

## The mediating role of self-differentiation in the relationship between resiliency and marital burnout in married women

Salman Zarei<sup>1</sup>

1-Assistant professor in counseling, Psychology Department, Lorestan University, Khorramabad, Iran (Corresponding Author). ORCID: 0000-0002-4627-4854 E-mail: Salman\_zarei@yahoo.com

Received: 04/12/2018

Accepted: 23/02/2019

### Abstract

**Introduction:** The relationship between resiliency and marital burnout has received both theoretical and empirical support. However, less is known about the mechanisms by which resiliency may influence marital burnout.

**Aim:** The aim of present study was to investigate the mediating role of self-differentiation in the relationship between resiliency and marital burnout among married women in Tehran.

**Method:** The research design was descriptive– correlational, where, 200 participants selected through available sampling. Couple burnout Scale (CBS), Conner and Davidson Resilience Scale (CD-RISC) and Differentiation of Self Inventory (DSI) were conducted to collect data. Then collected data were analyzed using Pearson correlation and path analysis.

**Results:** Path analysis results showed that resiliency had a significant negative direct effect on marital burnout ( $P < 0.01$ ,  $\beta = -0.212$ ), whilst it had a significant positive direct effect on self – differentiation ( $P < 0.01$ ,  $\beta = 0.459$ ). Also, Path analysis showed that indirect effect of resiliency on marital burnout through self- differentiation ( $P < 0.05$ ,  $\beta = -0.096$ ) was significant.

**Conclusion:** The present study highlighted the mediating role of self-differentiation as an underlying mechanism between resiliency and marital burnout. Therefore, developing self-differentiation in married women could be a good way to protect them in the face of adversities during marital life.

**Keywords:** Burnout, Differentiation, Marriage, Resiliency

---

**How to cite this article :** Zarei S. The mediating role of self-differentiation in the relationship between resiliency and marital burnout in married women. Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry. 2019; 6 (2): 62-73 .URL :<http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-590-fa.pdf>

## نقش واسطه ای خودتمایز یافتگی در رابطه بین تاب آوری با دلزدگی زناشویی در زنان متاهل

سلیمان زارعی<sup>۱</sup>

۱. استادیار مشاوره، گروه روان شناسی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران (مؤلف مسئول). ایمیل: Salman\_zarei@yahoo.com

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۱۲/۰۴

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۷/۰۹/۱۳

### چکیده

**مقدمه:** رابطه بین تاب آوری و فرسودگی زناشویی از حمایت نظری و تجربی کافی برخوردار است، اما درباره سازوکارهای که تاب آوری از طریق آنها بر فرسودگی زناشویی اثر می گذارد مطالعات اندکی وجود دارد.

**هدف:** پژوهش حاضر با هدف مطالعه نقش واسطه ای خودتمایز یافتگی در رابطه بین تاب آوری با دلزدگی زناشویی در بین زنان متاهل شهر تهران انجام شد.

**روش:** این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بود. از جامعه زنان متاهل ۲۰۰ نفر به شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به وسیله مقیاس دلزدگی زناشویی (CBS)، مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون (CD-RISC) و پرسشنامه تجدیدنظر شده خود تمایز یافتگی (DSI-R) مورد آزمون قرار گرفتند. پس از اینکه داده ها جمع آوری شد با استفاده از همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر) تحلیل شدند.

**یافته ها:** نتایج آزمون تحلیل مسیر نشان داد که اثر مستقیم تاب آوری بر دلزدگی زناشویی منفی معنادار ( $\beta = -0.212$  و  $P < 0.01$ ) و بر خودتمایز یافتگی مثبت معنادار ( $\beta = 0.459$  و  $P < 0.01$ ) بود. همچنین نتایج تحلیل مسیر نشان داد که اثر غیرمستقیم تاب آوری بر دلزدگی زناشویی از طریق خودتمایز یافتگی منفی معناداری ( $\beta = -0.096$  و  $P < 0.05$ ) بود.

**نتیجه گیری:** مطالعه حاضر بر نقش واسطه ای خودتمایز یافتگی به عنوان یک سازوکار مهم در رابطه بین تاب آوری و دلزدگی زناشویی تاکید دارد. بنابراین، گسترش و توسعه خودتمایز یافتگی در زنان متاهل می تواند روش خوبی برای حمایت از آنها در مواجهه با ناملایمات زندگی زناشویی باشد.

**کلید واژه ها:** ازدواج، تاب آوری، دلزدگی خودتمایز یافتگی

## مقدمه

زندگی زناشویی یکی از جهانی‌ترین نیازهای بشری است که از دو نفر با توانایی‌ها و استعداد‌های متفاوت با نیازها و علایق مختلف و در یک کلام با شخصیت‌های گوناگون تشکیل شده است (گلدنبرگ و گلدنبرگ<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲). افراد رابطه زناشویی خود را با نگرش و احساس‌های مثبت آغاز می‌کنند، ولی به تدریج هنگامی درمی‌یابند رفتار همسرشان آن‌گونه نیست که انتظارش را داشته‌اند، احساس‌های منفی در رابطه آن‌ها پدید می‌آیند (مک کارتی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶؛ حشمتی و همکاران، ۱۳۹۶). پس از افزایش سرخوردگی و تنش‌های برآمده از برآورده نشدن خواسته‌ها و نیازهای میان فردی، احساس سرخوردگی آشکارا به همسر نسبت داده می‌شود و این مایه از دست رفتن عشق و تعهد شده و دزدگی جایگزین شور و شیفستگی نخستین می‌گردد (پاینز<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۱؛ پوکورسکا و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳).

