

پیش‌بینی احساس خوشبختی زوجین بر اساس تمایز یافتگی خود و روابط موضوعی اولیه

تاریخ دریافت: ۹۸/۱۲/۰۴ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۴/۲۶

خلاصه

مقدمه

احساس خوشبختی زوجین به عنوان یکی از مهم‌ترین عواملی است که مقدمه تربیت نسل آینده، بهزیستی روانی زوجین و استقلال خود افراد محسوب می‌شود. پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه و پیش‌بینی احساس خوشبختی زوجین بر اساس تمایز یافتگی و روابط موضوعی اولیه انجام شد.

روش کار

پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش جمع‌آوری داده‌ها از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل زوج‌هایی بود که به مدت ۱۰ سال زندگی مشترک داشتند و در زیر یک سقف در شهر تهران زندگی می‌کردند. از بین جامعه مذکور تعداد ۱۵۰ زوج (۳۰۰ نفر) به روش نمونه‌گیری در دسترس و با توجه به معیارهای ورود و خروج به عنوان نمونه انتخاب شد و به پرسشنامه‌های تمایز یافتگی (اسکوورون، ۱۹۹۸)، کیفیت روابط موضوعی (بل و بل، ۱۹۹۵) و احساس خوشبختی (لنتز، ۲۰۱۰) پاسخ دادند. یافته‌های پژوهش با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون تحلیل شد.

نتایج

نتایج ضریب پیرسون نشان داد که ارتباط بین احساس خوشبختی زوجین با تمایز یافتگی خود و روابط موضوعی اولیه معنی‌دار بود ($p \leq 0/001$). نتایج رگرسیون نیز نشان داد که تمایز یافتگی خود و روابط موضوعی اولیه به ترتیب به میزان ۶۹٪ و ۷۴٪ و معنی‌دار به پیش‌بینی احساس خوشبختی زوجین پرداختند.

نتیجه‌گیری

بر اساس تمایز یافتگی خود و روابط موضوعی اولیه می‌توان به صورت مستقیم احساس خوشبختی زوجین را پیش‌بینی کرد؛ بنابراین با تقویت تمایز یافتگی و روابط موضوعی اولیه می‌توان کیفیت زندگی زناشویی زوجین را بهبود بخشید.

کلمات کلیدی

احساس خوشبختی زوجین، تمایز یافتگی خود، روابط موضوعی اولیه
پی‌نوشت: این مطالعه فاقد تضاد منافع می‌باشد.

آرزو جعفری سلطان آبادی^۱

نادر منیرپور*^۲

حسن میرزاحسینی^۳

^۱ دانشجوی دکتری، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد

اسلامی، واحد قم، قم، ایران

^۲ استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی،

واحد قم، قم، ایران

^۳ استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد

قم، قم، ایران

* گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قم، قم،

ایران

Email: monirpoor@qom-iau.ac.

r

مقدمه

ازدواج به عنوان اولین تعهد عاطفی و حقوقی که افراد در بزرگسالی قبول می‌کنند و همچنین به عنوان عالی‌ترین رسم اجتماعی برای دستیابی به نیازهای عاطفی و ایمنی افراد همواره مورد توجه بوده است. در واقع می‌توان ازدواج را یکی از اساسی‌ترین تصمیم‌گیری‌های هر فرد دانست و متعهد ماندن این عهد و پیمان نیز از حساس‌ترین مسایل فی‌مابین زوجین می‌باشد (۱). ازدواج خوشبخت، متشکل از عواملی مانند تعهد، احترام، صمیمیت و اعتماد است که در غیاب آنها زندگی زناشویی با مشکلات جدی روبرو می‌شود (۲). شناسایی عواملی که در ساختار ازدواج‌های موفق و رضایت‌مند نقش دارند و موجب احساس خوشبختی در ازدواج می‌شوند می‌تواند منجر به کاهش آمار طلاق در جامعه شود و به زوجین در داشتن رابطه رضایت‌بخش و پایدار کمک کند (۳). فینچام و همکاران (۴) این مسئله را مطرح کردند که می‌توان با تغییر در کانون توجه مطالعات از جنبه‌های منفی مشکلات مانند تعارض به سمت معانی و انگیزه‌های عمیق‌تر در روابط و ساخت‌های مثبت که شامل خوشبختی است به تقویت و بازسازی روابط کمک کرد و درک بهتری از روابط زوج‌ها به دست آورد. با مطالعه الگوهای ارتباطی زوجینی که دارای ازدواج پایدار هستند مشخص ساختند ازدواج‌هایی که ماندگار و خوشبخت نیستند دارای دو نوع اصلی است: نوع اول، ازدواج‌های ابزاری است که در آن ازدواج به خاطر به دست آوردن سود و منفعت از فردی دیگر است. نوع دوم، ازدواج‌های غریزی است که در آن فرد به شخص دیگر، به عنوان یک فرد، متعهد شده است و به ازدواج به عنوان یک موجودیت جداگانه متعهد نشده است (۵). لاور و لاورهفت دلیل را برای ازدواج پایدار و خوشبخت عنوان کردند: دوست همدیگر بودن، علاقه به همسر به عنوان یک انسان،

