



## رابطه ازدواج موفق و خودمتمایزسازی: نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان

هما صالحی<sup>۱</sup>، سیمین حسینیان<sup>۲</sup>، سیده منور یزدی<sup>۳</sup>

### چکیده

ازدواج مرحله‌ای بحرانی در زندگی است که هویت یافتگی را تسهیل می‌کند. مؤلفه‌های گوناگونی نظیر خود متمایزسازی و یا تنظیم شناختی هیجان در ازدواج تاثیر گذارند. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه ازدواج موفق و خود متمایزسازی با در نظر گرفتن نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان انجام شد. این پژوهش توصیفی - همبستگی از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه‌ی آماری پژوهش زنان و مردان متأهل شهر تهران که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای و در دسترس تعداد ۶۳۵ نفر در بازه‌ی زمانی تابستان (۱۳۹۸) تا تابستان (۱۳۹۹) انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری داده‌های این پژوهش از پرسشنامه‌هایی شامل شاخص رضایت زناشویی هودسن (۱۹۹۲)، پرسشنامه خود متمایزسازی اسکورون و اشمیت (۲۰۰۳) و پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی، کرایچ و اسپینهاون (۲۰۰۱) استفاده شد. داده‌های حاصل از پرسشنامه‌ها در دو بخش توصیفی و استنباطی و با استفاده از آزمون‌های آماری و رویکرد معادلات ساختاری توسط نرم‌افزارهای SPSS و AMOS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که متغیر مستقل خود متمایزسازی با تنظیم شناختی هیجان و ازدواج موفق رابطه دارد ( $p < 0.001$ ). تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین خود متمایزسازی با ازدواج موفق نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. از آنجا که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، یکی از مؤثرترین عوامل فردی در ازدواج موفق و ثبات خانواده به شمار می‌آید، بنابراین نقش آموزش این راهبردها و همچنین خود متمایزسازی بسیار مهم بوده و ضرورت توجه بیشتر مشاوران و دست‌اندرکاران را می‌طلبد.

### اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۱/۲۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۶/۱۹

نوع مقاله: پژوهشی اصیل

### واژگان کلیدی

ازدواج موفق، "تنظیم شناختی هیجان"، "خود متمایزسازی"

### ارجاع به مقاله:

صالحی، هما؛ حسینیان، سیمین؛ یزدی، سیده منور. (۱۴۰۰). رابطه ازدواج موفق با خود متمایزسازی: نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان. مطالعات زن و خانواده، ۹(۴)، ۱-۵. doi:10.22051/jwfs.2021.34813.2635

<sup>۱</sup>. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران

<sup>۲</sup>. استاد گروه مشاوره دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء، ده ونک، تهران، ایران (نویسنده مسئول) msoleimani@ut.ac.ir

<sup>۳</sup>. استاد گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء، ده ونک، تهران، ایران

## زمینه و هدف

ازدواج مرحله‌ای بحرانی در زندگی است که هویت یافتگی را تسهیل می‌کند. از آنجا که تمایز یافتگی از والدین و توانایی تصمیم‌گیری و قبول مسئولیت لازمه‌ی ازدواج مطلوب است، این تصمیم مهم به مثابه تولدی دیگر در زندگی است که به شکلی کاملاً اختیاری صورت می‌گیرد (گاتمن<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴). طبق نظر بوئن تمایز یافتگی به معنای توانایی شخص برای تمیز بین فرایند عقلی از فرایند احساسی می‌باشد. توانایی برقراری ارتباط عاطفی متعادل و حفظ استقلال نسبی وجه مشخصه زوج‌هایی است که از روابط سالم و رضایت بخش برخوردارند بنابراین سطح مناسب تمایز یافتگی می‌تواند عامل مهمی در ازدواج موفق باشد. بوهلندر<sup>۲</sup> (۱۹۹۹) بیان می‌کند هر اندازه میزان تمایز یافتگی فرد کمتر باشد احتمال درهم آمیختگی هیجانی فرد با دیگران به منظور ایجاد یک خود تمایز نیافته بیشتر خواهد بود. بنابراین می‌توان گفت هیجان‌ات نیز نقش مهم و اساسی در زندگی زوجین ایفا می‌کند. آگاهی از کیفیت و نحوه‌ی بروز هیجان‌ات، چگونگی کنترل و استفاده مناسب از آنها می‌تواند منبع غنی برای سازگاری زوج‌ها باشد.

با توجه به اینکه حرف شنوی و اطاعت از بزرگترها در فرهنگ مان احترام محسوب می‌شود، بنظر می‌رسد که بعد از ازدواج جدایی از خانواده‌های اصلی بشکل مناسبی صورت نگرفته و می‌تواند منجر به طلاق و مشکلات اساسی زوجین شود. بنابراین می‌توان گفت مولفه‌های گوناگونی نظیر خود متمایز سازی و با تنظیم شناختی هیجان در پیش بینی آینده ازدواج موثر هستند. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه ازدواج موفق و خود متمایز سازی با در نظر گرفتن نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان انجام شد.

