

◇ فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ

سال هشتم، شماره ۳۰، زمستان ۱۳۹۵

صفحات: ۱۷-۷

تاریخ وصول: ۱۳۹۵/۵/۳- تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۸/۲۵

اثربخشی آموزش تفکیک خویشتن بر رابطه با جنس مقابل در دانشجویان دختر

حسین امیری طلب^{*}
احمد اعتمادی^{**}

چکیده

هدف این پژوهش تعیین اثربخشی آموزش تفکیک خویشتن بر رابطه با جنس مقابل در بین دانشجویان دختر دانشگاه علامه طباطبایی بود. حجم نمونه ۲۰ نفر بود که به صورت تصادفی ساده انتخاب و به دو گروه آزمایش و کنترل ۱۰ نفره تقسیم شدند. به منظور کنترل متغیرهای مزاحم فاکتورهایی همچون مجرد بودن، دختر بودن و تجربه قبلی رابطه با جنس مقابل به عنوان ملاک های انتخاب نمونه در نظر گرفته شد. طرح پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. ابزار اندازه گیری پرسشنامه کیفیت ارتباط با غیرهم جنس (۱۳۹۱) بود که ابتدا از هر دو گروه پیش آزمون گرفته شد و سپس گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای به صورت یک بار در هفته تحت آموزش قرار گرفتند و پس از مداخله از هر دو گروه پس آزمون گرفته شد. تحلیل داده ها با استفاده از تحلیل کوواریانس یک راهه صورت گرفت. نتایج نشان داد که آموزش تفکیک خویشتن بر رابطه با جنس مقابل تاثیر دارد.

کلید واژگان: تفکیک خویشتن، رابطه با جنس مقابل، دختران دانشجوی.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رساله جامع علوم انسانی

* کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی، ایران (نویسنده مسئول، ایمیل: amiritalab.counselor@gmail.com).

** دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی، ایران.

مقدمه

در مرحله ای از رشد که تقریباً هم زمان با پایان دوره نوجوانی است نیاز به ارتباط با جنس مقابل^۱ کیفیتی متفاوت پیدا می کند و دختران و پسران با انگیزه های متفاوتی همچون انتخاب فردی مناسب برای ازدواج، کنجکاوی و شناخت جنس مقابل و یا دوستی های موقت با هم رابطه برقرار می کنند (حامدی و همکاران، ۱۳۹۱). به طور کلی در سنین نوجوانی در نوع و شدت روابط فرزندان با والدین تغییراتی اتفاق می افتد و روابط نزدیک با والدین کاهش می یابد و تعاملات منفی بین والدین و فرزندان نوجوانشان افزایش می یابد و نوجوانان تمایل بیشتری به برقراری رابطه با همسالان همجنس و غیر همجنس پیدا می کنند (سفجی - کرنک^۲، ۲۰۰۳؛ به نقل از حسین خانزاده و همکاران، ۱۳۹۲). بر اساس تحقیقات انجام شده ۳۰ تا ۷۰ درصد دختران دبیرستانی و ۲۰ تا ۵۰ درصد دختران دانشجوی ساکن در خوابگاه های دانشگاه های دولتی مستقر در تهران تجربه دوستی و ارتباط با جنس مقابل را گزارش کرده اند (گلزاری، ۱۳۸۳). تحقیق سیدان و نجفی نژاد (۱۳۹۱) نشان داد که ۴۶ درصد دختران نسبت به رابطه با جنس مقابل نگرشی مثبت، ۳۲ درصد بینابین و ۲۲ درصد نیز نگرش منفی دارند. خلج آبادی فراهانی و مهریار (۱۳۸۹) نیز به این نتیجه رسیدند که بیش از نیمی از دختران دانشجو در تهران در سال ۱۳۸۴-۱۳۸۵ تجربه معاشرت دوستی با جنس مقابل پیش از ازدواج و حدود یک چهارم ارتباط نزدیک تر را دارند. نتایج سایر پژوهش ها نیز نشان می دهد هم خانگی (زندگی دختر و پسر نامحرم با یکدیگر) در کلان شهرهای ایران نظیر تهران رو به افزایش است و برخی از زنان جوان از این رابطه به عنوان رابطه ای انسانی و بهنجار به شدت دفاع می کنند (آزادارمکی و همکاران، ۱۳۹۰).

ظهور و بروز این پدیده و تحول در روابط بین شخصی دختران و پسران، نگرانی خانواده ها، علما، جامعه دینی، مسئولان و برنامه ریزان فرهنگی را در پی داشته است و آن را به عنوان معضلی اجتماعی مطرح کرده است (موحد، عنایت و عباسی شوازی، ۱۳۸۵). که دو دیدگاه کاملاً متفاوت را در پی داشته است: گروهی از جامعه که جزو مخالفان رابطه با جنس مقابل هستند توانسته اند سیاست ها و برنامه های اثربخشی را در این زمینه ارائه کنند به صورتی که وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی (۱۳۸۲)؛ به نقل از موحد، عنایت و عباسی شوازی، (۱۳۸۵) در بخشی از مطالعه خود در قالب پیمایش ارزش ها و نگرش های ایرانیان به بررسی ارزش ها و نگرش های ایرانیان درباره ازدواج، همسر خوب و دوستی و معاشرت دختر و پسر پیش از ازدواج پرداخته است نتایج این مطالعه نشان داد که ۳۸/۴ درصد از افراد با معاشرت و دوستی دختر و پسر موافق، ۱۱/۸ درصد مردد و ۴۹/۸ درصد مخالف بوده اند. نکته جالب توجه این که افراد ۱۵-۲۰ ساله بیشترین نظر موافق را داشته اند و با افزایش تحصیلات نگرش نسبت به این روابط مثبت تر می شود و بیشترین نگرش مثبت در میان محصلان و افراد مجرد بوده است.