مقدس شمردن ازدواج، توافق بر سر اهداف و انتظارات، تعهد، بیشتر شدن علاقه به همدیگر در طول زمان و تمایل به موفقیت در زندگی و رابطه زناشویی (۶). مطالعات انجام شده در مورد ازدواج‌های خوشبخت و موفق به کلیدهای ازدواج پایدار همانند روابط صمیمی و عاطفی (۷ و ۸)، متعهد شدن به همسر و ازدواج (۹ و ۱۰)، حل تعارض (۱۱) و عوامل دیگری مثل همگرایی و جهت‌گیری مذهبی منتهی شده است.

یکی از عواملی که روابط آینده‌ی فرد را در خانواده مشخص می‌کند و در احساس خوشبختی او موثر است، تمایز یافتگی می‌باشد. تمایز یافتگی به عنوان سنگ بنای نظریه بوئن، در درون خانواده جای دارد و در پی وحدت و با هم بودن و یا برعکس، فردیت است. به نظر بوئن، درجه‌ی ظهور تمایز یافتگی در هر فرد بیانگر میزان توانایی فرد برای جداسازی فرآیند شناختی از فرآیند احساسی (هیجانی) است که فرد تجربه می‌کند. یعنی، درجه‌ی توانایی فرد برای اجتناب از تبعیت خودکار رفتار از احساسات، بیانگر میزان تمایز یافتگی است. برای تمایز یافتگی چهار مولفه‌ی واکنش‌پذیری هیجانی، جایگاه من، گریز هیجانی و هم‌آمیختگی با دیگران مطرح شده است. تمایز یافتگی بنیان‌های صمیمیت و پذیرش دو سویه را در ازدواج بررسی می‌کند. انتظار می‌رود زن و مردی که سطح تمایز یافتگی پایینی داشته باشند، در زمان ازدواج، بلوغ هیجانی کمتر و ظرفیتی محدود برای صمیمیت و یکی شدن داشته باشند. این مسئله نیازمند آن است که زن و مرد برای پایداری ازدواج‌شان، رشد و خودرهبی‌شان را قربانی ازدواج نکنند. 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 واکنش هیجانی کمتری را تحمل کنند (۱۲).

متغیر دیگری که ممکن است با احساس خوشبختی زوجین در زندگی مشترک مرتبط باشد کیفیت روابط موضوعی است. نظریه پردازان روابط ابژه تصور می‌کنند که ذهن کودک به واسطه تجارب اولیه با مراقبان شکل می‌گیرد و با رشد و تحول پیچیده‌تر می‌شود. این الگوها در سراسر زندگی ثابت می‌مانند و در موقعیت‌های مختلف تکرار می‌شوند و آسیب‌شناسی روانی براساس این الگوهای روابط ابژه درونی شده تبیین می‌شود (۱۳). افراد از طریق تعامل با افراد حقیقی که در محیط اطراف‌شان حضور دارند، رشد می‌کنند و از این رهگذر در درون‌شان بازنمایی‌هایی از این تجربیات شکل می‌گیرد. این بازنمایی‌ها روند رشد اطفال و کودکان را شکل می‌دهند و از این رهگذر، مجموعه‌ای از مکانیزم‌های دفاعی و توانمندی‌ها در طفل شکل می‌گیرد و بر نحوه پیش‌بینی افراد بزرگسال از رویدادهای بین فردی محیط اطراف و برداشتی که آن‌ها از این رویدادها دارند تأثیر می‌گذارند. ماهیت این روابط ساختارهای اید، ایگو^۲ و سوپرایگو^۳ را به شدت تحت تأثیر قرار می‌دهد (۱۴). ارتباط همسران خوب با یکدیگر آنها را قادر می‌سازد تا نیازها، خواسته‌ها و علائق خود را با سایرین در میان گذارند. عشق، دوستی و محبت‌شان را نسبت به یکدیگر ابراز کنند و به خوبی از عهده‌ی حل مشکلات و مسایل اجتناب‌ناپذیر در خانواده برآیند. اما فقدان مهارت‌های ارتباطی لازم امکان چنین عملکردی را از خانواده و زوجین سلب نموده و رابطه‌ی صمیمانه بین آنها را به یک رابطه‌ی موازی و بدون صمیمیت تبدیل می‌کند. هنگامی که رابطه‌ی صمیمانه متوقف می‌شود، انرژی عشق به آزرده‌گی و خشم تبدیل می‌شود و در نتیجه،

