

The Determination of the Share of Self-differentiation, Trust, Shame, and Guilt in the Prediction of Marital Adjustment

تعیین سهم خودتمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه در پیش‌بینی سازگاری زناشویی

Salman Zarei. M.A.

University of Allame Tabatabaie

Kiiumars Farahbakhsh. Ph.D.

University of Allame Tabatabaie

Masoomeh Esmaeili. Ph.D.

University of Allame Tabatabaie

سلیمان زارعی*

کارشناس ارشد دانشگاه علامه طباطبائی

کیومرث فرحبخش

دانشگاه علامه طباطبائی

معصومه اسمعیلی

دانشگاه علامه طباطبائی

Abstract

The aim of this study was to determine the share of self-differentiation, trust, shame, and guilt in the prediction of marital adjustment. The research method was correlational-survey and a total of 150 married women, who were teachers in Noorabad were selected via simple accidental sampling method. Data was collected by Differentiation of Self Inventory (DSI), Test of Self Conscious Affect (TOSCA-2), Trust Scale (TS), and Dyadic Adjustment Scale (DAS) then data was analyzed via correlation, SD, frequency, mode and stepwise regression analysis. Results showed that marital adjustment has a significant relationship with self differentiation, trust and guilt ($P < 0.01$). Also the results showed that there is not a significant relationship between guilt and marital adjustment ($P < 0.01$). Results of stepwise regression analysis showed that the combination of self differentiation, trust and shame was significantly predictive of the variance of marital adjustment and predicted 35 percent of variance of marital adjustment.

Key Words: Marital adjustment, Self-differentiation, Trust, Shame, and Guilt.

چکیده

این پژوهش با هدف تعیین سهم خودتمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه در پیش‌بینی سازگاری زناشویی اجرا شد. پژوهش حاضر توصیفی، از نوع همبستگی و جامعه آماری آن، زنان معلم، متأهل و شاغل در آموزش و پرورش شهر نورآباد بودند. از میان آنها ۱۵۰ نفر به شیوه نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب و با پرسشنامه‌های خودتمایزسازی (اسکورن و فراید لندر، ۱۹۹۹)، مقیاس اعتماد (رمپل و هولمز، ۱۹۸۶)، آزمون عاطفه خودآگاه (تانگی و انگر و گرمزو، ۱۹۹۲) و مقیاس سازگاری زن و شوهر (اسپانیر، ۱۹۷۶) مورد آزمون قرار گرفتند. داده‌ها از طریق آمار توصیفی (فراوانی، شاخص‌های مرکزی، شاخص‌های پراکندگی و محاسبه ضریب همبستگی) و آمار استنباطی (رگرسیون چندمتغیره به شیوه گام به گام) تجزیه و تحلیل شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که خودتمایزسازی، اعتماد و شرم با سازگاری زناشویی رابطه معنادار دارند ($P < 0.01$) و قادر به پیش‌بینی سازگاری زناشویی هستند. این سه متغیر با هم ۳۵ درصد از تغییرات سازگاری زناشویی را تبیین می‌کنند. همچنین نتایج نشان داد که گناه با سازگاری زناشویی رابطه معنادار ندارد ($P < 0.01$) و قادر به پیش‌بینی سازگاری زناشویی نیست و از معادله رگرسیون خارج شده است. واژه‌های کلیدی: سازگاری زناشویی، خودتمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه.

* نویسنده مسئول؛ تهران، بزرگراه شهید همت غرب، دهکده المپیک، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، گروه

مشاوره. پست الکترونیک (رایانامه): salman_zarei@yahoo.com

وصول: ۹۰/۷/۱۴ پذیرش: ۹۰/۹/۲۷

مقدمه

می‌شود. سازگاری بین زن و شوهر به آنها اجازه می‌دهد تا از تعارضات اجتناب کنند و یا به شیوه‌ای مناسب آنها را حل کنند، به طوری که هر دو از ازدواج و رابطه با یکدیگر احساس رضایت داشته باشند (چن، تاناکا، یوجی، هیرامورا و شیکای^۵، ۲۰۰۷). همچنین سازگاری زناشویی به عنوان یکی از مهمترین عوامل در تعیین ثبات و دوام رابطه زناشویی مطرح شده است (گال^۶، ۲۰۰۵). مطالعات گاتمن^۷ (۱۹۹۸) نشان داد که وضعیت زناشویی خوشایند با سلامت روان بهتر و بهزیستی فردی در ارتباط است و سازگاری زناشویی پایین به طور ویژه‌ای با افزایش خطر ابتلای به افسردگی و سایر اختلالات روانپزشکی رابطه دارد (اسدی‌نیک^۸، ۲۰۰۹).

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که سطح کارکرد در روابط صمیمی در مراحل مختلف زندگی روی فرد تأثیر می‌گذارد و عواملی که با این کارکرد ارتباط دارند، بسیار گسترده‌اند و برای درک این سطح از کارکرد مهم و ضروری هستند. متغیرهای فردی، موقعیتی و ارتباطی از قبیل خود متمایزسازی، اضطراب، آشفتگی، دلبستگی، اعتماد، شرم و گناه با توانایی فرد برای کارکرد در روابط زناشویی مرتبط هستند (اسکورن و دندی^۹، ۲۰۰۴). در این پژوهش خودمتمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه مورد بررسی واقع شده‌اند زیرا در متون پژوهشی گذشته زیاد مورد توجه قرار نگرفته‌اند. براساس نظر برادبری^{۱۰} (۱۹۹۵)، گلن و کرامر^{۱۱} (۱۹۸۷) تجربیات و مشخصه‌های فردی با سازگاری زناشویی در ارتباط هستند. خودمتمایزسازی به عنوان یکی از مشخصه‌های فردی با سازگاری زناشویی ارتباط دارد.

باون^{۱۲} (۱۹۷۸) خودمتمایزسازی^{۱۳} سطحی را براساس نظریه نظام‌های خانواده توصیف می‌کند که شخص قادر است در روابطش بین کارکرد عقلانی و عاطفی خود با صمیمیت و خودمختاری تعادل برقرار کند. براساس این نظریه حداقل ۴ عامل؛ واکنش‌پذیری عاطفی^{۱۴}، گسلش عاطفی^{۱۵}، امتزاج با دیگران^{۱۶} و توانایی به دست آوردن جایگاه من^{۱۷} از پیش‌بینی‌کنندگان سطح خودمتمایزسازی

ازدواج یک پیمان مقدس است که تقریباً در میان تمام اقوام، ملل و در همه زمان‌ها وجود داشته است، به طوری که بیشتر ادیان بر این سنت و نیاز زن و مرد تأکید داشته‌اند. ازدواج در ادیان یک پیوند مطلوب انسانی است، زیرا ساختاری اساسی برای بنیاد نهادن رابطه خانوادگی و صمیمیت است و یک ازدواج خوب به زندگی افراد معنا و هویت می‌بخشد (روزن، میبرس و هاتی^۱، ۲۰۰۴). در تداوم زندگی زناشویی، عوامل متعددی دخیل هستند و شرط اساسی در این امر مهم سازگاری در برابر آثار محرک‌های تنش‌زاست. سازگاری با موقعیت‌های متنوع، در دورانی که عصر تنیدگی و تغییرات سریع اجتماعی است، کار آسانی نیست. بررسی همه‌گیرشناسی پژوهش‌ها نشان می‌دهد که ناسازگاری زناشویی یک عامل خطرزای مهم برای بیمارگونگی و مرگ‌ومیر محسوب می‌شود. همچنین روابط خصمانه، سلامت روانی و جسمانی زوج‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد (کیکات و جنیس^۲، ۲۰۰۵؛ رایوس^۳، ۲۰۱۰). مهمترین شاخص آشفتگی زناشویی طلاق است که تأثیرات مخربی بر بهزیستی عاطفی و هیجانی افراد دارد (وایت، لیو و لوین^۴، ۲۰۰۹). براساس آمار ثبت احوال جمهوری اسلامی ایران در سال ۱۳۸۸، ۱۲۵۷۴۷ طلاق یعنی در هر ساعت ۱۴ طلاق در کشور به ثبت رسیده است که از این تعداد ۱۰۶۵۴۸ طلاق در شهر و ۱۹۱۹۹ طلاق در روستا رخ داده است (فرهانیان، ۱۳۸۹).

