

رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود با کیفیت زندگی زنان متقاضی طلاق

صص: ۸۷-۱۱۲

دکتر سعید عسکری^۱

عضو هیات علمی گروه روان شناسی دانشگاه رازی کرمانشاه

دکتر علیرضا رشیدی

عضو هیات علمی گروه مشاوره دانشگاه رازی کرمانشاه

طیبه نقشینه

کارشناس ارشد مشاوره خانواده دانشگاه رازی کرمانشاه

سارا شریفی

کارشناس ارشد مشاوره خانواده دانشگاه شهید چمران اهواز

چکیده

به لحاظ اهمیت و دامنه ی فراگیر کیفیت زندگی، مطالعه عوامل موثر بر آن خصوصا نقش خانواده و نحوه ارتباطات اعضای آن با یکدیگر، بسیار اساسی به نظر می رسد. افزایش آمار طلاق، نشان می دهد که نهاد خانواده نتوانسته احساس رضایتمندی را در زوجین بالاخص زنان که بیش از مردان متقاضی طلاق هستند ایجاد کند. از طرفی طلاق معضلی است که موجب پیچیدگی عاطفی خانواده می شود و کیفیت زندگی افراد را تحت تاثیر قرار می دهد. هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود با کیفیت زندگی زنان متقاضی طلاق مراجعه کننده

^۱ . dr.saeidaskari@yahoo.com

تاریخ دریافت: فروردین ۹۴ تاریخ پذیرش: خرداد ۹۴

به مرکز مشاوره دادگستری کرمانشاه بود. این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. برای انجام آن از بین مراجعه کنندگان به روش نمونه‌گیری در دسترس نمونه‌ای به حجم ۳۰۰ نفر انتخاب شد جهت گردآوری داده‌ها از پرسشنامه‌های الگوهای ارتباطی خانواده، تمایز یافتگی خود و کیفیت زندگی (SF-۳۶) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون تحلیل شد. نتایج نشان داد بین الگوی ارتباطی گفت و شنود و تمایز یافتگی با کیفیت زندگی رابطه‌ی مستقیم وجود دارد و هر دو متغیر الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود توان پیش بینی کیفیت زندگی را دارند. بنابراین باید به اهمیت کیفیت روابط اعضای خانواده، به عنوان اساسی ترین نهاد اجتماعی و تعیین کننده کیفیت زندگی فرزندان، بیش از پیش تأکید شود.

کلیدواژه‌ها: الگوهای ارتباطی خانواده، تمایز یافتگی خود، کیفیت زندگی، طلاق

The relationship between Family Communication Patterns and differentiation of self with quality of life of women applicant divorce

Saeid Asgari, PhD
Razi University
Ali reza Rashidi
Razi University

Tayebeh Naghshineh
Razi University
Sharifi
Shahid Ghamran University

Abstract

Considering the importance of a comprehensive range of quality of life, Factors affecting, especially the role of the family and the relationships among its members, it seems essential. Rising divorce statistics indicate that the family has failed to create a sense of satisfaction in couples, especially women who divorce are more likely

than men. Divorce is a problem that is causing the emotional complexity of family and is affected the quality of life. The study has been conducted to determine the relation between Family Communication Patterns and self-differentiation and quality of life of women divorce applicant visiting the Counseling Center of Kermanshah Justice. Descriptive study was correlation and a sample with a volume of ۳۰۰ women by the accessible sampling has been elected. The questionnaires of Family Communication Patterns to collect data, self-differentiation and quality of life (SF-۳۶) were applied. Those in order to analyze the data Pearson correlation and regression analysis were used. The results revealed that there is positive relation between Communication pattern Dialogue and self-differentiation with quality of life and both variables, Family Communication Patterns and self-differentiation, Can predict the quality of life. Therefore, the importance of relation among the members of family as the basic social institution and determinant the quality of children's life, more than ever, should be emphasized.

Key words: self-differentiation - Family Communication Patterns - quality of life – divorce

مقدمه

شاخه جدید علم روانشناسی و دیدگاه نوینش تحت عنوان رویکرد روانشناسی مثبت گرا، درصدد بررسی ظرفیتهای و توانایی های روانشناختی به جای آسیب شناسی روانی است. از اهداف این رویکرد، شناسایی مفاهیمی مانند کیفیت زندگی^۱ است که به تأمین سلامتی و شادکامی افراد و بهره مندی آن ها از یک زندگی سالم کمک کند (اسکالاک و همکاران^۲، ۲۰۰۲). گروه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی^۳، کیفیت زندگی را دریافتهای شخصی فرد از جایگاه زندگی با توجه به فرهنگ و نظام ارزشی که در آن زندگی می کند و متاثر از اهداف، انتظارات و معیارهای مورد نظر فرد می داند (گروه تحقیق سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۰۵؛ فایرز و مچین^۴، ۲۰۰۰؛ کینگ^۵، ۲۰۰۳). ونگر و فربرگ^۶ کیفیت زندگی را خصوصیتی می دانند که حاصل احساس راحتی یا ادراک «خوب بودن» و نیز در راستای توسعه و حفظ منطقی عملکرد جسمانی، هیجانی و عقلانی است (بابز، گانزالز، بسکاران، سایز و بوآسونو^۷، ۲۰۰۱). یکی از عواقب عمده کاهش کیفیت زندگی را افزایش مشکلات روانشناختی ذکر کرده اند (لیو، ۲۰۰۶). کیفیت زندگی می تواند به برآورده شدن رضایت بخش نیازهای انسانی نیز تعریف شود (برون، باولینگ و فاین^۸، ۲۰۰۴). یکی از مولفه های مرتبط با کیفیت زندگی، الگوهای ارتباطی خانواده^۹ است. خانواده سیستم ارتباطی منحصر به فردی است که فراتر از سایر روابط است. از دیدگاه ستیر^{۱۰} در نظام خانواده، عنصر ارتباط، بسیار

^۱. Quality of Life

Schalock, R.L, Brown, I. Bron, R. Cumins, R.A. Felce, D, Matikka, L, Keith, K.D & Paramenter, T.^۱