منازعات فراوان، انتقادات مکرر، پناه بردن به سکوت، عدم همراهی عاطفی و لاینحل ماندن مشکلات را پدید می‌آورد (۱۵).

مرور پژوهش‌های انجام شده نشان از این دارد که روابط اولیه‌ی افراد در محیط خانواده به شکل‌گیری سبک دلبستگی خاص و سطوح بالا یا پایین تمایز یافتگی منجر می‌گردد و این تجارب بر روابط بین فردی زوجین در بزرگسالی تا تأثیر مستقیم می‌گذارد (۱۲)، استقلال در سازه‌هایی از قبیل خودتمایز یافتگی با دیدگاه خوشبینانه و رفاه روانی زوجین در ارتباط هستند؛ خوشبختی در ازدواج داشتن معنایی از احساس آرامش و رضایت است که زوجین با دیدگاه معنوی و اخلاقی و با انجام رفتارهای مولد خوشبختی در حضور دیگران با ازدواج سازنده خود، آن را تشکیل می‌دهند (۵)، افرادی که «خود» در آنها کمتر تمایز یافته است، در روابط خود با دیگران به خصوص در اقدام به ازدواج، دچار انحلال و هم‌آمیختگی می‌شوند و این افراد به شدت تمایل به هم‌رنگی و همسانی با دیگران داشته و عزت‌نفس آنها به اطرافیان بستگی دارد (۱۶). اما پژوهشی که به پیش‌بینی حس خوشبختی زوجین براساس تمایز یافتگی خود و روابط موضوعی اولیه پرداخته باشد، یافت نشد. با در نظر گرفتن اهمیت موضوع و با در نظر گرفتن شکاف پژوهشی، به بررسی و تبیین حس خوشبختی زوجین براساس تمایز یافتگی خود و روابط موضوعی اولیه می‌پردازد.

مواد و روش کار

پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش جمع‌آوری داده‌ها از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل زوج‌هایی بود که به مدت ۱۰ سال زندگی مشترک داشتند و در زیر یک سقف در شهر تهران زندگی می‌کردند. از بین جامعه مذکور تعداد ۱۵۰ زوج (۳۰۰ نفر) به روش نمونه‌گیری در دسترس و با توجه به معیارهای ورود و خروج به عنوان نمونه

¹. Id

². Ego

³. Super Ego

جدایی هیجانی ۰,۷۶، آمیختگی با دیگران ۰,۷۹، و موقعیت من ۰,۶۴ گزارش شده است (۱۸).

پرسشنامه کیفیت روابط موضوعی (BORRTI): این

پرسشنامه در سال ۱۹۹۵ توسط بل و بل^۱ برای سنجش کارکردهای ایگویی کیفیت روابط موضوعی ساخته شد. این آزمون در اصل برای اندازه‌گیری اثرات بالینی روانکاوی درازمدت برای اسکیزوفرنیا طراحی شد؛ اما به مرور در بسیاری از زمینه‌های پژوهشی از جمله آسیب‌شناسی روانی و رفتار بهنجار کاربرد پیدا کرد. پرسشنامه مذکور ۴۵ گویه دارد که چهار عامل بیگانگی (ALN)، دل بستگی ناایمن (AI)، خودمیان‌بینی (EGO)، و بی‌کفایتی اجتماعی (SI) را برای سنجش روابط موضوعی پوشش می‌دهد. بل و بل (۱۹) ضریب پایایی مقیاس روابط موضوعی با فاصله زمانی دو هفته را بین ۵۸٪ تا ۹۰٪ و با فاصله زمانی ۱۳ هفته بین ۶۵٪ تا ۸۱٪ گزارش کرده‌اند. در پرسشنامه فوق‌الذکر هر سؤال واجد دو گزینه بله و خیر است؛ که گزینه بله نمره ۱ و گزینه خیر نمره صفر را به همراه دارد. با این حال سوالات ۱، ۷، ۸، ۱۵، ۲۱، ۳۰، ۳۷، ۴۲ و ۴۵ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. در ایران این پرسشنامه توسط رضاقلی‌زاده در سال ۱۳۸۸ در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه پدر با کیفیت روابط موضوعی در دو نوبت به فاصله دو هفته اجرا شد؛ و پایایی هر یک از خرده مقیاس‌ها در نمونه ایرانی عبارت بودند از: بیگانگی ۶۰٪، دل بستگی ناایمن ۶۴٪، خودمیان‌بینی ۸۰٪ و بی‌کفایتی اجتماعی ۶۱٪ (۱۴).