امروزه زوج‌ها برای برقراری ارتباط و حفظ رابطه صمیمانه مشکلات شدید و فراگیری را تجربه می‌کنند و در واقع مشکل ناسازگاری زناشویی بیش از هر مقوله دیگر سبب ارجاع و دریافت خدمات روان‌درمانی و مشاوره است. بر این اساس مطالعه ازدواج و سازگاری زناشویی از موضوعاتی است که در زمینه بهداشت روان اهمیت فراوانی دارد. سازگاری زناشویی عبارت است از هماهنگی و همدلی در وصول اهداف مشترک زندگی بین زن و شوهر که به احساس رضایت از زندگی با یکدیگر منجر

1. Rosen, Myers & Hattie

3. Rios

5. Chen, Tanaka, Uji, Hiramura & Shikai

7. Gottman

9. Skowron & Dendy

11. Glenn & Krammer

13. self- differentiation

15. emotional cut off

17. I-Position

2. Keicoat & Janice

4. Waite, Luo & Lewin

6. Gall

8. Asdinik

10. Bradbury

12. Bowen

14. emotional reactivity

16. fusion with others

اعتماد یکی از مطلوب‌ترین کیفیت‌ها در هر رابطه نزدیک و صمیمی است و اغلب در کنار تعهد و عشق به‌عنوان هسته مرکزی یک رابطه ایده‌آل در نظر گرفته می‌شود (براون^۱، ۲۰۰۱). پژوهش رمپل، راسو و هولمز^{۱۱} (۲۰۰۱) و نوریس و زویگنهافت^{۱۲} (۲۰۰۹) نشان می‌دهد، زوج‌هایی که سطح اعتماد بیشتری دارند، اسنادهای مثبتی را نسبت به یکدیگر ابراز می‌کنند. سطح اعتماد یک فرد از عواملی است که بالقوه روی کارکرد مناسب او در رابطه زناشویی تأثیر می‌گذارد. اعتماد، احساس امنیت در مورد رفتارهای پیش‌بینی نشده فرد دیگری است. نبود اعتماد در روابط زناشویی تعاملات صمیمی و احساس امنیت را به تباهی می‌کشد و سطوح بالاتر اعتماد سبب افزایش میزان تعهد در روابط زناشویی می‌شود (سیمپسون^{۱۳}، ۲۰۰۹). کلکسمن^{۱۴} (۲۰۰۷) مطرح می‌کند، نوع سبک دلبستگی‌یی که افراد نشان می‌دهند در میزان اعتمادی که همسر احساس می‌کند، بسیار مهم است و ساختار یک خانواده متعادل بر پایه روابط زناشویی صمیمی استوار است و یکی از عوامل مهم در استحکام این رابطه، سبک دلبستگی زوج‌ها است. در همین راستا هویت و میلر^{۱۵} (۲۰۰۵)، اوزمن و آتیک^{۱۶} (۲۰۱۰)، هازان و شایور^{۱۷} (۲۰۰۵)، مولدن و فینکل^{۱۸} (۲۰۱۰) و دوست‌محمدی (۱۳۸۹) به این نتیجه رسیدند که سبک دلبستگی ایمن به‌طور مستقیم با افزایش سازگاری در روابط صمیمی و زناشویی در ارتباط است و باعث بالا رفتن کیفیت زندگی زناشویی می‌شود.

اعتماد در رابطه زناشویی شامل سه بعد «وفاداری^{۱۹}، پیش‌بینی‌پذیری^{۲۰} و قابلیت اتکا^{۲۱}» است که از بین آنها وفاداری، مهمترین عامل اعتماد در روابط زناشویی است و زمانی که افراد مکرر نسبت به همسر خود بی‌توجه می‌شوند، وفاداری همسرشان به آنها سست می‌شود و در نتیجه کمتر قابل اعتماد می‌شوند. هنگامی که در زندگی زناشویی تعارضات افزایش می‌یابد، اعتماد بین زوج‌ها

یک فرد هستند (دی‌کسار^۱، ۲۰۰۸؛ گلید^۲، ۲۰۰۵). پیروان باون معتقدند که افراد گرایش دارند که سبک ارتباطی آموخته شده در خانواده مبدأ را در همسرگزینی و سایر روابط مهم تکرار کنند و الگوهای مشابهی را به فرزندانشان انتقال دهند. باون معتقد است که افراد همسری را برمی‌گزینند که سطح تفکیک آنها به اندازه خودشان باشد. پس تعجبی نخواهد داشت که اشخاص نسبتاً نامتمایز، همسر کسی شوند که به همان اندازه با خانواده مبدأ خود امتزاج دارند. هرچه امتزاج خانواده بیشتر باشد، احتمال اضطراب و بی‌ثباتی بیشتر خواهد بود و تمایل خانواده برای یافتن راه‌حل از طریق جنگ و نزاع، فاصله‌گیری و اختلال در عملکرد بیشتر خواهد شد (گلدنبرگ و گلدنبرگ^۳، ۱۳۸۲). فیشر^۴ (۲۰۰۶) مطرح می‌کند که افراد متمایز یافته برای سهیم شدن در اضطراب به آسانی تحت تأثیر دیگران قرار نمی‌گیرند و نشانه آسیب را نشان نمی‌دهند. در عوض درک روشنی از شریک بودن، فرایندهای عاطفی اعتیادآور و آمیخته موجود دارند که موجب بیماری، تضعیف روحیه، خوار شدن و خراب کردن آنها می‌شود. به‌طور ویژه زوج‌هایی که واکنش‌پذیری عاطفی، گسلس عاطفی و امتزاج کمتری با یکدیگر دارند و قادرند از عقاید خود دفاع کنند، میزان بالاتری از سازگاری زناشویی را تجربه می‌کنند (اسکورن^۵، ۲۰۰۰؛ هیل^۶، ۲۰۰۵). میلر، آندرسون و کلا^۷ (۲۰۰۴)، اسکورون (۲۰۰۰)، ولدخانی (۱۳۸۷) و کوون^۸ (۲۰۰۰) نیز در پژوهش‌های خود به‌طور مشابه به این نتیجه رسیدند که زوج‌هایی که از سطح تمایزیافتگی بالایی برخوردارند در زندگی زناشویی سازگاری بیشتری دارند. افرادی که خودمتمایزسازی بیشتری دارند، بیشتر به دیگران اعتماد می‌کنند (اسکورن و دندی، ۲۰۰۴؛ پلگ، هالابی و وابی^۹، ۲۰۰۶).

عامل دیگری که در این پژوهش در ارتباط با سازگاری زناشویی مورد بحث قرار گرفت، اعتماد است. به یقین

1. De cesare
3. Goldenbeg
5. Skowron
7. Miller, Anderson & Keala
9. Peleg, Halabi & Whaby
11. Rempel, Ross & Holmes
13. Simpson
15. Hoyt & Miller
17. Hazan & Shaver
19. Faith
21. dependability

2. Glade
4. Fischer
6. Hill
8. Kwon
10. Brown
12. Norris & Zweigenhaft
14. Klacsman
16. Ozman & Atic
18. Molden & Finkel
20. predictability

و هلنو^{۱۱} (۲۰۰۳) دریافتند، افرادی که مستعد شرم هستند به احتمال قوی‌تری مشکلات روان‌شناختی و بین‌فردی را تجربه می‌کنند.

انسانها موجودات اجتماعی‌یی هستند که نیاز دارند به دیگران اعتماد و اتکا کنند، شرم در بافت شکستن اعتماد و حمایت بین‌فردی گسترش پیدا می‌کند (برونو، لوتواک و آگین^{۱۲}، ۲۰۰۹).

