

## مدل‌یابی تعارضات زناشویی بر اساس خودشناسی، عشق و هوش هیجانی با میانجی‌گری تمایز یافتگی

### Modeling Marital Conflicts based on Self-Knowledge, Love and Emotional Intelligence Mediated by Differentiation

<https://dx.doi.org/10.52547/JFR.18.2.309>

**I. Sadeghi, Ph.D. Student.**

Department of Psychology, Central Tehran Branch  
Islamic Azad University, Tehran, Iran.

**A. Salahyan, Ph.D.**

Department of Psychology, Payame Noor  
University, Tehran, Iran

**M. Salehi, Ph.D.**

Department of Psychology, Central Tehran Branch  
Islamic Azad University, Tehran, Iran.

**ایران صادقی**

گروه روان‌شناسی، واحد تهران مرکزی دانشگاه آزاد اسلامی

**افشین صلاحیان**

گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور

**مهديه صالحی**

گروه روان‌شناسی، واحد تهران مرکزی دانشگاه آزاد اسلامی

دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۸/۲۳

دریافت نسخه اصلاح شده: ۱۴۰۱/۳/۱۴

پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۳/۲۷

#### Abstract

The aim of this study is to investigate the modeling of marital conflicts based on self-knowledge, love and emotional intelligence through the mediation of differentiation with the aim of family health and reducing marital conflicts.

#### چکیده

این پژوهش با هدف سلامتی خانواده و کاهش تعارضات زناشویی به بررسی عوامل کاهنده مهم آن به بررسی مدل‌یابی تعارضات زناشویی براساس خودشناسی، عشق و هوش هیجانی با میانجی‌گری تمایز یافتگی پرداخت.

✉ Corresponding Author: Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran.  
Email: [salahyanafshin@gmail.com](mailto:salahyanafshin@gmail.com)

✉ نویسنده مسئول: تهران، دانشگاه پیام‌نور، گروه روان‌شناسی  
پست الکترونیکی: [salahyanafshin@gmail.com](mailto:salahyanafshin@gmail.com)

This study is basic and correlational so by cluster sam-pling 248 samples (115 females and 133 males) were randomly selected from a couple of clients in counseling centers in Tehran. The instruments used to collect data were Sanaei et al.'s (2014), Marital Conflict Questionnaire, Ghorbani et al.'s Self-Knowledge Questionnaire (2008), Sternberg Love Questionnaire (1986), Siberia Schering Emotional Intelligence Questionnaire (Mansouri, 2001) and Drake Differentiation Questionnaire (2011). After collection, survey data were analyzed using SMART.PLS software and structural equation modeling without subscale. Findings indicate that the variables of self-knowledge, love and emotional intelligence were able to explain the variance of differentiation with a value of 0.715 and these three variables along with the mediating variable were able to predict the variance of marital conflicts with a value of 0.517, as well as the mediating role of differentiation. It was meaningful in all three directions. The results showed that the model of predicting marital conflicts based on self-knowledge, love, emotional intelligence with differentiation mediated is a good fit. to be used.

**Keywords:** Marital Conflicts, Self-Knowledge, Love, Emotional Intelligence, Differentiation.

تحقیق حاضر بنیادین و از نوع همبستگی می‌باشد به طوری که با نمونه گیری خوشه‌ای ۲۴۸ نفر نمونه (۱۱۵ زن و ۱۳۳ مرد) به صورت تصادفی از مراجعین زوج مراکز مشاوره شهر تهران، انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده برای جمع‌آوری اطلاعات پرسش‌نامه تعارضات زناشویی ثنایی و همکاران (۱۳۹۶)، پرسش‌نامه خودشناسی قربانی و همکاران (۲۰۰۸)، پرسش‌نامه عشق استرنبرگ (۱۹۸۶)، پرسش‌نامه هوش هیجانی سبیریا شرینگ (منصوری، ۱۳۸۰) و پرسش‌نامه تمایز یافتگی دریک (۲۰۱۱) بودند. داده‌های پیمایش پس از گردآوری با استفاده از نرم‌افزار SMART.PLS و از طریق مدل‌سازی معادلات ساختاری به شکل بدون خرده مقیاس تجزیه - تحلیل شدند. یافته‌ها حاکی از آن است که متغیرهای خودشناسی، عشق و هوش هیجانی، توانستند واریانس تمایز یافتگی را با مقدار ۰/۷۱۵ توجیه کنند و این سه متغیر همراه متغیر میانجی توانستند واریانس تعارضات زناشویی را با مقدار ۰/۵۱۷ پیش‌بینی کنند، همچنین نقش میانجی‌گری تمایز یافتگی در هر سه مسیر معنی‌دار بود. و نتایج نشان داد که مدل پیش‌بینی تعارضات زناشویی بر اساس خودشناسی، عشق، هوش هیجانی با میانجی‌گری تمایز یافتگی دارای برازش مطلوب است همچنین پیشنهاد این مطالعه بنیادی، تدوین پروتکل آموزشی - درمانی برای زوجین است تا قدم به قدم در جهت کاهش تعارضات زناشویی و سلامت جامعه به کار گرفته شود.

**کلیدواژه‌ها:** تعارضات زناشویی، خودشناسی، عشق، هوش هیجانی، تمایز یافتگی.

## مقدمه

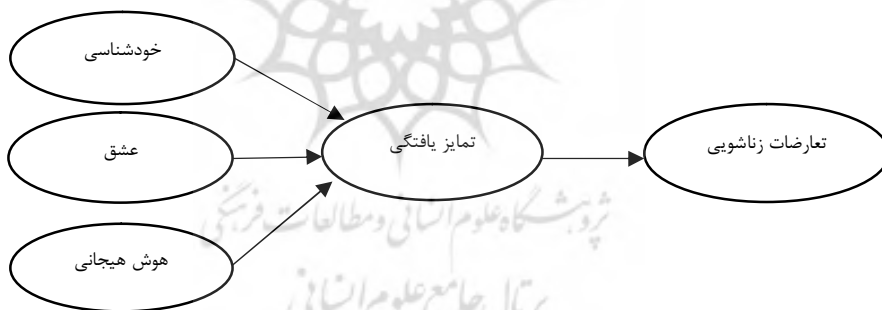
تعارض جزو اجتناب‌ناپذیر ارتباطات انسانی است. افراد با یکدیگر متفاوت هستند و همیشه هماهنگ نیستند. با نزدیک‌تر شدن زوجها به یکدیگر، این اختلافات ناگزیر به اختلاف نظر منجر می‌شوند (حقیقی و همکاران<sup>۱</sup>، ۱۳۹۱). تعارض زناشویی نیز وضعیتی در نظر گرفته می‌شود که افراد دارای وابستگی متقابل،

تفاوت‌هایی را در رضایتشان از نیازها و علایق فردی ابراز می‌دارند و در دستیابی به اهدافشان مزاحمت‌هایی را از دیگری تجربه می‌کنند (حاجی‌حسینی و حاجی‌حسینی<sup>۲</sup>، ۱۴۰۰). مفهوم تعارض<sup>۳</sup> به اختلاف بین همسران اشاره دارد. این به معنای مشاهده عدم تطابق بین اهداف، انتظارات و نیازها یا خواسته‌های شخصی خود و طرف مقابل است. (تُلروئلک<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴). تعارضات زناشویی باعث به وجود آمدن اختلالات شخصیتی، روانی، جسمی در عادات و ویژگی‌های شخصیتی تحریک‌کننده، الگوهای ارتباطی ناسالم، همسر آزاری، خیانت، افکار و باورهای غیرمنطقی زوجین، مشکلات گذراندن وقت با یکدیگر، مشکلات رهبری خانواده‌ها و دخالت‌های زینبار آنها می‌شود و در نهایت منجر به نارضایتی زوجین و در نتیجه طلاق می‌شود (سادات موسوی و همکاران<sup>۵</sup>، ۲۰۲۱). جوهانسون اختلافات زناشویی را یک عامل خطر مهم برای افسردگی، اضطراب، اختلال دوقطبی، می‌داند. از آنجا که ازدواج یک تعهد طولانی بین زن و مرد است، ضروری است که هر دو طرف از زندگی زناشویی راضی و خوشحال باشند (اندرسون<sup>۶</sup>، ۲۰۱۳). یکی از عوامل موثر در روابط زناشویی وجود تعارض و کشمکش‌های بین زوجین است که ناشی از تفاوت و هماهنگ نبودن زن و شوهر درنوع نیازهایشان و روش‌های ارضای این نیازها و عدم توجه به خواست طرف مقابل، اختلاف در خواسته‌ها، رفتار غیرمسئولانه و نادرست و خود محوری نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج است (وفایی<sup>۷</sup>، ۱۴۰۰). اما به دلیل ماهیت روابط متقابل همسران احتمال بروز دیدگاه‌ها و خواسته‌های متضاد وجود دارد و بدیهی است که اختلاف دیدگاه روی دهد یا نیازها برآورده نشوند؛ در نتیجه زوجین احساس خشم، ناامیدی و ناخشنودی می‌کنند و تعارضات رخ می‌دهد، و این اتفاق کاملاً طبیعی است (ام بی وایر<sup>۸</sup>، ۲۰۱۷). تعارضات زناشویی یکی از مشکلات شایع زوج‌ها در دنیای امروز است (سند استورم<sup>۹</sup>، ۲۰۱۱). گوردن تعارضات زناشویی و طلاق را از مهم‌ترین عوامل تنش‌زا در خانواده می‌داند که در آن رفتارهای خشونت‌آمیز مانند توهین، سرزنش و انتقاد و حمله فیزیکی وجود دارد و هر یک عقیده دارند که همسرشان آدم نامطلوب و ناسازگاری است که موجب رنجش و عذاب او می‌شود (سلیمانی و همکاران<sup>۱۰</sup>، ۱۴۰۰). امروزه علل تعارضات زناشویی به یک مسئله بسیار مهم که بر رابطه هر زن و شوهری تأثیرگذار است تبدیل شده است (محمدی و همکاران<sup>۱۱</sup>، ۲۰۲۰). پیترموناکو و همکاران<sup>۱۲</sup> (۲۰۲۱) وقوع تعارض بین زن و مرد را وابسته به منابع قدرت آنها و نیز استرس‌هایی می‌دانند که در طول زندگی آنها رخ می‌دهد. در ایران از هر ۵ ازدواج، یک مورد منجر به طلاق می‌گردد. روند طلاق در سال‌های اخیر رشد چشمگیری داشته و حالت صعودی به خود گرفته است. این در حالی است که آمار ازدواج با روند نزولی در حال رشد است (عرب و همکاران<sup>۱۳</sup>، ۱۳۹۳) که در صورت بی‌توجهی به آن باید منتظر دیگر پیامدهای منفی آن بود. انسان برای رسیدن به سلامت روانی راه‌های زیادی را آزموده است ولی رنج‌ها و آلامش کاهش نیافته و انسانی که خود و جایگاه خود را نشناخته، نمی‌تواند در کنترل خواسته‌های غیرانسانی موفق شود و به آرامش حقیقی و سلامت روان برسد. خودشناسی به معنای شناخت سرمایه‌های وجودی، آگاهی از توانمندی‌ها، استعدادها و شناخت نسبت به امور معرفتی مثل منشأ وجودی، هدف و سرنوشت خود و آگاهی از مسیر کمالی و شناخت نقاط قوت و ضعف خویشتن می‌باشد (یعقوبی ممقانی<sup>۱۴</sup>، ۱۳۹۷).