پرسشنامه احساس خوشبختی لنتز: این پرسشنامه توسط تئو

لنتز در سال ۲۰۱۰، مدیر سابق انجمن پژوهش‌های شخصیتی در سن لوییز میسوری تهیه شده است. این پرسشنامه دارای ۱۲ سوال بوده و در طیف سنی ۱۶ تا ۵۰ سال قابل اجراست. هدف این

انتخاب شد. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بودند از: رضایت زوج، سابقه ۱۰ سال زندگی مشترک، عدم ابتلا به بیماری‌های مزمن جسمی و روان‌شناختی. معیارهای خروج از پژوهش: وجود بیماری جسمی حاد، وجود اختلال روان‌پزشکی شدید با تشخیص روان‌شناس، وابستگی به مواد مخدر و داروهای روان‌گردان. به تمامی شرکت‌کنندگان در این پژوهش اطمینان داده شد که پاسخ‌های آنها کاملاً محرمانه و صرفاً جهت انجام پژوهش است. برای جمع‌آوری و بررسی اطلاعات شخصی از چک لیست جمعیت شناختی و به منظور سنجش متغیرهای روان‌شناختی از پرسشنامه‌های استاندارد شده استفاده شد. داده‌های جمع‌آوری شده و اطلاعات بدست آمده با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیره به منظور پیش‌بینی احساس خوشبختی زوجین از طریق متغیرهای مورد مطالعه استفاده شد.

ابزار

پرسشنامه تمایز یافتگی اسکورون: این پرسشنامه که

برای سنجش میزان تمایز یافتگی زوج‌ها به کار می‌رود ۴۵ ماده دارد و پاسخ‌دهی به پرسش‌ها با مقیاس شش گزینه‌ای انجام می‌شود. نمره بالا به معنای تمایز یافتگی و نمره پایین به معنای تمایز نیافتگی است. این پرسش‌نامه چهار خرده آزمون واکنش هیجانی، جدایی هیجانی، آمیختگی با دیگران و موقعیت من را در بر می‌گیرد. اسکورون و فریدلندر، همبستگی درونی پرسش‌ها را با آلفای کرونباخ برای پرسش‌نامه و خرده آزمون‌های آن به ترتیب کل پرسشنامه ۰,۸۸، واکنش هیجانی ۰,۸۳، جدایی هیجانی ۰,۸۰، آمیختگی با دیگران ۰,۸۲، و موقعیت من ۰,۸۰ گزارش کردند (۱۷). پایایی این مقیاس در ایران به ترتیب برای کل پرسشنامه ۰,۷۲، واکنش هیجانی ۰,۸۱،

1. Bell & Bell

نتایج

در این پژوهش ۱۵۰ زوج شرکت کرده بودند که میانگین سنی آنها ۴۲،۳۲ با انحراف معیار ۷،۶۵ بود. یافته‌های توصیفی نشان داد که میانگین تمایز یافتگی زوجین ۱۳۸،۴، کیفیت روابط موضوعی ۲۷ و احساس خوشبختی ۷،۶ بود. در جدول ۱ نتایج ضریب همبستگی این متغیرها آورده شده است.

جدول ۱. ضرایب همبستگی بین تمایز یافتگی خود، کیفیت روابط موضوعی، احساس خوشبختی زوجین

متغیرها	۱	۲	۳	۴
تمایز یافتگی خود	۱			
کیفیت روابط موضوعی	۰/۵۲**	۱		
احساس خوشبختی	۰/۶۹**	۰/۷۴**	۱	

مندرجات جدول ۱ نشان می‌دهد کلیه ضرایب همبستگی به دست آمده، در سطوح $P \leq 0/001$ معنی دار می‌باشند (سطوح معنی داری برای همه ضرایب با علامت ستاره در جدول آمده است). برای بررسی نرمال بودن توزیع نمرات متغیرها از آزمون کلموگروف اسمیرنوف استفاده شده است که نتایج در جدول زیر نشان داده شده است.

