جمله پتانسیل‌هایی است که بکارگیری آن موجب حفظ سلامت زوجین و فکری زوجین و تداوم و رضایتمندی رابطه بین آن‌هاست.

یکی دیگر از متغیرهایی که این تحقیق به دنبال مقایسه آن بین زنان با رضایت زناشویی بالا و پایین می‌باشد، ناگویی خلقی (آلکسی تیمیا)<sup>۱</sup> است. اصطلاح آلکسی تیمیا اولین بار توسط سیفئوس<sup>۲</sup> برای توصیف ناتوانی روانشناختی در شناسایی و بیان جنبه‌های هیجانی به کاربرده شد. همچنین ناگویی خلقی به عنوان مجموعه‌ای از نقایص شناختی و عاطفی در بیان، توصیف، شناسایی و تمایز احساسات تعریف می‌شود (۲۰). با توجه به اینکه توانایی بروز احساسات و هیجانات، نقش مهمی در ایجاد صمیمیت بین فردی دارد، عاملی مهم در ایجاد پایداری و تداوم روابط زوجین و نیز رضایت زناشویی می‌باشد (۲۱). پژوهش‌های بسیاری رابطه بین توانایی ابراز هیجانات، دارا بودن مهارت‌های هیجانی و توانایی تشخیص هیجان‌ها با صمیمیت و رضایت زناشویی را تایید و کردند (۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶). با توجه به اینکه که ابراز هیجان می‌تواند سبب افزایش رضایت زناشویی شود، بدیهی است ناگویی و عدم ابراز هیجانات تأثیر منفی بر این رابطه داشته و رضایت

<sup>3</sup> Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

<sup>1</sup> Alexithymia

<sup>2</sup> Sifneos

## روش کار

پژوهش حاضر، از نوع علی-مقایسه‌ای بود که در آن به مقایسه متغیرهای تمایز یافتگی، بخشودگی بین فردی و ناگویی خلقی در دو گروه معلمان زن با رضایت زناشویی بالا و پایین پرداخته شده است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه معلمان متاهل زن مقطع ابتدایی آموزش و پرورش منطقه آزاد اروند بود که در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ مشغول به خدمت بودند. حجم نمونه با استفاده از جدول کرجسی و مورگان<sup>۱</sup> انتخاب شد. درباره حجم نمونه جهت آزمون فرضیه‌های پژوهش، پس از انتخاب نمونه از طریق روش نمونه‌گیری در دسترس با توجه به تعداد متغیرهای پژوهش آزمودنی‌های نمونه به دو گروه با رضایت زناشویی بالا و پایین تقسیم شدند. به این صورت که پس از محاسبه میانگین رضایت زناشویی در آزمودنی‌ها، افرادی که نمرات آن‌ها از یک انحراف معیار بالاتر از میانگین بیشتر و از یک انحراف معیار پایین تر از میانگین کمتر بود به ترتیب به عنوان گروه با رضایت زناشویی بالا و پایین به حجم ۲۰۰ نفر براساس ملاک‌های ورود به پژوهش انتخاب شدند و پرسشنامه‌ها پس از تکمیل توسط آزمودنی‌ها عودت شد. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل، زن و متاهل بودن، سکونت در منطقه آزاد اروند، تدریس در یکی از مدارس دولتی این شهر، رضایت آگاهانه و تمایل به شرکت در این پژوهش، بودند. ملاک‌های خروج، مخدوش بودن و ناخوانا بودن یا عدم تکمیل حداقل ده گزینه پاسخ داده شده در پرسشنامه‌ها بودند. بعد از رعایت ملاک‌های خروج، تعداد ۱۸۰ پرسشنامه باقیمانده، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. شاخص‌های توان آزمون نشان دهنده کفایت حجم نمونه بودند.