دزدگی زناشویی<sup>۵</sup> به همسران اجازه نمی‌دهد 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 نمی‌کنند (چن<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۰۷). به زعم کایزر<sup>۷</sup> (۱۹۹۸) دزدگی زناشویی فقدان تدریجی دلبستگی عاطفی است که کاهش توجه به همسر، بیگانگی عاطفی و افزایش احساس دلسردی و بی‌تفاوتی نسبت به همسر را شامل می‌شود (مازارانتانی<sup>۸</sup>، ۲۰۱۱). از نظر لینگر<sup>۹</sup> (۲۰۰۰) دزدگی زناشویی، از پا افتادن جسمی و روانی ناشی از عدم

تناسب بین توقعات و واقعیات است (کوچکی و کربلایی، ۱۳۹۶). پاینز (۲۰۰۴) دزدگی زناشویی را سرخوردگی پیش رونده در نظر می‌گیرد که شامل سه مرحله است. این مراحل شامل: ۱- سرخوردگی و ناامیدی، ۲- خشم و تنفر و ۳- دلسردی و بی‌تفاوتی است. علاوه بر این در پژوهشی بار مسئولیت اضافی، مطالبات متناقض و تعهدات خانوادگی را به عنوان عواملی مشخص کرده است که بیشترین تاثیر را بر دزدگی زناشویی دارند.

در بررسی عوامل درون فردی تاثیر گذار بر دزدگی زناشویی دونلان و کانگر<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۵) اظهار می‌دارند که تاب آوری<sup>۱۱</sup> به عنوان یک ویژگی شخصیتی تاثیر عمده‌ای بر عملکرد زناشویی دارد. تاب آوری بیانگر ظرفیت یک نظام پویا برای سازگاری موفقیت‌آمیز با اختلال‌هایی است که عملکرد، موجودیت یا فرایند رشد آن نظام را مورد تهدید قرار می‌دهد (ماستن<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۴). افراد در واکنش به موقعیت‌های تحریک‌کننده و تعارض‌آمیز با یکدیگر متفاوت‌اند. اگر افراد دارای تاب آوری بالا باشند، در شرایط استرس‌زا و موقعیت‌های ناگوار، سلامت روان‌شناختی خود را حفظ می‌کنند و سازگاری روان‌شناختی بالایی نشان می‌دهند (لیوارت و همکاران<sup>۱۳</sup>، ۲۰۱۷).

نف و بردلی<sup>۱۴</sup> (۲۰۱۱) عنوان می‌کنند که تاب آوری باعث می‌شود افراد در شرایط دشوار زندگی زناشویی و با وجود عوامل استرس‌زا، از ظرفیت‌های موجود خود در دست‌یابی به موفقیت و رشد زندگی فردی و به تبع آن خانوادگی استفاده کنند و از این چالش‌ها و آزمون‌ها به عنوان فرصتی برای توانمند کردن خود و ارتقای زندگی زناشویی بهره ببرند. در کنار موارد مطرح شده،

1. Goldenberg, H & Goldenberg, I  
2. McCarthy  
3. Painse  
4. Pokorska  
5. marital burnout  
6. Chen  
7. Kayser  
8. Mazzarantani  
9. Linger

10. Donnellan & Conger  
11. resiliency  
12. Masten  
13. Lievaart  
14. Neff & Bradly

خودتمایز یافتگی نشانگر عملکرد میان فردی، توانایی جدا کردن فرآیندهای عاطفی از منطقی و انجام عملکرد میان فردی، توانایی تجربه صمیمیت همراه با استقلال و تعادل مناسب میان آنهاست (نر<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۸). نظریه نظام‌های خانواده عنوان می‌کند هر گاه در رابطه زناشویی سطح تمایز یافتگی هر دو زوج پایین باشد آمیزش عاطفی بیشتری روی می‌دهد که این حالت منجر به کاهش کیفیت زناشویی و سازگاری پایین در روابط زناشویی می‌شود. تمایز یافتگی یک جزء جدایی‌ناپذیر از توانایی فرد برای رشد صمیمیت است و به نظر می‌رسد سطح تمایز یافتگی با سطح رضایت و عدم رضایت از زندگی زناشویی مرتبط باشد (کیونگ سیل<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۶). در همین راستا لیکانی<sup>۱۲</sup> (۲۰۱۳) مطرح می‌کند در نظام زناشویی وقتی تمایز یافتگی زوج‌ها بالا باشد احتمال سازگاری مناسب با تعارض‌ها نیز برای زوج‌ها بیشتر می‌شود و اضطراب، واکنش‌های هیجانی و در نهایت آمیختگی کاهش می‌یابد، در سمت مقابل، استفاده زوج‌های با تمایز یافتگی پایین از اجتناب به هنگام وقوع تعارض به برهم زدن تعادل بین با هم بودن و فردیت می‌انجامد و در درازمدت به دلزدگی منجر می‌شود. همچنین پژوهش‌های گوناگونی در بیان ارتباط منفی بین تمایز یافتگی و دلزدگی زناشویی نشان داده‌اند که هر چه افراد از سطوح تمایز یافتگی پایین‌تری برخوردار باشند به دلیل آمیختگی بیشتر عقل و احساساتشان در تعارضات زناشویی درگیر تنش‌های عاطفی شدید با همسر و در طولانی مدت دچار دلزدگی زناشویی می‌شوند (کورن<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۰؛ میلر، آندرسون و کلا<sup>۱۴</sup>، ۲۰۰۴؛ پلگ<sup>۱۵</sup>، ۲۰۱۰). امروزه زوج‌ها برای برقراری ارتباط و حفظ رابطه صمیمانه

پژدهش‌ها نشان می‌دهد که ویژگی تاب‌آوری نقش مهمی در رضایت زناشویی، روابط زوجین، کاهش دلزدگی و بی‌رمقی زناشویی، کاهش استرس‌های زناشویی و افزایش هیجانات مثبت دارد (هیوبر و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰؛ ملوین و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲). همچنین ویژگی تاب‌آوری، پیوندهای خانوادگی را تقویت و باعث ارتقاء مضاعف تاب‌آوری می‌شود. با ارتقای تاب‌آوری، فرد می‌تواند در برابر عوامل استرس‌زا، اضطراب‌آور و همچنین عواملی که مسبب به وجود آمدن مشکلات زناشویی و خانودگی می‌شود از خود مقاومت نشان داده و بر آنها غلبه کند (بولدوین، کندی و آرماتا<sup>۳</sup>، ۲۰۰۸؛ اونگ، برگمان و بوکر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹؛ تاکو<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴).