گروهی از جامعه که جزو موافقان این گونه از روابط هستند بر این باورند که با توجه به فردیت گرایی به وجود آمده در جامعه، دختران و پسران امکان شناخت از همدیگر را ندارند بنابراین رابطه با جنس مقابل را زمینه مناسبی برای ازدواج در نظر می گیرند. اما این در صورتی است که با توجه به شرایط اجتماعی، فرهنگی، خانوادگی و ویژگی های سنی و شخصیتی دختران و پسران این گونه از روابط شناختی نسبی و در برخی موارد شناخت کاذبی را ایجاد نموده و آسیب ها و مشکلات زیادی را برای جوانان، خانواده و جامعه

۱. friendship relation

۲. Seffge-Krenck

ایجاد می نماید که تحقیقات انجام شده به برخی از آنها از جمله: اختلالات هیجانی و عاطفی و برداشت منفی از ظاهر خود به ویژه در کسانی که روابط کوتاه مدت و گذرای برقرار می کنند، پنهان کردن و تحریف هویت، بروز حسادت، گرایش به مصرف الکل و مواد مخدر، افت تحصیلی، بارداری ناخواسته، افزایش خشونت در قرارهای عاشقانه، ابتلا به بیماری های مقاربتی مانند ایدز، تجاوزهای جنسی آشنا یا تجاوز در قرارهای عاشقانه، وادار شدن به ازدواج های زودهنگام، ارتکاب به بزه کاری و خلاف های رفتاری شدید و درگیری های خانوادگی اشاره کرده اند (دی سی و کنی^۱؛ هیلز^۲؛ ۱۹۹۹؛ دیویس و ویندل^۳، ۲۰۰۰؛ لی^۴؛ ۱۹۹۸؛ بامیستر^۵؛ ۲۰۰۱؛ جیمز^۶؛ ۲۰۰۲؛ هوارد و ونگ^۷؛ ۲۰۰۳؛ اتا و بریجز^۸؛ ۲۰۰۴؛ به نقل از گلزاری، ۱۳۸۳) و از طرفی تحقیقات انجام شده یکی از عوامل عدم گرایش جوانان به ازدواج را دسترسی آسان به رابطه با جنس مقابل دانسته اند (خلج آبادی فراهانی و مهریار، ۱۳۸۹ و خلج آبادی فراهانی، کاظمی پور و رحیمی، ۱۳۹۲).

با توجه به تحقیقات صورت گرفته در زمینه رابطه با جنس مقابل بسیاری از روان شناسان و جامعه شناسان معتقدند که این گونه از روابط باعث بروز برخی از مشکلات می شوند، این در صورتی است که نوجوانان امروزی، همانند همسالان خود در همه زمان ها، دارای کشش جنسی هستند، با این تفاوت که زیادتر از نوجوانان گذشته در معرض انواع تحریک های جنسی قرار می گیرند و با ترویج دیدگاه های طرفداری از فردیت و آزادی، بیشتر به دوستی با جنس مقابل و حتی برقراری روابط پیشرفته ترغیب می شوند. نتایج پژوهش شریف زاده، میرمحمدتبار و سهرابی (۱۳۹۵) نشان داد با افزایش نوع و میزان استفاده از فناوری های جدید اطلاعاتی و ارتباطی (ماهواره، اینترنت) دوستی با جنس مخالف در دانش آموزان افزایش می یابد. در کنار این افزایش و پیشرفت رابطه ها، چون بیشتر نوجوانان اطلاعات کم یا نادرستی نسبت به موضوعات جنسی دریافت می کنند، دیری نمی گذرد که گرفتار آسیب های گوناگونی می شوند و سلامت و شادابی خود را از دست می دهند (رایس^۹؛ ۱۹۹۹؛ به نقل از گلزاری، ۱۳۸۳). با توجه به اهمیت نقش آموزش در پیشگیری از آسیب های ناشی از رابطه با جنس مقابل، سالهای گذشته آموزش های جنسی متمرکز به شناخت دستگاه های تولیدمثل، راه های جلوگیری از بارداری و جلوگیری از ابتلا به بیماری های مقاربتی به ویژه ایدز بود، اما بررسی های بعدی نشان داد که این نوع آموزش ها همچون تیغ دوسری است که به دلیل اطمینان بخشی های زیاد و پیامدهای دوگانه و متناقضی که دارند، به افزایش رابطه های جنسی منجر می شوند (دی سی و کنی، ۱۹۹۷). به همین منظور محتوای آموزش نیز به جای نشان دادن راه های جلوگیری از بارداری و بیماری های مقاربتی، به یاد دادن و تمرین مهارت های ابراز وجود، حل مسئله، تصمیم گیری، ارتباط بین فردی و مسئولیت شخصی تغییر کرده است تا نوجوانان را برای داشتن ارزش هایی مثبت، مقابله با فشار گروه های همسال و توانایی "نه گفتن" به

۱. Dacey & Kenny

۲. Halce

۳. Davies & Windle

۴. Lahey

۵. Baumeister

۶. Jaims

۷. Howard & Wang

۸. Etaugh & Bridges

۹. Rice

خواست‌های ناروا" تربیت سازد (کب^۱، ۲۰۰۱).