گاهگاهی همسران پیام‌ها و نیت خوب یکدیگر را بد تعبیر و تفسیر می‌کنند. این سوء تعبیرها به جریحه‌دار شدن احساسات، کینه و از همه مهمتر تجربه شرم و گناه منجر می‌شود. لوتواک، پانیش و فراری^{۱۳} (۲۰۰۳) بیان می‌کنند که زنان غالباً در نتیجه شرم افسرده می‌شوند و مردان غالباً پرخاشگری نشان می‌دهند. همچنین نتایج پژوهش ترنر و اسکالرت^{۱۴} (۲۰۰۱) و رتزینگر^{۱۵} (۱۹۹۱) نشان می‌دهد زنانی که نگران تجربه صمیمیت در روابط زناشویی خود هستند، شرم بیشتری را تجربه می‌کنند.

شرم و گناه افراد را از هم جدا می‌کند و به ارتباطات آنها آسیب می‌رساند، اما همسران می‌توانند از طریق افزایش آگاهی از دیدگاههای یکدیگر، این سوء برداشت‌ها و الگوهای دردناک ضعیف ارتباطی را به حداقل برسانند (تانگنی و دیرینگ، ۲۰۰۲).

در جمع‌بندی پایانی از آنچه پژوهش‌های انجام شده نشان داده‌اند، می‌توان گفت خودمتمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه هر یک با سازگاری زناشویی ارتباط دارند و باعث افزایش یا کاهش آن می‌شوند، مستند ساختن این مسأله یکی از اهداف انجام این پژوهش است. همچنین اهمیت بررسی عوامل مؤثر بر سازگاری زناشویی از این نظر است که نخست با شناخت این عوامل بتوان راههایی به‌منظور تثبیت هرچه بیشتر زندگی زناشویی پیشنهاد کرد. دوم اینکه ریشه بسیاری از مشکلات خانوادگی که گاهی به طلاق منجر می‌شود، به عواملی مرتبط می‌شود که به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم بر سازگاری زناشویی تأثیر دارند، بنابراین برای ریشه‌یابی این مشکلات، شناخت عواملی که به

شروع به کاستن خواهد کرد و نسبت به یکدیگر تعهد کمتری خواهند داشت (رمپل، هولمز و زانا^۱، ۱۹۹۶ به نقل از کروز^۲، ۲۰۰۷). هنگامی که تعارض افزایش می‌یابد، ممکن است در نتیجه تعاملات اختلاف‌برانگیز و دعوای بین زوج‌ها، تجربه شرم و گناه افزایش یابد.

شرم و گناه از عوامل دیگر مورد بحث در این پژوهش است که همبستگی معناداری با سطح کارکرد یک رابطه دارد. هر انسان در زندگی روزمره خود به دلایل مختلف دچار شرم و گناه شده است. در واقع هر کدام از ما ظرفیتی برای تجربه این دو هیجان داریم. گناه به‌عنوان هیجانی براساس ناکامی توصیف شده است، جایی که فرد به اضطراب، ترس و عصبانیت مبتلا می‌شود و این نیاز را احساس می‌کند که برای جبران باید به نحوی رفتار کند که معیارهای اخلاقی درونی را نقض کند. هنگام توضیح گناه تمرکز روی رفتار است. دان و اسکویترز^۳ (۲۰۰۵) گناه را به‌عنوان هیجانی منفی تعریف کردند که کنترل شخصی در آن بسیار بالاست و وقتی شخص مرتکب گناهی می‌شود آن را به دیگران به‌ویژه همسر خود نسبت نمی‌دهد و توانایی مسؤلیت‌پذیری آن را دارد و در نتیجه کنترل آن ممکن است مانع دخالت دادن آن در روابط بین‌فردی و زندگی زناشویی‌اش شود.

در شرم تمرکز روی «خود»^۴ به‌عنوان یک کل است. شرم از اختلاف بین خود و خود آرمانی به وجود می‌آید (یونگ^۵، ۲۰۰۵). در این حالت شرم به‌عنوان هیجانی براساس احساسات افسرده‌کننده از قبیل ناامیدی، حماقت و آرزو، برای اجتناب از بودن در کنار دیگران، به دلیل ترس از طرد شدن تعریف شده است (تانگنی و دیرینگ^۶، ۲۰۰۲؛ استویگ، هیگل، هارتی و مک‌کلوسکی^۷، ۲۰۱۰؛ الینگسن، یوهانسون، تجوتا و تورسویک^۸، ۲۰۱۰). شرم یک عامل اساسی رشد است که در کودکی شکل می‌گیرد (بلیور^۹ و گلن، ۲۰۰۷) و براساس دیدگاه کافمن^{۱۰} (۱۹۸۱) در روابط خانوادگی پرورش داده می‌شود و روی ادراکات از روابط زناشویی تأثیر می‌گذارد. در همین راستا کوورت، مادوکس

1. Zanna

3. Dunn & Schweitzer

5. Jong

7. Stuewig, Heigel, Harity & McCloskey

9. Blavier

11. Covert, Maddux & Heleno

13. Lutwak, Panish & Ferrari

15. Retzinger

2. Kruse

4. Self

6. Tangney & Dearing

8. Ellingsen, Johannesson, Tjotta & Torsvik

10. Kofman

12. Bruno, Lutwak & Agin

14. Turner & Schallert

یک طیف ۶ گزینه‌ای از ۱ (ابتداً در مورد من صحیح نیست) تا ۶ (کاملاً در مورد من صحیح است) درجه‌بندی شده است. به هر پرسش نمره‌ای بین ۱ تا ۶ تعلق می‌گیرد. به این صورت که به گزینه ۱، نمره ۱ و به گزینه ۶، نمره ۶ داده می‌شود. حداکثر نمره این پرسشنامه برابر با ۲۷۶ است. نمره کمتر در این پرسشنامه نشانه سطوح پایین تمایز یافتگی است. روایی محتوایی این پرسشنامه از روش همسانی درونی ۰/۸۳ گزارش شده است (یونسی، ۱۳۸۵). از نظر پایایی اسکورن و فراید لندر (۱۹۹۹) ضریب آلفای کرونباخ آن را ۰/۸۸ گزارش دادند. یونسی (۱۳۸۵) این پرسشنامه را هنجاریابی کرد و ضریب پایایی را ۰/۸۵ گزارش کرد. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه ۰/۸۷ به دست آمد. دو نمونه از پرسش‌های این پرسشنامه عبارت‌اند از: «به سختی احساساتم را نسبت به افرادی که برایم مهم هستند، بیان می‌کنم»، «حتی در شرایط استرس هم آرامش خود را حفظ می‌کنم».

آزمون عاطفه خودآگاه^۴ (TOSCA-2): تانگنی، واگنر و گرمزو^۵ این آزمون را در سال ۱۹۸۹ ساختند «آزمون عاطفه خودآگاه» یک ابزار خودسنجی و مداد - کاغذی است که ۱۶ موقعیت (سناریو) شرایط زندگی روزمره را به آزمودنی ارائه می‌کند که ۱۱ وضعیت آن از نظر اجتماعی ارزش مثبت و ۵ وضعیت آن ارزش منفی دارد. همه پرسش‌ها به صورت مثبت نمره‌گذاری می‌شوند و پاسخ‌دهندگان به پاسخ‌های احساسی، هیجانی و رفتاری خویش و احتمال پاسخ خود به آنها را رتبه می‌دهند. تمام موقعیت‌های این آزمون گویه‌های شرم و گناه و اشتغال ذهنی با احساس گناه هستند. آزمودنی پاسخ‌های خود را به صورت طیف لیکرت ۵ درجه‌ای نمره می‌دهد که دامنه آنها از ۱ به معنی «احتمال ندارد» تا ۵ به معنی «به احتمال زیاد»، است. نمره پایین در این پرسشنامه گویای ارزیابی منفی فرد از خود، رفتارها و عمل‌هایش است. تانگنی، واگنر و گرمزو (۱۹۹۲) روایی سازه دو مقیاس شرم و گناه را در حد مناسب گزارش کرده‌اند. در ایران روایی صوری این آزمون را استادان رشته‌های مشاوره و روان‌شناسی تأیید کردند (ثناسایی، ۱۳۸۷). در پژوهش فرگوسن، هلکاما و لانکوویست^۶ (۲۰۰۱) که بر روی ۱۳۲ دانشجوی مقطع

سازگاری یا ناسازگاری زناشویی منجر می‌شود، حایز اهمیت است. سوم اینکه بررسی مسأله سازگاری زناشویی نه فقط در ابعاد فردی، بلکه در ابعاد اجتماعی نیز مهم است. بنابراین با توجه به آنچه بیان شد در این پژوهش هدف تعیین سهم خود متمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه در پیش‌بینی سازگاری زناشویی بود.