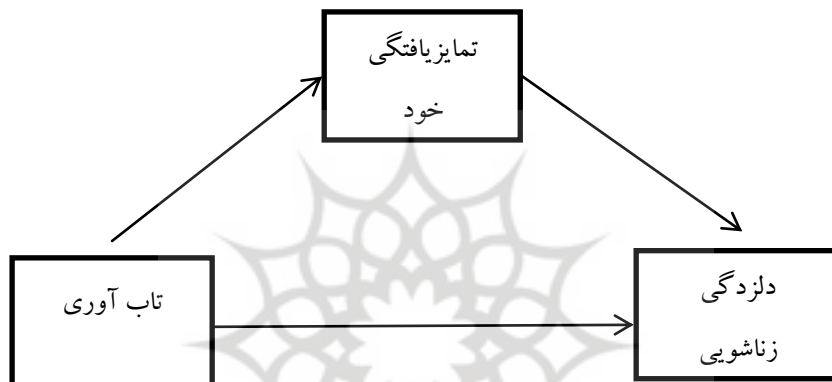
اسکورون و استنلی<sup>۶</sup> (۲۰۰۹) عنوان می‌کنند آنچه به نظر می‌رسد در رابطه بین برخی عوامل با هیجانات منفی در زندگی زناشویی نقش مهمی داشته باشد توانایی جدا سازی نسبی اعضای خانواده و مراقبت از خود در شرایط حساس و هیجان‌های متفاوت است. یکی از ایده‌های مرتبط با دیدگاه مذکور و همچنین توانایی افراد در تمامی فرهنگ‌ها برای رسیدن به صمیمیت در زندگی زناشویی، مفهوم خودتمایز یافتگی<sup>۷</sup> مطرح شده در نظریه نظام‌های خانواده بوئن است (پلگ<sup>۸</sup>، ۲۰۱۰). خودتمایز یافتگی اساس نظریه نظام‌های خانواده است که به عنوان توانایی فرد برای تجربه صمیمیت با دیگران و باقی ماندن در جو عاطفی خانواده و حفظ استقلال از آنها تعریف شده است (کر<sup>۹</sup>، ۲۰۰۴). به بیان دیگر

1. Huber  
2. Melvin  
3. Baldwin, Kennedy & Armata  
4. Ong, Bergamen & Boker  
5. Taku  
6. Skowron & Stanely  
7. self-differentiation  
8. Peleg  
9. Kerr

10. Knerr  
11. Kyung-Sil  
12. Licani  
13. Kworn  
14. Miller, Anderson & keala

اگرچه پژوهش‌های پیشین به بررسی متغیرهای مورد نظر به صورت ساده و خطی پرداخته‌اند اما رابطه این متغیرها به شکل دسته جمعی بررسی نشده است، بنابراین پژوهش حاضر در قالب یک مدل به دنبال پاسخگویی به سوال زیر است: که آیا خودتمایزیافتگی در رابطه بین تاب‌آوری و دزدگی زناشویی نقش واسطه‌ای دارد؟ و بر اساس مطالب مطرح شده مدل مفهومی زیر مطرح می‌شود.

مشکلات شدید و فراگیری را تجربه می‌کنند و در واقع مشکلات زناشویی بیش از هر مقوله دیگر سبب ارجاع و دریافت خدمات روان‌درمانی و مشاوره خانوادگی است. بر این اساس مطالعه فرسودگی زناشویی و عوامل دخیل در آن اهمیت فراوان دارد. مجموع پژوهش‌های ذکر شده در مورد تاب‌آوری، دزدگی زناشویی و خودتمایزیافتگی این ایده را مطرح می‌کند که در ارتباط بین تاب‌آوری و دزدگی زناشویی، عاملی مانند خودتمایزیافتگی می‌تواند نقش واسطه‌ای داشته باشد.



نمودار ۱ مدل مفهومی پژوهش

های روانشناختی در طول سال گذشته و در حین مطالعه بود. پس از مراجعه به خانه‌های سلامت و آشنایی با افراد اهداف پژوهش و اطمینان دهی با آنان در خصوص محرمانه ماندن اطلاعات شخصی پرسش‌نامه‌های پژوهش در اختیار آن دسته از زنان متاهلی قرار گرفت که برای پاسخ اعلام آمادگی کردند. همچنین، ملاحظات اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت گردید. در نهایت، پس از اجرای پرسش‌نامه‌ها تعداد ۲۵ پرسش‌نامه به علت مخدوش بودن از روند پژوهش حذف شد و داده‌های مربوط به ۲۰۰ نفر با استفاده از نسخه ۷ نرم افزار AMOS مورد تحلیل قرار گرفت.