بنابراین وقت آن رسیده است تا از طریق آموزش جامعه و خانواده از یک طرف و آموزش مهارت‌های لازم همچون حل مسئله، تصمیم‌گیری، مهارت‌های ارتباطی، جرات‌ورزی و ... به نوجوانان و جوانان رابطه با جنس مقابل را در بستر خانواده و به صورت منطقی مدیریت نمود. برای این منظور نظریه بوئن^۲ (۱۹۷۶) به عنوان یکی از نظریات خانواده‌درمانی که رابطه عاطفی والد-فرزند را مورد تأکید قرار می‌دهد و سعی می‌کند با ایجاد هویتی مستقل در فرد وی را از آمیختگی در روابط و واکنش عاطفی بر حذر دارد به گونه‌ای که فرد بتواند در یک رابطه صمیمانه، هیجانها و عواطف خود را مدیریت کرده و به صورت منطقی و مستقلانه در مورد نحوه و میزان رابطه خود تصمیم‌گیری کند و یا در برخورد با مسائل، توانایی حل آنها را داشته باشد؛ بنابراین هدف این پژوهش تعیین اثربخشی آموزش تفکیک خویشتن بر رابطه با جنس مقابل در دانشجویان دختر می‌باشد.

روش

طرح پژوهش، جامعه آماری و روش نمونه‌گیری: پژوهش حاضر از نوع مطالعات نیمه آزمایشی است که بر اساس طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون همراه با گروه کنترل انجام گرفته است. نمونه آماری پژوهش حاضر شامل ۲۰ نفر از دانشجویان دختر دانشگاه علامه طباطبایی بودند. به منظور انتخاب اعضای نمونه، با روش نمونه‌گیری مرحله‌ای از میان ۸ دانشکده به تصادف دو دانشکده انتخاب و اطلاعیه برگزاری دوره در آن دو نصب شد. همچنین به منظور بررسی اینکه نتیجه آزمایش حاصل آموزش صورت گرفته باشد در انتخاب اعضا برخی از عوامل از جمله: جنسیت (صرفاً دختر بودند)، وضعیت تاهل (اعضا مجرد بودند)، غیر بومی بودن (سکونت در خوابگاه) کنترل شد و در اطلاعیه مورد تأکید قرار گرفت. بعد از نصب اطلاعیه و گذشت دو هفته ۵۷ نفر از دانشجویان ثبت نام کردند. که بعد از اجرای پرسشنامه کیفیت ارتباط با غیر همجنس، ۲۰ نفر از آنها که در پرسشنامه نمرات بالایی گرفته بودند به عنوان گروه نمونه انتخاب گردید. و از بین این ۲۰ نفر به صورت تصادفی ساده ۱۰ نفر به عنوان گروه آزمایش و ۱۰ نفر نیز به عنوان گروه کنترل انتخاب شدند.

ابزار سنجش

پرسشنامه کیفیت ارتباط با غیر هم‌جنس^۳: این پرسشنامه بر اساس نظریه طرح‌واره‌های شناختی جفری یانگ^۴ (۱۹۹۳) توسط حامدی در سال ۱۳۹۱ ساخته شده است. برای ساخت این پرسشنامه ابتدا انواع مشکلات ارتباطی از تئوری یانگ استخراج شده و به شکل سوال چهارگزینه‌ای تنظیم شده است. سؤال‌ها را ۱۰ نفر از اساتید روان‌شناسی ارزیابی کردند و سپس از اعمال اصلاحات پیشنهادی، پرسشنامه در میان ۳۰ نفر به شکل مقدماتی اجرا و ایرادات نهایی آن رفع شد. سؤال‌های این پرسشنامه بر اساس حوزه‌های مختلف طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه یانگ طراحی شده است و هر یک از آنها مشخص‌کننده مشکلات ارتباطی ناشی از طرح‌واره خاصی است. پایایی محتوایی پرسشنامه را سه نفر از اساتید روان‌شناسی تأیید کرده‌اند. برای ارزیابی اعتبار با

۱. Cobb

۲. Bowen

۳. quality in Single Students with opposite Sex inventory

۴. Young

روش آزمون- بازآزمون، چهار هفته پس از اجرا، ۳۰ نفر از کسانی که قبلاً در پژوهش شرکت کرده بودند پرسشنامه را مجدداً تکمیل کردند که همبستگی نمره اجرای اول با اجرای دوم ۰/۷۲ به دست آمد. لازم به ذکر است که ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه پس از اجرا معادل ۰/۸۷ شده است که نشان دهنده انسجام درونی بالای آن می باشد. این پرسشنامه دارای ۴۲ سؤال است. ابتدا درباره وجود ارتباط و سپس نوع و سطح ارتباط با جنس مخالف سؤال می شود. آنگاه علت فقدان ارتباط در کسانی که ارتباط عاطفی نداشته اند، سپس درباره ویژگی موثر در جذابیت جنس مخالف سؤال شده و در نهایت انواع مشکلات ارتباطی که حاصل ۱۸ طرح‌واره شناختی است، در مقیاس لیکرت پنج گزینه‌ای از هیچ تا خیلی زیاد سؤال شده است. بدین صورت که به هیچ ۱ و به بسیار ۵ داده می شود. و افزایش نمره کلی فرد نمایانگر وجود رابطه آسیب رسان می باشد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۸۵ بدست آمد.