## روش

مطالعه‌ی حاضر از نظر طرح پژوهش توصیفی - همبستگی از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه‌ی آماری شامل زنان و مردان متأهل شهر تهران بود که مناطق ۱، ۵، ۶، ۱۰ و ۱۷ به صورت تصادفی انتخاب و سپس اعضای نمونه بصورت در دسترس و هدفمند به تعداد ۶۳۵ نفر داوطلب از مناطق مذکور در بازه‌ی زمانی تابستان (۱۳۹۸) تا تابستان (۱۳۹۹) با توجه به ملاک‌های ورود (متاهل بودن، نداشتن سابقه طلاق، سپری شدن ۵ تا ۲۰ سال از زمان ازدواج) و خروج (ناقص پر کردن و یا مخدوش بودن پرسشنامه) انتخاب شدند. حجم نمونه از فرمول  $5Q < n < 10Q$  محاسبه شد که در آن Q تعداد گویه‌های کل پرسشنامه‌های تحقیق می‌باشد (هومن، ۱۳۸۴). جهت جمع‌آوری داده‌های این پژوهش از پرسشنامه‌های شاخص رضایت زناشویی هودسن (۱۹۹۲)، خود متمایزسازی اسکورون و اشمیت (۲۰۰۳) و پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی، کرایچ و اسپینهاون (۲۰۰۱) استفاده شد. داده‌های حاصل از پرسشنامه‌ها در دو بخش

<sup>1</sup> Gottman

<sup>2</sup> Bohlander



توصیفی و استنباطی و با استفاده از آزمون‌های آماری و رویکرد مدل سازی معادلات ساختاری توسط نرم افزارهای SPSS و AMOS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

### یافته‌ها

از کل افراد شرکت کننده تعداد ۳۱۵ نفر (۴۹/۶۴ درصد) زن و ۳۲۰ نفر (۵۰/۳۶ درصد) مرد بودند. اکثر افراد (۵۰/۳۹ درصد) در سنین ۳۱ تا ۴۰ سال قرار داشتند و بیشترین تعداد سالهای ازدواج در محدوده ۱۱ تا ۲۰ سال بود. شاخص های توصیفی نظیر میانگین و انحراف معیار متغیرهای اصلی پژوهش نیز استخراج گردید که میانگین کلی نمره ازدواج موفق ۱۰۴/۱ با انحراف معیار ۹/۱ و میانگین خودمتمایزسازی ۱۲۱/۵۰ با انحراف معیار ۱۰/۱۴ و میانگین تنظیم شناختی هیجان ۱۴۷/۶ با انحراف معیار ۱۶/۰ بود که بنظر میرسد همه نمرات در حد متوسط می باشند. در بخش استنباطی، ابتدا نرمال بودن توزیع داده ها با استفاده از آزمون شاپیرو-ویلکس و چولگی و کشیدگی مشخص شد. سپس با استفاده از تحلیل مسیر نشان داده شد که متغیر خود متمایز سازی بر ازدواج موفق در سطح اطمینان ۹۹ درصد تاثیر مستقیم و معناداری دارد (ضریب استاندارد مستقیم برابر ۰/۲۶). همچنین متغیر خود متمایز سازی بر تنظیم شناختی هیجان نیز در سطح اطمینان ۹۹ درصد تاثیر معناداری داشته (ضریب استاندارد مستقیم برابر ۰/۱۹) و اثر غیر مستقیم متغیر خود متمایز سازی بر ازدواج موفق (۰/۰۸۱) نیز معنادار بود. شاخص VAF (۰/۲۳) محاسبه شد که چون بین ۰/۲ و ۰/۸ بود، نقش میانجی جزئی متغیر تنظیم شناختی هیجان و نهایتاً فرضیه اصلی تحقیق مورد تایید قرار گرفت.

### نتیجه‌گیری

فرضیه اصلی پژوهش حاضر این بود که خودمتمایزسازی از طریق واسطه‌گری تنظیم شناختی هیجان با ازدواج موفق رابطه دارد که طبق یافته های این پژوهش فرضیه ی مزبور مورد تایید قرار گرفت. این یافته‌ها با پژوهش اسکورون<sup>۱</sup> (۲۰۰۴)، بیادسی-آشکار و پلژ<sup>۲</sup> (۲۰۱۳) همسو و همخوان است؛ همچنین نتیجه این پژوهش با نظریه بوئن هماهنگ است. طبق نظریه ی بوئن<sup>۳</sup> (۱۹۷۶)، سطح تمایز یافتگی فرد در خانواده اصلی وی ایجاد می‌شود؛ بنابراین، به طور وسیعی از پویایی ها و تعاملات زوجین از خانواده اصلی متأثر می‌گردد. در یک خانواده با والدین خوب تمایز یافته، کودکان به تدریج یاد می‌گیرند که خودشان را به عنوان فرد واحد، جدا ولی مرتبط با اعضای خانواده در نظر بگیرند. آنها یاد می‌گیرند که چگونه هیجان‌اتشان را تنظیم کرده و در انتخاب‌هایشان در مورد عقاید، ارزشها و باورها به صورت عاقلانه عمل کنند. در این مورد آرین فر و رسولی