خودشناسی یکی از مهم‌ترین مهارت‌هایی است که به‌طور ویژه در کاهش تعارضات زناشویی یاری‌رسان است و به فرد امکان درک توانمندی‌هایش را می‌دهد تا با سازماندهی افکار و احساسات، مناسب‌ترین فعالیت‌ها

را برای رسیدن به نتایج مطلوب، شناسایی و انتخاب کند (قربانی و همکاران<sup>۱۸</sup>، ۲۰۰۸). خودشناسی فرایندی انسجامی و انطباقی است چراکه تجربه‌ها و صفات خود را در سنتزی معنادار وحدت می‌بخشد و به واسطه خود نظم‌دهی می‌تواند به بهزیستی خود یاری رساند (گنجه‌آبادی<sup>۱۵</sup>، ۱۳۹۸). نتیجه خودشناسی ایجاد دید وسیع‌تر برای هدایت رفتار و تشکیل طحوراه‌های فردی پیچیده‌تر و کامل‌تر است، به عبارت دیگر خودشناسی، کسب دانش و شناخت نسبت به حالت‌های خود است (فتوحی‌بناب و همکاران<sup>۱۶</sup>، ۱۳۹۰). نقش خودشناسی به‌عنوان سازه‌ای شخصیتی که واجد ملاک‌های رفتاری معین است در تبیین و پیش‌بینی فرایندها و سازه‌های مختلف روان‌شناختی در پژوهش‌های پیشین تأیید شده است (اسلان و یلدریم<sup>۱۷</sup>، ۲۰۲۱). از طرفی محبت و شفقت ناکافی ممکن است به‌صورت مشکلات شناختی، اختلالات اضطرابی و مشکلات فیزیولوژیکی ظاهر شود یا ممکن است مستعد انحرافات اجتماعی مانند روابط خارج از ازدواج، قرار ملاقات، عدم دلبستگی، محدودیت جنسی، کاهش رضایت جنسی، اضطراب، افسردگی و سوءظن باشد. (مسترز<sup>۱۹</sup>، ۲۰۰۸؛ تیلمن و همکاران<sup>۲۰</sup>، ۲۰۰۸؛ نقل از کریمان، کریمی و بهمنی<sup>۲۱</sup>، ۱۳۹۰)؛ به همین دلیل روابط صمیمانه و عاشقانه از جمله عواملی است که به‌طور مستقیم بر سلامت روان و همچنین رضایت و صمیمیت زوجین تأثیر می‌گذارد. (بک<sup>۲۲</sup>، ۱۳۷۹). متأسفانه در همه زندگی‌های خانوادگی فضای صمیمانه، آرامش، محبت و عشق برقرار نیست و تفاهم بین همه زوجین وجود ندارد و این امر می‌تواند حاصل عدم درک صحیح از دیدگاه یکدیگر و نداشتن آگاهی کافی از مفهوم عشق و صمیمیت باشد. (آرین‌فر و پورشهریاری<sup>۲۳</sup>، ۱۳۹۶. اما یکی از مهم‌ترین نظریه‌ها که به تبیین اجزا و انواع عشق می‌پردازد، نظریهٔ مثلثی عشق است که توسط یکی از روان‌شناسان معاصر به نام استرنبرگ<sup>۲۴</sup> ابداع شده است. وی در سال ۱۹۸۶ با ارائه نظریه سه‌وجهی عشق، عشق را ترکیبی از سه بعد صمیمیت، میل (شور و شوق) و تعهد می‌دانست. از نظر او هنگامی که همه عناصر به‌طور متوازن حضور داشته باشند، کامل‌ترین نوع عشق یعنی عشق تمام‌عیار به وجود می‌آید (کاراندانگ و گودا<sup>۲۵</sup>، ۲۰۱۵). همچنین هوش هیجانی توانایی درک، توصیف، دریافت و مهار هیجان‌ها را دربر می‌گیرد و به‌صورت مجموعه‌ای از توانایی‌ها، قابلیت‌ها و مهارت‌های غیرشناختی که بر توانایی شخص در کنار آمدن با مشکلات و فشارهای محیطی تأثیر می‌گذارد، تعریف می‌شود (یزدانی، پناه علی<sup>۲۶</sup>، ۱۳۹۴). هوش هیجانی عاملی اساسی برای درک و حل تعارض در روابط صمیمی میان زوجین است زیرا با تنظیم و مدیریت هوشمندانه عواطف زوجین می‌تواند به کنترل زبان در هنگام خشم و ناراحتی و کنترل عواطف منفی، عصبانیت و اضطراب بپردازد و از شدت تعارض‌ها بکاهد و مشکلات خود را به نحوه مؤثرتری حل نمایند. (دل مارسانچز و همکاران<sup>۲۷</sup>، ۲۰۱۴) مایر و همکاران<sup>۲۸</sup> (۲۰۰۰) دریافتند که افراد دارای هوش هیجانی بالا خودکنترلی و خودانگیزی بالایی دارند، زندگی آنها معنادار است و اصولی و مسئولیت‌پذیر هستند، عواطف خود را به درستی ابراز می‌کنند، قانع و نسبت به دیگران حساس و مراقب هستند، زندگی هیجانی پربار و متعادلی دارند، خودانگیخته و بانشاط هستند و تجارب جدید را می‌پذیرند (اوانس و همکاران<sup>۲۹</sup>، ۲۰۲۰). از طرف دیگر یکی از عوامل مهم در کاهش تعارضات زناشویی تمایز یافتگی یک ترکیب پیچیده از بلوغ عاطفی، توانایی تفکر منطقی در یک موقعیت هیجانی و توانایی حفظ روابط عاطفی است (دراک<sup>۳۰</sup>، ۲۰۱۱). زن و شوهرهایی که از سطوح پایین تمایز یافتگی برخوردارند در برقراری صمیمیت، با مشکل مواجه هستند چون آنها فقط خودهایی کاذب را پرورش داده‌اند (طالبی و غباری‌بناب<sup>۳۱</sup>، ۱۳۹۱). افراد

با مشکلات تمایزیافتگی دچار نقص در مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض می‌باشند (موردادک و گور<sup>۳۲</sup>، ۲۰۰۴؛ به نقل از محمدی و همکاران<sup>۳۳</sup>، ۱۳۹۱). در چنین حالتی افرادی که از نظر عاطفی جدا می‌شوند به طور عمیقی صمیمیت را تهدیدآمیز می‌یابند، بنابراین اغلب تمایل دارند تا خودشان را از دیگران و از عواطف جدا کنند (سلطانی<sup>۳۴</sup>، ۱۳۹۰). در پژوهش کیم و جونگ<sup>۳۵</sup> (۲۰۱۵) تمایزیافتگی با کیفیت زندگی زناشویی رابطه مثبت داشته است. با توجه به پژوهش‌های انجام‌شده در حوزه تعارضات زناشویی ارتباط متغیرهای عشق، خودشناسی، هوش هیجانی هر یک به‌نوعی به طور جداگانه و مستقیم با تعارضات زناشویی مرتبط بودند و به نظر می‌رسد که تمایزیافتگی بعد از شناخت و رشد هوش هیجانی با تحقق «خود» رخ می‌دهد (کاظمیان<sup>۳۶</sup>، ۱۳۸۷). در این پژوهش فرض بر این بود که خودشناسی، عشق و هوش هیجانی بر فردیت یا تمایزیافتگی اثرگذار است و نهایتاً موجب کاهش تعارضات زناشویی خواهد شد. بررسی متغیرهای مذکور نشان می‌دهد که هر یک بر روی تعارضات زناشویی اثرگذار می‌باشند و می‌توانند باعث کاهش تعارضات گردند ولی در پژوهش‌های پیشین تمامی این متغیرها را به صورت جامع در کنار هم مدل‌سازی نکرده‌اند، از این روی در پژوهش حاضر از طریق معادلات ساختاری به مدل‌سازی تعارضات زناشویی براساس خودشناسی، عشق و هوش هیجانی با در نظر گرفتن نقش میانجی‌گری تمایزیافتگی پرداخته است تا نهایتاً با پیشنهاد پروتکل‌های آموزشی مناسب با توجه به تبیین‌های علمی دقیق و آموزش قدم به قدم بتوان برای کاهش تعارضات و ارتقای سلامتی فرد و جامعه قدم مهمی برداشت. مدل مفهومی پژوهش در شکل ۱ آمده است.



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش

## روش

### جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

تحقیق حاضر همبستگی از نوع مدل معادلات ساختاری می‌باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه زوجین درگیر تعارضات زناشویی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر تهران که در سال ۱۴۰۰ در این شهر زندگی می‌کنند تشکیل می‌دهند که با بررسی اولیه مشخص شد که جامعه آماری پژوهش حدوداً ۱۵۰۰ زوج هستند. در روش‌شناسی مدل‌یابی معادلات ساختاری، حجم نمونه می‌تواند بین ۵ تا ۱۵ مشاهده به ازای هر متغیر اندازه‌گیری‌شده، تعیین شود (هومن، ۱۳۹۳)؛ یعنی طبق این فرمول  $5q < n < 15q$ ؛ که در آن  $q$  تعداد

متغیرهای مشاهده‌شده یا تعداد گویه‌ها (سؤالات) پرسش‌نامه و  $n$  حجم نمونه است. با توجه به اینکه تعداد مؤلفه‌ها ۱۸ تا بود که در ۱۳ ضرب شد و تعداد نمونه ۲۳۴ شد که با احتساب ریزش ۲۵۰ در نظر گرفته شد. در این پژوهش نهایتاً نمونه ۲۴۸ نفر (۱۱۵ زن و ۱۳۳ مرد) به‌طور تصادفی از مناطق ۲۲ گانه شهر تهران با استفاده از نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. معیار ورود زوج‌هایی بودند که برای مشکل تعارضات زناشویی به مراکز مشاوره مراجعه کرده باشند، همچنین برای تعمیم‌دهی بیشتر نتیجه پژوهش محدودیتی در قالب سن، تحصیلات وجود نداشت.

## ابزار

**پرسش‌نامه تعارضات زناشویی (MCQ):** ثنایی ذاکر و براتی با هدف سنجیدن هفت بعد اصلی تعارضات زوجین این پرسش‌نامه را تدوین کردند. پرسش‌نامه شامل ۴۲ پرسش بوده است که فرد باید به هر عبارت از ۱ تا ۵ نمره بدهد و دارای هفت مؤلفه: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر است. (براتی و باقرزاده<sup>۳۷</sup>، ۱۳۷۹). آلفای کرونباخ این مقیاس توسط ثنایی و براتی<sup>۳۸</sup> ۰/۵۳ محاسبه شده است. در مطالعه عنایت و یعقوبی‌دوست<sup>۳۹</sup> (۱۳۹۱) ضریب پایایی این پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد. در ایران آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه ۰/۷۱ بود. برای هفت مؤلفه آن به ترتیب کاهش همکاری ۰/۷۳، کاهش رابطه جنسی ۰/۶۰، افزایش واکنش‌های هیجانی ۰/۷۴، افزایش جلب حمایت فرزند ۰/۸۱، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود ۰/۶۵، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان ۰/۸۱ و جدا کردن امور مالی از یکدیگر ۰/۶۹ به دست آمده است. (دهقان<sup>۴۰</sup>، ۱۳۸۰) و نمرات تمامی مؤلفه‌های پرسش‌نامه تعارضات زناشویی از ۳۱/۰ تا ۰/۸۲ با نمره کل تعارضات زناشویی در سطح ۰/۰۱ همبستگی معناداری داشتند (خرایی<sup>۴۱</sup>، ۱۳۸۵). فرحبخش و دیگران<sup>۴۲</sup> (۲۰۰۳) میزان پایایی و روایی پرسش‌نامه را در شهر اصفهان با روش آلفای کرونباخ برای کل آزمون ۰/۶۹ به دست آوردند. آلفای کرونباخ پرسش‌نامه در این پژوهش که در مورد یک نمونه ۴۱ نفری انجام شد ۰/۷۳ و ضریب پایایی خرده مقیاس‌ها از ۰/۶۱ تا ۰/۸۴ به دست آمد (به نقل از هنرپروران، قادری و قبادی<sup>۴۳</sup>، ۱۳۹۱). همچنین روایی این پرسش‌نامه در پژوهش طالبی<sup>۴۴</sup> (۱۳۹۵) تأیید شده است.