جدول ۲. نتایج آزمون کلموگروف - اسمیرنوف در مورد پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات متغیرها

کلموگروف - اسمیرنوف	نرمال بودن توزیع نمرات	
معنی داری	درجه آزادی	آماره

مقیاس به صورت کلی، ارزیابی میزان وجود حس خوشبختی در افراد است. طیف پاسخ‌گویی آن بدین صورت است که در سوالات شماره ۲، ۳، ۹، ۱۱ و ۱۲ به هر گزینه درست یک امتیاز و به هر گزینه غلط صفر امتیاز تعلق می‌گیرد. اما در سوالات شماره ۱، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸ و ۱۰ این روش معکوس شده و به هر گزینه درست صفر امتیاز و به هر گزینه نادرست یک امتیاز تعلق می‌گیرد. نمرات پرسشنامه دامنه‌ای از ۰ تا ۱۲ را خواهد داشت. امتیاز ۴ - ۰: می‌توانید به مراتب خوشبخت‌تر از این باشید. جواب‌های خود را مرور کنید. سعی کنید ببینید چه می‌توانید بکنید تا از این که هستید بهتر شوید. امتیاز ۵ - ۸: شما فراز و نشیب‌های خودتان را دارید. اما در اغلب مواقع به شکل متعادل و متوسطی خوشبخت هستید. اشتیاق شدیدی برای تغییر دادن زندگی‌تان ندارید. شما اگر با اشخاص خوشبخت‌تر از خود معاشرت کنید در وضعیت بهتری قرار می‌گیرید. امتیاز ۹ - ۱۲: نسبت به دیگران شما انسان خوشبختی هستید. میان‌انتظاری که از زندگی دارید و آنچه از آن می‌گیرید تعادلی برقرار کرده‌اید. اشخاص با امتیاز بالا، مانند شما، از تعادل اجتماعی خوبی بهره‌مندند. شما از آن جهت مورد توجه دیگران قرار دارید که از سیاست "زندگی کن و بگذار زندگی کنند" پیروی می‌کنید. روایی پرسشنامه با استفاده از نظرات اساتید دانشگاه تهران در کلینیک تخصصی مشاوره و بهداشت روانی دانشگاه تهران، ارزیابی و تایید شده است. همچنین پایایی آن نیز با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ ۰/۷۸ بدست آمد که نشان دهنده پایایی قابل قبول این پرسشنامه می‌باشد.

۰/۲۰	۱۵	۰/۱۳	تمایز یافتگی خود
۰/۱۲	۱۵	۰/۱۷	کیفیت روابط موضوعی
۰/۲۳	۱۵	۰/۱۱	احساس خوشبختی

می‌گردد. یعنی پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات در تمامی متغیرها مورد تایید قرار گرفت.

همانگونه که در جدول ۲ ارائه شده است، فرض صفر برای نرمال بودن توزیع نمرات دو گروه در متغیرهای تمایز یافتگی خود، کیفیت روابط موضوعی و احساس خوشبختی تأیید

جدول ۳. نتایج رگرسیون به منظور پیش بینی حس خوشبختی زوجین بر اساس تمایز یافتگی خود و کیفیت روابط موضوعی

پارامترها	برآورد غیر استاندارد B	برآورد استاندارد β	خطای معیار	نسبت بحرانی	سطح معنی داری
تمایز یافتگی خود	۰/۷۱	۰/۶۹	۰/۲۱	۵/۴	۰/۰۰۱
کیفیت روابط موضوعی	۰/۸۲	۰/۷۴	۰/۲۲	۲/۹	۰/۰۰۱

و رابطه کیفیت روابط موضوعی با احساس خوشبختی ($\beta = ۰,۷۴$)

بر اساس ضرایب مسیر استاندارد و مقادیر بحرانی متناظر ارائه شده در جدول ۳ ملاحظه می‌شود که ارتباط بین تمایز یافتگی خود و کیفیت روابط موضوعی مستقیم معنی دار می‌باشند. رابطه تمایز یافتگی خود با احساس خوشبختی ($\beta = ۰,۶۹$)