^۲. WHOQOL Group

^۳. Fayers, P.M, Machin D

^۴. Kink, C.R

^۵. Wnger & Furberg

^۶. Bobes .J, Gonzalez.MP ,Bascaran.C, Saiz PA ,Bousono .M

^۷. Brown, Bowling & Flynn

^۸. Family Communication Patterns

^۹. Satir

تعیین کننده است (گلدنبرگ و گلدنبرگ ۱، ۲۰۰۰). الگوهای ارتباطی آشفته بر سلامت سلامت روان اعضای خانواده اثر چشمگیری دارد (شیفرت و شوارتز، ۲۰۱۱). از آنجا که هرگونه نارسایی در عملکرد خانواده، تاثیر نامطلوبی بر اعضا می گذارد (ساقی و رجایی، ۱۳۸۷) بنابراین چگونگی ارتباط اعضای آن، می تواند عاملی کلیدی در ایجاد انعطاف پذیری و کاهش یا افزایش خطرات مرتبط با رویدادهای ناگوار و شرایط نامناسب باشد (سیلبرن^۳ و همکاران، ۲۰۰۶، به نقل از قمری و خوشنما، ۱۳۹۰). یکی از مدل های مطرح در خانواده که به تعاملات در خانواده و نقش آن در سازگاری موثر با محیط پرداخته است مدل الگوی ارتباطی خانواده است (فیتزپاتریک، ۲۰۰۴). این الگو که توسط ریتچی و فیتزپاتریک ارائه شده است دارای دو جهت گیری گفت و شنود و همنوایی است (کوئرر و فیتزپاتریک، ۲۰۰۲). الگوهای ارتباطی خانواده اولین بار توسط مک لئود و چافی (۱۹۷۲) معرفی شد. آنان باور داشتند که الگوهای ارتباطی بیش از اینکه یک خصیصه شخصیتی باشد، حاصل تجارب ناشی از تعاملات خانوادگی است. این الگوها بر اساس رمزگردانی و رمزگشایی پیام هایی که بین افراد خانواده رد و بدل می شود، شکل گرفته و در نحوه به کار گیری داده ها در تعاملات آینده مورد استفاده قرار می گیرند (فیتزپاتریک و ریتچی ۴، ۱۹۹۴). به اعتقاد کوئرر و فیتزپاتریک (۲۰۰۲) جهت گیری گفت و شنود از طریق تاثیر مثبت بر برون گرایی، استفاده از شیوه های حل تعارض کارآمد، مهارت های ارتباطی قوی تر، مدیریت و کنترل هیجانات، گشودگی به تجربه، حمایت اجتماعی، عزت نفس و تاثیر منفی بر هراس از ارتباط و کمرویی منجر می شود تا افراد بتوانند به شیوه ای جامعه پسند با دیگران ارتباط برقرار کنند (صبری، البرزی و بهرامی، ۱۳۹۲؛ پاکدامن و سپهری، ۱۳۸۹). منظور از جهت گیری همنوایی در ارتباطات خانوادگی، تأکیدی است که بر همسانی نگرشی، ارزشی و اعتقادی و اجتناب از تعارض در تعاملات می شود اعضای خانواده تشویق می شوند

^۱. H Goldenberg I. Goldenberg

^۲. Siffert.& Schwarts

^۳. Silborn

^۴. R Fitzpatrick & itchie

خود را با در نظر گرفتن عضویتشان در خانواده تعریف کنند (فیتزپاتریک، ۲۰۰۴؛ کوئرر و مکی، ۱، ۲۰۰۴). ترکیب این دو بعد، چهار طرحواره ارتباطات خانوادگی را شکل می دهد که الگوهای ارتباطی خانواده نامیده می شوند (کوئرر و فیتزپاتریک، ۲۰۰۲). هر الگو نوع خاصی از خانواده ها را توصیف می کند. این چهار نوع الگو از ترکیب وضعیت های زیاد یا کم بر روی پیوستارهای دو بعد جهت گیری گفت و شنود و جهت گیری همنوایی حاصل می شوند و عبارتند از: خانواده های کثرت گرا، حفظ کننده، ۳، توافق کننده، ۴ و به حال خود واگذارنده، ۵. موفقیت در روابط، قوی ترین تأثیر را بر قضاوت در مطلوبیت از زندگی دارد (تونج و کینگ، ۲۰۰۴). داشتن رابطه مثبت با مهارت های ارتباطی، تاب آوری، رضایت از زندگی و رابطه منفی با اضطراب، اختلال استرس پس از سانحه، اضطراب اجتماعی، افسردگی و مشکلات عاطفی نیز از دیگر ویژگی های خانواده های با گفت و شنود بالاست (کوئرر و فیتزپاتریک، ۲۰۰۲؛ گودی کانست و نیشیدای، ۶، ۲۰۰۱؛ هلسن، ولبرگ و میوس، ۷، ۲۰۰۳؛ برکل و کنستانتین، ۸، ۲۰۰۵). مطالعه کوئرر (۲۰۰۴) نشان داد که الگوی گفت و شنود با حمایت حمایت اجتماعی خانواده همبستگی مثبت و با الگوی همنوایی، همبستگی منفی داشت اما در مطالعه شهرکی ثانوی، نویدیان، انصاری مقدم، فرجی شوی (۱۳۹۰) رابطه معناداری مشاهده نشد. از دیگر مولفه های شناخته شده موثر بر کیفیت زندگی، تمایز یافتگی ۹ خود می باشد که تعادلی است که فرد بین دو نیروی با هم بودن و فردیت (در سطح درون روانی و فراروانی) برقرار می کند و حاصل از آن ایجاد توازن بین حفظ استقلال و تداوم ارتباط با افراد مهم زندگی است (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۱۰).

^۱. Maki

^۲. Ppluralistic

^۳. Pprotective

^۴. Consensual

^۵. Laissez-Faire

^۶. Gudy Kunst

^۷. Helesen, Vllebergh & Meeus

^۸. Berkel & Constantine

^۹. self-differentiation

^{۱۰}. H Goldenberg I. Goldenberg

ترجمه برواتی و همکاران، ۱۳۹۰؛ مته یارد، اندرسون و مارکس ۱، (۲۰۱۱). یکی از بانفوذترین این دیدگاه ها، نظریه تمایز یافتگی بوئن است که بر روابط اولیه در محیط خانواده تأکید کرده و آن را در روابط بعدی مؤثر می داند (یونگ، کلوکو و ویشیر ۲، ۲۰۰۳؛ گلدنبرگ و گلدنبرگ، ترجمه برواتی و همکاران، ۱۳۹۰؛ بیرامی و همکاران، ۱۳۹۱؛ حامدی و همکاران، ۱۳۹۱). بسیاری از روانشناسان و خانواده درمانگران ویژگی های شخصیتی زوجین و چگونگی تجارب کودکی و کیفیت روابط بین اعضای اصلی خانواده را مهم ترین عامل در موفقیت یا عدم موفقیت هر ازدواجی می دانند. هسته اصلی نظریه بوئن، مفهوم تمایز یافتگی خود است که راهی برای فهم وضعیت وابستگی متقابل است. اشخاص با سطح تمایز یافتگی پایین، بیشتر زندگیشان را صرف نگهداری سیستم روابط شان با دیگران نموده و تصمیمات اصلی خود را بر اساس اجتناب از تعارض و آنچه زندگیشان را دچار نوسان نکند می گیرند ولی عملکرد عقلانی افراد تمایز یافته می تواند خودمختاری آنها را حفظ کند (گیسون و دونیگیان ۳، ۲۰۰۶؛ وابی، وابی، پلگ، هالابی و اینایا ۴، ۲۰۰۶). تمایز یافتگی یکی از زمینه های لازم برای سازگاری ارتباطی و روانشناختی می باشد (گلید ۵، ۲۰۰۰). نظریه خانواده درمانی بوئن بیان می کند که کارکرد خانواده و فرد به هم وابسته اند، به این معنا که مشکلات فرد مشکلات خانواده را منعکس می کند و بالعکس (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ترجمه برواتی و همکاران، ۱۳۹۰). خانواده به عنوان نخستین پایگاه شکل گیری شخصیت، اساسی ترین عامل به وجود آورنده تمایز یافتگی افراد است (سلیمان نژاد، ۱۳۸۹) و دارای چهار مولفه است: الف: واکنش هیجانی ۶ حالتی که در آن احساسات فرد بر عقل و منطقش غلبه دارد و در یک دنیای عاطفی، به دام افتاده (پاپکو، ۲۰۰۲؛ نیکولز ۷، ۲۰۰۱)، ب: موقعیت