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: روش این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری در این پژوهش معلمان زن متأهل بودند که در سال تحصیلی ۸۹-۹۰ در آموزش و پرورش شهر نورآباد به تدریس اشتغال داشتند. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده استفاده گردید. شیوه انتخاب افراد نمونه به این صورت بود که پس از هماهنگی با آموزش و پرورش شهر نورآباد فهرست معلمان زن در هر سه مقطع تحصیلی ابتدایی (۹۶ نفر)، راهنمایی (۱۲۵ نفر) و متوسطه (۹۰ نفر) تهیه گردید. سپس به هر یک از آنها نمره‌ای اختصاص داده شد و با استفاده از جدول اعداد تصادفی (جدولی مرکب از یک‌سری عدد ۵ رقمی که به وسیله کامپیوتر تولید شده بودند)، از بین جامعه مورد نظر که ۳۱۱ نفر بودند، ۱۵۰ معلم زن که شرایط مورد نظر پژوهش (متأهل بودن و اشتغال به تدریس در سال ۸۹-۹۰) را داشتند، انتخاب شدند و پرسشنامه‌ها در اختیار این معلمان قرار داده شد و پژوهشگر پس از تکمیل آنها را جمع‌آوری کرد. در نهایت ۱۴۲ پرسشنامه جمع‌آوری شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه خود متمایزسازی^۱ (DSI): فرم اولیه این پرسشنامه را اسکورن و فرایدلندر^۲ (۱۹۹۹) تهیه کردند و آزمون نهایی را جسکون^۳ در ۴۶ گویه بر مبنای نظریه باون ساخت و اسکورن و اسمیت در سال ۲۰۰۳ در آن تجدیدنظر کردند. این پرسشنامه به صورت خودگزارش‌دهی است و به منظور سنجش تمایز یافتگی افراد به کار می‌رود تمرکز اصلی آن روی ارتباطات مهم زندگی و روابط افراد با خانواده اصلی است (اسکورن، ۲۰۰۳؛ به نقل از اسکیان، ۱۳۸۴). پرسشنامه خود متمایزسازی با مقیاس لیکرت در

1. Differentiation Of Self Inventory-Revised (DSI-R)

3. Jackson

5. Tangney, Wagner & Gramzow

2. Freidlander

4. Test Of Self-Conscious Affect-2 (PFQ-2)

6. Fergosen, Helkama & Lonqvist

پرسشنامه، به روش بازآزمایی پس از دو ماه بر روی دانشجویان متأهل دانشگاه علامه طباطبایی ۰/۷۸ به دست آمد. در این پژوهش نیز ضریب آلفای کرونباخ برای این مقیاس ۰/۸۲ به دست آمد. دو نمونه از پرسش‌های این مقیاس عبارت‌اند از: «من مطمئنم که همسر من خیانت نخواهد کرد، حتی در صورتی که احتمال آشکار شدن آن وجود نداشته باشد.» «من می‌توانم روی پایبندی همسر من به قول‌هایی که به من می‌دهد، حساب کنم.»

مقیاس سازگاری زن و شوهر^۱ (DAS): این مقیاس را اسپانیر^۲ (۱۹۷۶) تهیه کرد. یک ابزار ۳۲ سؤالی برای ارزیابی کیفیت رابطه زناشویی از نظر زن و شوهر یا هر دو نفری است که با هم زندگی می‌کنند. تحلیل عاملی نشان می‌دهد که این مقیاس چهار بعد را می‌سنجد؛ این چهار بعد از این قرار است: رضایت دو نفری، توافق دو نفری، همبستگی دو نفری و ابراز محبت. مقیاس سازگاری زناشویی سه نوع مقیاس متفاوت رتبه‌بندی به دست می‌دهد. نمره کل این مقیاس بین ۰ تا ۱۵۱ است. نمرات بالاتر نشان‌دهنده رابطه بهتر و سازگاری بالاست. مقیاس سازگاری زن و شوهر با قدرت تشخیص زوج‌های متأهل و مطلقه در هر پرسش، روایی خود را برای گروه‌های شناخته شده نشان داده است. این مقیاس از روایی همزمان نیز برخوردار است و با «مقیاس رضایت زناشویی لاک-والاس^۳» همبستگی دارد (ثنایی، ۱۳۸۷). همچنین یارمحمدی، بنکدار هاشمی و عسگری (۱۳۹۰) با استفاده از روایی ملاکی، ضریب روایی ۰/۹۴ را برای این پرسشنامه به دست آوردند. در پژوهش ملازاده، منصور، اژه‌ای و کیامنش (۱۳۸۱) همسانی درونی این ابزار ۰/۹۵ به دست آمد. در این پژوهش نیز ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه ۰/۹۱ به دست آمد که در حد خوب است. یک نمونه از پرسش‌های این پرسشنامه به شرح زیر است: «چند وقت یک بار به فکر طلاق، جدایی یا پایان دادن به رابطه خود افتاده‌اید و یا درباره آن صحبت کرده‌اید؟»

روش اجرا و تحلیل: پرسشنامه‌های پژوهش پس از توزیع بین معلمان هر مدرسه و ارائه توضیحات لازم به صورت خودگزارش‌دهی پاسخ داده شدند. پس از تکمیل، پژوهشگر پرسشنامه‌ها را جمع‌آوری کرد. قابل ذکر است که در پایان

کارشناسی صورت گرفت، ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس شرم ۰/۸۱ و برای احساس گناه ۰/۷۸ گزارش شده است. در پژوهش انوشه‌ای، پورشهریاری و ثنایی (۱۳۸۵) نتایج حاصل از بازآزمایی این آزمون پس از چهار هفته بر روی دانشجویان، ضریب پایایی احساس شرم و احساس گناه به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۷۰ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های شرم و گناه به ترتیب ۰/۸۰ و ۰/۷۵ به دست آمد. نمونه‌ای از پرسش‌های این مقیاس عبارت است از: «یک روز که با دوستان و همسرش بیرون می‌روید، احساس می‌کنید به‌طور بارزی شیرین‌زبان و بذله‌گو شده‌اید، طوری که همسر بهترین دوستان از همراهی با شما لذت زیادی می‌برد.»

الف- پیش خود فکر می‌کنید بهتر است به احساس بهترین دوستم توجه بیشتری داشته باشم. ب- احتمالاً تا مدت زیادی از نگاه کردن در چشم دوستان اجتناب می‌کنید.

مقیاس اعتماد^۱ (TS): این مقیاس را رمپل و هولمز و زانا (۱۹۸۶) ساختند. یک ابزار خودگزارشی ۱۸ عبارتی است که میزان اعتماد افراد نسبت به همسرشان را می‌سنجد. آزمودنی در یک مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای (از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) میزان موافقت یا مخالفت خود را با جملات مربوط به اعتماد بیان می‌کند. بعضی از عبارات این پرسشنامه از مقیاس «روابط بین فردی»^۲ (IRS) است که شلاین، گورنی و استور^۳ تهیه کرده‌اند (رمپل و هولمز، ۱۹۸۶). پایین‌ترین نمره ۱۸ (نشان‌دهنده اعتماد پایین فرد نسبت به همسر) و بالاترین نمره ۱۲۶ (گویای اعتماد زیاد فرد) است. براساس روایی پیش‌بین و افتراقی، وفاداری با مقیاس عشق همبستگی قوی‌یی دارد (۰/۴۶ = r، P < ۰/۰۰۱)، (مقیاس عشق و دوستی رابین؛ رابین، ۱۹۷۵).