روش اجرا

بعد از انتخاب گروه آزمایش جلسات آموزشی به صورت گروهی برگزار شد و به منظور افزایش اعتماد و مشارکت اعضای گروه جلسه اول به آشناسازی و برقراری ارتباط از طریق معرفی فرد مقابل، صحبت از زبان سوم شخص و... اختصاص داده شد. در طول جلسات گروهی با استفاده از فنون انگیزشی و ارائه تکلیف تلاش شد تا اعضا خارج از گروه نیز مباحث مطرح شده را تمرین کنند. تلاش شد مفاهیم تفکیک خویشتن متناسب با تجربه فردی اعضا درون سازی شود و در کنار آموزش مباحث تفکیک خویشتن مهارت های مورد نیاز در جهت افزایش استقلال فردی را نیز یاد بگیرند شرح جلسات در جدول زیر آورده شده است:

جدول ۱. خلاصه جلسات آموزشی

جلسه	موضوع	هدف	تکلیف
جلسه اول	آشنایی اعضای گروه، ایجاد رابطه و اجرای پیش آزمون	آشنایی اعضا با یکدیگر برقراری رابطه تعیین قوانین گروه	از اعضا خواسته شد تا هر کدام نوع رابطه (میزان صمیمیت یا دوری) خود با دیگر اعضای خانواده شان (یا دوست غیر همجنس) را یادداشت کنند. همچنین از اعضا خواسته شد تا نظراتشان را درباره این نوع رابطه نیز یادداشت نمایند.
جلسه دوم	آشنایی با مرزهای ارتباطی	بررسی نقش خانواده در روابط اعضا با یکدیگر و نحوه برقراری ارتباط با دیگران	از اعضا خواسته شد تا هر یک از آنها ۳ حادثه یا تجربه را برای جلسه آینده یادداشت کنند و سپس احساس و فکر و رفتار خود را یادداشت نمایند و مشخص کنند که علت آنها چه بوده است.
جلسه سوم	شناسایی تعابیر و تفاسیر و جدا کردن آنها از واقعیت	بررسی تاثیر فکر و احساس و رفتار بر همدیگر و برداشت های متفاوت از یک رفتار	از اعضا خواسته شد تا برای جلسه آینده ویژگی های خود را یادداشت کنند. در واقع از آنها خواسته شد تا به این سؤال پاسخ دهند که من در حال حاضر چه کسی هستم و از چه صفاتی برخوردارم؟
جلسه چهارم	توضیح مفهوم "موضع من" و خودشناسی عمیق تر هر یک از اعضا.	شناخت ویژگی های فردی و توانایی ابراز آنها	از اعضا خواسته شد تا در طول هفته ۳ حادثه را یادداشت کنند که برای آنها اتفاق افتاده است و همچنین بررسی کنند که به چه میزانی واکنش به حادثه مذکور مطابق با عقیده و تمایلات خود فرد بوده است

جلسه پنجم	یک پارچه ساختن ارزش ها و تجارب در ارتباطات بین فردی و خانوادگی	افزایش توانایی واکنش اعضا بر مبنای عقاید و باورهای خودشان	از اعضا خواسته شد تا برای جلسه آینده خواسته ها و نیازهای خود از یک رابطه صمیمی را یادداشت کنند. همچنین در طول هفته چند مورد از اشتباهات رفتاری خود را نیز ثبت کنند.
جلسه ششم	پرورش رابطه‌ای منطقی جهت برقراری صمیمیت و پذیرش مسئولیت	برقرار رابطه صمیمی بدون از دست دادن هویت	از اعضا خواسته شد تا برای جلسه آینده دیدگاه خود در مورد محاسن و معایب رابطه با جنس مقابل و همچنین مشکلات خودشان در رابطه با جنس مقابل را یادداشت کنند.
جلسه هفتم	شناسایی آسیب‌های روابط دختر و پسر، نحوه ارتباط درست با جنس مقابل	شناخت آسیب‌های رابطه با جنس مقابل و نحوه پیشگیری از آنها	جمع بندی محتویات جلسات گذشته و ارائه در جلسه آینده
جلسه هشتم	جمع بندی مطالب بیان شده، گرفتن بازخورد، اجرای پس آزمون	جمع بندی و گرفتن بازخورد	

یافته‌ها

به منظور بررسی فرضیه تحقیق از آزمون تحلیل کوواریانس یک راهه (ANCOVA) استفاده شده است و نتایج آن به شرح ذیل می باشد:

جدول ۲. توصیف نمرات پیش آزمون و پس آزمون پرسشنامه کیفیت ارتباط با غیرهمجنس

شاخص‌های آماری		پیش آزمون		پس آزمون	
متغیر	گروه	تعداد افراد	میانگین نمرات	انحراف معیار	تعداد افراد
رابطه با جنس مقابل	آزمایش	۱۰	۵۹,۶۰۰	۸,۶۶۹	۱۰
	کنترل	۱۰	۵۵,۳۰۰	۷,۷۳۲	۱۰
	کل	۲۰	۵۷,۴۵۰	۸,۲۹۳	۲۰

جدول ۳. آزمون لوین به منظور بررسی فرض همگنی واریانس‌ها در دو گروه آزمایش و کنترل

سطح معناداری	اندازه f	درجه آزادی دوم	درجه آزادی اول
۰/۹۲۸	۰/۰۰۸	۱۸	۱

مطابق جدول فوق واریانس داده‌ها در مورد آزمون برابر می باشند.

جدول ۴. بررسی کنش متقابل گروه و پیش‌آزمون (موازی بودن خطوط رگرسیون).

منبع واریانس	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مکعبات	آزمون F	سطح معنی داری
پیش‌آزمون رابطه با جنس مقابل	۶۳/۹۷۴	۱	۶۳/۹۷۴	۲/۶۲۵	۰/۱۲۵

اندازه آزمون F برای کنش متقابل بین گروه و پیش‌آزمون نمرات رابطه با جنس مقابل معنی دار نیست ($p > ۰/۰۵$). بنابراین این مفروضه موازی بودن خطوط رگرسیون نیز تأیید می‌شود.

فرضیه پژوهش: آموزش تفکیک خویشتن بر رابطه با جنس مقابل در دانشجویان دختر تاثیر دارد.

جدول ۵. آزمون تحلیل کوواریانس یک راهه جهت مقایسه نمره پس‌آزمون کیفیت رابطه با غیر همجنس آزمودنی‌ها در گروه آزمایش و کنترل

منبع تغییرات	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مربعات	F آزمون	سطح معنی داری	اندازه اثر
پیش‌آزمون رابطه با جنس مقابل	۷۷۷/۱۲	۱	۷۷۷/۱۲	۲۹/۱۰	۰/۰۰	۰/۶۳۱
گروه	۶۹۶/۰۵	۱	۶۹۶/۰۵	۲۶/۰۷	۰/۰۰	۰/۶۰۵

با توجه به جدول فوق نتیجه گرفته شد که پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون، آزمون تحلیل کوواریانس معنی دار است ($F = ۲۶/۰۷$ ، $p < ۰/۰۰۰$). بنابراین بین گروه‌های پژوهش در پس‌آزمون کیفیت رابطه با غیر همجنس تفاوت معنی داری وجود دارد. و آموزش تفکیک خویشتن بر کیفیت رابطه با جنس مقابل اثربخش می‌باشد.

بحث و نتیجه گیری

فرضیه پژوهش: آموزش تفکیک خویشتن بر رابطه با جنس مقابل تاثیر دارد همانگونه که جدول ۵ است که با نتایج پژوهش‌های داپس^۱ (۲۰۰۶)، هاسپال^۲ (۲۰۰۶)، رفاهی و همکاران (۱۳۹۱)، حامدی و همکاران (۱۳۹۱)، تیموری و همکاران (۱۳۹۱)، زارعی و همکاران (۱۳۹۰)، یوسفی (۱۳۹۰) و شیخ‌دارانی و همکاران (۱۳۸۶) همخوانی دارد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت تحقیق جودانی (۱۳۸۸)؛ به نقل از رفاهی و همکاران، (۱۳۹۱) نشان می‌دهد دختران به خاطر اینکه احساسات خود را تسکین دهند به جنس مقابل تمایل و کشش پیدا می‌کنند. در واقع این تحقیق مویب این موضوع است که فرد با تمایز یافتگی پایین در رابطه با جنس مقابل بیشتر انرژی خود را صرف تجربه، ابراز و تشدید احساسات می‌کند که در نتیجه تسلط احساسات بر تصمیمات، فرد به آسانی تحت تاثیر شخص مقابل خود قرار می‌گیرد تا از خود در برابر تهدیدهای عاطفی که ممکن است مثلث سازی های خانوادگی یا فشار گروه‌های همسال باشد، حمایت کند. در نظریه بوئن (۱۹۷۶) واکنش عاطفی بر مبنای احساسات به جای منطق استوار است. زمانی که عقل و احساس در هم می‌آمیزند، انتخاب‌های مناسب توأم با اضطراب و شکست می‌شوند و انرژی فرد اساساً بر بیان احساسات شدید متمرکز است که توسط