**مقیاس خودشناسی انسجامی (ISK):**<sup>۴۵</sup> مقیاس خودشناسی انسجامی توسط قربانی، واتسن و هارگیس<sup>۴۶</sup> (۲۰۰۸) ساخته شده است. این مقیاس شامل ۱۲ ماده و پاسخ در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (عمدتاً نادرست تا عمدتاً درست) طراحی شده و دارای سه زیرمقیاس است که عبارت‌اند از: خودشناسی تأملی، خودشناسی تجربی و خودشناسی انسجامی. نمره بالا در این مقیاس با ارزیابی ویژگی‌های رفتاری وابسته به خودشناسی در دگرسنجی‌ها در هر دو فرهنگ همراه بوده است و میانگین ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ بوده است. در ایران آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد و اعتبار همگرا، ملاک، افتراقی و افزایشی مقیاس نیز در این مطالعه مورد تأیید قرار گرفت. (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸). همچنین در سال ۲۰۱۰ نیز آلفای کرونباخ

مقیاس ۰/۷۹ گزارش شده است. (قربانی، کانینگهم و واتسن، ۲۰۱۰). در نمونه‌های ایرانی ضریب آلفای خودشناسی انسجامی ۰/۸۲ و خودشناسی تأملی و تجربه‌ای به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۸۷ به دست آمد. همچنین پایایی و روایی این پرسش‌نامه در پژوهش رمضان‌نیا<sup>۴۷</sup> (۱۳۹۵) محاسبه شد که آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمد

**مقیاس عشق مثلثی استرنبرگ (STLS)**<sup>۴۸</sup>: استرنبرگ در سال ۱۹۹۷ برای سنجش عشق مقیاس عشق مثلثی استرنبرگ را ساخت. این پرسش‌نامه دارای ۴۵ عبارت است که فرد باید به هر عبارت از ۱ تا ۹ نمره بدهد. با سه زیرمقیاس صمیمیت، شور و شوق (شهوت) و تصمیم/تعهد و در نهایت هشت نوع مختلف عشق شناخته می‌شود، وی برای محاسبه پایایی این مقیاس از روش ضریب همسانی دورنی استفاده کرد. نتایج نشان داد که ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌نامه برابر با ۰/۹۷ بود. روایی و پایایی این پرسش‌نامه در ایران نیز مورد بررسی قرار گرفته است و ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های صمیمیت ۰/۹۰، عشق ۰/۹۳، تعهد ۰/۸۰ به دست آمد. در ترجمه فارسی این مقیاس توسط حافظی، فیروزآبادی و حق‌شناس<sup>۴۹</sup> (۱۳۸۵) مورد هنجاریابی قرار گرفته است که اعتبار این پرسش‌نامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و برای مؤلفه‌های صمیمیت (۰/۹۶)، میل (۰/۹۲)، تعهد (۰/۹۵) گزارش کردند. همچنین امان الهی فرد<sup>۵۰</sup> (۱۳۸۵) اعتبار پرسش‌نامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و برای مؤلفه‌های صمیمیت (۰/۸۹)، میل (۰/۸۹) و تعهد (۰/۸۱) گزارش کرده است. در پژوهش آری‌ن‌فر و رسولی، ضریب آلفای برابر برای مؤلفه‌های صمیمیت (۰/۹۷)، میل (۰/۹۳)، تعهد (۰/۹۸) به دست آمد (حفاظی و همکاران، ۱۳۸۵).

**پرسش‌نامه هوش هیجانی شرینگ (EQ)**<sup>۵۱</sup>: پرسش‌نامه هوش هیجانی اولین بار توسط شرینگ در سال ۱۹۹۵ طراحی شد. این پرسش‌نامه دارای ۷۰ سؤال است. اما بعداً این پرسش‌نامه توسط منصورى مورد بررسی قرار گرفت که بعد از هنجار شدن در ایران، شامل ۳۳ سؤال شده است که بر روی طیف لیکرت ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود و دارای ۵ زیرمقیاس است: خودانگیزی، خودآگاهی، خودکنترلی، هوشیاری اجتماعی یا همدلی و مهارت‌های اجتماعی. این پرسش‌نامه در ایران هنجاریابی شد و میزان همسانی درونی این آزمون به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمد و در بررسی روایی سازه این آزمون، بر اساس اطلاعات به دست آمده میزان همبستگی ۰/۶۳ گزارش شد. (منصوری<sup>۵۲</sup>، ۱۳۸۰) و همچنین میزان همبستگی درونی آزمون به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمد. (اسدی<sup>۵۳</sup>، ۱۳۸۲).

اطلاعات به دست آمده روایی ۰/۹۳ را در مورد آزمون ترجمه شده هوش هیجانی تأیید کرد. همچنین منصورى اعتبار سازه‌های این آزمون را معادل ۰/۸۶ بیان کرده است. صالحی<sup>۵۴</sup> (۱۳۸۱) آلفای کرونباخ ۰/۸۰ را گزارش کرده است. حدادی کوهسار<sup>۵۵</sup> (۱۳۸۳) نیز میزان همسانی درونی آزمون در اجرای مقدماتی بر روی یک نمونه ۴۰ نفری بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آورده است و در اجرای نهایی، همسانی درونی پرسش‌نامه بر اساس ضریب آلفای ۰/۸۵ و ضریب پایین ۰/۵۰ (مهارت‌های اجتماعی) تا ضریب بالای ۰/۶۴ (خودکنترلی) با میانگین کلی ضریب همسانی درونی ۰/۸۴ به دست آمده است و میزان روایی این آزمون ۰/۶۳ گزارش شده است که از روایی سازه کافی برخوردار است. خسروجردی<sup>۵۶</sup> (۱۳۸۳) آلفای کرونباخ ۰/۹۱ را محاسبه کرده است و حیدری<sup>۵۷</sup> (۱۳۸۷)، آلفای کرونباخ ۰/۸۳ را بیان نموده است. قلتاش و همکاران<sup>۵۸</sup> (۱۳۸۹) نیز آلفای کرونباخ ۰/۸۴ را به دست آورده است.

**پرسش‌نامه تمایز یافتگی خود (SH-DSD)<sup>۵۹</sup>:** توسط دریک در سال ۲۰۱۱ ساخته شد. این مقیاس شامل ۲۰ سؤال است که بر روی یک طیف لیکرت ۶ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌گردد و دارای چهار خرده‌مقیاس است: واکنش‌پذیری هیجانی، جایگاه من، گریز عاطفی و هم‌آمیختگی با دیگران، وی ضریب آلفای کرنباخ را برای خرده مقیاس واکنش‌پذیری هیجانی ۰/۸۸، جایگاه من ۰/۸۵، گریز هیجانی ۰/۷۹، و هم‌آمیختگی با دیگران ۰/۷۰ برآورد نمود. همچنین تحلیل عاملی تأییدی وجود چهار عامل ذکر شده را تأیید کرد. ویژگی‌های روانسنجی این مقیاس را در ایران فخاری، لطیفیان و اعتماد<sup>۶۰</sup> (۱۳۹۰) مورد بررسی قرار داده‌اند. نتایج نشان داد که چهار عامل پیشنهادی سازنده مقیاس در فرهنگ ایرانی احراز می‌شوند و روی هم رفته بیش از ۵۲/۰۴ درصد از واریانس سازه مورد نظر را تبیین می‌کنند. روایی واگرایی مقیاس و همچنین ضرایب همبستگی عامل‌ها با نمره کل که شاخصی از روایی مقیاس است، رضایت‌بخش بود. در ایران نیز ضریب آلفای کرنباخ برای کل مقیاس ۰/۷۸، جایگاه من ۰/۶۷، واکنش‌پذیری هیجانی ۰/۴۸، هم‌آمیختگی با دیگران ۰/۷۶ و برش هیجانی ۰/۷۳ به دست آمد. همچنین تحلیل عاملی انجام‌شده توسط آنها ۴ عامل موجود روایی این پرسش‌نامه را تأیید نمود. (فخاری و همکاران، ۱۳۹۰).

## روش اجرا

برای بررسی و تحلیل آماری داده‌های خام از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. از آمار توصیفی برای محاسبه شاخص‌های گرایش مرکزی و پراکندگی‌ها و همچنین جداول مربوط به داده‌های جمع‌آوری شده استفاده شد. به منظور تعیین توزیع داده‌ها از آزمون‌های کولموگروف-اسمیرنوف و شاپیرو ویلک بهره گرفته شد. با توجه به اینکه داده‌ها از توزیع‌های غیرنرمالی برخوردار بودند بر همین اساس از آزمون‌های ناپارامتریک همچون آزمون همبستگی اسپیرمن برای تعیین رابطه میان متغیرها بهره گرفته شد. تحلیل به روش مدل-سازی معادلات ساختاری با رویکرد حداقل مربعات جزئی با سه مرحله اصلی: (۱) برازش مدل اندازه‌گیری (روابط بین سؤالات و متغیر مکنون) که شاخص‌های معناداری بار عاملی، ضریب پایایی ترکیبی، میانگین واریانس استخراجی (AVE) و ماتریس فورنل و لارکر مورد ارزیابی قرار گرفت؛ (۲) برازش مدل ساختاری (روابط بین متغیرهای مکنون) که شاخص‌های ضریب تعیین ( $R^2$ )، شاخص ارتباط پیش‌بین  $Q^2$ ، معیار اندازه اثر ( $f^2$ ) و ضرایب مسیر (بتا) و معناداری آن (مقادیر t-value) مورد ارزیابی قرار گرفت؛ و (۳) برازش مدل کلی (مجموع مدل‌های اندازه‌گیری و ساختاری) که با شاخص GOF محاسبه شد و نهایتاً با استفاده از آزمون سوبل نقش میانجی تمایز یافتگی میان هر یک از متغیرهای مستقل خودشناسی، عشق و هوش هیجانی با تعارضات زناشویی مشخص شد و با تحلیل مسیر و معناداری ضرایب رگرسیون، مدل ساختاری پژوهش تأیید شد.

## یافته‌ها

یافته‌های آماری نشان داد که از بین پاسخ‌گویان ۵۳/۶ درصد مرد و ۴۶/۴ درصد زن بوده‌اند و ۲/۴ درصد در گروه سنی زیر ۲۰ سال و ۳۳/۹ درصد در گروه سنی ۲۰ تا ۳۰ سال و ۲۵/۸ درصد در گروه سنی ۴۰ تا ۳۱ سال و ۲۲/۲ درصد در گروه سنی ۴۱ تا ۵۰ سال و ۱۱/۷ درصد در گروه سنی ۵۱ تا ۶۰ سال و ۴ درصد



در گروه سنی بالای ۶۰ سال قرار دارند و از بین پاسخ‌گویان ۱۴/۹ درصد در مقطع تحصیلی زیر دیپلم، ۴۵/۶ درصد در مقطع دیپلم، ۱۵/۷ درصد در مقطع تحصیلی فوق دیپلم و ۲۰/۲ درصد در مقطع لیسانس و ۳/۶ درصد در مقطع فوق لیسانس مشغول به تحصیل بودند.

در مطالعه حاضر متغیرهای پژوهش شامل خودشناسی با میانگین ۲/۹۸۷۹ و عشق با میانگین ۳/۰۳۶۳ و هوش هیجانی با میانگین ۲/۹۶۷۷ و تمایز یافتگی با میانگین ۳/۰۲۰۲ و تعارضات زناشویی با میانگین ۲/۳۹۹۲ در بین داوطلبین تحقیق از وضعیت نسبتاً مطلوبی (متناظر با میانگین برآوردشده)، برخوردار است. با توجه به آزمون کفایت نمونه‌گیری شاخص KMO ۰/۷۸۲ به دست آمد که بیشتر از ۰/۶ است پس پیش‌شرط کفایت نمونه مشخص گردید و بر اساس شاخص بارتلت که باید کمتر ۰/۰۵ باشد سطح معناداری یا sig عدد ۰ است لذا کفایت نمونه‌گیری تأیید می‌گردد.