## روش

پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش زنان متاهلی بودند که در سال ۹۷-۹۶ به خانه‌های سلامت مناطق ۴ و ۸ شهر تهران مراجعه می‌کردند. جهت تعیین حجم نمونه بر اساس دیدگاه کلاین (۲۰۱۰) که عنوان می‌کند در مدل‌های تحلیل مسیر حجم نمونه حداقل ۲۰۰ نفر قابل دفاع است با بیش برآورد و با در نظر گرفتن احتمال ریزش نمونه تعداد ۲۲۵ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری دسترس نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل دامنه سنی ۲۰ تا ۵۰ سال، طول مدت ازدواج بیشتر از ۵ سال و تحصیلات بالاتر از دیپلم بود. تنها ملاک خروج از پژوهش دریافت درمان

## ابزار

**مقیاس دلدزگی زناشویی (CBS):** یک ابزار خودسنجی ۲۱ سوالی است که پاینز در سال ۱۹۹۶ ساخته شده است. نمره گذاری این پرسش نامه بر اساس مقیاس لیکرت ۷ درجه ای از ۱ معرف عدم تجربه تا ۷ تجربه زیاد انجام می شود که حد بالای نمره ۱۴۷ و حد پایین نمره ۲۱ است و نمرات بالاتر نشان دهنده فرسودگی بیشتر است. روایی پرسش نامه به وسیله بررسی همبستگی های منفی با ویژگی های ارتباط مثبت شامل امنیت، خودشکوفایی، احساس هدفمندی به تایید رسیده است و نسخه های ترجمه شده به طور موفقیت آمیزی در مطالعات بین فرهنگی در فرهنگ های مختلف استفاده شده است. ضریب پایایی این مقیاس با روش باز آزمایی ۰/۸۹ برای یک دوره یک ماهه، ۰/۷۶ برای دوره دو ماهه و ۰/۶۶ برای دوره چهار ماهه محاسبه شد. همچنین پایایی این مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در دامنه بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ محاسبه شده است (پاینز، ۲۰۰۴). در ایران نویدی، ادیب راد و صباغیان (۱۳۸۶) پس از اجرای پرسشنامه مذکور روی ۲۴۰ نفر، شامل ۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم ضریب پایایی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۷۶ گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۸ به دست آمد.

**مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون (CD-RISC):** این مقیاس توسط کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) به منظور اندازه گیری مقابله با فشار و تهدید تهیه شده است. دارای ۲۵ ماده پنج گزینه ای است که گزینه های آن به ترتیب از ۰ تا ۴ نمره گذاری شده است که دامنه ی نمرات از ۰ تا ۱۰۰ است و هر چه این امتیاز بالاتر باشد، بیانگر میزان تاب آوری بیشتر فرد پاسخ دهنده خواهد و

برعکس. محمدی (۱۳۸۹) در پژوهش خود جهت تعیین روایی مقیاس از روش تحلیل عامل استفاده نمود و تنها یک عامل با ارزش ویژه ۷/۰۳ استخراج کرد که این عامل ۲۸ درصد واریانس را تبیین کرد. در پژوهش سامانی، جوکار و صحراگرد (۱۳۸۹) پایایی این مقیاس بر اساس ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۸۷ گزارش کرده اند. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۹ بدست آمد که بیانگر ضریب پایایی مطلوب مقیاس است.

**پرسشنامه تجدید نظر شده خود تمایز یافتگی (DSI-R):** فرم اولیه این پرسش نامه توسط اسکورون و فرایلندر (۱۹۹۸) تهیه شده است و در سال ۲۰۰۳ توسط اسکورون و اسمیت تجدید نظر شد. نمره گذاری پرسش نامه خود تمایز یافتگی با مقیاس لیکرت در یک طیف ۶ گزینه ای از ۱ (ابدا در مورد من صحیح نیست) تا ۶ (کاملا در مورد من صحیح است) درجه بندی شده است. به هر سوال نمره ای بین ۱ و ۶ تعلق می گیرد و حداکثر نمره این پرسش نامه برابر با ۲۷۶ است. نمره کمتر در این پرسش نامه نشانه سطوح پائین تمایز یافتگی است. نر (۲۰۰۸) روایی محتوایی این پرسشنامه را از روش همسانی درونی ۰/۸۳ و ضریب آلفای کرونباخ آن را نیز ۰/۸۸ گزارش کرده است. در ایران اسکیان (۱۳۸۴) پرسشنامه مذکور را هنجاریابی کرد و ضریب پایایی برای کل مقیاس را بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش کرده است. در پژوهش حاضر نیز پایایی این ابزار با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ محاسبه شد.

## یافته ها

در پژوهش حاضر ۲۰۰ زن متأهل حضور داشتند که میانگین و انحراف استاندارد سن آنها به ترتیب برابر با

<sup>1</sup>. Couple Burnout Scale

<sup>2</sup>. Conner & Davidson Resilience Scale

<sup>3</sup>. Defferentiation Of Self Inventory Revised



فوق دیپلم، ۶۱ نفر کارشناسی و ۱۱ نفر نیز کارشناسی ارشد بود. نتایج شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

۳۹/۲۸ و ۴/۵۶ بود. میانگین و انحراف استاندارد طول مدت ازدواج آنها به ترتیب برابر با ۱۱/۴۷ و ۳/۱۲ بود و در این بین میزان تحصیلات ۹۶ نفر دیپلم، ۳۲ نفر

جدول ۱ یافته‌های توصیفی تاب‌آوری، خود‌تمایز یافتگی و دلزدگی زناشویی

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره	کجی	کشیدگی
تاب‌آوری	۶۸/۵۰	۱۳/۵۲۰	۳۸	۹۶	-۰/۲۱۴	-۰/۶۱۵
خود‌تمایز یافتگی	۱۸۱/۲۳	۲۳/۷۱۷	۱۳۶	۲۳۰	۰/۱۸۳	-۰/۷۴۱
دلزدگی زناشویی	۷۵/۲۳	۱۴/۶۹۸	۳۶	۱۱۶	-۰/۰۸۸	-۰/۴۳۱

به ترتیب برابر با ۷۵/۲۳ و ۱۴/۶۹ است. همچنین نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که کجی توزیع نمره‌ها در دامنه (۲- و ۲) و کشیدگی در دامنه (۳ و -۳) قرار دارد که نشانگر نرمال بودن توزیع داده‌ها است.