۱. Dupas

۲. Hospiall

احساسات دیگری برانگیخته شده است (هاسپیل، ۲۰۰۶) و از آنجا که مقدار زیادی از انرژی آن‌ها صرف تجربه، ابراز و تشدید احساسات می‌شود، در نتیجه به آسانی تحت تأثیر حالت‌های عاطفی اشخاص دیگر قرار می‌گیرند. همچنین به دلیل عدم تفکیک احساسات و منطق، تصمیمات را بر مبنای احساسات می‌گیرند (کی یونگ، ۲۰۰۵). پژوهش حاضر نیز نشان می‌دهد زمانی که فرد توانایی شناخت احساسات خود را دارا باشد می‌تواند بین منطق و احساسات تمایز مناسبی قائل شود بدون اینکه احساسات را در رابطه با جنس مقابل تشدید کند. تحقیقی که داپس (۲۰۰۶) انجام داد نشان می‌دهد اگر اطلاعاتی به نوجوانان دختر و پسر در مورد جنس مقابل و انواع رفتارهای پرخطر و مخاطره‌آمیز که توسط دوستی با جنس مقابل به وجود می‌آید داده شود باعث کاهش خطرات جنسی و رفتارهای مخاطره‌آمیز می‌شود. هم چنین رهنما (۱۳۸۳؛ به نقل از شیخ دارانی و همکاران، ۱۳۸۶) نیز در تحقیق خود به این نتیجه رسید که آموزش‌های پیشگیری از روابط جنسی قبل از ازدواج در رضایت مندی از زندگی با همسر آینده مؤثر است.

تحقیق کوثری (۱۳۷۴) نیز نشان داد دانش‌آموزانی که با جنس مقابل خود رابطه دارند، از توجه و محبت کمتری در خانواده برخوردارند و سخت‌گیری و تعصبات در خانواده‌هایی که فرزند دانش‌آموز آن‌ها با جنس مقابل رابطه دارد، بیشتر است. این تحقیق با مفهوم گسلش عاطفی در نظریه بوئن (۱۹۷۶) همخوان است در واقع گسلش عاطفی زمانی است که نیاز به جدایی از سایرین احساس می‌شود و زمانی که احساسات عمیق و اعتقادات ضعیف و ترس از روابط نزدیک و صمیمی وجود دارد (هاسپیل، ۲۰۰۶). در گسلش عاطفی فرد کاملاً از موقعیت یا روابط کناره‌گیری می‌کند او روابط را قربانی می‌کند تا خود را حفظ کند (گیوشا و کنستانتین، ۲۰۰۳). فاصله فیزیکی غالباً با گسلش عاطفی و نتایج ناامیدکننده‌ای همراه است (والش و هاریگان، ۲۰۰۳). زمانی که فرد از سطح تفکیک پایین برخوردار است دچار اضطراب خواهد شد و زمانی که نتواند این اضطراب را تحمل کند و یا اینکه از مثلث‌سازی در خانواده خارج شود سعی در گسلش عاطفی می‌کند. گسلش عاطفی در دوران جوانی و مخصوصاً در دانشگاه پناه بردن به گروه‌های دوستی و رابطه با جنس مقابل است. در واقع فرد رابطه خود را با خانواده اضطراب‌زا کم می‌کند و با جنس مقابل ارتباط برقرار می‌کند تا آزادی بدست آورد که بوئن آن را آزادی کاذب می‌نامد. پژوهش حاضر نیز نشان داد زمانی که فرد بتواند از مثلث‌سازی‌های خانوادگی خارج شود توانایی بیشتری در استقلال فردی خواهد داشت بر همین مبنا برقراری رابطه با جنس مقابل جنبه اجباری نخواهد داشت و فرد آگاهی بیشتری از رابطه، خواسته‌ها و رفتارها خواهد داشت و این امر علاوه بر سلامت رابطه، میزان رضایتمندی از آن را نیز افزایش خواهد داد. یوسفی (۱۳۹۰) در پژوهش خود در متقاضیان طلاق به این نتیجه رسید که آموزش خودتمایزسازی بر کاهش میل طلاق تأثیر معناداری داشته است. همچنین پژوهش تیموری و همکاران (۱۳۹۱) نشان داد افرادی که میزان تمایز یافتگی آن‌ها بالا بود رضایت زناشویی بیشتری احساس می‌کردند و زارعی و همکاران (۱۳۹۰) به این نتیجه رسیدند که خودتمایزسازی، اعتماد و شرم با سازگاری زناشویی رابطه معنادار دارند و قادر به پیش‌بینی سازگاری زناشویی هستند.

در پژوهشی که حامدی و همکاران (۱۳۹۱) با عنوان بررسی تمایز یافتگی خود و کیفیت رابطه با غیر هم‌جنس در دانشجویان مجرد انجام داد به این نتیجه رسیدند که تمایز یافتگی کم با افزایش مشکلات بین