^۱. Meteyard, J. D., Andersen, K.L., & Marx, E

^۲. Young, J., Klosko, J., & Weishaar,

^۳. Gibson, J. M. Donigian, J

^۴. Whaby, E. Pelg-Poka, Ora. Halaby, Einaya

^۵. Glad, G. E

^۶. emotional reactivity

موقعیت من ۱ که به معنای داشتن عقاید و باورهای مشخص در زندگی است ج: گسلس عاطفی ۲ به معنای فرار از بند پیوندهای هیجانی حل نشده خانواده است (اسکورون و دندی ۳، ۲۰۰۴). وقتی تعاملات میان فردی شدید باشند، افراد کمتر تمایز یافته ممکن است اهمیت خانواده را انکار کرده و یک نمای افراطی از استقلال را نشان دهند (پاپکو، ۲۰۰۲؛ وابی و همکاران، ۲۰۰۶؛ پاپکو و پلگ، ۲۰۰۴) د: امتزاج با دیگران ۴ بدان معنا که فرد به شدت به تأیید و حمایت اطرافیان خود نیاز دارد و رفتارهایش تحت تأثیر سیستم هیجانی محیط شکل می گیرد (اسکورون و دندی، ۲۰۰۴؛ بیرامی، فهیمی، اکبری، میری پیچا گلایی، ۱۳۹۱). تأکید بوئن بر این است که خودشکوفایی مستلزم آن است که فرد از دل بستگی های عاطفی ناگشوده به خانواده اصلی رهایی یابد (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ترجمه برواتی و همکاران، ۱۳۹۰). پژوهشها نشان داده که تمایز یافتگی پایین با اضطراب بالاتر (پلگ و پاپکو، ۲۰۰۲؛ نلسون، ۲۰۰۲)، بروز مشکلات بیشتر و مهارت حل مسأله ضعیف تر (برهمند، ۲۰۱۰) ارتباط دارد. در پژوهش محسنیان، کرملو، گنجوی (۱۳۸۶) تفاوت معناداری در تمایز یافتگی از نظر واکنش هیجانی، جدایی عاطفی و جایگاه من در افراد متقاضی طلاق و عادی یافت شد. در تحقیق اسکورون (۲۰۰۰) بین افراد عادی و متقاضی طلاق از نظر

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

۱. I position
۲. emotional cut off
۳. Skowron & Dandy
۴. fusion with others
۵. Popko, ora, Peleg
۶. Nelson, T. S
۷. Barahmand, U

همجوشی با دیگران تفاوت معناداری وجود نداشت. پژوهشها نشان می دهد که تمایز یافتگی بالا با سازگاری و رضایت زناشویی رابطه مثبت دارد (اسکورون و دندی، ۲۰۰۴؛ مورد اک و گور، ۲۰۰۴؛ میلر، آندرسون و کیلا، ۲۰۰۴؛ کون، ۲۰۰۰؛ اسپیف، ۲۰۰۴؛ تیموری آسفیچی، غلامعلی لواسانی، بخشایش، ۱۳۹۱؛ هیل، ۲۰۰۵) و با بی اعتمادی، درماندگی روانشناختی، اختلال عملکرد رابطه منفی دارد (بارتل^۱ هارنیک و گرگوری، ۲۰۰۳؛ گلید، ۲۰۰۰).

با توجه به آمار کشورها، ۱۰ تا ۳۰ درصد ازدواج ها به طلاق می انجامد (میلانی فر، ۱۳۸۲). بر اساس آمار رسمی در ایران از هر ۱۰۰۰ ازدواج، حدود ۲۰۰ مورد به طلاق منجر می شود (یوسفی، ۱۳۹۰) در این بین کیفیت زندگی زنان مطلقه به طور معناداری پایین تر از زنان غیرمطلقه است (حفاریان، آقایی، کجباف و کامکار، ۱۳۸۸). افراد مطلقه دچار نشانگان درماندگی بیشتر و خودپنداره ضعیفتری نسبت به دیگران هستند (کردتمینی، ۱۳۸۴؛ اخوان تفتی و سیف، ۱۳۸۷). متأسفانه امروزه مشکلات زناشویی، عامل مهمی در ۵۰ درصد از پذیرش شدگان بیمارستانهای روانی است (باقریان نژاد اصفهانی، ۱۳۸۰). روحیه جامعه ایرانی به گونه ای است که شخصیت زن را در چارچوب خانواده می بیند، لذا با شکستن این کانون شخصیت و هویت خانوادگی زن دستخوش اختلال می شود. از آنجا که با شناخت ریشه های مشکلات خانوادگی می توان گام های موثری در جهت حفظ کیان خانواده برداشت؛ بنابراین بررسی روابط اولیه در محیط خانواده و نحوه ارتباطات اعضای آن با یکدیگر، به عنوان عوامل مهم در شکل گیری کیفیت زندگی افراد بسیار اساسی به نظر می رسد. هر چه دیدگاه ما در زمینه بررسی طلاق فنی تر باشد احتمال کاهش بحران و نیز یافتن راه حل های منطقی و مؤثر برای آن، بیشتر خواهد بود. بنابراین هدف از پژوهش حاضر

^۱. Murdock, Nancy.L. and Gore, Paul.A

^۲. Miller, R.B., Anderson, S., Keala, D.K

^۳. Kwon, D.O

^۴. Hill, A

^۵. Bartle-Haring, S, Gregory, P

- عبارت از بررسی رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود با کیفیت زندگی زنان متقاضی طلاق و بررسی این فرضیات است:
- ۱- بین الگوی ارتباطی گفت و شنود و کیفیت زندگی رابطه مثبت وجود دارد.
 - ۲- بین تمایز یافتگی خود و کیفیت زندگی رابطه مثبت وجود دارد.
 - ۳- متغیر های الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود توان پیش بینی کیفیت زندگی را دارند.

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است که به بررسی رابطه بین متغیرها بر اساس هدف تحقیق و تحلیل داده ها با استفاده از شاخص های آماری می پردازد (سرمد، حجازی و بازرگان، ۱۳۸۸). جامعه آماری شامل کلیه زنان متقاضی طلاق مرجوعی از شعبات دادگاه خانواده به مرکز مشاوره دادگستری کرمانشاه در مدت دو ماه بود. چون تعداد مراجعین در طول هفته متفاوت و حدس زدن آمار دقیق ممکن نبود با استفاده از نمونه گیری در دسترس از بین مراجعه کنندگان ۳۰۰ نفر انتخاب و ضمن کسب اطمینان از اینکه واجد ملاک های ورود و خروج هستند، پرسشنامه ها تکمیل شدند. برای تحلیل داده ها از آزمونهای آماری همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون و جهت گردآوری داده ها از ابزار زیر استفاده شد:

الف- پرسشنامه الگوهای ارتباطی خانواده: این پرسشنامه متعلق به ریتچی و فینزپاتریک (۱۹۹۰) است. شامل ۲۶ گویه و در یک طیف ۵ درجه ای از کاملاً مخالفم (نمره ۱) تا کاملاً موافقم (نمره ۵) تنظیم شده است. ۱۵ سوال اول مربوط به سنجش بُعد گفت و شنود و ۱۱ سوال بعدی مربوط به بُعد همنوایی می باشد (مک فرسون، ۲۰۰۴). در پژوهش لطیفیان و کوروش نیا (۱۳۸۶) بررسی روایی ملاکی در بعد جهت گیری گفت و شنود ۰/۷۴ و بعد جهت گیری همنوایی ۰/۴۹ و میزان پایایی ابزار در این دو بُعد، با آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ به دست آمد. پایایی ابزار با میانگین

آلفای کرونباخ ۰/۸۹ (دامنه ۰/۹۲ ° ۰/۸۴) در بعد گفت و شنود و ۰/۷۹ (دامنه ۰/۸۴ ° ۰/۷۳) در بعد هم‌نویسی و همچنین ضریب پایایی ابزار به روش بازآزمایی نیز در بعد گفت و شنود ۰/۹۹ و در بعد هم‌نویسی ۰/۹۳ تا ۰/۷۳ گزارش شده است. در پژوهش هاشمی و لطیفیان (۱۳۹۱) پایایی بُعد گفت و شنود ۰/۹۰ و بُعد هم‌نویسی ۰/۹۱ حاصل شد. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۴ به دست آمد.