یافته‌های جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین و انحراف استاندارد تاب‌آوری گروه به ترتیب برابر با ۶۸/۵۰ و ۱۳/۵۲ است، میانگین و انحراف استاندارد و خود‌تمایز یافتگی گروه به ترتیب برابر با ۱۸۱/۲۳ و ۲۳/۷۱ است و میانگین و انحراف استاندارد دلزدگی زناشویی

جدول ۲ ضرایب همبستگی تاب‌آوری و خود‌تمایز یافتگی و دلزدگی زناشویی

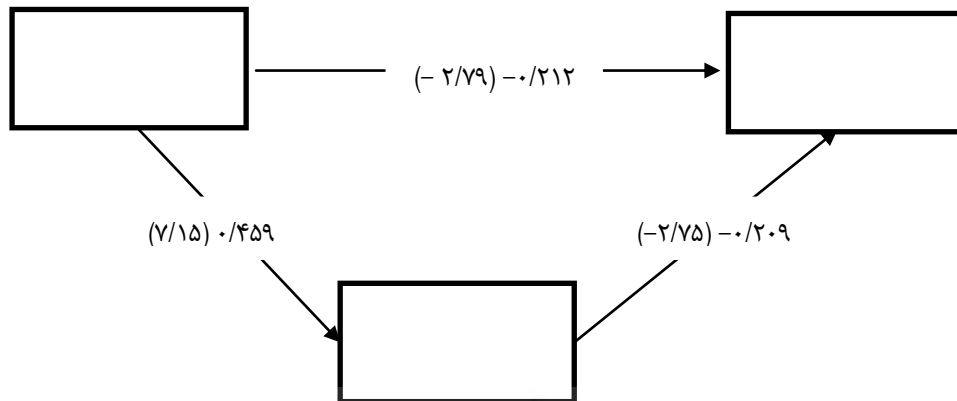
متغیرها	۱	۲	۳
۱- تاب‌آوری	۱		
۲- خود‌تمایز یافتگی	۰/۴۱۲*	۱	
۳- دلزدگی زناشویی	-۰/۳۰۷*	-۰/۳۰۶*	۱

حجم نمونه و هم‌خطی چندگانه) اطمینان حاصل شود. بهنجاری توزیع داده‌ها در مراحل قبلی بر اساس کجی و کشیدگی مورد بررسی قرار گرفت. برای حجم نمونه شاخص کایسر، میر و اوکلین (KMO) برابر ۰/۷۰۷ به دست آمد که بیانگر کفایت حجم این نمونه است (ضریب ۰/۶ به عنوان حداقل مقدار لازم برای تحلیل در نظر گرفته می‌شود). هم‌خطی چندگانه بین متغیرهای پژوهش مفروضه دیگر آزمون تحلیل مسیر است که با استفاده از آماره تحمل و عامل تورم واریانس مورد بررسی قرار گرفت و نتایج حاصل نشان می‌دهد برای هر دو متغیر تاب‌آوری و خود‌تمایز یافتگی آماره تحمل و عامل تورم واریانس به ترتیب ۰/۷۹۹ و ۱/۲۶۶ است.

نتایج حاصل از آزمون همبستگی پیرسون در جدول ۲ نشان می‌دهد که تاب‌آوری با خود‌تمایز یافتگی ( $R=0/412$  و  $P<0/01$ ) رابطه مثبت معنادار و با دلزدگی زناشویی ( $R=-0/307$  و  $P<0/01$ ) رابطه منفی معنادار دارد. افزون بر آن بین خود‌تمایز یافتگی و دلزدگی زناشویی ( $R=-0/306$  و  $P<0/01$ ) رابطه منفی معنادار وجود دارد. وجود همبستگی بین متغیرها دلالت بر انتخاب درست متغیرها در مدل مفهومی دارد. در ادامه برای آزمون نقش واسطه‌ای خود‌تمایز یافتگی در رابطه بین تاب‌آوری با دلزدگی زناشویی از تحلیل مسیر استفاده شد. پیش از اجرای این آزمون باید از برقراری مفروضه‌هایی اساسی آن (بهنجاری توزیع داده‌ها،

برقراری مفروضه‌های آزمون تحلیل مسیر امکان اجرای این آزمون فراهم است. در ادامه نتایج تحلیل مسیر ارائه می شود.

دامنه پذیرش آماره تحمل بزرگتر از ۰/۱۰ و عامل تورم واریانس کمتر از ۱۰ است، بنابراین بین متغیرهای پژوهش هم‌خطی چندگانه وجود ندارد. با تایید



شکل ۱ مدل مسیرهای برازش یافته با ضرایب استاندارد و (ضرایب t)

جدول ۳ شاخص های برازندگی الگوی پیشنهادی در پژوهش حاضر

RMSA	NFI	AGFI	GFI	CFI	$\chi^2/df$
۰/۰۷۲	۰/۰۵۱	۰/۹۳۴	۰/۹۸۷	۰/۹۲۱	۲/۵۶۳

تطبیقی (AGFI) بزرگتر از ۰/۹۰ و ریشه میانگین مجذور خطا (RMSA) کمتر از ۰/۰۸ نشانگر برازش مطلوب است (کلاين، ۲۰۱۰). لذا، شاخص های به دست آمده نشان می دهند که داده ها با مدل مدنظر برای روابط متغیرهای پژوهش برازش دارد.