بحث و نتیجه گیری

اخلاقی و با انجام رفتارهای مولد خوشبختی در حضور دیگران با ازدواج سازنده خود، آن را تشکیل می‌دهند. بیرامی و همکاران (۱۲) نشان دادند که روابط اولیه افراد در محیط خانواده به شکل گیری سبک دلبستگی خاص و سطوح بالا یا پایین تمایز یافتگی منجر می‌گردد و این تجارب بر روابط بین فردی زوجین در بزرگسالی تا تاثیر مستقیم می‌گذارد. دریک (۲۱) نشان داد زوجین تمایز نیافته در شرایط پرتنش عاطفی، نیاز به فرار، اجتناب یا نادیده گرفتن موقعیت دارند در حالی که با افزایش تمایز یافتگی، آنها تجربه‌های هیجانی را به رسمیت شناخته و قادر خواهند بود با هیجانات قوی تر روبه‌رو شوند و با آنها کنار بیایند. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت: تمایز یافتگی خود، شیوه‌ای برای مشخص کردن تعادل یا عدم تعادل دو نیروی زندگی یعنی باهم بودن و فردیت است. بعد

اولین نتیجه پژوهش نشان داد که بین احساس خوشبختی با تمایز یافتگی خود در زوجین رابطه معنی داری وجود دارد (جدول ۱). بر اساس یافته‌های جدول ۳ رابطه تمایز یافتگی خود با احساس خوشبختی ($\beta = ۰,۶۹$)، معنی دار است. به عبارت دیگر، احساس خوشبختی به میزان ۶۹ درصد توسط متغیر تمایز یافتگی خود پیش بینی می‌گردد. بنابراین، فرضیه فوق تایید می‌گردد. کر و بوئن (۲۰) در پژوهشی نشان دادند نشان دادند که استقلال در سازه‌هایی از قبیل خود تمایز یافتگی با دیدگاه خوشبینانه و رفاه روانی زوجین در ارتباط هستند. خجسته مهر و محمدی (۵) نشان داد که خوشبختی در ازدواج، داشتن معنایی از احساس آرامش و رضایت است که زوجین با دیدگاه معنوی و

فردیت موجد زنده را به پیروی از رهنمودهای خودش سوق می‌دهد تا یک هویت مستقل، واضح و مشخص داشته باشد. در حالی که باهم بودن یک موجود زنده را به پیروی از رهنمودهای دیگران سوق می‌دهد تا یک هویت وابسته داشته باشد. تمایز یافتگی خود به افراد کمک می‌کند تا "موقعیت من" را در روابط مهم حفظ کند، اضطراب خود را در برابر کنترل کردن دیگران و رخدادهای ناگوار کاهش دهد، سطوح عاطفی و عقلانی را به طور متعادل به کار گیرد، سازگاری و انعطاف‌پذیری خود را افزایش داده و استقلال خویش را در روابط صمیمی حفظ نماید. فردی که از خود تمایز یافتگی بالایی دارد از کنترل درونی برخوردار است، اخلاق‌مدار و هدفمند زندگی می‌کند، به عقاید و باورهایش اعتماد و اطمینان کافی دارد، در برابر تغییر باورهای ناکارآمدش منعطف است و در مقابل رفتارهای دیگران واکنشی عمل نمی‌کنند به خاطر در زندگی احساس رضایت و خوشبختی می‌کنند و نسبت به زندگی خودشان دیدگاه مثبت‌تری دارند. این افراد به واسطه احساس خوشبختی ناشی از تمایز یافتگی خود، اغلب در زندگی‌شان مسیولیت‌پذیرند و برای تغییر دیگران تلاش نمی‌کنند بلکه با یک دید واقع‌بینانه خودشان و دیگران را می‌پذیرند.

دومین نتیجه از پژوهش نشان داد که بین احساس خوشبختی با روابط موضوعی اولیه در زوجین رابطه معنی‌داری وجود دارد (جدول ۱). براساس یافته‌های جدول ۳، رابطه کیفیت روابط موضوعی به احساس خوشبختی ($\beta = 0,74$ ، $P \leq 0,001$) معنی‌دار بدست آمده است. به عبارت دیگر، احساس خوشبختی به میزان ۷۴ درصد توسط متغیر کیفیت روابط موضوعی پیش‌بینی می‌گردد. بنابراین، فرضیه فوق تایید می‌گردد. نتایج پژوهش آسوده و همکاران (۲۲) نشان داد که زوجین خوشبخت و موفق از ویژگی‌های مهمی مانند توانایی حل مشکلات خود، داشتن درک متقابل و مدیریت درآمدها و هزینه‌ها، گذراندن