ب- پرسشنامه تمایزیافتگی خود: این پرسشنامه جهت سنجش میزان تمایزیافتگی با تمرکز بر روی ارتباطات جاری و مهم زندگی افراد است. فرم اولیه آن توسط اسکورون و فریدلندر در سال ۱۹۹۸ طراحی و در سال ۲۰۰۳ توسط اسکورون و اسمیت تجدیدنظر شد. نسخه نهایی آن توسط جکسون در ۴۶ ماده بر مبنای نظریه بوئن ساخته شد. دارای ۴ زیر مقیاس واکنش عاطفی، گسلس عاطفی، جایگاه من و آمیختگی با دیگران است. سوالات در یک طیف ۶ درجه ای (۱ برای به هیچ وجه در مورد من درست نیست - ۶ برای کاملاً در مورد من درست است) نمره گذاری می شوند. به جز سوالات ۴، ۷، ۱۱، ۱۵، ۱۹، ۲۳، ۲۷، ۳۱، ۳۷ و ۴۳ بقیه سوالات به صورت معکوس نمره می گیرند. حداکثر نمره واقعی فرد ۲۷۶ است. در ایران توسط اسکیان (۱۳۸۴) و یوسفی (۱۳۹۰) هنجاریابی شده است. نمره بالا به معنای تمایزیافتگی پایین است. پایایی هر یک از زیر مقیاسهای واکنش عاطفی ۰/۸۷، گسلس عاطفی ۰/۸۷، جایگاه من ۰/۸۸، آمیختگی با دیگران ۰/۸۶ و برای کل پرسشنامه ۰/۷۲ گزارش شده است (یوسفی، ۱۳۹۰). یونس (۱۳۸۵) ضرایب پایایی پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ و جهانبخشی و کلانترکوشه (۱۳۹۱) ۰/۶۹ و برای خرده مقیاسهای فوق به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۶۱، ۰/۶۴ و ۰/۷۵ گزارش کرد. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۳ به دست آمد.

ج- پرسشنامه کیفیت زندگی (SF - ۳۶): این پرسشنامه توسط وار و شربورن ادرسال ۱۹۹۲ در کشور آمریکا طراحی شد. هدف آن ارزیابی حالت سلامت جسمانی و روانی است. دارای ۳۶ عبارت در ۸ بعد عملکرد جسمی، ایفای نقش

جسمی، دردهای بدنی، سلامت عمومی، انرژی و نشاط، ایفای نقش عاطفی، سلامت روانی و عملکرد اجتماعی می باشد. هر چه میانگین نمرات به صفر نزدیکتر باشد نشانه کیفیت زندگی پایین تر است (جلیلی و همکاران، ۱۳۹۲؛ حاتملوی سعدآبادی و باباپورخیرالدین، ۱۳۹۱). در ایران توسط منتظری، گشتاسی و وحدانی نیا (۱۳۸۴) با روش ترجمه و ترجمه مجدد به فارسی برگردانده و هنجاریابی شده است. روایی و پایایی آن برای خرده مقیاسها از ۰/۷۷ تا ۰/۹۵ تعیین شده. پایایی کلی در آمریکا، اروپا و آسیا به ترتیب برابر با ۰/۹۵، ۰/۹۶ و ۰/۹۶ است و پایایی نسخه فارسی این آزمون برابر ۰/۹۲ به دست آمده و دارای ضرایب همسانی درونی قابل قبولی هستند (تمنایی فر و اخوان حجازی، ۱۳۹۲). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۱ به دست آمد.

نتایج

جدول ۱ اطلاعات مربوط به میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره را در متغیرهای مورد مطالعه نشان می دهد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه در نمونه مورد بررسی

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره
گفت و شنود	۴۷/۴۵	۱۵/۶۶	۱۵	۷۵
همنوایی	۳۱/۰۹	۱۰/۸۳	۱۱	۵۵
نمره کل الگوهای ارتباطی	۷۸/۵۴	۱/۷۱	۲۷	۱۲۲
جایگاه من	۴۶/۹۶	۹/۲۴	۲۵	۶۶
گسلش عاطفی	۴۳/۴۲	۹/۰۲	۱۹	۶۷
آمیختگی با دیگران	۴۶/۲۳	۹/۸۴	۲۷	۷۰
واکنش عاطفی	۴۶/۹۶	۹/۲۴	۲۵	۶۶
نمره کل تمایز یافتگی	۱۸۳/۵۶	۳۱/۶۳	۱۰۲	۲۵۱

۳۰	۱۰	۵/۶۲	۲۴/۳۹	سلامت عمومی
۸	۴	۱/۴۷	۵/۹۹	عملکرد جسمانی
۶	۳	۱/۱۲	۴/۰۶	محدودیت ایفای نقش به دلایل جسمانی
۲۴	۵	۴/۳۷	۱۴	محدودیت ایفای نقش به دلایل عاطفی
۲۸	۵	۵/۴۸	۱۸/۳۱	درد بدنی
۱۰	۲	۱/۸۳	۶/۳۲	عملکرد اجتماعی
۱۰	۲	۲/۵۱	۶/۲۸	خستگی یا نشاط
۲۵	۵	۴/۴۷	۱۶/۶۴	سلامت عاطفی
۱۳۴	۴۶	۱۹/۲۸	۹۵/۹۷	نمره کل کیفیت زندگی

جدول ۲. ضرایب همبستگی بین خرده مقیاس‌های الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود با خرده مقیاس‌های کیفیت زندگی

کیفیت زندگی	سلامت عاطفی	خستگی یا نشاط	عملکرد اجتماعی	درد بدنی	محدودیت ایفای نقش به دلایل عاطفی	محدودیت ایفای نقش به دلایل جسمانی	عملکرد جسمانی	سلامت عمومی	متغیرها
۰/۱۷	۰/۳۳	-۰/۱۰	۰/۱۹	۰/۱۶	۰/۰۷	-۰/۰۹	۰/۰۴	۰/۱۵	گفت و شنود
-۰/۳۳	-۰/۲۰	-۰/۱۴	-۰/۲۷	۰/۳۳	-۰/۳۳	-۰/۰۷	-۰/۳۲	-۰/۱۴	همبندی

جایگاه من	-۰/۰۵	-۰/۱۶	-۰/۲۰	-۰/۴۰	-۰/۳۲	-۰/۳۰	-۰/۳۳	-۰/۳۷	-۰/۳۸
گسلش عاطفی	-۰/۲۵	-۰/۱۸	۰/۰۰۱	-۰/۲۵	-۰/۲۴	-۰/۱۵	-۰/۲۰	-۰/۱۸	-۰/۳۰
دیگران آمیختگی با	۰/۰۶	-۰/۲۱	-۰/۰۱	-۰/۲۵	-۰/۱۴	-۰/۱۶	-۰/۳۰	-۰/۱۳	-۰/۱۸
واکنش عاطفی	-۰/۰۵	-۰/۱۶	-۰/۲۰	-۰/۴۰	-۰/۳۲	-۰/۳۰	-۰/۳۳	-۰/۳۷	-۰/۳۸
تمایز یافتگی	-۰/۰۸	-۰/۲۱	-۰/۱۲	-۰/۳۸	-۰/۳۰	-۰/۲۷	-۰/۳۴	-۰/۳۱	-۰/۳۶