جدول ۱: نتایج ضریب همبستگی میان متغیرها (n=۲۴۸)

تعارضات زناشویی	تمایز یافتگی	خودشناسی	عشق	هوش هیجانی
۱/۰۰۰				
۰/۷۵۶-	۱/۰۰۰			
-۰/۵۱۴	۰/۶۹۰	۱/۰۰۰		
-۰/۴۹۷	۰/۶۵۲	۰/۴۲۶	۱/۰۰۰	
-۰/۸۳۵	۰/۷۴۱	۰/۵۸۴	۰/۵۲۸	۱/۰۰۰

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود در بین تمامی متغیرهای اصلی، همبستگی وجود دارد. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که میان هوش هیجانی، خودشناسی، تمایز یافتگی و عشق با تعارضات زناشویی همبستگی معکوس برقرار است و بدین معناست که با افزایش هر یک از این متغیرها، میزان تعارضات زناشویی کاهش پیدا می‌کند. لازم به ذکر است با بررسی آماره هم‌خطی یا تورش واریانس متغیرهای آشکار شاخص‌های بیشتر از ۵ و کمتر از ۱ وجود نداشت لذا هم‌خطی بین شاخص‌های متغیر برقرار نیست و اثرات متغیرها ناهمسان است.

جدول ۲: پایایی و میانگین واریانس استخراج شده متغیرهای اصلی

متغیرها	آلفا کرونباخ	پایایی مرکب	میانگین واریانس استخراج شده (AVE)
تعارضات زناشویی	۰/۹۶۴	۰/۹۶۹	۰/۵۲۸
تمایز یافتگی	۰/۹۰۲	۰/۹۲۳	۰/۴۹۰
خودشناسی	۰/۹۰۷	۰/۹۲۳	۰/۵۲۰
عشق	۰/۸۴۶	۰/۸۳۲	۰/۱۸۸
هوش هیجانی	۰/۹۰۲	۰/۹۲۴	۰/۴۳۶

نتایج مربوط به پایایی و میانگین واریانس استخراج‌شده نیز در جدول ۲ منعکس شده است. مقادیر آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی همگی بالای ۰/۷ به دست آمده‌اند که نشان می‌دهد ثبات درونی بین متغیرها

مناسب است و همچنین AVE میانگین واریانس استخراج‌شده سازه‌ها در اغلب موارد مطلوب است، به جز میزان تبیین واریانس فاکتور عشق که مطلوب نیست.

جدول ۳: نتایج روایی واگرا به روش فورنل و لارکر

هوش هیجانی	عشق	خودشناسی	تمایز یافتگی	تعارضات زناشویی	
				۰/۷۲۶	تعارضات زناشویی
			۰/۷۰۰	-۰/۷۵۶	تمایز یافتگی
		۰/۷۲۱	۰/۶۹۰	-۰/۵۱۴	خودشناسی
	۰/۴۳۴	۰/۴۲۶	۰/۶۵۲	-۰/۴۹۷	عشق
۰/۶۶۰	۰/۵۲۸	۰/۵۸۴	۰/۷۴۱	-۰/۸۳۵	هوش هیجانی

در جدول ۳ نتایج بررسی روایی واگرا را به روش فورنل و لارکر (۱۹۸۱) نشان می‌دهد. ریشه دوم مقدار AVE هر سازه باید بیشتر از بالاترین همبستگی سازه با سایر سازه‌ها در مدل باشد. جذر AVE متغیرها در قطر اصلی قرار دارد. یافته‌های تحقیق حاکی از آن است که مقدار جذر AVE متغیرهای مکنون از مقدار همبستگی میان آنها در خانه‌های زیرین و چپ قطر اصلی، بیشتر است. لذا این‌گونه استنباط می‌شود که متغیرهای مکنون تعاملی بیشتری با سؤالات خود دارند تا با سازه‌های دیگر، به عبارت دیگر روایی واگرای متغیرهای مدل در حد قابل قبولی می‌باشد.

جدول ۴: ضرایب  $Q^2$  متغیرهای درونزای مدل

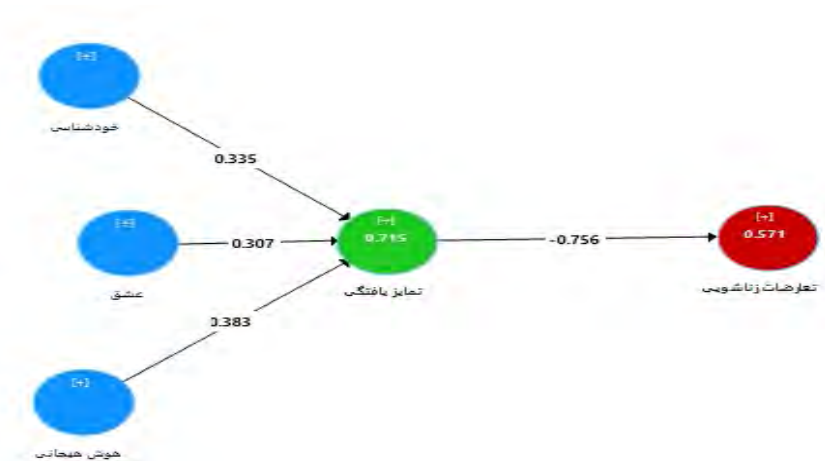
$Q^2 (=1-SSE/SSO)$	
۰/۲۷۷	تعارضات زناشویی
۰/۳۲۳	تمایز یافتگی

همان‌طور که نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، مقدار  $Q^2$  در سطح قوی، قابل قبول و بسیار مناسبی قرار دارد. لذا پیش‌بینی مدل در خصوص متغیرهای مذکور دارای قدرت مناسبی است.

جدول ۵: نتایج برازش کلی مدل با معیار GOF

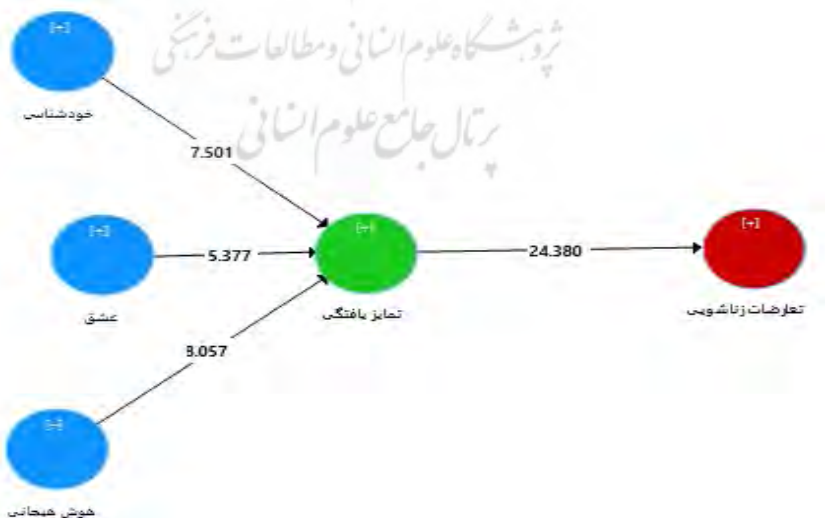
GOF	Communality	$R^2$	متغیرها
۰/۴۳۹	۰/۲۷۷	۰/۵۷۱	تعارضات زناشویی
	۰/۳۲۳	۰/۷۱۵	تمایز یافتگی
	۰/۳	۰/۶۴۳	میانگین

همان‌طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود مقدار شاخص GOF مدل برابر با ۰/۴۳۹ آمده است که مدل از مطلوبیت بسیار خوب و قوی برخوردار است.



شکل ۲: تحلیل مسیر (ضریب اثر رگرسیون) در مدل مفهومی پژوهش

همچنین با بررسی ضرایب میان متغیرهای پژوهش که به آن‌ها ضرایب اثر رگرسیون در روابط میان متغیرها اطلاق می‌گردد، شکل ۲ گزارش شد. نتایج به‌دست‌آمده نشان می‌دهد که در تمامی موارد، یعنی در تمامی مسیرهایی که نمایش داده شده است، مقدار ضریب رگرسیون مقدار قابل قبولی را گزارش نموده و در این میان فقط ضریب رگرسیون مربوط به تعارضات زناشویی به‌طور منفی گزارش شده است. شایان ذکر است علاوه بر ضرایب مسیر که نتایج مهمی را به همراه داشته است، می‌توان به ضریب تعیین نیز اشاره داشت که از طریق مقادیر عددی در درون سازه‌ها به نمایش گذاشته شده است همچنین مجموعه عواملی که در این مدل بر روی تعارضات زناشویی تأثیرگذار بودند، می‌توانند به میزان ۵۷/۱ درصد از تغییرات تعارضات زناشویی را تبیین نمایند.



شکل ۳: مدل ترسیم‌شده پژوهش همراه با ضرایب معناداری t

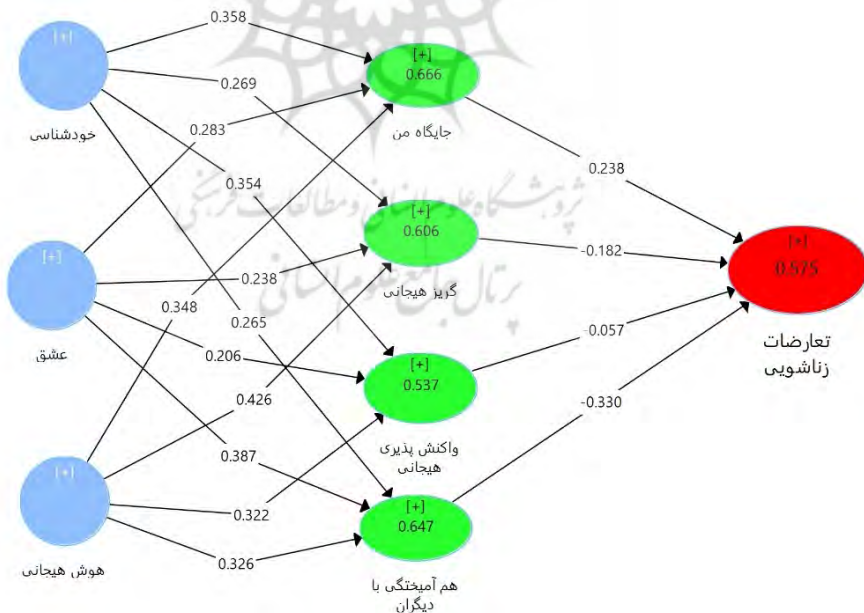
نتایج در شکل ۳ نیز نشان می‌دهد که در تمامی مسیرها، مقدار ضریب معناداری بالاتر از ۱/۹۶ است و اثر متغیر عشق به ترتیب نسبت به متغیر خودشناسی و هوش هیجانی با میانجی‌گری تعارضات زناشویی بیشتر است.

جدول ۶: نتایج آزمون Sobel برای بررسی نقش میانجی

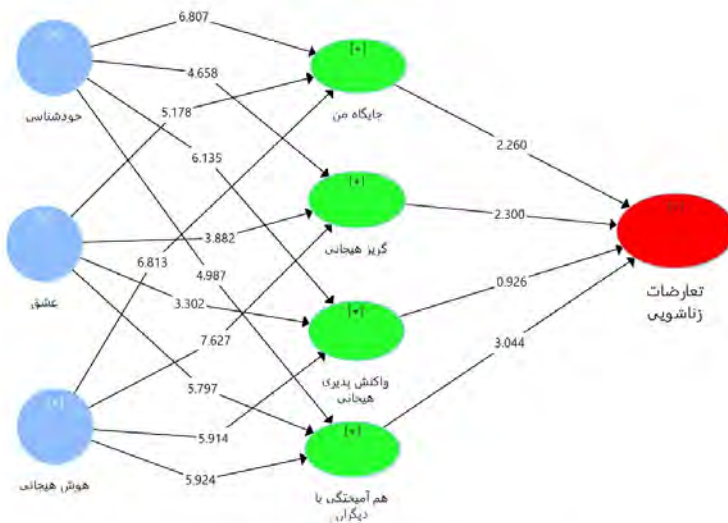
Z-Value	خطای استاندارد مسیر میانجی و وابسته	خطای استاندارد مسیر مستقل و میانجی	ضریب مسیر میانجی و وابسته	ضریب مسیر مستقل و میانجی	مسیر دارای واسطه تمایز یافتگی
- ۶/۶۶۴	۰/۰۳۷	۰/۰۴۸	- ۰/۷۵۶	۰/۳۳۵	خودشناسی - تعارضات زناشویی
- ۵/۳۵۴	۰/۰۴۷	۰/۰۵۴	- ۰/۷۵۶	۰/۳۰۷	عشق - تعارضات زناشویی
- ۷/۴۴۹	۰/۰۴۵	۰/۰۴۶	- ۰/۷۵۶	۰/۱۵۷	هوش هیجانی - تعارضات زناشویی

برای بررسی نقش میانجی تمایز یافتگی در روابط میان متغیرهای خودشناسی، عشق و هوش هیجانی با تعارضات زناشویی از آزمون سوبل بهره‌گیری شد و با توجه به نتایج به دست آمده در جدول ۶ در سطح اطمینان بالا می‌توان معنادار بودن تأثیر میانجی متغیر تمایز یافتگی را تأیید نمود زیرا مقدار قدرمطلق آماره Z بالاتر از ۱/۹۶ در تمامی موارد گزارش شده است.