نتایج جدول ۳ نشان می دهد که تمامی شاخص های برازش به دست آمده از مطلوبیت بالایی برخوردارند، زیرا مطابق دیدگاه Kline در خصوص شاخص های برازش مدل نسبت خنثی دو به دو به درجه آزادی ( $\chi^2/df$ ) کمتر از ۳، شاخص برازش تطبیقی (CFI)، شاخص نیکویی برازش (GFI) و شاخص نیکویی برازش

جدول ۴ ضرایب استاندارد مستقیم و غیر مستقیم و کل در مدل

مسیرها	اثر مستقیم	اثر غیر مستقیم	اثر کل	واریانس تبیین شده
بر خودتمایز یافتگی از تاب آوری	۰/۴۵۹		۰/۴۵۹	۰/۲۱۰
بر دلزدگی زناشویی از تاب آوری	-۰/۲۱۲	-۰/۰۹۶	-۰/۳۰۷	۰/۳۹۷
خودتمایز یافتگی	-۰/۲۰۹		-۰/۲۰۹	



خانودگی نمی کنند از کیفیت زناشویی بالاتری نیز برخوردار هستند و به تبع آن کمتر دچار دلزدگی زناشویی می شوند. در تبیین این یافته می توان بیان داشت که داشتن تاب آوری باعث بهبود شرایط روانی افراد در شرایط تنش زا می شود. در واقع، تاب آوری به عنوان نوعی فرآیند یا توانایی به فرد امکان ترسیم و دسترسی به فهرستی از راهبرهای مقابله ای را می دهد که این مولفه خود نقش بسیار مهمی در مواجهه با تنش های ناشی از چالش های زناشویی ایفا می کند و به عنوان یک منبع مقاومت و سپر محافظ در برابر دلزدگی و بر رmqی زناشویی عمل می نماید (والش، ۲۰۱۳).

در بخش دیگر پژوهش نتایج داد که تاب آوری بر خود تمایز یافتگی اثر مثبت مستقیم دارد. به بیان دیگر هر اندازه تاب آوری افزایش یابد به همان اندازه خود تمایز یافتگی افزایش می یابد و بالعکس. این یافته با نتایج پژوهش های لیکانی (۲۰۱۳)؛ کونگ سل (۲۰۰۶) و کورن (۲۰۰۰) همسو است. همچنین، نتایج پژوهش کیم و همکاران (۲۰۱۵) نشان می دهد که افرادی که در مسائل خانوادگی خود تاب آوری بالایی دارند از درجه تمایز یافتگی بالایی برخوردار هستند. در تبیین این یافته می توان بیان داشت از آنجایی که هر دو متغیر تاب آوری و خود تمایز یافتگی با اضطراب رابطه تنگاتنگ دارند می توان ادعا کرد چنانچه فردی بتواند در شرایط اضطراب زا خود را مدیریت کند و توانایی تحمل شرایط تنش زا را داشته باشد از سطح بالایی از تاب آوری برخوردار است و می توان استدلال کرد که به احتمال قوی خود تمایز یافتگی بالایی نیز خواهد داشت (لاهاو، استین و سولومون، ۲۰۱۶). همچنین، می توان بیان داشت همانطور که والش (۲۰۱۲) عنوان می کند کاهش تاب آوری با نوعی احساس فشار روانی و درگیری شدید عاطفی در روابط بین فردی همراه است که این مورد بر مبنای نظریه نظام های خانواده نشانگر

بر اساس مسیرهای آزمون شده در جدول ۴ و ساختار روابط بین متغیرها در نمودار ۲ اثر تاب آوری بر خود تمایز یافتگی ( $\beta = 0/459$ ، و  $p < 0/01$ ) معنادار است و این متغیر ۲۱ درصد از واریانس خود تمایز یافتگی را تبیین می کند. همچنین، نتایج تحلیل مسیر نشان داد که اثر مستقیم ( $\beta = -0/212$  و  $p < 0/01$ )، اثر غیر مستقیم ( $\beta = -0/096$  و  $p < 0/05$ ) و اثر کل ( $\beta = -0/307$ ) و  $p < 0/01$  تاب آوری بر دلزدگی زناشویی و همچنین نتایج اثر مستقیم خود تمایز یافتگی بر دلزدگی زناشویی ( $\beta = -0/209$ ، و  $p < 0/01$ ) نیز معنادار است و تاب آوری با نقش واسطه ای خود تمایز یافتگی با هم توانایی تبیین ۴۰ درصد از واریانس دلزدگی زناشویی را در جامعه زنان متأهل دارند.

## بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه ای خود تمایز یافتگی در رابطه بین تاب آوری و دلزدگی زناشویی در بین زنان متأهل شهر تهران انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که تاب آوری بر دلزدگی زناشویی اثر منفی مستقیم دارد. این یافته با نتایج های پژوهش حشمتی، قراده، جعفری و قلیزاده (۱۳۹۶)، دونانلن و کونگر (۲۰۰۵)، نف و برادلی (۲۰۱۱)، هیوبر و همکاران (۲۰۱۰) و ملوین و همکاران (۲۰۱۲) همسو است. همچنین، نتایج پژوهش شجاعی، شجاعی، دستجردی و خورشید زاده (۱۳۹۴) نشان داد که پرستاران زن متأهل که سطح تاب آوری بالاتری در مقایسه با سایرین دارند، کمتر احتمال دارد در شرایط دشوار زندگی دچار تعارضات و نارضایتی های زناشویی شوند. در کنار موارد ذکر شده نتایج پژوهش تاکیو (۲۰۱۴) نیز نشان می دهد پزشکان متأهلی که در برابر ناملایمات و استرس های شغلی خود تاب آوری بالایی دارند و مسایل کاری خود را وارد بافت