## ابزار پژوهش

**پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ<sup>۲</sup> (ECS):** این پرسشنامه در سال ۱۹۸۹ توسط اولسون، ساخته شده است و شامل ۴۷ ماده خودگزارشی است (۲۸). هر گزینه شامل یک مقیاس ۵ درجه‌ای از "کاملاً موافقم" تا "کاملاً مخالفم" که دامنه آن از ۱ تا ۵ مرتب شده است. هر چه نمره فرد بیشتر باشد، میزان رضایت زناشویی وی نیز بیشتر می‌شود (۲۸). در فرم اصلی پرسشنامه انریچ، اولسون و فورینز و دانکن در سال ۱۹۸۹ اعتبار پرسشنامه را با روش ضریب آلفا کرونباخ<sup>۳</sup> ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند و سلیمانان در سال ۱۳۷۳ پایایی پرسشنامه را در فرم کوتاه از طریق محاسبه ضریب آلفا ۰/۹۵ گزارش کرد و در پژوهش دیگر، مهدویان در سال ۱۳۷۶ در کار روی اعتبار آزمون با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و با روش بازآزمایی به فاصله یک هفته آن را برای مردان ۰/۹۳۷ و برای زنان ۰/۹۴۲ بدست آورد (۲۸، ۲۹). در پژوهش حاضر با استفاده از روش آلفای کرونباخ پایایی پرسشنامه فوق ۰/۸۸ تعیین گردید.

**پرسشنامه تمایز یافتگی خود<sup>۴</sup> (DSI):** این مقیاس توسط اسکورون و فریدلندر (۳۰)، از ۴۶ گویه و ۴ خرده مقیاس واکنش‌پذیری عاطفی (۱۱ سوال)، جایگاه من (۱۱ سوال)، گریز عاطفی (۱۲ سوال) و هم آمیختگی با دیگران (۱۲ سوال) تشکیل شده است که به منظور سنجش تمایز یافتگی افراد بکار می‌رود. نمره‌گذاری پرسشنامه به صورت طیف لیکرت ۶ نقطه‌ای (ابدأ در مورد من صحیح نیست = ۱ تا کاملاً در مورد من صحیح است = ۶) می‌باشد. ضریب آلفای گزارش شده توسط اسکورون و فریدلندر برای پرسشنامه تمایز یافتگی خود ۰/۸۸ است (۳۰). در پژوهش حاضر با استفاده از روش آلفای کرونباخ پایایی پرسشنامه فوق ۰/۸۶ تعیین گردید.

<sup>2</sup> Enrich Couple Scales (ECS)

<sup>3</sup> Cronbach's alpha

<sup>4</sup> Differentiation of Self Inventory

<sup>1</sup> Krejcy & Morgan

چندگانه مورد بررسی قرار گرفتند. جهت بررسی نرمال بودن، از آزمون کجی و کشیدگی استفاده گردید.

### نتایج

میانگین و انحراف معیار سن  $8,4 \pm 36,6$  و سال‌های تاهل معلمان زن شرکت کننده در پژوهش  $2,66 \pm 8,12$  بود. میانگین و انحراف معیار نمونه شرکت کننده در پژوهش حاضر، برای متغیرهای تمایز یافتگی، بخشودگی بین فردی و ناگویی خلقی مطابق با جدول ۱ به دست آمده است. میانگین و انحراف معیار رضایت زناشویی  $161,03$  و  $42,85$  بود که دو گروه با رضایت زناشویی بالا و پایین به صورت یک انحراف معیار بالاتر از میانگین و یک انحراف معیار پایین تر از میانگین تعریف شده است. قبل از تحلیل داده‌های مربوط به فرضیه های پژوهش، برای اطمینان از اینکه داده‌های این پژوهش مفروضه‌های زیربنایی تحلیل واریانس را برآورد می‌کنند، به بررسی آن‌ها پرداخته می‌شود. بدین منظور سه مفروضه تحلیل واریانس شامل نرمال بودن، همگنی واریانس‌ها و هم خطی چندگانه مورد بررسی قرار گرفتند. جهت بررسی نرمال بودن، از آزمون کجی و کشیدگی استفاده گردید، با توجه به اینکه آماره های مذکور همه بین  $(-2)$  و  $(2)$  بودند فرض نرمال بودن داده ها در هر دو گروه تایید شد. همچنین برای بررسی همگنی واریانس متغیرها از آزمون لوین<sup>۳</sup> استفاده شد نتایج نشان داد آزمون لوین در متغیرهای پژوهش غیرمعنی دار می‌باشد. بنابراین واریانس خطای دو گروه در متغیرهای پژوهش به طور معنی‌داری متفاوت نیستند و فرض همگنی واریانس آنها تأیید می‌شود. یکی دیگر از پیش فرض‌های تحلیل واریانس، هم خطی چندگانه می‌باشد. در پژوهش حاضر، متغیرهای بخشودگی بین فردی، تمایز یافتگی و ناگویی خلقی، به عنوان متغیرهای پژوهش تلقی شدند. با توجه به اینکه ضرایب همبستگی بین آنها کمتر از  $0,90$  می‌باشد، از مفروضه