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که بین الگوی ارتباطی گفت و شنود و کیفیت زندگی همبستگی مثبت ($r = ۰/۱۷$ ، $P < ۰/۰۰۴$) و بین الگوی ارتباطی همنوایی و کیفیت زندگی همبستگی منفی وجود دارد ($r = -۰/۳۳$ ، $P < ۰/۰۰۱$). بین جایگاه من و کیفیت زندگی ($r = -۰/۳۰$ ، $P < ۰/۰۰۱$)، گسلش عاطفی و کیفیت زندگی ($r = -۰/۳۸$ ، $P < ۰/۰۰۱$)، واکنش عاطفی و کیفیت زندگی ($r = -۰/۳۸$ ، $P < ۰/۰۰۱$)، و دیگران و کیفیت زندگی ($r = -۰/۱۸$ ، $P < ۰/۰۰۲$) همبستگی منفی وجود دارد و در حالت کلی بین تمایز یافتگی خود و کیفیت زندگی همبستگی $-۰/۳۶$ وجود دارد که در سطح $۰/۰۰۱$ معنادار است.

جدول ۳. نتایج پیش بینی کیفیت زندگی بر اساس خرده مقیاس‌های الگوهای ارتباطی خانواده و خرده مقیاس‌های تمایز یافتگی خود

متغیر ملاک	R	RS	F	Sig
کیفیت زندگی	۰/۳۴	۰/۱۱	۶/۴۲	۰/۰۰۰

نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره نشان می‌دهد خرده مقیاس‌های الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود می‌توانند حدود ۰/۱۱ تغییرات کیفیت زندگی را پیش بینی کنند.

جدول ۴. ضرایب رگرسیونی برای پیش بینی کیفیت زندگی بر اساس الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود

Sig	T	ضرایب غیر استاندارد			متغیرهای پیش‌بین
		ضرایب- استاندارد	Beta	Std	
۰/۳۵	۰/۹۲	۰/۰۵	۰/۰۳	۰/۰۳	گفت و شنود
۰/۰۰۲	-۳/۱۹	-۰/۱۸	۰/۰۵	-۰/۱۷	همنوایی
۰/۸۹	-۰/۱۲	-۰/۰۰۷	۰/۱۰	-۰/۰۱	جایگاه من
۰/۰۲	-۲/۲۷	-۰/۱۷	۰/۰۷	۰/۱۷	آمیختگی با دیگران
۰/۰۰۱	۳/۵	۰/۲۶	۰/۰۸	۰/۲۸	واکنش عاطفی
۰/۲۹	۱/۰۴	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	گسلش عاطفی

بر اساس نتایج جدول ۴، از خرده مقیاس‌های الگوهای ارتباطی خانواده، الگوی همنوایی با ضریب تاثیر ۰/۱۸- توان پیش بینی کیفیت زندگی را دارد و از خرده مقیاس‌های تمایز یافتگی، خرده مقیاس آمیختگی با دیگران با ضریب تاثیر ۰/۱۷- و

خرده مقیاس واکنش عاطفی با ضریب تاثیر ۰/۲۶ می تواند تغییرات مربوط به کیفیت زندگی را پیش بینی نماید.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه‌ی بین الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود با کیفیت زندگی زنان متقاضی طلاق انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد بین الگوی ارتباطی گفت و شنود و کیفیت زندگی همبستگی مثبت و بین الگوی ارتباطی همنوایی و کیفیت زندگی همبستگی منفی وجود دارد. این یافته همسو با یافته های رحیمی و خیر (۱۳۸۸) و شهرکی ثانوی و همکاران (۱۳۹۰) است. بنابراین ارتقاء سطح گفت و شنود خانواده ضامن بهبودی کیفیت زندگی اعضا است. همواره ارتباطات موجود در بین اعضای خانواده به عنوان یکی از مهمترین جنبه های روابط بین فردی و کلیدی برای فهم مکانیسم های تحت تأثیر روابط خانوادگی قلمداد می شوند. تحقیقات نشان می دهد که خانواده هایی که همبستگی و ارتباط کمتری باهم دارند، اختلاف و ناسازگاری در بین آنها بیشتر است (البرزی، ۱۳۸۶؛ هلسن، ولبرگ و میوس، ۲۰۰۳). در تبیین این یافته می توان گفت هر قدر افراد در محیط خانواده هیجانات خود را بروز دهند و در ابراز احساسات خود تشویق شوند و بتوانند آزادانه به بحث و تبادل نظر در طیف وسیعی از موضوعات پردازند می توانند از کیفیت زندگی بهتری برخوردار باشند. این یافته را براساس نتایج پژوهش های قبلی نیز می توان تبیین نمود؛ بدین ترتیب که تقویت بعد گفت و شنود منجر به استفاده از شیوه های حل تعارض کارآمد و رابطه سالم والد- فرزندی (پاکدامن و سپهری، ۱۳۸۹) و افزایش عزت نفس، دوست داشتن دیگران، توجه به عواطف و احساسات دیگران، احساس مسئولیت، تبحر در حل مسائل، مهارت های ارتباطی قوی تر، سطح تاب آوری بالاتر و رشد استقلال، قدرت مدیریت موقعیت ها بر اساس توانایی های شخصی شان می شود (ناردلو، ۲۰۰۲). به همین دلیل افراد دارای جهت گیری گفت و شنود به انسان و زندگی دیدگاه مثبت تری پیدا می کنند. براساس دیدگاه مازلو یکی از نیازهای انسان مورد احترام واقع شدن