دلزدگی زناشویی نمی‌شوند چرا که بهترین راه حل را برای مشکل خود پیدا می‌کنند (نر، ۲۰۰۸). در نهایت از محدودیت‌های پژوهش حاضر این است که تنها بر روی جامعه زنان متأهل شهر تهران اجرا گردیده و امکان تعمیم نتایج به گروه مردان را ندارد. لذا، پیشنهاد می‌شود پژوهش حاضر در نمونه‌های وسیع‌تر با فرهنگ‌های متفاوت و در مناطق جغرافیایی دیگر و همچنین در بین مردان نیز انجام شود. همچنین این پژوهش یک زوج کامل (زن و شوهر) را مورد بررسی قرار نمی‌دهد، بنابراین پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آتی دیدگاه‌های یک زوج کامل را در مورد دلزدگی زناشویی، تاب آوری و خودتمایز یافتگی مورد بررسی قرار دهند.

### نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر بر نقش واسطه ای خودتمایز یافتگی به عنوان یک مکانیسم مهم در رابطه بین تاب آوری و دلزدگی زناشویی در بین زنان متأهل تاکید دارد. بنابراین، گسترش و توسعه خودتمایز یافتگی در زنان متأهل می‌تواند روش خوبی برای حمایت از آنها در مواجهه با ناملایمات زندگی زناشویی باشد. همچنین لازم به ذکر است از آنجایی که خودتمایز یافتگی می‌تواند از طریق آموزش و تمرین بهبود یابد مفید است که در برنامه‌های پیشگیری و مداخله ای مورد استفاده قرار گیرد. در نهایت، بدیهی است که افزایش دانش درباره عوامل موثر بر دلزدگی زناشویی و همچنین شناخت حالات خود تمایز یافتگی، تاب آوری می‌تواند برای خدماتی که در مشاوره ازدواج و خانواده درمانی طراحی و فراهم می‌شود، همواره مفید و موثر باشد، بنابراین به متخصصین بالینی و مشاوره پیشنهاد می‌شود که به مراجعین مرکز مشاوره کمک کنند تا به میزان خودتمایز یافتگی و تاب آوری خود پی ببرند و با

افرادی است که سطح تمایز یافتگی پایین دارند، لذا می‌توان رابطه متقابل تاب آوری و تمایز یافتگی را در افراد استنباط کرد.

در نهایت، نتایج پژوهش نشان داد که خود تمایز یافتگی در رابطه بین تاب آوری و دلزدگی زناشویی نقش واسطه ای دارد. به این معنا که تاب آوری از طریق خود تمایز یافتگی بر دلزدگی زناشویی اثر غیر مستقیم دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های لطیفیان و فخاری (۱۳۹۴) و کالتا (۲۰۱۴) همسو است. در همین راستا، لیکانی (۲۰۱۳) بیان می‌کند خود تمایز یافتگی، از آمیختگی زن و شوهر در مواقع بحرانی جلوگیری می‌کند و آنها را قادر می‌سازد تا مشکلات موجود در رابطه را با عقل و منطق و نه بر اساس واکنش پذیری‌های هیجانی و احساسی، رفع کنند و بجای فاصله‌گیری عاطفی از یکدیگر در موقعیت‌های دشوار، با تاب آوری در برابر این مشکلات به سمت زندگی زناشویی با کیفیت تری حرکت کنند. همچنین، در تبیین این یافته می‌توان گفت افراد با تمایز یافتگی بالا نسبت به افراد با تمایز یافتگی پایین دلزدگی زناشویی پایینی دارند و همچنین از رضایت زناشویی و کیفیت زندگی بیشتری برخوردارند. زیرا افراد با تمایز یافتگی بالا به هیجانان خود آگاهی دارند و قادر به سنجش متفکرانه موقعیت هستند. این افراد توانایی رشد من مستقل را در روابط صمیمانه را دارند و می‌توانند در روابط عمیق و روابط زناشویی آرامش و راحتی خود را حفظ کنند و از امتزاج و گسلس عاطفی برای تعدیل تنش‌های درونی خود اجتناب کنند (میلر، آندرسون و کلا، ۲۰۰۴؛ پلگک، ۲۰۱۰) و همانطور که در بخش قبل مطرح شد افرادی که خود تمایز یافتگی بالایی داشته باشند از تاب آوری بالایی نیز برخوردارند و افراد دارای تاب آوری بالاتر می‌توانند قابلیت بیشتری در مواجهه با مشکلات و تغییرات داشته باشند و در نتیجه دچار

Kim, H., Prouty, A. M., Smith, D. B., & Wetchler, J. (2015). Differentiation, Resiliency and Healthy Family Functioning of Koreans in the United States, and White Americans. *Journal of Health*, 41(1), 72-85.

Kline, R. B. (2010). *Principles and practice of structural equation modeling*. 3<sup>rd</sup> edition. New York: Guilford Press.

Kner, M. R. (2008). *Differentiation and power in couple therapy*. Unpublished doctoral dissertation: The Ohio State University.

Kochaki, A., & Karbalai, M. A. (2017) The mediators role of rumination of anger and rumination of self-indulgence in the relationship between frustration and marital violence. *Journal of Thought and Behavior*, 11(43), 92-47. (Farsi)

Kwom, D. O. (2000). *The relationship between marital satisfaction, self-esteem and Bowen differentiation of self*. Unpublished doctoral dissertation Alliant International University. Los Angeles: California.