پرسشنامه بخشودگی بین فردی<sup>۱</sup> (IFQ): این پرسشنامه دارای ۲۵ سوال بوده و هدف آن سنجش میزان بخشودگی بین فردی و ابعاد آن در افراد مختلف (ارتباط مجدد و کنترل انتقام جویی، کنترل رنجش، درک و فهم واقع بینانه) است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت می‌باشد (۳۱). مقدار آلفای کرونباخ برای خرده مقیاسها به این شکل گزارش شد: ارتباط مجدد و کنترل انتقام جویی  $0,77$ ، کنترل رنجش  $0,66$ ، درک و فهم واقع بینانه  $0,57$  و کل پرسشنامه  $0,80$ . در پژوهش حاضر با استفاده از روش آلفای کرونباخ پایایی پرسشنامه فوق  $0,79$  تعیین گردید (۳۲).

**مقیاس ناگویی خلقی تورنتو<sup>۲</sup>:** این مقیاس توسط بگی و همکاران در سال ۱۹۹۴ طراحی شده و یک آزمون ۲۰ سوالی است (۳۳). نمره گذاری پرسشنامه براساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است که از "کاملاً مخالف" تا "کاملاً موافق" سنجیده و بررسی می‌شود. در نسخه فارسی این مقیاس ضرایب آلفای کرونباخ برای ناگویی خلقی کل را  $0,85$  و سه زیر مقیاس دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی به ترتیب  $0,82$ ،  $0,75$  و  $0,72$  محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس است (۳۳). در پژوهش حاضر برای تعیین پایایی پرسشنامه ناگویی هیجانی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که برای کل پرسشنامه برابر با  $0,70$  که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه یادشده می‌باشد.

به منظور بررسی فرضیه‌های این پژوهش، از آزمون تحلیل واریانس استفاده شد. قبل از تحلیل داده‌های مربوط به فرضیه‌های پژوهش، برای اطمینان از اینکه داده‌های این پژوهش مفروضه‌های زیربنایی تحلیل واریانس را برآورد می‌کنند، به بررسی آن‌ها پرداخته می‌شود. بدین منظور سه مفروضه تحلیل واریانس شامل نرمال بودن، همگنی واریانس‌ها و هم خطی

<sup>1</sup> Interpersonal Forgiveness Questionnaire

<sup>2</sup> Toronto Alexithymia (TAS)

<sup>3</sup> Leven's test of equality variances

هم خطی بودن چندگانه بین متغیرهای پژوهش اجتناب شده است و با توجه به رعایت مفروضه‌های زیربنایی تحلیل واریانس می توان از این روش استفاده کرد.

جدول ۱. شاخص‌های مرکزی، پراکندگی و توزیع متغیرها به تفکیک گروه

متغیر	شاخص آماری		انحراف معیار	کمترین نمره	بیشترین نمره	تعداد
	آزمودنی‌ها	میانگین				
بخشودگی بین فردی	رضایت زناشویی بالا	۷۲,۲۲	۱۲,۱۷	۴۷	۹۰	۹۵
	رضایت زناشویی پایین	۵۹,۸۳	۱۱,۳۴	۴۰	۸۸	۸۵
تمایز یافتگی	رضایت زناشویی بالا	۱۹۸,۳۷	۲۶,۳۹	۱۴۳	۲۴۶	۹۵
	رضایت زناشویی پایین	۱۸۷,۲۰	۲۹,۹۵	۱۴۳	۲۴۴	۸۵
ناگویی خلقی	رضایت زناشویی بالا	۴۴,۳۵	۹,۸۸	۲۸	۶۶	۹۵
	رضایت زناشویی پایین	۵۰,۳۶	۱۰,۴۶	۳۱	۶۷	۸۵