است. در صورت برآورده شدن رضایت بخش این نیاز از سوی خانواده، فرد احساس ارزشمندی می‌کند و مستقیماً کیفیت زندگی وی تحت تأثیر قرار می‌گیرد. خانواده‌های که روابط ضعیفی دارند دچار گسستگی عاطفی، فقدان صمیمیت و عدم انطباق‌پذیری می‌شوند در تبیین رابطه منفی هم‌نوابی با کیفیت زندگی باید گفت چون در این خانواده‌ها تأکید روی هم‌گن شدن عقاید و نگرش‌ها است، فرزندان احساسات خود را کتمان کرده و از طرح مسائل چالش‌برانگیز اجتناب می‌کنند. در نتیجه مهارت‌چندانی برای رویارویی با مشکلات احتمالی نداشته و به دیگران متکی می‌مانند. این نوع روابط زمینه‌ساز مشکلات اساسی در آینده خواهند شد (سپهری و مظاهری، ۱۳۸۸). کارکرد موفق افراد در زندگی آینده بستگی زیادی به نوع ارتباطات اعضای خانواده مبدأ دارد. همچنین نتایج نشان داد که بین خرده‌مقیاس‌های تمایز یافتگی خود و کیفیت زندگی همبستگی معنادار وجود دارد. یافته‌ها همسو با یافته‌های محسنیان (۱۳۸۶) و اسکورون و دندی (۲۰۰۴) بود ولی نتایج مربوط به آمیختگی با دیگران با یافته‌های اسکورون (۲۰۰۰) همسو نبود. افزایش تمایز یافتگی خود به فرد کمک می‌کند در موقعیت‌های گوناگون کنترل موثقی داشته باشد و توانایی بیشتر در کسب جایگاه من در ارتباطات بین فردی، همراه با واکنش‌پذیری عاطفی علاوه بر اینکه نشانه سطح بالای کنترل موفق هستند، تضمین‌کننده بهبودی سطح کیفیت زندگی هم می‌باشند. در پژوهش احدی و علیزاده اصلی (۱۳۹۰) نتایج نشان داد هم‌آمیختگی با دیگران بیشترین رابطه را با کیفیت زندگی دارد هم‌آمیختگی با دیگران به دلیل اینکه تحت تأثیر نظام عاطفی محیط و واکنش اطرافیان شکل می‌گیرد بیشترین تأثیر را در کاهش کیفیت زندگی دارد. بر اساس شواهد، الگوهای تمایز یافتگی خانواده اصلی، تأثیر مهمی بر اضطراب فرزندان، عملکرد اجتماعی و نشانه‌های روانی - جسمی دارد (پاپکو، ۲۰۰۴؛ بیرامی و همکاران، ۱۳۹۱؛ گلدنبرگ و گلدنبرگ، ترجمه برواتی و همکاران، ۱۳۹۰؛ یونگ و همکاران، ۲۰۰۳). از دیدگاه بوئن تمایز یافتگی به فرد کمک می‌کند مسیر خود را ترسیم کند بدون آنکه دائماً از رهنمودهای دیگران پیروی نماید. افراد کمتر تمایز یافته از لحاظ عاطفی، بسیار واکنش‌پذیرند، باورهای تعریف شده‌ای برای

خود ندارند. به شدت به حمایت دیگران نیازمندند، قادر به ایجاد مرزها و حریم های شخصی سالم در روابط شان نیستند به همین دلیل از ترس آشفتگی های ناشی از هم آمیختگی با دیگران و پیامدهای آن از برقراری ارتباط صمیمی و نزدیک شدن به دیگران گریزانند و مستعد مشکلات روانشناختی و بروز نشانه های بیماری هستند (شکیبایی، ۱۳۸۵). همجوشی عاطفی را می توان وابسته به فرهنگ جمع گرایی ایرانی دانست. در فرهنگ جمع گرایی ما ایرانیان افراد هویت خود را در جمع جستجو می کنند و با منسوب شدن به آن خود را شناخته و به دیگران می شناسانند. در فرهنگ شرقی اگر کسی قاطع باشد و نظرات و دیدگاه ها و خواسته های خود را صریحاً ابراز کند خودخواه به نظر می رسد و با انتظار گروه هماهنگ نیست. از جمله محدودیتهای پژوهش این بود که افراد نمونه در شرایط روانی مناسبی قرار نداشتند بنابراین احتمالاً تکمیل پرسشنامه ها با دقت و تمرکز لازم صورت نمی گرفت. با این حال فقط از کسانی که کاملاً تمایل به همکاری داشتند تقاضا شد که نسبت به تکمیل فرم ها اقدام نمایند. جهت افزایش قابلیت تعمیم و بررسی دوباره متغیرها، پیشنهاد می شود این پژوهش در نمونه های پژوهشی دیگر، به تفکیک دلیل تقاضای طلاق، با در نظر گرفتن متغیرهای جمعیت شناختی از قبیل وضعیت اقتصادی و جایگاه اجتماعی و استفاده همزمان از مصاحبه در کنار اجرای پرسشنامه و نیز روی جامعه مردان تکرار شود. بهترین راه کاستن از آسیب های طلاق، پیشگیری از وقوع آن است. اقدام به برنامه ریزی هایی در رابطه با بهبودی رابطه بین اعضای خانواده از طریق آموزش در مراکز آموزش دانشگاهی، مشاوره و درمان خانواده ها، آموزش مهارت های ارتباطی از طریق رسانه ها و ... باید مورد توجه قرار گیرد. درمانگران و مشاوران خانواده و ازدواج می توانند با تکیه بر یافته های چنین پژوهشهایی، اقداماتی موثر در جهت حل تعارضات زوجین انجام دهند. با عنایت به نتایج تحقیق، پیشنهاد می گردد تا سیاستگذاران حوزه کیفیت زندگی به طراحی سیاستهای عملی که به افزایش میزان حمایت اجتماعی و تقویت باورهای دینی و در نتیجه، کاهش پریشانی های روانی و ارتقاء کیفیت زندگی منجر گردد، پردازند.

منابع

- احدی، حسن؛ علیزاده اصلی، افسانه. (۱۳۹۰). پیش‌بینی کیفیت زندگی دانشجویان دختر بر اساس متغیرهای تمایز یافتگی و تاب‌آوری، زن و مطالعات خانواده، ۱۴، ۴۲-۲۷.
- اخوان تفتی، مهناز؛ سیف، سوسن. (۱۳۸۷). شوک پس از طلاق، فصلنامه علمی - پژوهشی انجمن مشاوره ایران، پاییز و زمستان.
- اسکیان، پرستو. (۱۳۸۴). بررسی سایکودرام بر افزایش تمایز یافتگی خود فرد از خانواده اصلی در دانش‌آموزان دبیرستان منطقه ۵ تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تربیت معلم.
- البرزی، محبوبه. (۱۳۸۶). تبیین واسطه‌گری باورهای انگیزشی در مدل خلاقیت کودکان با رویکرد به متغیرهای خانوادگی، مدرسه‌ای و باورهای اسنادی در دانش‌آموزان مقطع ابتدایی، رساله دکتری در رشته روانشناسی تربیتی، دانشگاه شیراز.
- باقریان نژاد اصفهانی، زهرا. (۱۳۸۰). مقایسه ابعاد نارضایتی زناشویی زنان و مردان متقاضی طلاق شهر اصفهان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.
- بیرامی، منصور؛ فهیمی، صمد؛ اکبری، ابراهیم؛ میری پیچا گلایی، احمد. (۱۳۹۱). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و مولفه‌های تمایز یافتگی. اصول بهداشت روانی، ۱.
- تمنایی فر، محمد رضا؛ اخوان حجازی، زهرا سادات. (۱۳۹۲). مقایسه سلامت روان و کیفیت زندگی در مبتلایان به سندروم روده تحریک پذیر و افراد سالم در کاشان، ماهنامه علمی-پژوهشی فیض، شماره ۲.
- تیموری آسفیچی، علی؛ غلامعلی لواسانی، مسعود؛ بخشایش، علیرضا. (۱۳۹۱). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و خودتمایزسازی. فصلنامه خانواده‌پژوهی، (۸)، ۳۲، ۴۶۳-۴۴۱.

- جلیلی، نسرین؛ گودرزی، مهرانوش؛ رصافیانی، مهدی؛ حق گو، حجت اله؛ دالوند، حمید؛ فرضی، مرجان. (۱۳۹۲). بررسی کیفیت زندگی مادران کودکان مبتلا به فلج مغزی شدید و عوامل موثر بر آن، مجله علمی-پژوهشی توان بخشی نوین، دانشگاه علوم پزشکی تهران، شماره ۳.

- جهان بخشی، زهرا؛ کلاترکوشه، سیدمحمد. (۱۳۹۱). رابطه ابعاد طرح واره های ناسازگار اولیه و تمایز یافتگی با رغبت به ازدواج در دانشجویان دختر و پسر دانشگاه علامه. فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، ۲۵۴ ° ۲۳۴ .