۱. Kyung

۲. Gushue & Constantine

۳. Walsh & Harigan

فردی با غیر هم جنس رابطه دارد. نتیجه این پژوهش با مواضع شخصی نظریه بوئن (۱۹۷۶) مطابقت دارد بدین معنی که افرادی با تفکیک ضعیف برای دیدن خودشان به عنوان افرادی مجزا ناتوان هستند (هاسپیل، ۲۰۰۶) و وقتی در رابطه با فرد دیگری قرار می گیرند توانایی حفظ باورها و ارزش های شخصی خود را ندارند و اقدام به دفاع از موقعیت خود و حمله به باورهای دیگری می کنند (هام^۱، ۲۰۰۵). همچنین افراد دارای سطح تفکیک پایین قادر به خارج شدن از مثلث سازی های خانوادگی و اجتماعی نیستند در نتیجه تحت تاثیر عواطف جنس مقابل قرار می گیرند و از خواسته های خود به نفع طرف مقابل کناره گیری می کنند. آنها در رابطه با جنس مقابل قادر نخواهند بود تا صمیمیت را بدون آمیختگی و استقلال را بدون گسلس و تجربه عاطفی را بدون واکنش عاطفی تجربه نمایند در نتیجه بیشتر از افراد تمایز یافته دچار آسیب می شوند. پژوهش اسکورن^۲ (۲۰۰۰) نیز موید این موضوع است زوج هایی که کمتر واکنش هیجانی دارند و بریدگی عاطفی و آمیختگی در آنها کمتر است و بهتر می توانند در روابط خود در جایگاه من باشند رضایت زناشویی بیشتری دارند و از طرف دیگر فردیناند^۳ (۲۰۰۱) در پی اجرای پژوهشی در دانشجویان گزارش کرد که افزایش جایگاه من با کاهش مشکلات عاطفی رابطه دارد.

در نهایت نتایج این پژوهش نشان داد که آموزش تفکیک خویشتن باعث کاهش آسیب های رابطه با جنس مقابل می شود و فرد رضایتمندی بیشتری را در رابطه با جنس مقابل احساس خواهد کرد چون با تفکیک بین احساس و منطق توانایی حل مشکلات و خواسته های غیر منطقی را خواهد داشت و علاوه بر آن تعارضات کمتری را تجربه خواهد کرد. بنابراین می توان روش بکار گرفته شده در پژوهش حاضر را روشی مناسب جهت مداخلات روانی - تربیتی و مشاوره ای و خانواده درمانی در نوجوانان و جوانانی که روابط آسیب زا با جنس مقابل دارند قلمداد نمود و در دانشگاه ها و مدارس به منظور پیشگیری از آسیب های ناشی از رابطه با جنس مقابل مورد استفاده قرار داد. تحقیق حاضر مانند تحقیقات دیگر دارای محدودیت هایی می باشد از جمله این پژوهش صرفاً بر روی دختران انجام شده است و همچنین فاقد برنامه پیگیری نتایج می باشد. بر این اساس پیشنهاد می شود که این پژوهش بر روی جامعه پسران نیز انجام گردد. این پژوهش در بین دختران و پسران مقطع دبیرستان نیز اجرا گردد و از طریق پیگیری نتایج میزان موفقیت آن مورد بررسی قرار گیرد. با توجه به اینکه بیشتر دانشجویان فقط جنبه های مثبت رابطه با جنس مقابل را در نظر می گیرند ضروری است تا دانشجویان از آسیب های ناشی از این گونه روابط آگاه باشند. همچنین مهارت های لازم در پیشگیری از این آسیب ها را نیز کسب کنند بدین منظور پیشنهاد می گردد تا کارگاههای مختلف در زمینه آموزش مسائل مرتبط با اینگونه از روابط در دانشگاه برگزار گردد.

منابع

- آزادارمکی، تقی، شریفی ساعی، محمدحسین، ایثاری، مریم، و طالبی، سحر. (۱۳۹۰). سنخ شناسی الگوهای روابط جنسی پیش از ازدواج در ایران. جامعه پژوهی فرهنگی. سال ۲، شماره ۲، ۱-۳۴.
- تیموری علی، غلامعلی مسعود و بخشایش، علیرضا. (۱۳۹۱). پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک های دلبستگی و خودتمایزسازی. فصلنامه خانواده پژوهی، سال ۸، شماره ۳۲.