<sup>1</sup> Skowron

<sup>2</sup> Biadisy-Ashkar & Peleg

<sup>3</sup> Bowen

(۱۳۹۸) نیز طی پژوهشی بیان کردند که الگوهای ارتباطی در خانواده‌ی اصلی ایجاد شده و در نحوه‌ی اتخاذ تصمیمات در روابط آینده و موقعیت‌های خارج از خانواده‌ی اصلی اثرگذار است. با توجه به اینکه پایه‌ی فرآیند خودتمایزسازی، کنترل آگاهانه اضطراب است، از این رو، خودتمایزسازی که شیوه‌ای از بیان و تفکیک احساسات و تفکرات است، موجب کاهش اضطراب در روابط زناشویی و ایجاد فرصتی برای پدید آمدن خویشی مستحکم و ابراز عقاید شخصی می‌شود که این مساله تاثیر مهمی در ایجاد روابط زوجین داشته و می‌تواند روابط زناشویی را استحکام بخشد. بنابراین هر اندازه تمایز یافتگی بیشتر باشد، به مقدار قابل توجهی بر رضایت زناشویی و نیز بر رضایت از زندگی زوجین اثرگذار است (ایسیک و همکاران، ۲۰۲۰).

در راستای نتایج حاصله پیشنهاد می‌شود مشاوران و روان‌شناسان آموزش خودتمایزسازی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان را در مورد مشاوره‌ی پیش از ازدواج و همچنین غنی‌سازی روابط زوجین مد نظر داشته باشند. به خاطر ماهیت رابطه‌ی پژوهش حاضر قابل تصور است زمانی که خودتمایزسازی افزایش می‌یابد، میزان استفاده از راهبردهای سازگاران در تنظیم هیجانات نیز افزایش یافته و در نتیجه کیفیت زندگی زوجین هم افزایش یافته و ازدواج موفق‌تری پیش‌بینی می‌شود. در ضمن پژوهش حاضر از نظر زمانی به سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ محدود می‌باشد و اگر بخواهیم نتایج را تعمیم دهیم، باید جانب احتیاط را رعایت کنیم.

### ملاحظات اخلاقی

**رعایت اخلاق پژوهش:** ضمن توضیح رازداری و رعایت اصول اخلاقی، شرکت‌کنندگان با رضایت شخصی پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند.

**حمایت مالی:** پژوهش حاضر بدون حمایت مالی انجام شده است.

**سهم نویسندگان:** خانم دکتر سیمین حسینیان بعنوان نویسنده مسئول و استاد راهنما - دکتر سیده منور یزدی بعنوان استاد مشاور همکاری داشتند.

**تضاد منافع:** پژوهش حاضر بطور مستقیم و غیرمستقیم با منافع شخص یا سازمان خاصی تعارض منافع ندارد.

**تشکر و قدردانی:** از تمام کسانی که صادقانه در اجرای این پژوهش همکاری داشتند کمال تشکر را دارم.

### منابع فارسی

- آرین فر، ن؛ رسولی، ر. (۱۳۹۸). مدل معادلات ساختاری پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سلامت خانواده اصلی و متغیر میانجی ابعاد عشق. مطالعات زن و خانواده، دانشگاه الزهراء، ۱۵۷-۱۳۹(۱)۷.
- هومن، حیدرعلی. (۱۳۸۴). مدل‌یابی معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزار لیزرل، تهران: انتشارات سمت.



## References

- Arianfar, N., & Rasouli, R. (2019). Design the online shopping model for women Structural Equation Modeling of the Predicting Marital Satisfaction on The Health of The Main Family and The Mediatory Variable of Lovemaking Styles. *Journal of Woman and Family Studies*, 7(1),139-157. doi: 10.22051/jwfs.2017.15203.1443.(Text in Persian) [\[link\]](#)
- Biadisy-Ashkar, A., & Peleg, O. (2013). The relationship between differentiation of self and satisfaction with life amongst Israeli women: A cross cultural perspective. *Health*, 5, 1467- 1477. <https://doi.org/10.4236/health.2013.59200> [\[link\]](#)
- Bohlander, R. W. (1999). Differentiation of self, need fulfillment, and psychological well-being in married men. *Psychological reports*, 84 (3\_suppl), 1274-1280. <https://doi.org/10.2466/PRO.84.3.1274-1280> [\[link\]](#)
- Gottman, J. M. (2014). *What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes*. Psychology Press. [\[link\]](#)
- Hooman, H. (2005). *Structural equation modeling using LISREL software*. Tehran: SAMT Publications. (Text in Persian) [\[link\]](#)
- Işık, E., Özbiler, Ş., Schweer-Collins, M. L., & Rodríguez-González, M. (2020). Differentiation of Self Predicts Life Satisfaction through Marital Adjustment. *The American Journal of Family Therapy*, 48(3), 235-249. <https://doi.org/10.1080/01926187.2020.1732248> [\[link\]](#)
- Skowron E. (2004). Differentiation of self, personal adjustment, problem solving and ethnic group belonging among person of color. *Journal of Counseling Development*, 82: 447-59. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2004.tb00333.x> [\[link\]](#)