اوقات فراغت همراه با خانواده خود و دوست داشتن و احترام به همدیگر برخوردارند. کرایبی و همکاران (۱۳۹۵) شاخصه‌هایی مانند حل تعارض مناسب، فرهنگ و تجارب معنوی مشترک، قدردانی از یکدیگر ویژگی‌های شخصیتی، گذراندن وقت و تفریحات، مسیولیت‌پذیری، صمیمیت و کیفیت رابطه جنسی، شیوه ارتباط، کیفیت زندگی مشترک، حمایت، توجه، احترام، همخوانی زوجین، انعطاف‌پذیر بودن، تعهد و وفاداری، داشتن ارزش‌ها، و مسائل مالی و شغلی را در ازدواج موفق و پایدار مؤثر دانسته‌اند که در مجموع ۶۰ درصد از واریانس موفقیت و خوشبختی در ازدواج را تبیین می‌کنند. پژوهش عیدی و خانجانی (۲۳) نشان می‌دهد که کیفیت روابط مادر - کودک در دوران کودکی در تحول الگوهای فعال درونی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و روابط نزدیک و صمیمانه در بزرگسالی نیز تحت همین تاثیر الگوهای فعال درونی قرار می‌گیرند. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت: نقطه شروع تفکر روابط موضوعی، نیاز فرد برای رابطه است. انسان‌ها در شرایطی رشد نیافته و وابسته به دنیا می‌آیند که نیازمند فرد دیگری برای بقای فیزیکی و روانشناختی خود هستند. بنابراین یک حقیقت بنیادی در خصوص وجود انسان، وابستگی به دیگری است که در ابتدا برای بقای فیزیکی است و سپس برای سلامت روانشناختی. این حقیقت پایه‌ای، شخصیت انسان را شکل می‌دهد و چگونگی برخورد او با نیازهای وابستگی‌اش مسأله کلیدی در سلامت و بیماری روانشناختی است. در واقع تعارضات حل نشده درون‌روانی فرد که از خانواده اصلی او مشتق شده در روابط صمیمی بعدی فرد با افرادی مانند همسر تکرار و برون‌ریزی می‌شود که منجر به شکل‌گیری الگوهای ارتباطی ناسالم و غیرواقع‌بینانه‌ای بین زوجین می‌شود. چنانچه الگوی ارتباطی زوجین از نوع سازنده و بر مبنای رضایت طرفین باشد، به راحتی در مورد مسائل و تعارضات خود گفتگو می‌کنند و به دنبال حل

فقط با تکمیل پرسشنامه‌های خودگزارشی انجام گردید. با توجه به یافته‌ها و نتایجی که پژوهش حاضر بدست آورده است، پیشنهاد می‌شود با انتخاب جامعه آماری در مناطق مختلف کشور می‌توان اثر بافت اجتماعی را بر احساس خوشبختی آنان مورد بررسی قرار داد. تکرار پژوهش‌های مشابه در مناطق دیگر با حجم نمونه بیشتر، زیرا برای تعمیم و استفاده از نتایج به تحقیقات زیادی نیاز است.

آن برمی‌آیند و از واکنش‌های غیرمنطقی، پرخاشگری و... خودداری می‌کنند. زوجین با آگاهی از تاریخچه خانوادگی و گذشته‌شان نسبت به رفتار خود در روابط فعلی به نوعی بینش و بصیرت دست می‌یابند که زمینه‌ساز و عامل احساس خوشبختی آنهاست.

نتایج این پژوهش محدود به شهر تهران است و نمی‌توان یافته‌های آن را به سایر جوامع تعمیم داد. جمع‌آوری داده‌ها