در ادامه به بررسی نقش میانجی ابعاد تمایز یافتگی در روابط میان متغیرهای خودشناسی، عشق و هوش هیجانی با تعارضات زناشویی پرداخته شده است

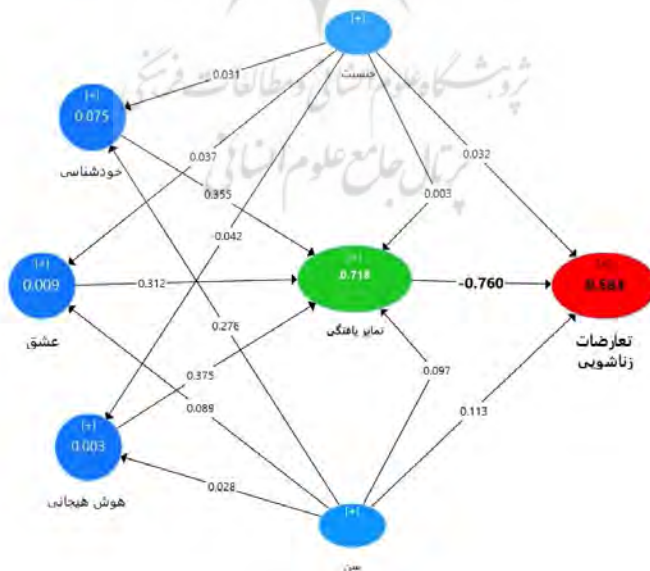


شکل ۴: تحلیل مسیر (ضریب اثر رگرسیون) ابعاد تمایز یافتگی

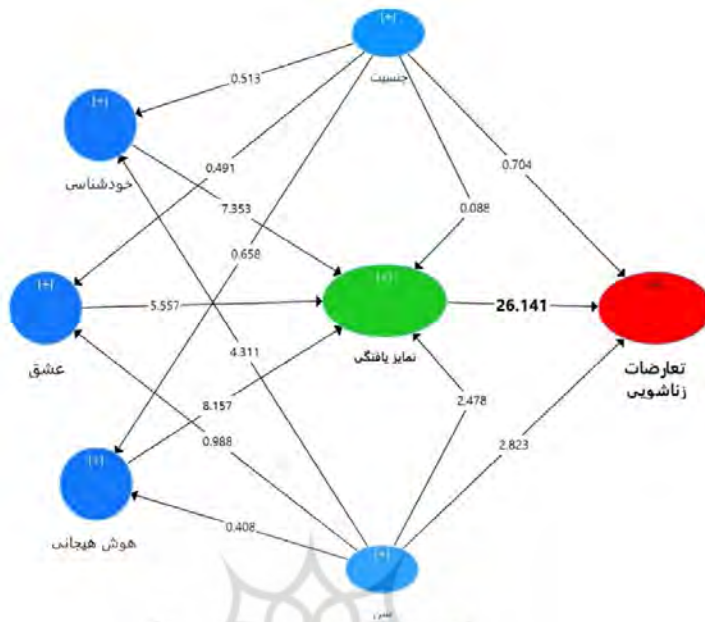


شکل ۵: مدل ترسیم‌شده پژوهش همراه با ضرایب معناداری t ابعاد تمایز یافتگی

نتایج در شکل ۵ نیز نشان می‌دهد که در تمامی مسیرها، به‌جز نقش واکنش‌پذیری هیجانی به‌عنوان نقش میانجی که میزان تی ۰/۹۲۶ به دست آمده، بقیه مقادیر ضریب معناداری بالاتر از ۱/۹۶ دارند که نشان‌دهنده تأثیر معنادار همه ابعاد تمایز یافتگی به‌جز واکنش‌پذیری هیجانی هستند. در ادامه به بررسی نقش دو مؤلفه دموگرافیک جنسیت و سن بر تمامی متغیرها پرداخته شده است.



شکل ۶: تحلیل مسیر (ضریب اثر رگرسیون) سن و جنسیت بر تمامی متغیرها



شکل ۷: مدل ترسیم‌شده پژوهش همراه با ضرایب معناداری t سن و جنسیت بر تمامی متغیرها

نتایج به‌دست‌آمده از تأثیر جنسیت بر تمامی متغیرها رابطه معناداری را نشان نمی‌دهد در صورتی که متغیر سن بر دو عامل تمایز یافتگی و خودشناسی تأثیر معنادار دارد و بر دو متغیر عشق و هوش هیجانی تأثیر معناداری ندارد.

## بحث و نتیجه گیری

در این پژوهش مدل‌بانی تعارضات زناشویی بر اساس خودشناسی، عشق و هوش هیجانی با میانجی‌گری تمایز یافتگی بررسی شد و نتایج نشان دادند که ضریب همبستگی بین خودشناسی، عشق و هوش هیجانی با میانجی‌گری تمایز یافتگی با کاهش تعارضات زناشویی معنادار و مثبت است و مدل‌بانی دارای برازش مطلوب است که این نشان می‌دهد هر چه فرد خودشناسی و عشق و هوش هیجانی بالاتری داشته باشد، تمایز یافتگی درون فرد بیشتر می‌شود و تعارضات زناشویی به این واسطه کمتر خواهد شد. بر اساس یافته‌های دیلون<sup>۶۱</sup> (۲۰۱۵) زمانی که افراد با افزایش خودشناسی، عشق و هوش هیجانی و تمایز یافتگی در رابطه قرار بگیرند، می‌توانند با آگاهی میل و شوق را با مدیریت خود، افزایش دهند و شور و هیجان رابطه با گذشت طول مدت ازدواج نه تنها کمتر نشود بلکه بیشتر نیز بشود، به عبارتی ازدواج یا حداقل زندگی مشترک با شریک، تشکیل‌شده از یک استراتژی تکاملی پایدار، سازگاری را به حداکثر می‌رساند. با توجه به نظریه بوئن، زن و مردی که سطح تمایز یافتگی پایینی داشته باشند زمانی که ازدواج می‌کنند، انتظار می‌رود بلوغ عاطفی کمتری را دارا باشند و ظرفیت محدود برای صمیمیت و یکی شدن داشته باشند، در مقابل در نظام‌های

زناشویی تمایز یافته، همسران به یکدیگر اجازه می‌دهند که نقشی نرمش‌پذیرتر، و رابطه‌ای صمیمانه‌تر داشته باشند و تفاوت عقاید یکدیگر را تحمل و واکنش‌های عاطفی کمتری را تجربه کنند. یافته‌های پژوهش با پژوهش‌های هاگان و گوردون<sup>۶۲</sup> (۲۰۲۰)، باجاج و همکاران<sup>۶۳</sup> (۲۰۱۹)، امیدبیکلی و همکاران<sup>۶۴</sup> (۲۰۱۵)، آبیلاش و نیکلانندان<sup>۶۵</sup> (۲۰۲۰)، آنیامن<sup>۶۶</sup> (۲۰۲۰)، کاسپ برگرز<sup>۶۷</sup> (۲۰۲۱)، کمینت و همکاران<sup>۶۸</sup> (۲۰۲۰)، حاجیان و نائینیان<sup>۶۹</sup> (۲۰۲۰) همسو است.

در تبیین ارتباط خودشناسی در کاهش تعارضات زناشویی با میانجی‌گری تمایز یافتگی بر اساس یافته‌های قربانی و همکاران<sup>۷۰</sup> (۲۰۱۵)، افرادی که از خودشناسی بالایی برخوردار هستند، توانایی بیشتری برای کنترل افکار و اعمال تکنه‌های خود دارند (عکس‌العمل نشان ندادن) آنها آگاهانه‌تر به محیط خود پاسخ می‌دهند، بنابراین رفتارهای منفی در روابط آنها کاهش یافته و توانایی تحلیل تجارب گذشته، استفاده و انسجام آن در طرح‌های کنش و واکنش، موجب توانمندی هر چه بیشتر آنها در حل تعارضات زندگی زناشویی می‌شود و در جهت خلق روابطی سالم کمک می‌کند. همچنین بر اساس یافته‌های امیدبیکلی و همکاران (۲۰۱۵) و اروز و دنیز<sup>۷۱</sup> (۲۰۲۰). خودشناسی منسجم می‌تواند با واسطه بهبود حرمت خود موجب افزایش رضایت زناشویی شود. با توجه به اینکه خودشناسی منسجم آگاهی و کوشش در جهت فهم هیجانات، رفتارها، عملکردهای عقلانی، خلیات و حالت‌های بدنی را شامل می‌شود، مهارتی به مراتب مفیدتر و کامل‌تر از خودآگاهی به‌عنوان تنها بعدی هوش هیجانی است و ارتباط آن با رضایت زناشویی زوجین، ضرورت ورود آن به آموزش‌های زوجین را قبل و بعد از ازدواج نشان می‌دهد. بنابراین توانایی بیشتر در نظم‌دهی هیجانات، بیان آنها و همدلی بیشتر در ازدواج و روابط جنسی خود، رضایت زندگی زناشویی بالاتری را گزارش می‌کند.

همچنین در تبیین ارتباط عشق در کاهش تعارضات زناشویی با میانجی‌گری تمایز یافتگی بر طبق یافته‌های کوردوتیس<sup>۷۲</sup> (۲۰۱۵) و مولکو و همکاران<sup>۷۳</sup> (۲۰۲۰) در زندگی زناشویی نزدیکی بین دو نفر زمانی رخ می‌دهد که به یکدیگر پاسخ‌گو باشند و خود را فاش کنند. با فرایند تعاملی نهایتاً تکامل ویژگی‌های ذاتی انسان از جمله پیوند زدن، جفت‌گیری ذاتی، دلبستگی و مراقبت از خود صورت می‌گیرد و عشق با توجه به نظریه استرنبرگ تلفیق صمیمیت، اشتیاق، و تعهد است و روندی برای کشف معنا در زندگی و رشد فردی و اجتماعی است و با طول مدت ازدواج مؤلفه صمیمیت و اشتیاق افزایش می‌یابد. این یافته با یافته‌های به‌دست‌آمده از پژوهش حفاظی طرقله، فیروزآبادی و حق‌شناس (۱۳۸۵)، کامکار و جباریان<sup>۷۴</sup> (۱۳۸۵)، سپاه‌منصور و مظاهری<sup>۷۵</sup> (۱۳۸۵)، ولی‌بیگی و پیوسته<sup>۷۶</sup> (۱۳۸۷)، رحیمی و بنگانی<sup>۷۷</sup> (۱۳۸۷)، آوریب و همکاران<sup>۷۸</sup> (۲۰۰۷)، کرافورد و همکاران<sup>۷۹</sup> (۲۰۰۳)، احمات اگلو و همکاران<sup>۸۰</sup> (۲۰۰۳)، پاتریک، سلز، گیوردانو و فولرز<sup>۸۱</sup> (۲۰۰۷) همسو می‌باشد. در توجیه اینکه چرا مؤلفه‌های عشق با افزایش رضایت زناشویی همراه است با مرور پیشینه پژوهش می‌توان گفت احساس عشق، هیجانی است که با تحریک شهوانی همراه می‌گردد، اما برخوردار از عشق اصیل و واقعی در رابطه، مستلزم وجود صمیمیت، تعهد و به‌کارگیری خرد است و به دنبال ارضای میل نیز می‌تواند ایجاد گردد. به‌طور کلی می‌توان گفت فردی که میزان صمیمیت بالاتری را تجربه می‌کند قادر است خود را به شیوه‌ای مطلوب‌تر در روابط عرضه کند و نیازهای خود را به شکل مؤثرتری به شریک و همسر خود ابراز کند و قابلیت بیشتری در مواجهه با مشکلات و تغییرات مربوط

به رابطه خود داشته باشد و در نتیجه رضایت زناشویی بالاتری را تجربه می‌کند و در چنین رابطه‌ای تعارضات زناشویی کاهش می‌یابد.