۱. Ham
۲. Skorown
۳. Ferdinand

- حامدی، رباب، خسروی، زهره، پیوسته گسر، مهرانگیز، درویزه، زهرا، خدابخش، روشنگر، و صرامی، غلامرضا. (۱۳۹۱). بررسی تمایز یافتگی خود و کیفیت رابطه با غیر هم جنس در دانشجویان مجرد. مطالعات روان شناختی دانشگاه الزهراء. دوره ۸، شماره ۴.
- حسین خانزاده، عباسعلی، طاهر، محبوبه، سیدنوری، سیده زهرا، یحیی زاده، آیداد، و عیسی پور، مهدی. (۱۳۹۲). رابطه شیوه تعامل والد-فرزند با میزان اعتیادپذیری و گرایش به جنس مخالف در دانشجویان. فصلنامه اعتیادپژوهی در سوء مصرف مواد. سال ۷ شماره ۲۸.
- خلیج آبادی فراهانی، فریده و مهریار، امیر هوشنگ. (۱۳۸۹). بررسی نقش خانواده در ارتباطات با جنس مخالف در دختران دانشجو در تهران. فصلنامه خانواده پژوهی. سال ۶، شماره ۲۶، ۳۲-۲۶.
- خلیج آبادی فراهانی، فریده، کاظمی پور، شهلا و رحیمی، علی. (۱۳۹۲). بررسی تأثیر معاشرت با جنس مخالف قبل از ازدواج بر سن ازدواج و تمایل به ازدواج در بین دانشجویان دانشگاه‌های تهران. فصلنامه خانواده پژوهی. سال ۹، شماره ۳۳.
- رفاهی، ژاله، گودرزی، محمود، و میرزایی چهارراهی، مرتضی. (۱۳۹۱). بررسی عوامل مؤثر در شکل‌گیری رابطه دوستی پیش از ازدواج بین دختران و پسران از دیدگاه دانشجویان. فصلنامه جامعه‌شناسی زنان. سال سوم، شماره اول.
- زارعی، سلمان، فرح‌بخش، کیومرث، و اسمعیلی، معصومه. (۱۳۹۰). تعیین سهم خودتمایزسازی، اعتماد، شرم و گناه در پیش‌بینی سازگاری زناشویی. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی. شماره ۳.
- سیدان، فریبا، و نجفی نژاد، نرگس. (۱۳۹۱). بررسی عوامل مؤثر بر نگرش دختران نسبت به روابط با جنس مخالف. مجله علوم اجتماعی فردوسی مشهد. شماره ۱، ۱۱۸-۸۹.
- شریف زاده، حکیمه سادات، میر محمدتبار، سیداحمد، و سهرابی، مریم. (۱۳۹۵). رابطه فناوری‌های جدید اطلاعاتی و ارتباطی و دوستی با جنس مخالف در دانش آموزان و ارائه راهکارهای تربیتی برای کاهش آن. دوفصلنامه تربیت اسلامی. سال ۱۱، شماره ۲۲، ۸۸-۶۷.
- شیخ‌دارانی، هما، کجباف، محمدباقر، و عابدی، محمدرضا. (۱۳۸۶). اثربخشی آموزش پیشگیری از روابط آسیب‌زا بر نگرش دانش آموزان پسر مدارس متوسطه. فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی. شماره ۳۲، ۱۷-۳۶.
- کوثری، محمدرضا (۱۳۷۴). بررسی علل رابطه با جنس مخالف در دانش آموزان دختر دوره راهنمایی منطقه ۱۸ آموزش و پرورش استان تهران و ارائه راه‌حل مسئله. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی.
- گلزاری، محمود. (۱۳۸۳). آموزش و مشاوره با نوجوانان در زمینه ارتباط با جنس مخالف. فصلنامه روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی. سال اول، شماره ۱، ۱۲۲-۱۰۵.
- موحد، مجید، عنایت، حلیمه، و عباسی شوازی، محمدتقی. (۱۳۸۵). بررسی رابطه عوامل اجتماعی و فرهنگی با نگرش دانشجویان نسبت به معاشرت و دوستی دختر و پسر پیش از ازدواج. مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز. دوره ۲۴، شماره ۲.
- یوسفی، ناصر. (۱۳۹۰). مقایسه اثربخشی دو رویکرد خانواده درمانی مبتنی بر طرحواره درمانی و نظام عاطفی بوئن بر میل به طلاق در مراجعان متقاضی طلاق. مجله روانشناسی بالینی. سال ۳، شماره ۳.

- Cobb, Nancy J. (2001). Adolescence. Mayfield publishing company, U.S.A.
- Dacey, John & Kenny, Maureen. (1997). Adolescent development (2 th. Cd). Brown & benckmark, U.S.A.
- Dupas, Pasclin. (2006). Relative and the marker for sex: teenagers, sugar daddies and HIV in kenya.
- Ferdinand, L. (2001). The influence of differentiation of in individual and couplesfunctioning in premarital and newlywed couples. Master's of thesis in Georgia
- Gushue, G. V., & Constantine, M. G. (2003). Examining individualism, collectivism, and self-differentiation in African American college women. Journal of Mental Health Counseling, 25(1), 1-15.
- Ham, David. (2005). Parents and adolescent depression: evaluation of a model and an intervention program for parents- griffithuniversity,australia.
- Hospiall, Michelle Marie (2006). The development and testing of a multivariate model of differentiation of self among hispanics. Florida International University.
- Kyung, Silkim (2005). Self differentiation, perceived family conflict, and cultural values among asianamerical college students.
- Skorown, E. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. Journal of Counseling Psychology, 47(2), 229.
- Walsh, Joseph & Harigan, Marcia (2003). The termination staye in bowen,s family systems theory-clinical. Clinical Social Work Journal, 31(4), 383.



The Effectiveness of Self-Differentiation Training on Friendship Relation in Girl Students

H. Amiritalab*

A. Etemadi**

Abstract

This research was intended to study the effectiveness of self-differentiation training on friendship relation in girl students. The statistical population were consisted of the all Allameh Tabatabai University students. 20 subjects were selected as the sample through announcements and screening. The subjects were randomly assigned to two experimental and control groups of 10 individuals each. In order to control the variables interfering variables, factors such as being single, being female and having previous experience relating to the opposite sex were considered as criteria for sample selection. The experimental group was exposed to self-differentiation training for 8 sessions, an hour and half each and once a week. This research was a semi-experimental study with pre-test, post-test and control group. In this study the Relationship Quality with Opposite Sex Questionnaire were used as data source. The results, using covariance analysis showed that self-differentiation training had a significant impact on friendship relation with opposite sex.

Keywords: self-differentiation, friendship relation, girl students.

* M. A of counseling, Allameh Tabatabai University (corresponding author, email: amiritalab.counselor@gmail.com)

** Associate Professor of Counseling Department, Allameh Tabatabai University