- حاتملوی سعدآبادی، منیژه؛ باباپور خیرالدین، جلیل. (۱۳۹۱). مقایسه کیفیت زندگی و روشهای مقابله ای در افراد دیابتی و غیر دیابتی، مجله علمی- پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد، شماره ۵.

- حامدی، رباب؛ خسروی، زهره؛ پیوسته گر، مهرانگیز؛ درویزه، زهرا؛ خدابخش، روشنگر؛ صرامی، غلامرضا. (۱۳۹۱). بررسی تمایز یافتگی خود و کیفیت رابطه با غیر هم جنس در دانشجویان مجرد. مطالعات روانشناختی، ۸ (۴)، ۷۱ ° ۵۷ .

- حفاریان، لیلا؛ آقایی، اصغر؛ کجیاف، محمدباقر؛ کامکار، منوچهر. (۱۳۸۸). مقایسه کیفیت زندگی و ابعاد آن در زنان مطلقه و غیرمطلقه و رابطه آن با ویژگی های جمعیت شناختی در شهر شیراز، فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، سال ۱۱، شماره ۴۱.

- رحیمی، مهدی؛ خیر، محمد. (۱۳۸۸). رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده و کیفیت زندگی دانش آموزان دوره متوسطه شهر شیراز، مطالعات آموزشی و روانشناسی دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۰ (۱)، ۲۵-۵.

- ساقی، حسین؛ رجایی، علیرضا. (۱۳۸۷). بررسی رابطه ادراک نوجوانان از عملکرد خانواده با سازگاری آنها، مجله اندیشه و رفتار، دوره سوم، شماره ۱، ۷۱-۷۷ .

- سپهری، صفورا؛ پاکدامن، شهلا. (۱۳۸۹). الگوهای ارتباطی خانواده و تعارضات فرزندان و والدین، مجله روش ها و مدل های روانشناختی دانشگاه آزاد مرودشت، ۱(۲)، ۷۵-۹۱.
- سپهری، صفورا؛ مظاهری، محمد علی. (۱۳۸۸). الگوهای ارتباطی خانواده و متغیرهای شخصیتی در دانش آموزان، روانشناسی تحولی: روان شناسان ایرانی، ۲۲، ۱۴۱ - ۱۵۰.
- سرمد، زهره؛ بازرگان، عباس؛ حجازی، الهه. (۱۳۸۸). روش های تحقیق در علوم رفتاری، تهران: آگاه.
- سلیمان نژاد، اکبر. (۱۳۸۹). تاثیر روان نمایشگری بر افزایش تمایزیافتگی فرد از خانواده در دانشجویان پرستاری، مجله پزشکی ارومیه، ۲۷(۱)، ۳۷-۴۷.
- شکیبایی، طیبه. (۱۳۸۵). بررسی تأثیر آموزش خود متمایزسازی بر سلامت روان زنان پس از طلاق. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبائی.
- شهرکی ثانوی، فریبا؛ نویدیان، علی؛ انصاری مقدم، علیرضا؛ فرجی شوی، مهدی. (۱۳۹۰). بررسی رابطه الگوهای ارتباطی خانواده بر کیفیت زندگی نوجوانان، مشاوره و روان درمانی خانواده، ۱(۱)، ۱۱۴-۱۰۱.
- صبری، مصطفی؛ البرزی، محبوبه؛ بهرامی، محمود. (۱۳۹۲). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده، هوش هیجانی و خلاقیت هیجانی در دانش آموزان دبیرستانی، اندیشه های نوین تربیتی، ۹(۲).
- قمری، محمد؛ خوشنام، امیر حسین. (۱۳۹۰). بررسی رابطه عملکرد خانواده اصلی و کیفیت زندگی در بین دانشجویان. فصلنامه خانواده پژوهی، ۷(۲۷)، ۳۵۴-۳۴۳.
- کردتمینی، بهمن. (۱۳۸۴). نقش ازدواج مجدد در سلامت روان همسران و فرزندان شاهد تهران و سیستان و بلوچستان، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.

- کوروش نیا، مریم. (۱۳۸۵). بررسی تأثیر ابعاد الگوهای ارتباطی خانواده بر میزان سازگاری روانی فرزندان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز.
- کوروش نیا، مریم؛ لطیفیان، مرتضی. (۱۳۸۶). بررسی روایی و پایایی ابزار تجدید نظر شده الگوهای ارتباطی خانواده، خانواده پژوهی، ۱۲، ۸۷۵-۸۵۵.
- گلدنبرگ، ای؛ گلدنبرگ، ه. (۱۳۹۰). خانواده درمانی (ترجمه حمید رضا حسین شاهی برواتی و همکاران). تهران: روان (تاریخ انتشار به زبان اصلی ۱۹۳۴).
- محسنیان، محمد؛ کرملو، سمیرا؛ گنجوی، آناهیتا. (۱۳۸۶). رابطه تمایز یافتگی خود و هوش هیجانی در متقاضیان طلاق، فصلنامه خانواده پژوهی، سال ۳ (شماره ۱۲).
- منتظری، علی؛ گشتاسبی، آرزیتا؛ وحدانی نیا، مریم سادات. (۱۳۸۴). ترجمه، تعیین پایایی و روایی گونه فارسی پرسشنامه SF-۳۶، مجله ی پایش شماره ۵ (۱)، ۴۹-۵۶.
- میلانی فر، بهروز. (۱۳۸۲). بهداشت روانی، تهران: ققنوس.
- هاشمی، لادن؛ لطیفیان، مرتضی. (۱۳۹۱). پیش بینی کمال گرایی بهنجار و نوروتیک دختران توسط ابعاد کمال گرایی مادران و الگوهای ارتباطی خانواده، خانواده پژوهی، ۸، ۳۲.
- یوسفی، ناصر. (۱۳۹۰). بررسی شاخص های روان سنجی مقیاس خانوادگی تفکیک خویشتن، فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، شماره ۱.
- یوسفی، ناصر. (۱۳۹۰). مقایسه اثربخشی دو رویکرد خانواده درمانی مبتنی بر طرحواره درمانی و نظام عاطفی بوون بر طرحواره های ناسازگار اولیه در مراجعان متقاضی طلاق شهر سقز. اصول بهداشت روانی، ۱۳ (۴).
- یونسی، فاطمه. (۱۳۸۵). هنجاریابی آزمون خود متمایزسازی (DSI - R) در بین افراد ۲۵ تا ۵۰ ساله. پایان نامه ی کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی.