جدول ۲. نتایج تحلیل واریانس چند متغیری (مانوا) روی نمرات تمایز یافتگی، بخشودگی بین فردی و ناگویی خلقی معلمان زن با رضایت زناشویی بالا و پایین

نام آزمون	مقدار	dF فرضیه	dF خطا	F	سطح معنی داری (p)
آزمون اثر پیلایی	۰,۲۶	۳	۱۷۶	۲۰,۹۱	۰,۰۰۰۱
آزمون لامبدای ویلکز	۰,۷۳	۳	۱۷۶	۲۰,۹۱	۰,۰۰۰۱
آزمون اثر هتلینگ	۰,۳۵	۳	۱۷۶	۲۰,۹۱	۰,۰۰۰۱
آزمون بزرگترین ریشه روی	۰,۳۵	۳	۱۷۶	۲۰,۹۱	۰,۰۰۰۱

دارد ( $P < ۰,۰۱$  و  $F = ۶,۱۵$ )، اکنون برای پی بردن به تفاوت، نتایج حاصل از تحلیل واریانس یک متغیری در متن مانوا، در جدول ۳ ارائه شده است.

مطابق با جدول ۲ سطوح معنی داری همه آزمون‌ها، بیانگر آن هستند که بین معلمان زن با رضایت زناشویی بالا و پایین حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (تمایز یافتگی، بخشودگی بین فردی و ناگویی خلقی) تفاوت معنی داری وجود

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس یک متغیری در متن مانوا روی تمایز یافتگی، بخشودگی بین فردی و ناگویی خلقی معلمان زن با رضایت زناشویی بالا و پایین

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
تمایز یافتگی	۵۶۰۶,۲۴	۱	۵۶۰۶,۲۴	۷,۸۸	۰,۰۰۶

۰,۰۰۰۱	۴۹,۵۳	۶۸۸۲,۰۰	۱	۶۸۸۲,۰۰	بخشودگی بین فردی
۰,۰۰۰۱	۱۵,۶۸	۱۶۱۸,۶۶	۱	۱۶۱۸,۶۶	ناگویی خلقی

و همین عامل باعث افزایش رضایت زناشویی در آنان شده است (۱۱). ویلسون<sup>۱</sup> در سال ۲۰۲۰ نشان داد که با بالاتر رفتن سطح تمایز یافتگی زوجین، رفتارهای ارتباطی و روابط رمانتیک پخته‌تر شده و باعث می‌شود زوجین سطح رضایت بالاتری را در زندگی مشترک تجربه می‌کنند (۳۷). این نتیجه همچنین با محتوی نظریه بوئن تطابق دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت در واقع تمایز یافتگی بالا فرد را قادر به تنظیم مرزها و حدود فردی می‌کند و از درهم آمیختگی زوجین در مواقع بحرانی جلوگیری کرده و کمک می‌کند در چنین مواقعی بر اساس منطق و نه واکنش‌های هیجانی و احساسی تصمیم‌گیری کنند. در واقع، جدایی میان افکار و احساس و حفظ آرامش و اضطراب اندک که مشخص‌کننده تمایز یافتگی‌اند، باعث می‌شود تا فرد بهتر بتواند به شناسایی و توصیف هیجانات خود بپردازد. بسیاری از پژوهش‌ها، تمایز یافتگی را به عنوان پیش‌بینی‌کننده رضایت زناشویی و صمیمیت زناشویی مطرح می‌کنند (۶). زوجین با سطح تمایز یافتگی پایین در زمان ازدواج بلوغ عاطفی کمتری داشته و ظرفیتی محدود برای صمیمیت و یکی شدن دارند. این مسئله نیازمند این می‌شود که هر دو زوج برای پایداری ازدواجشان رشد و خود رهبریشان را قربانی ازدواج می‌کنند. در مقابل در نظام‌های زناشویی تمایز یافته، زوجین نقشی نرمش‌پذیرتر و رابطه‌ای صمیمانه‌تر داشته و تفاوت عقاید یکدیگر را تحمل و واکنش عاطفی کمتری را تجربه می‌کنند؛ که این ویژگی‌های افراد تمایز یافته موجب استحکام روابط زوج‌ها و افزایش رضایت زناشویی آن‌ها می‌شود (۶).