این پرسشنامه را نویسندگان مقاله ترجمه و روایی صوری آن را استادان گروه مشاوره و تعدادی از دانشجویان دکتری مشاوره تأیید کردند. همچنین با استفاده از روش روایی ملاکی، ضریب روایی ۰/۸۴ برای این پرسشنامه به دست آمد. از نظر پایایی، ضریب آلفای کرونباخ گزارش شده رمپل و همکاران (۱۹۸۶) را برای کل مقیاس ۰/۸۱ گزارش کردند. در یک مطالعه مقدماتی ضریب پایایی این

1. Trust Scale (TS)

3. Schlein, Guerny & Stover

5. Dyadic Adjustment Scale (DAS)

7. Locke- Wallace Marital Adjustment Scale

2. Interpersonal Relationship Scale

4. Rubin

6. Spanier

شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۲ به بررسی ماتریس همبستگی متغیرهای خودمتمایزسازی، اعتماد، شرم، گناه و سازگاری زناشویی می‌پردازد. همان‌گونه که در جدول ۲ دیده می‌شود، بین خودمتمایزسازی و سازگاری زناشویی، اعتماد و سازگاری زناشویی، شرم و سازگاری زناشویی در سطح ۰/۰۱ رابطه معناداری وجود دارد، اما بین گناه و سازگاری زناشویی رابطه معناداری یافت نشد.

۱۴۲ پرسشنامه قابل استفاده جمع‌آوری شد. داده‌ها از طریق آمار توصیفی (فراوانی، شاخص‌های مرکزی، شاخص‌های پراکندگی و محاسبه ضریب همبستگی) و آمار استنباطی (رگرسیون چندمتغیره به شیوه گام به گام) تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها

به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش، از روش‌های آماری در دو سطح توصیفی و استنباطی استفاده گردید.

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی در متغیرهای خودمتمایزسازی، اعتماد، شرم، گناه و سازگاری زناشویی

شاخص‌های آماری متغیرها	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد
خودمتمایزسازی	۱۴۲	۱۷۱/۱۵	۳۲/۶۹	۲/۷
اعتماد	۱۴۲	۹۴/۱۶	۱۵/۸۱	۱/۳
شرم	۱۴۲	۴۹/۶۰	۱۰/۸۵	۰/۹۱
گناه	۱۴۲	۶۰/۹۲	۹/۷۸	۰/۸۲
سازگاری زناشویی	۱۴۲	۱۱۶/۵۱	۱۸/۸۸	۱/۶۶

جدول ۲- ماتریس همبستگی متغیرهای خودمتمایزسازی، اعتماد، شرم، گناه و سازگاری زناشویی

ردیف	متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
۱	خودمتمایزسازی	۱				
۲	اعتماد	**۰/۲۹۹	۱			
۳	شرم	۰/۰۳۷	-۰/۱۴۴	۱		
۴	گناه	۰/۱۲۷	**۰/۱۸۸	**۰/۲۴۴	۱	
۵	سازگاری زناشویی	**۰/۴۵۵	**۰/۳۸۸	**۰/۳۰۲	۰/۰۷	۱

* P<۰/۰۵

** P<۰/۰۱

نداشته است، بنابراین رگرسیون تا سه گام پیش رفته است و گناه از معادله رگرسیون خارج شده است. همچنین نتایج جدول ۳ نشان‌دهنده معنادار بودن مدل رگرسیون در هر سه گام است، که مقدار F محاسبه شده در گام اول برابر با ۳۶۷/۵۹ با درجات آزادی ۱ و ۱۴۰ و مقدار F محاسبه شده در گام دوم برابر با ۳۱/۰۶۶ با درجات آزادی ۲ و ۱۳۹ و در گام سوم مقدار F محاسبه شده برابر با ۲۵/۳۱۵ با درجات آزادی ۳ و ۱۳۸ بزرگتر از مقدار بحرانی هستند و سطح معناداری در هر سه گام کوچکتر از سطح ۰/۰۱ است که نشان‌دهنده معنادار بودن مدل رگرسیون است.

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که تحلیل رگرسیون تا سه گام پیش رفته است که در گام اول، متغیر خودمتمایزسازی وارد معادله رگرسیون شده است و مقدار ضریب تبیین برابر با ۰/۲۱ می‌باشد، به این معنی که ۲۱ درصد از تغییرات سازگاری زناشویی را این متغیر تبیین می‌کند. در گام دوم با اضافه شدن متغیر شرم، مقدار برابر با ۰/۳۱ است و در نهایت در گام سوم با اضافه شدن متغیر اعتماد مقدار برابر ۰/۳۵ می‌شود، به این معنی که این سه متغیر با هم ۳۵ درصد از تغییرات سازگاری زناشویی را تبیین می‌کنند. با توجه به نتایج، متغیر گناه توانایی پیش‌بینی را

جدول ۳- نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش‌بینی سازگاری زناشویی از متغیرهای پیش‌بین

Sig	ΔR^2	R^2	F	MS	df	SS	منبع تغییرات
۰/۰۰۰۱	~	۰/۲۱	۳۶/۵۹	۱۱۵۴۰/۰۸۴	۱	۱۱۵۴/۰۸۴	خود متمایز سازی
				۳۱۵/۶۳۷	۱۴۰	۴۴۱۹۴/۲	باقی مانده
					۱۴۱	۵۵۷۳۵/۰۴۱	کل
۰/۰۰۰۱	۰/۰۹۸	۰/۳۱	۳۱/۰۶	۸۶۰۸/۵۴۴	۲	۱۷۲۱۷/۰۸۹	خود متمایز سازی، شرم
				۲۷۷/۱۰۸	۱۳۹	۳۸۵۱۷/۹۵	باقی مانده
					۱۴۱	۵۵۷۳۵/۰۴۱	کل
۰/۰۰۱	۰/۰۴۲	۰/۳۵	۲۵/۳۱۵	۶۵۹۴/۷۶۴	۳	۱۹۷۸۴/۲۹۳	خود متمایز سازی، شرم و اعتماد
				۲۶۰/۵۱۳	۱۳۸	۳۵۹۵/۷۴۸	باقی مانده
					۱۴۱	۵۵۷۳۵/۰۴۱	کل

جدول ۴- ضرایب رگرسیون گام به گام خود متمایز سازی، شرم و اعتماد

شاخص‌های آماری گام	مقدار استاندارد نشده مقدار B	مقدار استاندارد شده خطای استاندارد	مقدار بتا	مقدار t	سطح معناداری
مقدار ثابت	۶۹/۱۴۷	۷/۹۷۴		۸/۸۶۷	
خود متمایز سازی	۰/۲۷۷	۰/۰۴۶	۰/۴۵۵	۶/۰۴۶	۰/۰۰۰۱
مقدار ثابت	۹۶/۹۱	۹/۶۷		۱۰/۰۲۵	
خود متمایز سازی	۰/۲۸۴	۰/۰۴۳	۰/۴۸	۶/۶۲	۰/۰۰۰۱
شرم	-۰/۵۸۵	۰/۱۲۹	-۰/۳۱۹	-۴/۵۲	۰/۰۰۰۱
مقدار ثابت	۷۳/۹۴	۱۱/۸۹۰		۶/۲۱۹	
خود متمایز سازی	۰/۲۴۲	۰/۰۴۴	۰/۴۰	۵/۵۲۸	۰/۰۰۰۱
شرم	-۰/۵۲۰	۰/۱۲۷	-۰/۲۸۴	-۴/۰۹۷	۰/۰۰۱
اعتماد	۰/۲۸۷	۰/۰۹۱	۰/۲۳	۳/۱۳۹	۰/۰۰۲

بنابراین با اطمینان ۹۹ درصد می‌توان گفت که هر سه متغیر قدرت پیش‌بینی سازگاری زناشویی را دارند. با توجه به متغیرهای پیش‌بینی کننده خود متمایز سازی، اعتماد و شرم معادله رگرسیون به این صورت است.

$$\text{سازگاری زناشویی} = ۷۳/۹۴ + (\text{مقدار خود متمایز سازی}) \times (۰/۴۰) + (\text{شرم}) \times (-۰/۲۸۴) + (\text{اعتماد}) \times (۰/۲۳)$$

با توجه به این معادله در پژوهش‌های بعدی می‌توان با قرار دادن نمرات خود متمایز سازی، اعتماد و شرم در معادله، میزان سازگاری زناشویی آزمودنی‌ها را به دست آورد.