در تبیین ارتباط هوش هیجانی در کاهش تعارضات زناشویی با میانجی‌گری تمایز یافتگی می‌توان بیان کرد که زوج‌هایی که هوش هیجانی بالاتری دارند احتمالاً توانایی درک همسر خود را در شرایط تعارض و اختلاف نظر خواهند داشت و عواطف و احساسات خود را سهل‌تر بروز خواهند داد و مانع از طولانی شدن تعارض می‌شوند. نتایج این یافته با یافته‌های پژوهش مکتبی و همکاران<sup>۸۲</sup> (۱۳۸۵) همسویی دارد. از جمله مفاهیمی که در ارتباط تنگاتنگی با مؤلفه‌های هوش هیجانی قرار دارد، مفهوم تمایز یافتگی است که بیانگر میزان توانایی فرد برای تفکر واقع‌بینانه راجع به موضوعات سرشار از عاطفه در خانواده می‌باشد. با توجه به یافته‌های نظری انامق<sup>۸۳</sup> (۱۳۸۸) و بر اساس نظریه بوئن افراد تمایز یافته برای تجربه عواطف عمیق احساس آزادی می‌کنند، آنها قادرند افکار شخصی خود را شناسایی نموده و ابراز کنند. او معتقد است زن و شوهری که با هم ازدواج کرده‌اند و یک سیستم جدید تشکیل داده‌اند ممکن است به سیستم خانواده‌های قبلی‌شان وابسته باشند و این منجر به بروز تغییراتی در سیستم جدید آنها شود. بر اساس یافته‌های استریت<sup>۸۴</sup> (۱۳۸۲) بسیاری از اوقات تعارض‌هایی که بین زن و شوهر رخ می‌دهد، حاصل تأثیر متقابل این سیستم‌های خانوادگی است. اما زن و شوهرهایی که به یک اندازه از سطوح بالای تمایز یافتگی برخوردارند، قادرند فردیت و استقلال روشنی را به وجود آورده و حفظ کنند و در همان زمان صمیمیت عاطفی قوی، پخته و غیرتهدیدآمیزی داشته باشند. از سوی دیگر زن و شوهرهایی که از سطوح پایین تمایز یافتگی برخوردارند در برقراری صمیمیت، با مشکل مواجه هستند چون فقط خودهایی کاذب را پرورش داده‌اند. فقدان تمایز خود باعث ایجاد تعارض بین فردی و اضطراب و در نتیجه نارضایتی زناشویی می‌شود. نتایج این یافته‌ها با پژوهش شکیبایی<sup>۸۵</sup> (۱۳۸۵) و کر<sup>۸۶</sup> (۱۹۹۹) و صحت<sup>۸۷</sup> (۱۳۸۶) همسو می‌باشد.

در تبیین ارتباط سه متغیر در کاهش تعارضات زناشویی با میانجی‌گری ابعاد و خرده مقیاس‌های تمایز یافتگی می‌توان بیان کرد که این نتیجه با نظریه بوئن هماهنگ است نتایج با تحقیقات کر (۱۹۹۹)، لاروی<sup>۸۸</sup> (۱۹۹۸) سکورون<sup>۸۹</sup> (۲۰۰۰)، بهات<sup>۹۰</sup> (۲۰۰۱) و ان جی<sup>۹۱</sup> (۱۹۹۲) همسو می‌باشد بر اساس نظریه بوئن تمایز خود، جدایی روانی عقل و هیجان و استقلال خود از دیگران را شامل می‌شود که باعث می‌شود افراد در جریان تفرد هویت خویش را درک و کسب کنند این تمایز از خانواده اصلی، آن‌ها را قادر می‌سازد تا مسئولیت احساسات و ادراکات و اعمال خود را قبول کنند و در برخورد با مسائل و مشکل‌های زندگی توانایی برخورد منطقی و عقلانی داشته باشد و به صورت احساسی عملی نکند. جایگاه من به معنای داشتن عقاید و باورهای مشخص در زندگی است. افراد تمایز یافته مفهوم نیرومندی از خویش‌داری دارند و به خاطر کسب رضایت دیگران رفتار و عقاید خود را تغییر نمی‌دهند. در مقابل افرادی که جایگاه من ضعیفی دارند به سادگی دچار بدکاری می‌شوند و زوج‌هایی که سطح بالایی از گریز هیجانی دارند در برقراری ارتباط با یکدیگر مشکل داشته و معمولاً در برخورد با مشکلات کناره‌گیری می‌کنند زیرا در دوران کودکی به علت فرایند فرافکنی خانواده، راهبردهای نامناسب بیشتری را برای فرار از پیوندهای عاطفی حل‌نشده خانواده استفاده می‌کرده‌اند. با توجه به اینکه بخش وسیعی از مشکلات زوجین ریشه در واکنش‌پذیری هیجانی و مسائل عاطفی دارد و توانایی در ابراز به‌موقع و به‌گونه مناسب این هیجان‌ات در ابتدا منجر به کناره‌گیری و جدایی عاطفی و از دست



رفتن صمیمیت می‌شود و زمینه بروز تعارضات را در خانواده ایجاد کرده و در نهایت منجر به بروز طلاق عاطفی می‌گردد. نتایج این یافته با پژوهش جعفری و همکاران<sup>۹۲</sup> (۱۳۹۷) همسو می‌باشد. چهارمین خرده مقیاس تمایز یافتگی هم‌آمیختگی با دیگران می‌باشد که رفتارهایشان به صورت درگیری هیجانی با افراد مهم زندگی و هویت‌یابی افراطی از آنها، تحت تاثیر سیستم هیجانی محیط و واکنش اطرافیان شکل می‌گیرد، افراد با تمایز یافتگی بالا به هیجانان خود آگاهی دارند و قادر به سنجش متفکرانه موقعیت هستند این افراد توانایی رشد خود مستقل را در روابط صمیمی دارند و می‌توانند در روابط عمیق آرامش و راحتی خود را حفظ کنند و بنابراین دچار هم‌جوشی و یا جدایی عاطفی نمی‌شوند در حالی که افراد کمتر تمایز یافته یا به هم‌جوشی با دیگران متمایل می‌شوند و به این ترتیب با جدایی از افراد مهم زندگی از پا در می‌آیند، یا به جدایی عاطفی تن می‌دهند و بنابراین هنگام مواجه شدن با صمیمیت عاطفی واکنش اضطرابی نشان می‌دهند. توانایی شکل دادن یک رابطه نیز بستگی به توانایی تمایز یافتگی فرد از دیگران دارد. نتایج این پژوهش اسکورون و دنی<sup>۹۳</sup> (۲۰۰۴) و کاتلی و کلنتر<sup>۹۴</sup> (۲۰۰۶) همسویی دارد.

با توجه به پژوهش حاضر در می‌یابیم که افزایش خودشناسی و افزایش هوش هیجانی و شناخت عشق با هدف تغییر سطح انرژی و افزایش نیروی وفاداری و ایجاد تعهد که محصول کسب هویت یا فردیت است تحقق مثلث عشق کامل استرنبرگ را با سه ضلع شوق، تعهد و صمیمیت ایجاد می‌کند، بنابراین تمایز یافتگی که از بالا رفتن این سه عامل حاصل می‌شود سبب خواهد شد که افراد ابتدا با خود به صلح برسند و بتوانند در روابط خود، عشق کامل را با دیگری تجربه کنند که این پیامد خود، موجب کاهش تعارضات زناشویی خواهد شد. با توجه به نتیجه تحقیقات و اثرات متغیرهای عشق، خودشناسی و هوش هیجانی به ترتیب به‌عنوان عوامل کاهش‌دهنده تعارضات زناشویی با اثر میانجی‌گری بالای تمایز یافتگی، می‌توان عنوان کرد که یکی از فاکتورهای مهم در رفع تعارضات، رسیدن به تمایز یافتگی یا فردیت است. با کمک گرفتن از یافته‌های این پژوهش می‌توان پروتکل‌های آموزشی خاصی را قدم به قدم تدوین کرد تا بتوان با کاهش تعارضات بین زوجین و پدید آوردن یک رابطه سالم، ضمن ایجاد محیطی مناسب برای رشد فردی زن و مرد، محیطی برای پرورش فرزندان و جامعه‌ای سالم را برای همگان انتظار داشت و راهکارهای گسترده‌ای را در روان‌درمانی ارائه داد.

### پی‌نوشت‌ها

- |   |  |
|---|--|
| 1. Haghghi                                  | 47. Haghghi                                  |
| 2. Mehrdad Hajihassani, Farideh Hajihassani | 48. Mehrdad Hajihassani, Farideh Hajihassani |
| 3. Conflict                                 | 49. Hefazi Torqabeh, Firoozabadi, Haghshenas |
| 4. Tolorunleke                              | 50. Aman elahi Fard                          |
| 5. Sadat Mousavi                            | 51. Emotional Intelligence Questionnaire     |
| 6. Anderson                                 | 52. Mansori                                  |
| 7. Vafaee                                   | 53. Asadi                                    |
| 8. Mbwirire                                 |  |
| 9. Sand Storm                               |  |

- |  |   |
|--|---|
| 10. Soleimani et al  | 57. Heidary   |
| 11. Mohammadi, Hafezi, Ehteshamzadeh, Eftekhar Saadi, Bakhtiarpour   | 58. Qaltash et al   |
| 12. Pietromonaco, Overall, Beck, Powers                              | 59. Differentiation of Self Inventory-Short Form                          |
| 13. Arab, Ebrahimzadeh Pezeshki, Morovati Sharifabadi                | 60. Fakhari, Latifian, Etemad   |
| 14. Yaqubi Mamqani   | 61. Dillon  |
| 15. Ganjaabadi   | 62. Hogan, Gordon   |
| 16. Fotohi Bonab   | 63. Bajaj, Gupta, Sengupta  |
| 17. Slan & Yildrim   | 64. Omid Beiki et al  |
| 18. Ghorbani, Watson , Hargis  | 65. Abhilash, Neelakandan   |
| 19. Masters  | 66. Anyamene  |
| 20. Tilgman et al  | 67. Cassepp-Borges  |
| 21. Karimian, Karimi and Bahmani Bek                                 | 68. Clemente, Gandoy-Crego, Bugallo-Carrera, Reig-Botella, Gomez-Cantorna |
| 23. Arianfar, Pourshahriari  | 69. Hajian M, Naeinian  |
| 24. Sternberg  | 70. Ghorbani, Watson, Fayyaz, Chen  |
| 25. Carandang, Guda  | 71. Erus, Deniz   |
| 26. Yazdani and Panah Ali  | 72. Kordoutis   |
| 27. del Mar Sanchez-Fuentes, M., Santos-Iglesia, P., and Siera, Juan | 73. Muloko, Limbu, Anakaka  |
| 28. Mayer  | 74. Kamkar and Jabbarian  |
| 29. Evans, Hughes, Steptoe-Warren                                    | 75. Sepah Mansour and Mazaheri  |
| 30. Drake  | 76. Vali Beigi & Peyvasteh  |
| 31. Talebi & Ghobari Bonab   | 77. Rahimi and Bangani  |
| 32. Murdoch and Gore   | 78. Overback et al  |
| 33. Mohammadi et al  | 79. Crawford et al  |
| 34. Soltani  | 80. Ahmet Aglo et al  |
| 35. Kim, Jung  | 81. Patrick, Sells, Giordano and Fullers                                  |
| 36. Kazemian   | 82. Maktabi et al   |
| 37. Barati Bagherzadeh   | 83. Nazari Enamq  |
| 38. Sanaei and Barati  | 84. Street  |
| 39. Enayat and Yaqubi Dost   | 85. Shakibayee  |
| 40. Dehghan  | 86. Kear, J. S.   |
| 41. Khazaei  | 87. Sehat   |
| 42. Farahbakhsh et al  | 90. Bhat  |
| 43. Artists, Ghaderi and Ghobadi                                     | 91. Ng  |
| 44. Talebi   | 92. Jafari et al  |
| 45. Integrative Self-knowledge Scale                                 | 93. Scuron and Danny  |
| 46. Ghorbani, Cunningham, Watson                                     | 94. Cutley and Kelinter   |
| 54. Salehi   | 95. Hefazi Torqabeh, Firoozabadi, Haghshenas                              |
| 55. Haddadi Kuhsar   | 96. Aman elahi Fard   |

## منابع

استریت، ا. (۱۳۸۲)، مشاوره خانواده. ترجمه تبریزی، سید مصطفی. و علوی نیا، علی، تهران: فراروان.