از دیگر نتایج این پژوهش این بود که بخشودگی بین فردی در معلمان زن با رضایت زناشویی بالا بیشتر بود. نتایج حاصل با یافته‌های پیشین (۳۰، ۳۱، ۹)، هماهنگ است. فهیم دانش و همکاران در سال ۲۰۲۰ در مطالعه‌ای با هدف بررسی ارتباط

همان طوری که در جدول ۳ ملاحظه می‌شود بین معلمان زن با رضایت زناشویی بالا و پایین از لحاظ تمایز یافتگی تفاوت معنی‌داری مشاهده می‌شود ( $P < ۰,۰۱$  و  $F = ۷,۸۸$ ). بنابراین فرضیه ۱ تأیید می‌گردد. به عبارت دیگر، با توجه به میانگین‌های دو گروه، معلمان زن با رضایت زناشویی بالا نسبت به معلمان زن با رضایت زناشویی پایین از تمایز یافتگی بالاتری برخوردارند. همچنین بین دو گروه از لحاظ بخشودگی بین فردی تفاوت معنی‌داری وجود دارد ( $P < ۰,۰۱$  و  $F = ۴۹,۵۳$ ). بنابراین فرضیه ۲ نیز تأیید می‌گردد. به عبارت دیگر، با توجه به میانگین‌های دو گروه، معلمان زن با رضایت زناشویی بالا نسبت به معلمان زن با رضایت زناشویی پایین از بخشودگی بین فردی بالاتری برخوردارند. و نیز بین دو گروه از لحاظ ناگویی خلقی تفاوت معنی‌داری وجود دارد ( $P < ۰,۰۱$  و  $F = ۱۵,۶۸$ ). بنابراین فرضیه ۳ نیز تأیید می‌گردد. به عبارت دیگر، با توجه به میانگین‌های دو گروه، معلمان زن با رضایت زناشویی پایین از ناگویی خلقی کمتری برخوردارند.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مقایسه تمایز یافتگی خود، بخشودگی بین فردی و ناگویی خلقی در معلمان زن با رضایت زناشویی بالا و پایین انجام شد. تحلیل داده‌ها نشان داد که معلمان زن با رضایت زناشویی بالا سطح بالاتری از تمایز یافتگی دارند که با یافته‌های قبلی (۱۱، ۱۵)، همراستا است. برای مثال، آریامش و همکاران (۱۳۹۲)، در پژوهشی با هدف مقایسه تمایز یافتگی بین زوج‌های رضایت‌مند و زوج‌های دارای تعارض زناشویی در شهر بندرعباس نتیجه گرفتند که زوج‌های رضایت‌مند در مقایسه با زوج‌های دارای تعارض، از تمایز یافتگی بالاتری برخوردار هستند

<sup>1</sup> Wilson



اجتماعی پیوند یافته و این مسئله باعث تخریب روابط با همسر نیز می‌شود، و در نتیجه تعاملات اجتماعی کم و بی کیفیت و فقدان قدرت تحلیل در رویدادها و روابط و توجه به جنبه‌ی عینی مسائل که خود نوعی نقص شناختی و عاطفی به شمار می‌آید منجر به کسالت بار شدن شرایط زندگی و در نهایت رضایت زناشویی پایین تر می‌شود (۲۵).

یافته‌های این پژوهش صحه‌ای بر این مطلب گذاشت که زنانی که رضایت زناشویی بالاتری دارند در واقع همان افرادی هستند که از سطوح بالاتری از تمایز خود و بخشش برخوردارند و نیز به لحاظ هیجانی گویاتر بوده و توان ابراز احساسات و تشخیص احساسات دیگران را دارا هستند. با توجه به اینکه در این پژوهش نمونه تحقیق تنها شامل معلمان متأهل زن مقطع ابتدایی آموزش و پرورش منطقه آزاد اروند بود، لذا در تعمیم نتایج آن به گروه‌های سنی دیگر و زنان غیر شاغل لازم است با احتیاط عمل شود. با توجه به نتایج این پژوهش، به سایر درمانگران و مشاوران پیشنهاد می‌شود، به نقش متغیرهای پژوهش در استحکام خانواده، توجه و آن‌ها را برای بهبود فرآیند زوج درمانی و پیشگیری از روند دلزدگی بین زوجها بکار برند. به علاوه پیشنهاد می‌شود از نتایج این پژوهش در جهت آگاهی‌افزایی زوج‌های در شرف ازدواج نیز استفاده شود. همچنین پیشنهاد می‌شود تحقیقی مشابه با در نظر گرفتن نقش تعدیل-کنندگی جنسیت در هر دو جنس انجام گیرد تا بتوان نتایج حاصل از داده‌های مربوط به دو جنس را مقایسه کرد.