جدول ۴ به بررسی معادله رگرسیون می‌پردازد همان‌طور که از نتایج مشاهده می‌شود سه متغیر خود متمایز سازی، شرم و اعتماد وارد معادله رگرسیون شده‌اند. که مقدار بتای مشاهده شده برای متغیر خود متمایز سازی برابر با ۰/۴۰، برای شرم برابر با ۰/۲۸۴- و در نهایت برای اعتماد برابر با ۰/۲۳ است. به این معنی که با یک واحد تغییر در هر کدام از سه متغیر مقدار سازگاری زناشویی به اندازه مقدار بتای آن متغیر تغییر می‌کند و مقدار t محاسبه شده برای هر کدام از متغیرها در سطح ۰/۰۱ معنادار است.

بحث

هدف این پژوهش بررسی رابطه خود متمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه با سازگاری زناشویی بود. نتایج تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که خود متمایزسازی با سازگاری زناشویی رابطه مثبت دارد و آن را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کند. در تبیین این یافته می‌توان گفت، افراد متمایز یافته برای سهیم شدن یا جذب کردن اضطراب به آسانی تحت تأثیر دیگران قرار نمی‌گیرند و موضوعات، مشکلات، شکست‌ها یا اضطراب‌های نشانه آسیب را نشان نمی‌دهند. در عوض درک روشنی از شریک بودن فرایندهای عاطفی اعتیادآور و آمیخته دارند که موجب بیماری، تضعیف روحیه، خوار شدن و خراب کردن آنها می‌شود (فیشر، ۲۰۰۶).

بر اساس نظر برادبری (۱۹۹۵)، گلن و کرامر (۱۹۸۷) تجربه‌ها و مشخصه‌های فردی با سازگاری زناشویی در ارتباط هستند. خود متمایزسازی به عنوان یکی از مشخصه‌های فردی با سازگاری زناشویی ارتباط دارد. باون (۱۹۸۷)، معتقد است که تعارض‌های زناشویی از ضعف در تمایز یافتگی خود و نداشتن احساس قوی در هویت‌یابی است و صمیمیت زناشویی مستلزم احساس قوی در هویت‌یابی و تمایز یافتگی خود است (برهمنند، ۲۰۱۰). پژوهش پلگ (۲۰۰۸) نشان داده است که افراد با سطح تمایز یافتگی بالا رضایت و سازگاری زناشویی بیشتری را تجربه می‌کنند در حالی که افراد با تمایز یافتگی پایین آشفتگی زناشویی بیشتری دارند. همین رابطه در این پژوهش نیز مورد تأیید قرار گرفته است که با پژوهش‌های اسدی نیک (۲۰۰۹)، برهمنند (۲۰۱۰)، میلر، آندرسون و کلا (۲۰۰۴)، اسکورون (۲۰۰۰)، ولد خانی (۱۳۸۷) و کوون (۲۰۰۰) همسو است.

نتایج تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که اعتماد با سازگاری زناشویی رابطه مثبت و معناداری دارد و آن را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کند. در خصوص تبیین این یافته پژوهش در متون ارتباط بین فردی مطرح می‌شود که اعتماد یک مفهوم بسیار مهم در درک ارتباط و روابط بین فردی به حساب می‌آید. اعتماد یا نبودن اعتماد یک عامل و مقدمه ضروری در تسریع یا کند شدن ارتباط است (براون، ۲۰۰۱). پژوهش مطرح می‌کند نوع سبک دلبستگی که افراد نشان می‌دهند در میزان اعتمادی که همسر احساس می‌کند بسیار مهم است. ساختار یک خانواده متعادل بر پایه روابط زناشویی صمیمی استوار است و یکی

از عوامل مهم در استحکام این رابطه سبک دلبستگی زوجین است (کلکسمن، ۲۰۰۷). بنابراین دلبستگی نقش تعیین‌کننده‌ای در تعاملات میان فردی دارد که در دوران کودکی شکل گرفته است و با توجه به محیطی که در آن تحول یافته در سن بعدی ادامه می‌یابد. از آنجا که ایمنی دلبستگی باعث بهبود کیفیت تعاملات میان فردی و نگهداری نزدیکی متقابل بین دو فرد در تمام مراحل زندگی است، می‌توان گفت که بهبود کیفیت تعامل‌ها باعث سازگاری زناشویی می‌شود. سیمپسون (۲۰۰۹)، هازان و شیور (۲۰۰۵) به این نتیجه رسیدند که افراد با سبک دلبستگی ایمن به احتمال بیشتری روابط قابل اعتمادی خواهند داشت و افراد با سبک دلبستگی اضطرابی-دوسوگرا در روابطشان کمتر قابل اعتماد هستند. در این پژوهش‌ها دلبستگی ایمن به طور مستقیم با افزایش اعتماد در روابط صمیمی در ارتباط است. دوست محمدی (۱۳۸۹)، هویت و میلر (۲۰۰۵)، اوزمن و آتیک (۲۰۱۰) در پژوهش خود نشان دادند که بین سبک دلبستگی ایمن، سازگاری زناشویی و کیفیت زندگی زناشویی رابطه مثبت معناداری وجود دارد و می‌تواند سازگاری زناشویی را به طور مثبت پیش‌بینی کند. در واقع افراد دارای سبک دلبستگی ایمن، حمایت‌کننده‌اند، خطرپذیرند، به دنبال راهکارهای گوناگون برای حل مشکلات خود هستند و نسبت به سرانجام عمل خود امیدوارند و از خود صمیمیت نشان می‌دهند که این ویژگی رضایت آنها را از رابطه با همسرشان افزایش می‌دهد (مولدن و فینکل، ۲۰۱۰). از آنجا که دلبستگی ایمن با سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنادار دارد و همچنین بر اساس پژوهش‌های مطرح شده با اعتماد در روابط زناشویی نیز رابطه مثبت دارد، قابل تصور است اعتماد به عنوان یکی از ویژگی‌های افرادی که سبک دلبستگی ایمن دارند بتواند سازگاری زناشویی را پیش‌بینی کند که در این پژوهش نیز این موضوع تأیید شده است که با پژوهش رمپل، راس و هولمز (۲۰۰۱) که نشان می‌دهد، زوج‌هایی که سطح اعتماد بیشتری دارند، مدام اسادهای مثبتی را نسبت به یکدیگر و رابطشان ابراز می‌کنند و همچنین با پژوهش‌های رمپل، هولمز و زانا (۱۹۹۶) و نوریس و زویگنهافت (۲۰۰۹) همسو است. لازم به ذکر است که پژوهشگر هیچ پژوهش منطقی در زمینه رابطه اعتماد و سازگاری زناشویی در پژوهش‌های داخلی پیدا نکرد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که شرم با سازگاری زناشویی رابطه منفی و معناداری دارد و قادر به

پیش‌بینی سازگاری زناشویی بین زنان معلم است. درخصوص تبیین این نتیجه می‌توان گفت، احساس شرم همسران را از هم جدا می‌کند و به ارتباطات آنها آسیب می‌رساند (تانگنی و دیرینگ، ۲۰۰۲). در تجربیات شرم جنبه‌های مختلف روان با هم در تعارض هستند، شرم از اختلاف بین خود و خود آرمانی به وجود می‌آید و باعث ایجاد تداخل در رفتار، تفکر و صحبت کردن می‌شود (یونگ، ۲۰۰۵).

