

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه آزاد اسلامی

واحد علوم و تحقیقات شاهرود

دانشکده علوم انسانی، گروه روانشناسی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد ((M.A))

گرایش : بالینی

عنوان :

رابطه بین تفکیک خویشتن و رضایت مندی از زندگی مشترک زناشویی در مراجعه کنندگان به مراکز

مشاوره سطح شهر مشهد

استاد راهنما :

دکتر سعید سرابیان

پژوهشگر:

علی صغرای

تابستان ۱۳۹۳



## منشور اخلاقی

با یاری از خداوند سبحان و اعتقاد به این که عالم محضر خداست و همواره ناظر بر اعمال انسان و به منظور پاس داشت مقام بلند دانش و پژوهش و نظر به اهمیت جایگاه دانشگاه در اعتلای فرهنگ و تمدن بشری، مادانشجویان و اعضاء هیأت علمی واحدهای دانشگاه آزاد اسلامی متعهد می گردیم اصول زیر را در انجام فعالیت های پژوهشی مد نظر قرارداد و از آن تخطی نکنیم:

- ۱- اصل حقیقت جویی: تلاش در راستای پی جویی حقیقت و وفاداری به آن و دوری از هرگونه پنهان سازی حقیقت
- ۲- اصل رعایت حقوق: التزام به رعایت کامل حقوق پژوهشگران و پژوهیدگان (انسان، حیوان و نبات) و سایر صاحبان حق.
- ۳- اصل مالکیت مادی و معنوی: تعهد به رعایت مصالح ملی و در نظر داشتن پیشبرد و توسعه کشور در کلیه مراحل پژوهش
- ۴- اصل منافع ملی: تعهد به رعایت مصالح ملی و در نظر داشتن پیشبرد و توسعه کشور در کلیه مراحل پژوهش
- ۵- اصل رعایت انصاف و امانت: تعهد به اجتناب از هرگونه جانبداری غیر علمی و حفاظت از اموال، تجهیزات و منابع در اختیار
- ۶- اصل راز داری: تعهد به صیانت از اسرار و اطلاعات محرمانه افراد، سازمان ها و کشورهای دیگر و کلیه افراد و نهادهای مرتبط با تحقیق
- ۷- اصل احترام: تعهد به رعایت حریم ها و حرمت ها در انجام تحقیقات و رعایت جانب نقد و خودداری از هرگونه حرمت شکنی.
- ۸- اصل ترویج: تعهد به رواج دانش و اشاعه نتایج تحقیقات و انتقال آن به همکاران علمی و دانشجویان به غیر از مواردی که منع قانونی دارد.
- ۹- اصل برائت: التزام به برائت جویی از هرگونه رفتار غیر حرفه ای و اعلام موضع نسبت به کسانی که حوزه علم و پژوهش را ابه شائبه های غیر علمی می آلاینند



دانشگاه آزاد اسلامی

تحصیلات تکمیلی علوم و تحقیقات شاهرود

تعهد نامه اصالت رساله یا پایان نامه

اینجانب علی صغرای علی دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد ناپیوسته / دکتری تخصصی در رشته روانشناسی بالینی که در تاریخ ۱۳۹۳/۰۸/۰۱ از پایان نامه خود تحت عنوان رابطه بین تفکیک خویشتن و رضایت مندی از زندگی مشترک زناشویی در مراجعه کنندگان به مراکز مشاوره سطح شهر مشهد

با کسب نمره ۱۷.۲۵ و درجه کارشناسی ارشد دفاع نموده ام بدینوسیله متعهد می شوم :

۱) این پایان نامه / رساله حاصل تحقیق و پژوهش انجام شده توسط اینجانب بوده و در مواردی که از دستاوردهای علمی و پژوهشی دیگران ( اعم از پایان نامه، کتاب، مقاله و ....) استفاده نموده ام، مطابق ضوابط و رویه موجود، نام منبع مورد استفاده و سایر مشخصات آنرا در فهرست مربوطه ذکر و درج کرده ام.

۲) این پایان نامه/ رساله قبلاً برای دریافت هیچ مدرک تحصیلی ( هم سطح، پایین تر یا بالاتر) در سایر دانشگاهها و موسسات آموزش عالی ارائه نشده است.

۳) چنانچه بعد از فراغت از تحصیل، قصد استفاده و هرگونه بهره برداری اعم از چاپ کتاب، ثبت اختراع و ... از این پایان نامه یا رساله را داشته باشم، از حوزه معاونت پژوهشی واحد، مجوزهای مربوطه را اخذ نمایم.

۴) چنانچه در هر مقطع زمانی خلاف موارد فوق ثابت شود، عواقب ناشی از آن را می پذیرم و دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات مجاز است با اینجانب مطابق ضوابط و مقررات رفتار نموده و در صورت ابطال مدرک تحصیلی ام هیچگونه ادعایی نخواهم داشت.

نام و نام خانوادگی: علی صغرای

تاریخ و امضاء: / ۱۳۹۳

### تشکر و قدردانی:

سپاس خدای عزوجل را که آرامش بخش قلبها و روشنایی بخش دلهاست. خدایی که همیشه رؤوف است و غفور، رفیق است و شفیق، رحیم است و کریم. خدای را سپاس برای همه آنچه که هست.

با تقدیر و تشکر فراوان از استاد گرانقدر جناب آقای دکتر سعید سرابیان که با هدایت و راهنمایی های بی دریغ خود مرا در انجام این تحقیق مساعدت نمودند. آرزوی سلامتی ایشان در تمامی مراحل زندگی را از خداوند متعال خواستارم.