- اسدی، ج. (۱۳۸۲). بررسی رابطه بین هوش هیجانی، فرسودگی شغلی و سلامت روانی کارکنان شرکت ایران خودرو، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه علامه طباطبائی تهران.
- امیدبیک، م.، خلیلی، ش.، غلامعلی لواسانی، م. و قربانی، ن. (۱۳۹۳). رابطه ذهن‌آگاهی و خودشناسی منسجم با رضایتمندی زناشویی. روان‌شناسی، ۳ (۱۸)، ۳۲۷-۳۴۱.
- آرین فر، ن. و پورشهریاری، م. (۱۳۹۶). مدل معادلات ساختاری پیش‌بینی تعارضات زناشویی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه حوزه بریدگی و طرد و متغیر میانجی سبک‌های عشق‌ورزی. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی (فرهنگ مشاوره)، ۸ (۲۹)، ۱۳۴-۱۰۷.
- براتی باقرزاده، ط. (۱۳۷۹). تأثیر تعارضات زناشویی بر روابط متقابل زن و شوهر. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد رودهن.
- بک، آرون. تی. (۱۳۷۹). عشق هرگز کافی نیست. ترجمه قراچه داغی، مهدی. تهران: پیکان.
- جعفری، ف.، صمدی کاشان، س.، زمانی زارچی، م. و آسایش، م. (۱۳۹۷). اثربخشی زوج‌درمانی گروهی هیجان‌مدار بر خودمتمایزسازی زوجین دارای تعارضات زناشویی. پژوهشنامه مددکاری اجتماعی، ۷ (۲۳)، ۱۳-۵.
- حاجی حسنی، م. و حاجی حسنی، ف. (۱۴۰۰). اهمال‌کاری شغلی در کارکنان دانشگاه شهرکرد: نقش سرسختی روان‌شناختی و تعارض زناشویی. بهداشت و ایمنی کار. ۱۱ (۳)، ۳۹۴-۳۸۴.
- حفاظی طریقه، م.، فیروزآبادی الف. و حق شناس، ح. (۱۳۸۵). بررسی رابطه بین مولفه‌های عشق و رضایت زناشویی. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ۱۶ (۱۶)، ۹۹-۱۰۹.
- حقیقی، ح.، زارعی، ا. و قادری، ف. (۱۳۹۱). بررسی ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه سبک‌های حل تعارض رحیم (ROCI-II) در بین زوجین ایرانی. مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۱ (۴)، ۵۶۱-۵۳۴.
- خرایی، م. (۱۳۸۵). بررسی رابطه بین الگوهای ارتباطی با تعارضات زناشویی دانشجویان دانشگاه تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره. دانشگاه خاتم.
- دهقان، ف. (۱۳۸۰). مقایسه تعارضات زناشویی زنان متقاضی طلاق با زنان مراجعه‌کننده برای مشاوره زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه تربیت معلم تهران.
- سپاه منصور، م. و مظاهری، م. (۱۳۸۵). مقایسه مؤلفه‌های سبک‌های عشق بین افراد متأهل دارای رضایت و عدم رضایت زناشویی، چکیده مقالات دومین کنگره سراسری آسیب‌شناسی خانواده در ایران، ۲۱۷.
- سلطانی علی آباد، م.، امیرجان، س.، یونسی، ج.، ازخوش، م. و عسگری، ع. (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سطح خودمتمایزسازی پسران نوجوان، فصلنامه علمی پژوهشی رفاه اجتماعی، ۱۲ (۴۴)، ۹۲-۶۹.
- سلیمانی، ا.، تنها، ز.، ملکی راد، ع. و کردستانی، د. (۱۴۰۰). معادلات ساختاری مهارت‌های زندگی و سبک‌های دلبستگی با تعارضات زناشویی: نقش میانجی‌گرانه رضایت جنسی و قصه عشق زوجین. تحقیقات علوم رفتاری. ۱۹ (۱)، ۱۲۸-۱۲۸.
- شکیبایی، ط. (۱۳۸۵). بررسی تأثیر آموزش خودمتمایزسازی بر سلامت روان زنان پس از طلاق، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.
- صحت، ن. (۱۳۸۶). بررسی اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بوئن در کاهش تعارضات زناشویی زوجین ساکن شهر قم، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.
- طالبی، م. و غباری بناب، ب. (۱۳۹۱). تعیین رابطه تمایزافتگی خود، هوش هیجانی و رضایت زناشویی در مراکز مشاوره شهر شاهرود (ترنم، صبا، روزبه، بهزیستی، بنیاد شهید و امور ایثارگران). زن و مطالعات خانواده، ۵ (۱۸)، ۳۱-۱۵.
- فتوحی بناب، س.، حسینی نسب، س. و هاشمی نصرت آباد، ت. (۱۳۹۰). اثربخشی زوج‌درمانگری شناختی- رفتاری، اسلامی و تحلیل رفتار متقابل بر خودشناسی زوج‌های ناسازگار. مطالعات روان‌شناختی، ۷ (۲)، ۵۸-۳۷.
- فخاری، ن.، لطیفیان، م. و اعتماد، ج. (۱۳۹۰). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه تمایزافتگی خود در دانشجویان ایرانی. فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی. (۱) ۲۱، ۳۲-۱۹.

- فرح‌بخش، ک. و شفیق‌آبادی، ع. (۱۳۸۵). ابعاد عشق‌ورزی بر اساس نظریه سه‌بعدی عشق در چهار گروه زوج‌های در مرحله نامزدی، عقد، ازدواج و دارای فرزند. *فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی*، ۱(۳۰)، ۱۰۲.
- کازمیان، س. و اسمعیلی، م. (۱۳۹۱). بررسی اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر کاهش میزان اضطراب فرزندان خانواده‌های طلاق. *پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۴(۶)، ۵۹-۵۳.
- کامکار، م. و جباریان، ش. (۱۳۸۵). بررسی تأثیر صمیمیت در اختلافات زناشویی، چکیده مقالات دومین کنگره سراسری آسیب‌شناسی خانواده در ایران، ۳۱۱.
- کریمیان، ن.، کریمی، ی. و بهمنی، ب. (۱۳۹۰). بررسی رابطه سلامت روان و احساس گناه با تعهد زناشویی افراد متأهل. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۱(۲)، ۲۴۳-۲۵۶.
- گنج‌آبادی، ز. (۱۳۹۸). نقش واسطه‌ای خودشناسی و بهیاری در رابطه بین نظم‌جویی هیجانی و تکانشگری در یک واحد نظامی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه پیام نور، مرکز پاکدشت.
- محمدی، ف.، جعفری، ا. و باباخانی، و. (۱۳۹۱). رابطه خودمتمایزسازی و سطح تحول من با میزان سازگاری زوجین. *فصلنامه علوم رفتاری*، ۴(۱۴)، ۱۲۵ - ۱۱۳.
- منصوری، ب. (۱۳۸۰). هنجاریابی آزمون هوش هیجانی سیبریا شرینگ در دانشجویان دانشگاه‌های تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- موسوی، م.، بخشی پور، ا. و مهدیان، ح. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و درمان متمرکز بر شفقت و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد غنی‌شده با شفقت بر سازگاری اجتماعی زنان دچار افسردگی و تعارضات زناشویی. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۲۳(۴)، ۲۹۸-۲۸۵.
- نظری انامق، ع. (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر بلوغ حرفه‌ای دانشجویان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- وفایی، ز. (۱۴۰۰). بررسی نقش واسطه‌ای تعارضات زناشویی در رابطه بین تعاریفات شناختی بین‌فردی و نگرش به روابط فرازناشویی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه محدث نوری.
- ولی بیگی، م. و پیوسته، م. (۱۳۸۷). بررسی میزان و نوع عشق با رضایت از زندگی و سلامت روان در دانشجویان زن متأهل دانشگاه الزهرا، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
- یزدانی، آ. و پناه علی، ا. (۱۳۹۴). مقایسه هوش هیجانی زنان در آستانه طلاق و عادی شهرستان تبریز، *پژوهش‌های نوین روانشناختی تبریز*، ۱۰(۳۹)، ۲۸۰-۲۵۷.
- یعقوبی ممقانی، ن. (۱۳۹۷). رابطه خودشناسی و خودکنترلی بر سلامت روان (با رویکرد اسلامی) و مقایسه آن بین دانشجویان دختر دانشگاه‌های دولتی شهر تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا.

- Abhilash, S Neelakandan, R. (2020). Effect of Social Intelligence, Emotional Intelligence, And Sexual Satisfaction on Marital Adjustment of Working Women. *Journal of Natural Remedies*, 21(6), 95-104.
- Ahmetoglu, G, Swarni, V, & Chamorro-premuzic, T. (2009). The Relationship Between Dimensions of love, personality, and Rilationship Length. *Journa of Archives of Sexual Behavior*. 39(5), 218-230.
- Anderson, R. T. (2013). Marriage: what it is, why it matters, and the consequences of redefining it. *Heritage Foundation Backgrounder*, 27(1), 75-84.
- Anyamene, A. (2020). Relationship between Emotional Intelligence and Marital Satisfaction of Male and Female Married Teachers in Anambra State. *European Journal of Educational Sciences*, 7(3), 1-16.