شفقت بر خود و بخشودگی با رضایت زناشویی نتیجه گرفتند که بالاتر رفتن سطح بخشودگی با رضایت زناشویی بالاتر در ارتباط است (۳۸). در تبیین آن می‌توان گفت با توجه به تعریف بخشش به عنوان تغییر میان فردی و اجتماعی مثبت در قبال خطایی که در حوزه میان فردی رخ داده است، بخشودگی شامل تغییراتی می‌شود که می‌تواند با کاهش در احساسات منفی و افزایش عواطف مثبت همراه باشد، که این خود دلیلی بر افزایش رضایت زناشویی خواهد بود (۳۱). زوجینی که قادر به بخشیدن یکدیگر هستند به نوعی به تقدس رابطه زناشویی اعتقاد دارند که منجر به بخشش شده و این بخشش سبب استحکام روابط زناشویی می‌شود (۲۹). همچنین رضایت زناشویی و تفاهم زوجین می‌تواند منجر به سطوح بالاتری از بخشودگی بین فردی شود.

یافته‌ها همچنین نشان داد که بین ناگویی هیجانی در معلمان زن با رضایت زناشویی بالا و پایین اختلاف وجود دارد که به کرات در پژوهش‌های مختلفی این رابطه مورد تایید قرار گرفته است (۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶). هیون و جوزف<sup>۱</sup> (۲۰۱۰) در تبیین پیش‌بین‌های رضایت زناشویی نشان دادند که ناگویی هیجانی می‌تواند یکی از مهم‌ترین اثرات را در این ارتباط داشته باشد (۲۲). در توضیح این نتیجه باید گفت که افراد دارای ناگویی خلقی در شناسایی و تشخیص حالات درونی خود مساله دارند، برای آن‌ها استفاده از احساسات به عنوان نشانه‌هایی برای خودتنظیمی و حفظ تعادل درونی سخت است، لذا این افراد نمی‌توانند حالات روانی خود را تنظیم و در مقابل ناملایمات مقاومت کنند، در نتیجه دچار پریشانی خاطر می‌شوند، قدرت تفکر آن‌ها خدشه دار شده و با توجه به اینکه توانایی همدلی و برقراری روابط مفید با دیگران برای آن‌ها سخت است بنابراین نسبت به دیگران رفتار منفی پیدا می‌کنند، دچار ناامیدی، ناتوانی، رنجش و شکست می‌شوند در نتیجه ناگویی هیجانی با عدم رضایت از زندگی و فقدان حمایت