زنان اغلب در نتیجه شرم دچار افسردگی می‌شوند و مردان از خود پرخاشگری نشان می‌دهند (لتواک، پانیش و فراری، ۲۰۰۳). بلیور و گلن (۲۰۰۷) شرم را به‌عنوان یک عامل اساسی رشد توصیف می‌کنند که در کودکی شکل می‌گیرد. آنها بیان می‌کنند، زمانی که کودک حس امنیت عاطفی و نزدیکی با مراقب اولیه‌اش را گسترش ندهد، احساس شرم شکل می‌گیرد. زمانی افراد برای چگونگی احساس در مورد خود و سازگار شدن به‌منظور ایجاد یک رابطه ایمن نیازمند تصدیق همسر خود می‌شوند، احساس شرم در آنها ایجاد می‌شود و نمی‌توانند در رابطه خود با همسر احساس امنیت کنند (بلیور و گلن، ۲۰۰۷). کوورت، مادوکس و هلنو (۲۰۰۳) دریافتند، افرادی که مستعد شرم هستند به احتمال قوی‌تری مشکلات روان‌شناختی و بین‌فردی را تجربه می‌کنند، همچنین پژوهش آنها مطرح می‌کند که شرم با کیفیت راه‌حل‌های ابتکاری فردی، خودکارآمدی برای اعمال این راه‌حل‌ها و اثربخشی مورد انتظار این راه‌حل‌ها رابطه منفی دارد. این پژوهش نشان می‌دهد که هنگامی تجربه شرم افزایش یابد، قابل پیش‌بینی است که سازگاری زناشویی کاهش پیدا کند. نتایج پژوهش ترنر و اسکالرت (۲۰۰۱) نشان می‌دهد، زنانی که نگران تجربه صمیمیت در روابط زناشویی هستند، شرم بیشتری را تجربه می‌کنند و از آنجا که صمیمیت یکی از ابعاد مهم در سازگاری زناشویی است (وایت، لیو و لوین، ۲۰۰۹)، هرچه زنان صمیمیت بیشتری را تجربه کنند، احساس شرم و گناه در آنان کمتر می‌شود و به تبع آن سازگاری زناشویی بیشتری خواهند داشت، بنابراین نتایج این پژوهش در زمینه رابطه منفی شرم و سازگاری زناشویی با پژوهش‌های ترنر و اسکالرت (۲۰۰۱) ورتزینگر (۱۹۹۱) همسو است. لازم به ذکر است که پژوهشگر هیچ تحقیق منطقی در زمینه رابطه شرم و سازگاری زناشویی در بین پژوهش‌های داخلی پیدا نکرد.

با توجه به نتایج، بین گناه و سازگاری زناشویی رابطه

معناداری یافت نشد و این متغیر توانایی پیش‌بینی سازگاری زناشویی را نداشت و از معادله رگرسیون خارج شده است. درباره نکات تبیینی این نتیجه را می‌توان بیان کرد که گناه به برخی رفتارهای خاص مرتبط می‌شود که فرد توانایی کنترل آنها را دارد، هنگام بحث در مورد شرم تمرکز روی «خود» به‌عنوان یک کل است، ولی در مورد گناه تمرکز روی رفتار است و خود دست نخورده باقی می‌ماند (تانگنی و دیرینگ، ۲۰۰۲). دان و اسکویتز (۲۰۰۵) در پژوهشی تأثیر عواطف را روی سازگاری زناشویی مورد بررسی قرار دادند. آنها تعدادی از هیجانات از جمله گناه، خشم، قدردانی و غرور را مورد بررسی قرار دادند و آن هیجانات را براساس منفی یا مثبت بودن و بر این اساس که خود فرد توانایی کنترل دارد یا دیگران تعریف کردند. یافته پژوهش آنها نشان داد هیجانی همانند گناه که به علت کنترل فرد روی شرایط و موقعیت تجربه می‌شود با میزان سازگاری زناشویی بی‌که فرد تجربه می‌کند، رابطه ندارد و این یافته در این پژوهش نیز مطرح است. همچنین یکی از دلایل نداشتن توانایی گناه در پیش‌بینی سازگاری زناشویی می‌تواند این ایده باشد که برخی اوقات شرم و گناه در تجارب افراد تداخل دارند، زیرا شرم به‌طور عمده یک هیجان شدیدتر و قوی‌تر است که ممکن است زمانی با گناه ترکیب شود و تأثیر گناه را کاهش دهد (تانگنی و دیرینگ، ۲۰۰۲). در نهایت اینکه گناه یک مقوله فرهنگی است و نمی‌توان تأثیر فرهنگ و زبان را در رابطه با گناه نادیده گرفت چرا که این هیجان حاصل آموزش موقعیت و ارزش‌هایی است که فرد در زندگی از خانواده، مدرسه، محیط کار و جامعه خود می‌آموزد، بنابراین می‌توان نداشتن توانایی احساس گناه در پیش‌بینی سازگاری زناشویی را با عوامل فرهنگی نیز مرتبط دانست. به‌طور کلی نتایج پژوهش نشان داد که سطوح بالاتر خودتمایزسازی و اعتماد در کنار احساس شرم پایین در روابط زناشویی ممکن است پیش‌بینی‌کننده سازگاری زناشویی بالاتر در زنان معلم باشد و کیفیت زندگی آنها را بهبود بخشد.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به این مورد اشاره کرد که پژوهش حاضر فقط در بین معلمان زن انجام گرفته است که با توجه به شرایط اجتماعی، اقتصادی و در نظر نگرفتن خرده‌فرهنگ‌ها در تعمیم نتایج باید احتیاط شود. بنابراین پیشنهاد می‌شود، پژوهش حاضر در نمونه‌های وسیع‌تر یا فرهنگ‌های متفاوت و در مناطق جغرافیای دیگر انجام شود. همچنین پیشنهاد می‌شود در

زناشویی زوج‌های جوان. دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، سال دوازدهم، شماره ۲، ص ۱۲-۳.
یونسی، ف. (۱۳۸۵). هنجاریابی آزمون خود متمایزسازی در ایران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی.

Barahmand, U. (2010). Self differentiation in women with and without mental disorders. *Journal Social and Behavioral Sciences*, 5, 559-562.

Blavier, D.C., & Glenn, E. (2007). The role of shame in perceptions of marital equity, intimacy, and competency. *The American journal of family therapy*, 23, 73-82.

Bradbury, J.B. (1995). A multilevel framework for understanding relationships among traits, states, situations, and behaviors. *European Journal of Personality*, 21, 789-810.

Brown, D. (2001). The relationship between attachment styles, Trust and the marital attitudes of college students. *Unpublished doctoral dissertation, Faculty of the graduate school of psychology, Seton Hall University, Los Angeles, California.*

Bruno, S., Lutwak, N. & Agin, M.A. (2009). Conceptualizations of guilt and the corresponding relationships to emotional ambivalence, self-disclosure, loneliness and alienation. *Journal of Personality and Individual Differences*, 47, 487-491.

Chen, Z., Tanaka, N., Uji, M., Hiramura, H. & Shikai, N. (2007). The role of personalities in marital adjustment of Japanese couples. *Journal of Social Behavioral and personality*, 35(4), 561- 572.

Clark, L.E. (2010). Marital satisfaction, pain and psychological characteristics of married women with and without Vulvodynia. *Unpublished doctoral dissertation, School of Humanities, North Central University, Mason, Arizona.*

Covert, M.V., Maddux, J.E., Heleno, N. (2003). Shame-proneness, guilt-proneness, and interpersonal problem solving: a social cognitive analysis. *Journal of social and clinical psychology*, 22, 1-12.

DeCesare, S.D. (2008). Anxiety and depression: self differentiation as a unique predictor. *Unpublished doctoral dissertation, Faculty of psychology and counseling, Mary wood University, Utah.*

پژوهش‌های آینده اطلاعات مربوط به خانواده مبدأ در مورد اینکه افراد چگونه در کودکی خود متمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه را تجربه کرده‌اند، مورد بررسی قرار گیرد. همچنین این پژوهش یک زوج کامل (زن و شوهر) را مورد بررسی قرار نمی‌دهد، بنابراین پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آینده دیدگاه‌های یک زوج کامل را در مورد خود متمایزسازی، شرم، گناه و اعتماد مورد بررسی قرار دهند.

منابع

اسکیان، پ. (۱۳۸۴). بررسی سایکو درام بر افزایش تمایز یافتگی فرد از خانواده اصلی در دانش‌آموزان دختر دبیرستان منطقه ۵ تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تربیت معلم.

انوشه‌یی، م. پور شه‌ریاری، م. س. و ثنایی ذاکر، ب. (۱۳۸۵). بررسی رابطه بین ادراک دختران از الگوهای تربیتی والدین‌شان با احساس شرم و گناه در آنها. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، جلد ۷، شماره ۲۷، ص ۶۰-۴۵.
ثنایی ذاکر، ب. (۱۳۸۷). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. چاپ دوم، تهران: انتشارات بعثت.