- Adokola, B.(۲۰۱۰). Gender Diffrence in the Experience of Work Burn. out Among University Staffs. **African Journal of Business Management**. ۴(۲):۸۸۶-۸۸۹.
- Barahmand, U.(۲۰۱۰). Self Differentiation in women with and without mental disorders .**Procedia social and Behavioral Sciences** ,۵ ,۵۵۹-۵۶۲ .
- Bartle-Haring, S, Gregory, P.(۲۰۰۳). Relationship between differentiation of self and the stress and distress associated with predictive cancer genetic counseling and testing: preliminary evidence. **Famle sect Health**; ۲۱(۴): ۳۵۷-۸۱.
- Berkel,L, & Constantine,M.G(۲۰۰۵). Relational variables and life satisfaction in African American and Asian American college woman.**Jornal of collge counseling** ,۸,۵-۱۵.
- Bobes .J, Gonzalez.MP,Bascaran.C, Saiz PA,Bousono .M (۲۰۰۱). Quality of life and disability in patients with obsessive – compulsive disorder.**European Psychiatry** .۱۶(۴), ۲۳۹ –۲۴۲ .
- Brown, J. Bowling, A. Flynn, T. (۲۰۰۴). Models of quality of life: a taxonomy, overview and systematic review of the literature. **Erropean Forum on population ageing Research**, ۴۱(۱۰), ۱۲-۱۴.
- Fayers, P.M,Machin D(۲۰۰۰). Introduction in:quality of life assessment ,analysis and interpretation .John Wiley and Sons, ۳-۱۰.
- Fitzpatrick,M.A.(۲۰۰۴). The family communication Patterson theory : Observation on its development and application. **Journal of family communication**, ۴,۱۶۷-۱۷۹.
- Fitzpatrick,M.A.& Ritchie,L.D(۱۹۹۴). Communication schemata within the family: Multiple perspectiveson family interaction. **Human Communication Research** ,۲۰, ۲۷۵-۳۰۱.
- Gibson, J. M. Donigian, J. (۲۰۰۶). Use of Bowen Theory **Journal of addictions & Offender Counseling, Vol ۱۴ Issu۱**.
- Glad, G. E. (۲۰۰۰). The effect of self differentiation on marital conflict. **American Journal of Pastoral Psychology**, ۲, ۶۵-۷۶.

- Goldenberg , I. Goldenberg,H.(۲۰۰۰) . **Family Therapy .Canada :Thomson Learning.**
- Gudy Kunst,W,B.& Nishida,T.(۲۰۰۱). Cultural variability in communication :**An introduction , communication Research , ۲۴, ۳۲۷-۳۴۸.**
- Hill, A . (۲۰۰۵). Predictors of relationship satisfaction. Unpublished doctoral dissertation . School of Behaviorism , Alliant international university , Los Angeles , California .
- Kink, C.R(۲۰۰۳) .overview of quality of life and controversial issues.In quality of life from nursing and patient perspective .New York: Jones and Bartlett publishers, ۲۹-۴۴.
- Koerner , A.F(۲۰۰۴). Family communication patterns and social support in families of origin and adult childrens subsequent Intimate Relationships.International Association for Relationship Research conference ,Madison,WI, ۱-۳۹.
- Koerner ,F,A. & Fitzpatrick ,M,A.(۲۰۰۲). Understanding family communication Patterso and family functioning : the role of conversation orientation and conformity orientation . **communication Yearbook , ۲۶, ۳۷-۶۹.**
- Koerner ,F,A. & Maki,L.(۲۰۰۴). Family communication patterns and social support in families of origin and adult childrens subsequent intimate relationships. Paper presented at the International Association for Relationship Research Conference ,Madison,WI, ۱-۳۹.
- Kowrn, D.O. (۲۰۰۰). The relationship between marital satisfaction, self esteem and Bowen differentiation of self. Unpublished doctoral dissertation, School of Behaviorism, Alliant International University, Los Angeles, California.
- Liu, L. (۲۰۰۶). Quality of life as a social representation in china: a qualitative study. **Social research, ۷۵, ۲۱۷-۲۴۰.**
- Mcleod,J.M& chaffee,S.H(۱۹۷۲). The construction of social reality .In J Tedeschi (Ed), the social Influence Process, (PP.۵۰-۵۹) Chicago:Aldine Atherton.

- Meteyard, J. D., Andersen, K.L., & Marx, E. (۲۰۱۱). Exploring the Relationship between Differentiation of self and Religious Questing in students from Two Faith based Colleges. *Pastoral Psychol.* DOI 10.1007/s11089-011-0401-4 .
- McPherson.M.E(۲۰۰۴). parenting behavior, adolescent depressio, Alcohol use, Tobacco use and acaademic performance: A path model Athesis submitted to the faculty of vivginia polytechnic institute and university in partial fulfillment of the requirements for the degree of master of science in Human development.
- Miller, R.B., Anderson, S., Keala, D.K. (۲۰۰۴). Is Bowen theory valid? A review of basic research.**Journal of marital and family therapy**, ۳۰,۴۵۳ - ۴۷۰.
- Murdock, Nancy.L. and Gore, Paul.A.(۲۰۰۴). Stress Coping And Differentiation Of Self: ATestf Bowen Theory. **Contemporary Family Therapy**, ۲۶(۳):۳۱۹-۳۳۵.
- Nardello , A.M.(۲۰۰۲). The relationship between family communication patterns and Locus of control . Master dissertation , west Virginia university.
- Nelson, T. S. (۲۰۰۲). Differentiation: An investigation of Bowen therapy with clinical and nonclinical couples (Doctoral dissertation, The university of Iowa: Dissertation Abstracts International), ۴۸,۲۵-۲۳.
- Nichols ,MP.(۲۰۰۱). Family therapy :Concept and Method .Boston : Allyn and Bacom .
- Popko,ora ,Peleg .(۲۰۰۲). Bowen Theory : A Study of Differentiation of self, Social Anxiety And Phsychological Symptoms. **Contemporary Family Therapy** , ۲۴ (۲) , Human Sciences Press.
- Popko,ora , Peleg .(۲۰۰۴). Differentiation and anxiety in Adolescents , university of Haifa . **Journal of Adolescents** , ۲۷ ,۶۴۵-۶۶۲ .
- Ritch,L.D.& fitzpatrick,M.A.(۱۹۹۰). Family communication patterns: Measuring. Intrapersonal perceptions of interpersonal relationships. **Communication Research** , ۱۷(۴) , ۵۲۳- ۵۴۴.

- Schalock,R.L, Brown,I. Bron,R. Cumins,R,A. Felce,D, Matikka,L ,Keith,K.D & Paramenter,T.(۲۰۰۲). Conceptualization ,measurement and application of quality of life for persons with intellectual disabilities: rept of an international panel of experts. **Mental Retardation** ,۴۰, ۶, ۴۵۷-۴۷۰.
- Schiff , S.E (۲۰۰۴). Family Systems Theory Aslteracy Analysis . University Of Florida.
- Siffert ,A.& Schwarts ,B. (۲۰۱۱). Spouses demand and withdrawal during marital conflict in relation to well-begin. **Journal of Social and Personal Relationships**, ۲۸(۲) :۲۶۲- ۲۷۷.
- Skoworn ,E.A.(۲۰۰۰). The role of differentiation of self in marital adjustment .**Journal of Counseling Psychology** ,۴۷,۲۲۹-۲۳۷.
- Skowron, E. A., & Dandy, A. K. (۲۰۰۴). Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. **Contemporary Family Therapy: An International Journal**, ۲۶, ۳۳۷-۳۵۷.
- The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL) (۲۰۰۵) Position Paper from the World Health Organization. **Social Science and Medicine**, ۴۱, ۱۴۰۳-۱۴۰۹.
- Twenge, J. & king, I. (۲۰۰۴). A good life is a personal life relationship fulfillment and work fulfillment in judgments of life quality. **Journal of Research in personality**, Vol ۳۹, No, ۳. ۳۳۶-۳۵۳.
- Whaby,E. Pelg-Poka, Ora. Halaby, Einaya.(۲۰۰۶). The relationship of maternal separation anxiety & differentiation of self to childrens separation anxiety & Adjustment to kindergarten :in Druze families . The **Journal of anxiety Disorders .University of Haifa**. ۱۲۸.
- Young, J., Klosko, J., & Weishaar, M. (۲۰۰۳). Schema therapy: A practitioner's guide. New York: Guildford.