Kyung-Sil, K. (2006). *Self-differentiation, perceived family conflict and cultural values among Asian American college students*. Unpublished doctoral dissertation: Columbia University.

Lahav Y., Stein, JY, Solomon, Z. (2016). keeping a healthy distance: Self-differentiation and perceived health among ex-prisoners-of-war's wives. *Journal of Psychosomatic Research*, 89:68-1.

Latifian, M., & Fakhary, N. (2014). The mediation role of self-differentiation in relation to family communication patterns and mental health. *Journal of Cultural-Educational Women and Families*, 8(26):83-65. (Farsi)

Lievaart, M., Huijding, J., VanderVeen, F. M., Hovens, J. E. (2017). The impact of angry rumination on anger-primed cognitive control. *Journal of Behaviour Therapy*, 54, 135- 42

Likcani, A. (2013). *Differentiation and intimate partner violence*. Unpublished doctoral dissertation. College of Human Ecology: Kansas State University.

Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development Journal*, 85(2), 6-20

Mazzarantani, J. (2011). *The divorce survival guide: what you know to protect your emotional and financial security*. Miami: Jules Mazzarantani PLLC.

آگاهی بیشتر برای ازدواج و یا برقراری روابط اقدام نمایند.

### سپاسگزاری

بدین وسیله از کارکنان خانه‌های سلامت مناطق ۴ و ۸ تهران و تمام زنان متاهلی که در انجام پژوهش و تکمیل پرسش نامه‌ها همکاری نمودند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

### References

Boldwin, D., Kennedy, D., & Armata, P. (2008). Short communication with dispositional optimism & resiliency. *Journal of Stress health*, 24, 393-400.

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

Conner, K. M., & Davidson, R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Conner Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Journal of Depression and Anxiety*, 18, 76-82.

Donnellan, M. B., & Conger, R. D. (2005). The personality factors and enduring marriage. *Journal of Research Personality*, 39(1), 206- 217.

Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2012). *Family therapy: AN overview*. Cengage Learning.

Heshmati, R., Qaradeh, A., Jafari, A., & Golizadegan, M. (2017). Prediction of marital burnout in couples seeking divorce with knowledge of demographic characteristics, mindfulness, and emotional resilience. *Family counseling & psychotherapy*, 1(23), 22-1. (Farsi)

Huber, C. H., Navarro, R. L., Womble, M. W., & Mume F. L. (2010) Family resilience and midlife marital satisfaction. *Journal of Family Therapy*, 18(2), 136- 45.

Kaletka, K. (2014). marital satisfaction, differentiation of self and stress perceived by women. *Polskie forum psychologiczne*, 19(3):, 305-19.

Kerr, M. E. (2004). *One family's story: a primer on Bowen theory*. Washington, DC: Georgetown Family Center.

- McCarthy, L. A. (2006). Influences of couple conflict type, division of labor, and violated expectation on first time parents' individual and marital well-being. Dissertation for the degree of PhD: University of Florida.
- Melvin, K. S., Gross, D., & Hayat, M. J., & Campbel, J. C. (2012). Couple functioning and post-traumatic stress symptoms in US Army couples: The role of resilience. *Research Nursing Health*, 35(2), 164-270.
- Miller, R. B., Anderson, S., & Keala, D. K. (2004). Is Bowen theory valid? A review of basic research. *Journal of Marital Family Therapy*, 30:453-70.
- Mohamadi, M. (2010). Investigating the factor affecting swing exposure to people at risk abuse. Unpublished doctoral dissertation. University of social welfare and rehabilitation sciences, Tehran: Iran. (Persian)
- Navidi, F., Adib Rad, N., & Sabaghian, Z. (2007). Investigating the relationship between marital disturbance and organizational climate factors in male and female nurses. *Journal of Consulting Research*, 43(13), 275-87. (Farsi)
- Neff, L. A., & Bradly, E. F. (2011). Stress resilience in early marriage: Can practice make perfect? *Journal of Social Psychology*, 98:1-18.
- Ong, A., Bergamen, C., Boker, S. (2009). Resilience comes of age: defining features in later adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1778-804.
- Peleg, O. (2010). 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.
- Pines, A. M. (2004). Adult attachment styles and their relationship to burnout: a preliminary, cross-cultural investigation work and stress. *Journal of Family therapy*, 18, 66-80.
- Pines, A. M., Hammer, B. L., Neal, B. M., & Icekson, T. (2011). Job Burnout and couples in the sandwiched Generation. *Journal of Social Psychology*, 74(4), 361.
- Pokorska, J., Farrell, A., & Pillai, K. (2013). Relationship fading in business to consumer context. European Marketing Academy conference. Istanbul: Turkey.
- Schian, p. (2005). Investigating the effect of psycho-presentation on increasing the differentiation of the individual from the original family in high school girl students in Tehran's 5th district Master's thesis. Tehran: Tarbiat Moalem University.
- Shojaei, F., Shojae, L., Dastjerdi, R., & Khorshid Zadeh, M. J. (2015). Investigating the predictive role of resiliency and spiritual strength in marital burnout nurses working in Birjand teaching hospitals. *Modern Care Journal*, 12(3), 129-33. (Farsi)
- Skowron, E. A., & Stanley, K. L. (2009). Differentiation of self and attachment in adulthood: relational correlates of effortful control. *Contemporary Family Therapy*, 26, 337-357.
- Skowron, E. A., & Schmitt, M. L. (2003). The differentiation of self-inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 2003, 45(3), 235-76.
- Taku, K. (2014). Relationships among perceived psychological growth, resiliency and marital burnout in physicians. *Personality and Individual Differences*, 59, 120-123.
- Walsh, F. (2012). Family resilience: A developmental systems framework. *European Journal of Developmental Psychology*, 13, 313-324.