دوست‌محمدی، ی. (۱۳۸۹). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و ابعاد سه‌گانه عشق استرنبرگ با سازگاری زناشویی در بین معلمان متأهل شاغل در آموزش و پرورش شهر شهریار. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی.

فرهانیان، ف. (۱۳۸۹). مقایسه زوج‌درمانی شناختی- رفتاری و آموزش حقوق همسر‌داری از دیدگاه اسلامی در افزایش سازگاری و رضایت زناشویی به شیوه و گروهی در زنان جوان متأهل. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی.

گلدنبرگ، ا. و گلدنبرگ، ه. (۱۳۸۲). خانواده‌درمانی. (ترجمه حمیدرضا حسین شاهی برواتی، سیامک نقشبندی، و الهام ارجمند). چاپ چهارم، تهران: انتشارات روان. (سال انتشار اثر به زبان اصلی ۲۰۰۰).

ملازاده، ج. منصور، م. ازه‌ای، ج. و کیامنش، ع. (۱۳۸۱). سبک‌های رویاروگری و سازگاری زناشویی در فرزندان شاهد. فصلنامه روان‌شناسی، ۳، ص ۲۷۵-۲۵۵.

ولدخانی، ج. (۱۳۸۷). بررسی رابطه منزلت‌های هویتی من و خود متمایزسازی با سازگاری زناشویی در مردان و زنان متأهل دانشگاه علامه. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی.

یارمحمدیان، ا. بنکدارهاشمی، ن. و عسگری، ک. (۱۳۹۰). تأثیر آموزش هوش هیجانی و مهارت‌های زندگی بر سازگاری

- Duncan, G.D. (2008). The relationship between trait forgiveness and marital adjustment in heterosexual individuals. *Unpublished doctoral dissertation, Department of social studies, Capella University, Needham Heights, Nevada.*
- Dunn, J.R., & Schweitzer, M.E. (2005). Feeling and believing: the influence of emotion on marital adjustment. *Journal of personality and social psychology*, 35, 347-357.
- Ellingsen, T., Johannesson, M., Tjotta, S., & Torsvik, G. (2010). Testing guilt aversion. *Journal of Games and Economic Behavior*, 68, 95-107.
- Fergosen, M., Helkama, K. & Lonnqvist, J. (2008). The relation between value priorities and proneness to guilt, shame, and empathy. *Journal of Motiv Emotion*, 32, 69-80.
- Fergus, T.A., Valentiner, D.P., McGrath, P.B., & Jencius, S. (2010). Shame- and guilt-proneness: Relationships with anxiety disorder symptoms in a clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 811-815.
- Fischer, T.F. (2006). Are you still performing human sacrifice?. *Journal of Social and Behavioral Sciences*, 15, 347-361
- Gaal, F. (2005). The role of differentiation of self and anxiety in predicting marital adjustment following the death of an adult, married- child biological parent. *Unpublished doctoral dissertation, Faculty of the graduate school of psychology, Seton Hall University, Los, Angels, California.*
- Glade, A.C. (2005). Differentiation, marital satisfaction and depressive symptoms: an application of Bowen theory. *Unpublished doctoral dissertation, School of Family Research, The Ohio State University, Ohio.*
- Glenn, G.V. & Krammer, M.G. (1987). Examining individualism, collectivism and differentiation in African American college women. *Journal of Mental Health Counseling*, 25, 1-15 .
- Hazan, C., & Shaver, P. (2005). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social psychology*, 52, 511-524.
- Hill, A. (2005). Predictors of relationship satisfaction: the link between cognitive flexibility, compassionate love and level of differentiation. *Unpublished doctoral dissertation. School of Behaviorism, Alliant International University, Los Angeles, California.*
- Hoit, L., & Miller, R. (2005). Attachment style and satisfaction in the early years of marriage. *Advanced in personal relationship*, 5, 269-308.
- Jong, C. (2005). Shame and guilt among Asian Americans. *Unpublished doctoral dissertation, Department of Psychology, Argosy University, Honolulu, Hawaii.*
- Keicoat, G., & Janice, K. (2005). Hostile marital interaction. *Archive General Psychology*, 62, 112-122.
- Klacsman, A.N. (2007). Recovering from Infidelity: Attachment, Trust, Shattered Assumptions, and Forgiveness from a Betrayed Partner's Perspective. *Unpublished doctoral dissertation. Alliant International University, Los Angeles, California.*
- Kruse, N. (2007). The relationship between self differentiation and the levels of trust, shame and guilt in intimate relationships. *Unpublished doctoral dissertation. Alliant International University, Los Angeles, California.*
- Kwon, D.O. (2000). The relationship between marital satisfaction, self esteem and Bowen differentiation of self. *Unpublished doctoral dissertation, School of Behaviorism, Alliant International University, Los Angeles, California.*
- Miller, R.B., Anderson, S., Keala, D.K. (2004). Isbowen theory valid? A reviewe of basic research. *Journal of marital and family therapy*, 30, 453- 470.
- Molden, D.C., & Finkel, E.J. (2010). Motivation for promotion and prevention and the role of trust and commitment in interpersonal forgiveness. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46, 255-268.
- Murray, S.L., Holmes, J.G., & Collins, N.L. (2006). Optimizing assurance: The risk regulation system in relationships. *Psychological Bulletin*, 132, 641-666.
- Norris, S.L., & Zweigenhaft, R.L. (2009). Self monitoring, trust and commitment in romantic relationship. *Journal of social psychology*, 139, 215-221.
- Özmen, O., & Atik, G. (2010). Attachment styles and marital adjustment of Turkish married individuals. *Journal of Social and Behavioral Sciences*, 5, 367-371.
- Peleg, O. (2005). The relation between differentiation and social anxiety: what can be learn from students and their parents? *The American journal of family therapy*, 33, 167-183.

- 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*, 36, 388-401.
- Peleg, O., Halaby, E., & Whaby, E. (2006). The relationship of maternal separation anxiety and differentiation of self to children's separation anxiety and adjustment to kindergarten: A study in Druze families. *Anxiety Disorders*, 20, 973-995.
- Popko, O. (2002). Bowen theory: A study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy*, 24, 355-369.
- Rempel, J.K., & Holmes, J.G. (1986). Trust in close relationships. *Journal of Personality*, 49, 95-112.
- Rempel, J.K., Ross, M., & Holmes, J.G. (2001). Trust and communicated attributions in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 57-64.
- Retzinger, S. (1991). The role of shame in marital conflict. *Perspective on social problems*, 3, 234-239.
- Rios, C.X. (2010). The relationship between premarital expectation and marital satisfaction. *Unpublished MA thesis, Department of family and marriage research, Utah state university, Oksana, Utah.*
- Rosen, J.R., Myers, J.E., & Hattie, J.A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes and marital satisfaction. *Journal of Counseling and Development*, 82, 58-68.
- Rubin, Z. (1970). Measurement of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 265-273.
- Sadinik, S. (2009). Differentiation of self, marital adjustment, and parental involvement among Iranian-Americans. *Unpublished doctoral dissertation. Department of clinical psychology, Alliant International University, Berkeley, California.*
- Simpson, J. (2009). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971-980.
- Simpson, J. (2009). Psychological Foundations of trust. *Current Directions In Psychological Science*, 16, 264-268.
- Skorown, E.A. & Schmitt, T.A. (2003). Assessing interpersonal fusion: reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29, 209-222.
- Skowron, E.A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 229-237.
- Skowron, E.A., & Dendy, A.K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: relational correlates of effortful control. *Contemporary Family Therapy*, 26, 337-357.
- Stuewig, J., Heigel, C., Harty, L., & McCloskey, L. (2010). Shaming, blaming and maiming: functional links among the moral emotions, externalization of blame and aggression. *Journal of Research in Personality*, 44, 91-102.
- Tangney, J.P., & Dearing, R.L. (2002). *Shame and Guilt*. 2nd edition, New York & London: The Guilford Press.
- Tangney, J.P., Wagner, P.E., & Gramzow, R. (1989). *The test of self conscious affect (TOSCA)*. Fairfax, VA: George Mason University.
- Tangney, J.P., Wagner, P.E., & Gramzow, R. (1992). Proneness to shame, proneness to guilt, and psychopathology. *Journal of abnormal psychology*, 101(3), 469-478.