<sup>1</sup> Hyun & Joseph

## References

1. Heidary, M. Examining the Multi Relationships among Life Satisfaction, Marital Satisfaction and Sexual Satisfaction with the Life Quality Improvement of Married Women in Abadeh City. 2018; 8(32): 205-228.
2. kamali, s. Ameri, F. Khosravi, Z. Ramezani, M. Lived experience of women of their husbands extramarital relationships: A phenomenological study. 2018; 54(14): 95-112.
3. Whisman MA, Gilmour AL, Salinger JM. Marital satisfaction and mortality in the United States adult population. *Health Psychology*. 2018 Sep 20.
4. Rouse LP. Marital and sexual lifestyles in the United States: Attitudes, behaviors, and relationships in social context. Routledge; 2013 Dec 16.
5. Karver MS, Handelsman JB, Fields S, Bickman L. Meta-analysis of therapeutic relationship variables in youth and family therapy: The evidence for different relationship variables in the child and adolescent treatment outcome literature. *Clinical psychology review*. 2006 Jan 1;26(1):50-65.
6. Kazemian Moghaddam K, Mehrabizadeh Honarmand M, Kiamanesh A, Hosseiniyan S. The role of differentiation, meaningfulness in life and forgiveness in predicting martial satisfaction. *ijfp*. 2017; 3 (2) :71-82
7. Kosek RB. Self-differentiation within couples. *Psychological Reports*. 1998 Aug;83(1):275-9.
8. Patrick S, Sells JN, Giordano FG, Tollerud TR. Intimacy, differentiation, and personality variables as predictors of marital satisfaction. *The family journal*. 2007 Oct;15(4):359-67.
9. Fincham FD. Forgiveness: Integral to a science of close relationships. Prosocial motives, emotions, and behavior: The better angels of our nature. 2009:347-65.
10. Fincham FD, Hall J, Beach SR. Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Family Relations*. 2006 Oct;55(4):415-27.
11. saber aryamanesh, Syed Reza F, Eghbal zarei. A Study of Differentiation between Satisfied Couples in Compare with Conflicting Couples in Bandar Abbas. *ijap* [Internet]. 25Jan.2014 [cited 16Sep.2019];3(1). Available from: <https://tpccp.um.ac.ir/index.php/ijap/article/view/8827>
12. Belyad M R, Nahidpoor F, Azadi S. Investigation the Transactional Relationship between Marital Satisfaction and Depression in Couples Referred to the Counseling Center of Islamic Azad University of Karaj. *IJPN*. 2017; 4 (6) :15-21
13. Skowron EA, Dendy AK. Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. *Contemporary family therapy*. 2004 Sep 1;26(3):337-57.
14. Skowron EA, Stanley KL, Shapiro MD. A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*. 2009 Mar 1;31(1):3-18.
15. Biadisy-Ashkar A, Peleg O. The relationship between differentiation of self and satisfaction with life amongst Israeli women: A cross cultural perspective. *Health*. 2013 Sep 13;5(9):720-6.
16. Rezaeian, H., massumy, S., hosseinian, S. The study and comparison self-differentiation, communication patterns, and sexual satisfaction in divorce-seeking and normal couples. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 2018; 7(2): 17-32.
17. Levenson MR, Aldwin CM, Yancura L. Positive emotional change: Mediating effects of forgiveness and spirituality. *Explore: The Journal of Science and Healing*. 2006 Nov 1;2(6):498-508.
18. Zehtab najafi, A., Darvize, Z., Peyvastegar M., The Relationship between Forgiveness and Marital Satisfaction of Kermanshah Couples. *Scientific Research Quarterly of Woman and Culture*, 2011; 3(8): 23-33.
19. Naderi, L., Molavi, ..., Nory, A. The Prediction of Marital Satisfaction of Couples in Isfahan Based on Empathy and Forgiveness. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 2017; 16(4): 69-75.
20. Humphreys TP, Wood LM, Parker JD. Alexithymia and satisfaction in intimate relationships. *Personality and Individual Differences*. 2009 Jan 1;46(1):43-7.
21. Yum Y, Canary DJ. Cross-cultural comparisons of maintaining relationships: Korea vs. US. Maintaining relationships through communication: Relational, contextual, and cultural variations. 2003:277-96.
22. Hyun S, Joseph H. Korean pastors and their wives' marital satisfaction and its predicting factors. *Pastoral Psychology*. 2010 Aug 1;59(4):495-512.
23. Mirgain SA, Cordova JV. Emotion skills and marital health: the association between observed and self-reported emotion skills, intimacy, and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2007 Nov;26(9):983-1009