- Arab, S.M. Ebrahimzadeh Pezeshki, R. Morovati Sharifabadi, A. (2014). Designing a hybrid model of factors affecting divorce with a systematic review of previous studies. *Iranian Epidemiology*, 10 (4), 1-22 [in Persian].
- Arianfar, N. Pourshahriari, M. (2017). Structural Equation Model for Predicting Marital Conflicts Based on Early Incompatible Schemas in the Field of Cutting and Rejection and the Mediating Variable of Love Styles. *Culture of Counseling and Psychotherapy (Culture of Counseling)*, 8 (29), 107-134 [in Persian].
- Asadi, J. (2003). Investigating the Relationship between Emotional Intelligence, Job Burnout and Mental Health of Iran Khodro Employees. [Master Thesis in General Psychology]. Tehran: Allameh Tabatabaei University [in Persian].
- Astreet, A. (2003). Family Counseling. Translated by Tabrizi, Seyed Mostafa. And Alavinia, Ali, Tehran: Faravan. [in Persian]
- Bajaj, B. Gupta, R. Sengupta, S. (2019). Emotional Stability and Self-Esteem as Mediators Between Mindfulness and Happiness. *Journal of Happiness Studies*, (20), 2211–2226.
- Barati Bagherzadeh, T. (2000). The Impact of Marital Conflict on Marital Relationships. [M.Sc. Thesis]. Tehran: Roodehen Azad University [in Persian].
- Beck, Aaron. T. (2000). Love is never enough. Translated by Qaracheh Daghi, Mehdi. Tehran: Peykan [in Persian].
- Bhatt, P. (2001), Differentiation of Self and marital adjustment within the Asian American Population. *Journal of marital and family therapy*.39, 131-143
- Bowen, M. (1988). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- Carandang, M. N. S. Guda, I.V.P. (2015). “Indicators of Marital Satisfaction of Batangueño Couples: Components of Love and the Other External Factors in Marriage”, *International Journal of Information and Education Technology*, 1(5), 60- 67.
- Cassepp-Borges, V. (2021). Should I Stay or Should I Go? Relationship Satisfaction, Love, Love Styles and Religion Compatibility Predicting the Fate of Relationships. *Sexuality & Culture*, 1-13.
- Jafari, F., Samadi Kashan, S., Zamani Zarchi, M. Asayesh, M. (2018). The effectiveness of emotion-focused group couple therapy on self-differentiation of couples with marital conflicts. *Journal of Social Work*, 7 (23), 5-13 [in Persian].
- Haji Hassani, M., Haji Hasani, F. (2021). Job negligence in Shahrekord University staff: The role of psychological stubbornness and marital conflict. *Occupational health and safety*, 11 (3), 394-384 [in Persian].
- Hefazi Torqabeh, M., Firoozabadi A., Haghshenas, H. (2006). Investigating the relationship between the components of love and marital satisfaction. Journal of Mazandaran University of Medical Sciences. Thesis, (16) 54, 99-109 [in Persian].
- Haghighi, H., Zarei, A., Ghaderi, F. (2012). Evaluation of factor structure and psychometric properties of Rahim Conflict Resolution Styles Questionnaire (ROCI-II) among Iranian couples. *Family Counseling and Psychotherapy*, 1 (4), 534-561 [in Persian].
- Sepah Mansour, M., Mazaheri, M. (2006). Comparison of love style components between married people with marital satisfaction and dissatisfaction, Abstract of the articles of the 2nd National Congress of Family Pathology in Iran, 217 [in Persian].
- Sehat, N. (2007), The effectiveness of Bowen self-differentiation training in reducing marital conflicts of couples living in Qom, Master Thesis, Allameh Tabatabai University [in Persian].
- Shakibai, T. (2006), The effect of self-differentiation training on women's mental health after divorce, Master Thesis, Allameh Tabatabai University [in Persian].

- Soltani Aliabad, M., Amirjan, S., Younesi, J., Azkhosh, M., Asgari, A. (2011). The effectiveness of communication skills training on the level of self-differentiation of adolescent boys, *Social Welfare Research Quarterly*, 12 (44), 92-69 [in Persian].
- Soleimani, A., Tanha, Z., Maleki Rad, A. And Kordestani, D. (2021). Structural Equations of Life Skills and Attachment Styles with Marital Conflicts: The Mediating Role of Sexual Satisfaction and Couples' Love Stories. Behavioral Science Research. *Journal of Principles of Mental Health*. 19 (1), 138-128 [in Persian].
- Clemente, M., Gandoy-Crego, M., Bugallo-Carrera, C. Reig-Botella, A. Gomez-Cantorna, C. (2020). Types of love as a function of satisfaction and age. *PsyCh journal*, 9(3), 402-413.
- Crawford, D. W., Feng, D., Fischer, J. L., & Diana, L. K. (2003). The influence of love, equity, and alternative on commitment in romantic relationships. *Journal of Family and consumer Research*, 31(3), 253-271.
- Dehghan, F. (2001). Comparison of marital conflicts of women seeking divorce with women referring to marital counseling. [Master Thesis in Counseling]. Tehran: Tarbiat Moallem University [in Persian].
- Del Mar Sanchez-Fuentes, M., Santos-Iglesia, P., Siera, J. (2014). A systematic review of sexual satisfaction. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14(1), 67-75.
- Drake, J. R. (2011). Differentiation of self inventory-short form: creation and initial evidence of construct validity (Doctoral dissertation, University of Missouri--Kansas City).
- Erus, S. M. Deniz, M. E. (2020). The mediating role of emotional intelligence and marital adjustment in the relationship between mindfulness in marriage and subjective well-being. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 10(2), 317-354.
- Evans, T. R. Hughes, D. J. Steptoe-Warren, G. (2020). A conceptual replication of emotional intelligence as a second-stratum factor of intelligence. *Emotion*, 20(3), 507.
- Farahbakhsh, K., Shafi'abadi, A. (2006). Dimensions of lovemaking based on the three-dimensional theory of love in four groups of couples in the stage of engagement, marriage, and having children. *Journal of Knowledge and Research in Psychology*, (30), 102 [in Persian].
- Fakhari, N. Latifian, M. Etemad, J. (2011). Evaluation of psychometric properties of the short form of self-differentiation questionnaire in Iranian students. *Quarterly Journal of Educational Measurement*, (1) 21, 19-21 [in Persian].
- Ganjabadi, Z. (2019). The mediating role of self-knowledge and awareness in the relationship between emotional regulation and impulsivity in a military unit, Master Thesis, Payame Noor University, Pakdasht Center [in Persian].
- Ghorbani, N. Cunningham, C. J. L., Watson, P. J. (2010). Comparative analysis of integrative self-knowledge, mindfulness, and private self-consciousness in predicting responses to stress in Iran. *International Journal of Psychology*, 45, 147-154.
- Ghorbani, N. Watson, P. J. Fayyaz, F. Chen, Z. (2015). Integrative self-knowledge and marital satisfaction. *The Journal of Psychology*, 149(1), 1-18.
- Ghorbani, N. Watson, P. J. Hargis, M. B. (2008). Integrative Self-Knowledge Scale: Correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and the United States. *The Journal of Psychology*, 142(4), 395-412.
- Hajian, M., & Naeinian, M. R. (2020). Predicting the signs of sexual desire/arousal in women with their attachment and differentiation styles mediated by marital conflicts. *Journal of Clinical Psychology*, 12(3), 77-88.
- Hefazi Torqabeh M, Firoozabadi A, Haghshenas H. (2006). Investigating the relationship between the components of love and marital satisfaction. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences (University Letter)*. 54 (16), 99-109.

- Hogan, J. N. Gordon, C. L. (2020). "Six of One, half a Dozen of Another" or Do Mindfulness and Gratitude Each Add Unique Value to Relationship Functioning? *Contemporary Family Therapy*(42), 299–304.
- Kamkar, M., Jabarian, S.H. (2006). Investigating the effect of intimacy in marital disputes, Abstract of the articles of the Second National Congress of Family Pathology in Iran, 311. [in Persian]
- Karimian, N., Karimi, Y., Bahmani, B. (2019). Investigating the relationship between mental health and guilt with marital commitment of married people. *Family Counseling and Psychotherapy*, 1 (2), 256-243 [in Persian].
- Kazemian, S. (2008). Evaluation of the effectiveness of self-differentiation training on reducing the anxiety of children of divorced families. [Master Thesis]. Tehran: Allameh Tabatabai University [in Persian].
- Kear, J. S. (1999), Marital attraction of self (Doctorial dissertation, Cali-fornia school of professional Psychology, Fresno. *Dissertation Abstracts International*, 39, 2505.
- Khazaei, M. (2006). Investigating the Relationship between Communication Patterns and Marital Conflict of University of Tehran Students. [ Master Thesis in Counseling]. Tehran: Khatam University [in Persian].
- Kim, H. S. Jung, Y. M. (2015). Self-differentiation, family functioning, life satisfaction and attitudes towards marriage among South Korean university students. *Indian Journal of Science and Technology*, 8(19), 1-8.
- Kordoutis, P. (2015). Love and Intimacy, Psychology. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, 375-381.
- Lavery, P.J. (1998), Differentiation of self and marital satisfaction: An Exploratory analysis based on the Bowen Theory (Doctoral dissertation, Ball state university, 1984). *Dissertation Abstracts International*, 45, 3321.
- Mansoori, B. (2001). Standardization of Siber or Schering Emotional Intelligence Test in Tehran University Students. [Master Thesis]. Tehran: Allameh Tabatabaei University [in Persian].
- Mbwirire, J. (2018). Causes of marital conflicts in Christian marriages in Domboshawa area, Mashonaland East Province, Zimbabwe, 196.
- Mohammadi, S., Hafezi, F. Ehteshamzadeh, P. Eftekhar Saadi, Z. Bakhtiarpour, S. (2020). Effectiveness of schema therapy and emotional self-regulation therapy in the components of women's marital conflicts. *Journal of Client-centered Nursing Care*, 6(4), 277-288 [in Persian].
- Mohammadi, F., Jafari, A., Babakhani, V. (2012). The relationship between my self-differentiation and my level of development with the degree of compatibility of couples. *Behavioral Sciences Quarterly*, 4 (14), 125 – 113 [in Persian].
- Mousavi, M., Bakhshipour, A., Mahdian, H. (2021). Comparison of the effectiveness of acceptance and commitment-based therapy and compassion-focused therapy and compassion-enriched acceptance-commitment therapy on social adjustment of women with depression and marital conflict. *Journal of Principles of Mental Health*. 23 (4), 285-298 [in Persian].
- Muloko, E. Limbu, R. Anakaka, D. L. (2020). The Difference of the Triangular Theory of Love in Married Women Judging from The Length of Marriage. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(4), 264-276.
- Nazari Anamagh, A. (2009). The effectiveness of self-differentiation training on students' professional maturity, Master Thesis, Allameh Tabatabaei University [in Persian].

- Ng, M. G. (1992), Family of origin differentiation and marital satisfaction in healthy unlike, unhealthy like and unhealthy unlike couples (Doctoral dissertation, Texas woman's university. Dissertation Abstracts International, 59(1), 30-39.
- Omidbeki, M. Khalili, Sh. Gholam Ali Lavasani, M. Ghorbani, N. (2015). The relationship between mindfulness and coherent self-knowledge with marital satisfaction. *Psychology*, 3 (18), 341-327 [in Persian].
- Overbeak, B., Kemp, B., & Engels. G. (2007). Two personalities, one relationship: Both partner's personality traits. *Journal of personality and social psychology*, 79, 251-259.
- Patrick, S., Sells, J. N., Giordano, F. G., & Tollerud, T. R. (2007). Intimacy, differentiation, and personality variables as predictors of marital satisfaction. *The Family Journal*, 15, 359-367.
- Pietromonaco, P. R. Overall, N. C. Beck, L. A. Powers, S. I. (2021). Is low power associated with submission during marital conflict? Moderating roles of gender and traditional gender role beliefs. *Social Psychological and Personality Science*, 12(2), 165-175.
- Sandstrom G. (2011). Marital Conflict and Depression in The Context of Marital Discord. *Cognitive Therapy and Research*, 25, 112-43.
- Skoworon, E. A. (2000), The role of Differentiation of self in Marital adju -stment. *Journal of counseling Psychology*, 47(2) ,229-237.
- Skowron, E.A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of counseling Psychology*, 47(2) ,229.
- Sternberg, R. J. (1997). Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Social Psychology*. (27), 313-335.
- Talebi, M., Ghobari Bonab, B. (2012). Determining the relationship between self-differentiation, emotional intelligence and marital satisfaction in counseling centers in Shahroud (Tarnam, Saba, Roozbeh, Behzisti, Martyr Foundation and Veterans Affairs). *Women and Family Studies*, 5 (18), 15-31 [in Persian].
- Tolorunleke, C. A. (2014). Causes of marital conflicts amongst couples in Nigeria: Implication for counselling psychologists. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 140, 21-26.
- Vali Beigi, M., Peivasteh, M. (2008). Evaluation of the amount and type of love with life satisfaction and mental health in married female students of Al-Zahra University, M.Sc. Thesis, Faculty of Educational Sciences and Psychology [in Persian].
- Vafai, Z. (2021). Investigating the mediating role of marital conflicts in the relationship between interpersonal cognitive distortions and attitudes toward extramarital relationships, Master Thesis, Allameh Mohaddes Nouri University [in Persian].
- Yaqubi Mamqani, N. (2018). Relationship between self-knowledge and self-control on mental health (with Islamic approach) and its comparison between female students of public universities in Tehran, M.Sc. Thesis, Al-Zahra University [in Persian].
- Yazdani, A., Panah Ali, A. (2015). Comparison of women's emotional intelligence on the verge of divorce and normalcy in Tabriz, *New Psychological Research in Tabriz*, 10 (39), 257-280 [in Persian].