References

1. Rostami O. The Role of Initial schema and Distinguish yourself in the exhaustion of couples. 2018l Master Thesis, Mohaghegh Ardabili University
2. Fatima M, Ajmal MA. Happy marriage: a qualitative study. Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology. 2012 Apr 1;9(2):37-42.
3. Nimtz M A. Satisfaction and contributing factors in satisfying long-term marriage: A phenomenological study A doctoral dissertation in psychology. 2011; Liberty University.
4. Fincham FD, Stanley SM, Beach SR. Transformative processes in marriage: An analysis of emerging trends. Journal of Marriage and Family. 2007 May;69(2):275-92.
5. KhojastehMehr R, Mohammadi R. Happiness Experience in Sustainable Marriages: A Qualitative Study. Family Psychology, 2017; 3 (2), 70-59.
6. Korayi A, KhojastehMehr R, Aslani Kh. Identifying the factors influencing sustainable sustainable marriages in women. Journal of Family Counseling and Psychotherapy, 2017; 6: 164-129.
7. Bloch L, Haase CM, Levenson RW. Emotion regulation predicts marital satisfaction: More than a wives' tale. Emotion. 2014 Feb;14(1):130.
8. Carstensen LL, Gottman JM, Levenson RW. Emotional behavior in long-term marriage. Psychology and aging. 1995 Mar;10(1):140.
9. Shirisia LK. Strong marriages in the African American community: How religion contributes to a healthier marriage. 2014; M.A. Dissertation in family, consumer, and human development. Utah State University.
10. McCray M L. Infidelity, trust, commitment, and marital satisfaction among military wives during husbands' deployment. 2015; A doctoral dissertation in psychology. University of Walden.
11. Driver JL, Gottman JM. Daily marital interactions and positive affect during marital conflict among newlywed couples. Family process. 2004 Sep;43(3):301-14.
12. Neyrami M, Fahimi S, Akbari A, Pichkolaei A. Predicting marital satisfaction based on attachment styles and segregation components. Journal of Principles of Mental Health, 2012; 14 (53): 66-77
13. Jamil L, Atef Vahid M, Dehghani M, Habibi M. The Mental Health Through Psychodynamic Perspective: The Relationship between the Ego Strength, The Defense Styles, and the Object Relations to Mental Health . IJPCP. 2015; 21 (2) :144-154
14. Koochaki-Ravandi M, Monirpour N, Arj A. The role of attachment styles, quality of object relations and ego strength in predicting irritable bowel syndrome. Feyz. 2015; 19 (3) :231-241
15. Attari Y, Hoseinpour M, Rahnavard S. Effectiveness of couple communication skills training on couples' marital boredom reduction Thought and Behavior, 4 (14), 34-26.
16. Maser, M. J. A Construct Validity of Differentiation of Self Measures & their Correlates. 2011; PhD Dissertation, Seton Hall University.
17. Simpson JA. Influence of attachment styles on romantic relationships. Journal of personality and social psychology. 1990 Nov;59(5):971.
18. Najaflooy F. [The role of self-differentiation in marital relations]. Journal of new thoughts on education 2006-2007; 2(3-4): 27-37.

19. Bell MD. Bell Object Relations and Reality Testing Inventory: BORRTI. Western Psychological Services; 2007.
20. Kerr ME, Bowen M. Family Evaluation. An Approach Based on Bowen Theory. New York (Norton) 1988.
21. Drake JR. Differentiation of self-inventory-short form: creation and initial evidence of construct validity (Doctoral dissertation, University of Missouri--Kansas City).2011.
22. Asoodeh, M. H., Daneshpour, M., Khalili, S., Lavasani, M. G., Shabani, M. A., & Dadras, I. Iranian successful family functioning and Communication. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2011; 30, 367-371.
23. Eidi R, Khanjani Z. [Investigation the influence of attachment styles on the rate of marital satisfaction between couples]. *Journal of psychology of Tabriz University* 2006; 1(2-3): 175-201.

Original Article

Predicting couples' sense of happiness based on their differentiation and initial thematic relationships

Received: 23/02/2020- Accepted: 17/07/2020

Arezou Jafari SoltanAbadi¹

Nader Monirpour^{*2}

Hasan MirzaHoseini³

¹PhD student, Department of Psychology, Islamic Azad University, Qom Branch, Qom, Iran

²Assistant Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Qom Branch, Qom, Iran

³Assistant Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Qom Branch, Qom, Iran

* Department of Psychology, Islamic Azad University, Qom Branch, Qom, Iran

Email: monirpour@qom-iau.ac.ir

Abstract

Introduction: The couples' sense of happiness is one of the most important factors that is the prelude to the education of the next generation, the psychological well-being of couples and the independence of individuals. The purpose of this study was to determine the relationship and prediction of couple's happiness based on differentiation and initial thematic relationships.

Method: In terms of purpose, it was practical and in terms of data collection method was type 2. The statistical population of the study consisted of couples who lived together for 10 years living under one roof in Tehran. 150 couples (300 people) were selected by convenience sampling method according to the inclusion and exclusion criteria., 1995) and feelings of happiness (Lentz, 2010) responded. Findings were analyzed using Pearson correlation and regression tests.

Results: Pearson's results showed that there was a significant relationship between couple's happiness with their differentiation and their initial thematic relationships ($p \leq 0.001$). The results of regression also showed that self-differentiation and initial thematic relationships predicted couple happiness by 69% and 74%, respectively.

Conclusion: Based on their differentiation and initial thematic relationships, one can directly predict the happiness of couples, thus enhancing the differentiation and initial thematic relationships can improve the quality of marital life of couples.

Keywords: Couples Happiness, Self-Differentiation, Early Subject Relationships

conflict of interest: There is no conflict of interest.