24. Cordova JV, Gee CB, Warren LZ. Emotional skillfulness in marriage: Intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2005 Mar 1;24(2):218-35.
25. Khaje F, Khezri-Moghadam N. the relationships between alexithymia and interpersonal problems with marital satisfaction in married female nurses of the public hospitals in kerman city. *j urmia nurs midwifery fac*. 2016; 14 (7): 630-638.
26. besharat, M., Ganji, P. The moderating role of attachment styles on the relationship of alexithymia with marital satisfaction. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 2012; 14(56): 35-324.
27. Skodol AE, Bender DS, Morey LC, Clark LA, Oldham JM, Alarcon RD, Krueger RF, Verheul R, Bell CC, Siever LJ. Personality disorder types proposed for DSM-5. *Journal of personality disorders*. 2011 Apr;25(2):136-69.
28. Sepahvand T, Rasoulzade Tabatabaei SK, Besharat MA, Allahyari AA. Comparison of integrated model of self regulation-attachment couple therapy and marital enrichment program in marital satisfaction and psychological wellbeing of couples. *Contemporary Psychology, Biannual Journal of the Iranian Psychological Association*. 2014 Aug 10;9(1):55-70.
29. Arnold RW, Min D. Empowering couples program for married couples. *Marriage and Family*. 2004;7:237-53.
30. Skowron EA, Friedlander ML. The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of counseling psychology*. 1998 Jul;45(3):235.
31. Pollard MW, Anderson RA, Anderson WT, Jennings G. The development of a family forgiveness scale. *Journal of Family Therapy*. 1998 Feb;20(1):95-109.
32. Magyar GM. Violating the sacred: An initial study of desecration in romantic relationships among college students and its implications for mental and physical health. Unpublished master's thesis, Bowling Green State University, Bowling Green, OH. 2001.
33. Besharat MA. Reliability and factorial validity of a Farsi version of the 20-item Toronto Alexithymia Scale with a sample of Iranian students. *Psychological reports*. 2007 Aug;101(1):209-20.
34. Ehteshamzadeh P, Ahadi H, Enayati M S, Heidari A. Construct and Validation of A Scale for Measuring Interpersonal Forgiveness. *IJPCP*. 2011; 16 (4) :443-455
35. Backus LN. Establishing Links Between Desecration, Forgiveness, and Marital Quality During Pregnancy (Doctoral dissertation, Bowling Green State University).
36. Bahari F, SEYF S. Forgiveness: Introducing a therapeutic model in marital counseling & family therapy.
37. Wilson C. The association between differentiation of self and romantic relationship outcomes and the mediating role of communication behaviors (Doctoral dissertation).2020.
38. Fahimdanesh F, Noferesti A, Tavakol K. Self-Compassion and Forgiveness: Major Predictors of Marital Satisfaction in Young Couples. *The American Journal of Family Therapy*. 2020 May 26;48(3):221-34.

*Original Article***Comparison of self-differentiation, interpersonal forgiveness and alexithymia in Female teachers with high and low marital satisfaction**

Received: 18/09/2019 - Accepted: 11/01/2021

Alireza Heidari<sup>1</sup>  
Parviz Asgari<sup>2\*</sup>  
Saeed Bakhtiarpour<sup>3</sup>  
Alireza Heidari<sup>4</sup>  
Fariba Hafezi<sup>5</sup>

<sup>1</sup>PH.D Student of educational psychology in department of psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

<sup>2</sup>Associate Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

<sup>3</sup>Assistant Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

<sup>4</sup>Associate Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

<sup>5</sup>Assistant Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Ahvaz Branch. Ahvaz, Iran

Email: askary47@yahoo.com

**Abstract**

**Introduction:** Marital satisfaction can be influenced by various factors, both individual and interpersonal. Self-differentiation, forgiveness, and alexithymia can be among these factors. The aim of this study was to compare the self-differentiation, interpersonal forgiveness and alexithymia in female teachers with high and low marital satisfaction.

**Material and Methods:** This research is causal-comparative. The statistical society included all female teachers in the elementary school of Arvand Free Zone who were engaged in the academic year of 2017, 200 subjects were selected as sample groups through available sampling method and responded to the interpersonal forgiveness (2010), the differentiation of self (1998), Alexithymia scale (1994) and marital satisfaction questionnaire (1989).

**Results:** The results showed that there is a significant difference between two groups of female teachers with high and low marital satisfaction in terms of their differentiation ( $F= 7.88, p< 0.01$ ), interpersonal forgiveness ( $F= 49.53, p< 0.01$ ) and Alexithymia ( $F= 15.68, p< 0.01$ ).

**Conclusion:** According to the findings of this study, women have a higher level of differentiation and forgiveness, as well as lower alexithymia, a significant effect on improving the marital satisfaction of married female teachers.

**Keywords:** self-differentiation, interpersonal forgiveness, marital satisfaction, alexithymia