همچنین از مراکز مشاوره شهر مشهد و سایر عزیزانی که در انجام این پروژه همکاری داشته اند، تقدیر و تشکر می نمایم.

### تقدیم به: مادر عزیزم

که با تلاشی بی پایان، درس زندگی به من آموخت و در تک تک لحظات زندگی با عشق و بی منت در کنارم بوده و هست و دعایش همیشه گرما بخش وجودم است.

### تقدیم به: پدر عزیزم

که سایه ی سر بوده و هست و حمایت هایش همیشه در لحظات سخت امید بخش زندگی است.

## فهرست مطالب

عنوان

شماره صفحه

چکیده..... ۱

### فصل اول کلیات

1-1- مقدمه..... ۳

2-1- بیان مسئله..... ۸

3-1- اهمیت پژوهش..... ۹

4-1- ضرورت تحقیق..... ۱۰

5-1- اهداف تحقیق..... ۱۰

6-1- فرضیه تحقیق..... ۱۱

7-1- سوال پژوهش..... ۱۱

8-1- تعریف واژها و اصطلاحات فنی و تخصصی..... ۱۲

1-8-1- تفکیک خویشتن..... ۱۲

2-8-1- رضایتمندی از زندگی زناشویی..... ۱۲

### فصل دوم پیشینه پژوهش

1-2- مقدمه:..... ۱۴

2-2- عوامل موثر بر اختلافات زناشویی..... ۱۶

- 3-2- دیدگاههای نظری مرتبط با سازگاری و رضایتمندی زناشویی..... ۲۳
- 4-2- نظریه تفکیک خویشتن و نقش آن در رفع و ایجاد مشکلات زندگی مشترک زوجین..... ۲۶
- 5-2- پیشینه پژوهش..... ۳۲
- 6-2- نقش خانواده های مبداء زوجین در رضایتمندی از زندگی مشترک..... ۳۶
- 7-2- خانواده کار آمد و خانواده ناکارآمد..... ۳۸
- 8-2- پیامدهای اختلافات و ناسازگاری های زناشویی..... ۳۸

### فصل سوم طرح پژوهشی

- 1-3- طرح پژوهش..... ۴۲
- 2-3- جامعه آماری..... ۴۲
- 3-3- نمونه آماری..... ۴۲
- 4-3- روش آمارگیری..... ۴۲
- 5-3- ابزار تحقیق..... ۴۲
- 6-3- پرسشنامه تمایز یافتگی خود dsi..... ۴۲
- 7-3- پرسشنامه سازگاری زوجی اصلاح شده (RDAS):..... ۴۴
- 8-3- روش اجرا..... ۴۵
- 9-3- روشهای آماری..... ۴۵

### فصل چهارم تجزیه و تحلیل آماری

- ۱-۴- تحلیل توصیفی داده های پژوهش..... ۴۷
- ۲\_۴- تحلیل استنباطی داده های پژوهشی..... ۵۱
- ۳-۴- بررسی رابطه بین رضایت زناشویی و هر یک از زیر مقیاسها..... ۵۶
- ۴-۴- آنالیز رگرسیون..... ۶۰

### فصل پنجم بحث و نتیجه گیری

- ۱-۵- بحث و نتیجه گیری..... ۶۲

۶۴.....	۳-۵- پیشنهادات.....
۶۵.....	۴-۵- محدودیتها.....
۶۶.....	منابع و مأخذ.....
۶۶.....	فهرست منابع فارسی.....
۶۸.....	فهرست منابع انگلیسی.....

#### پیوست ها

۷۲.....	پیوست ۱: پرسشنامه تفکیک خویشان (dsi).....
۷۶.....	پیوست ۲: پرسشنامه سازگاری زوجی اصلاح شده (RDAS).....

#### فهرست جداول

<u>شماره صفحه</u>	<u>عنوان</u>
۴۷.....	جدول ۱-۱-.....
۴۹.....	جدول ۱-۲-.....
۵۱.....	جدول ۱-۳-.....
۵۲.....	جدول ۱-۴-.....
۵۳.....	جدول ۱-۵-.....
۵۳.....	جدول ۱-۶-.....



جدول ۱-۷-..... ۵۴

جدول ۱-۸-..... ۵۶

جدول ۱-۹-..... ۵۷

جدول ۱-۱۰-..... ۵۸

جدول ۱-۱۱-..... ۵۹

جدول ۱-۱۲-..... ۶۰

## فهرست نمودار ها

<u>شماره صفحه</u>	<u>عنوان</u>
۴۸.....	نمودار ۱-۱-.....
۵۰.....	نمودار ۱-۲-.....
۵۵.....	نمودار ۱-۳-.....

## چکیده

مقدمه: مطالعات انجام شده در زمینه اختلافات زناشویی نشان دهنده این مسئله است که عوامل مختلفی در شکل گیری اختلافات بین زوجین نقش دارند.

پژوهش حاضر با عنوان " رابطه بین تفکیک خویشتن و رضایتمندی از زندگی زناشویی مشترک در مراجعه کنندگان به مراکز مشاوره سطح شهر مشهد " می باشد.

واین تحقیق در بررسی این فرضیه است که رابطه معنا داری بین تفکیک خویشتن و رضایتمندی از زندگی زناشویی مشترک وجود دارد.

روش: تعداد ۵۰ نفر از مراجعه کنندگان به مراکز مشاوره شهرمشهد که مشکلاتی با همسر خود داشتند از نمونه های در دسترس انتخاب شدند.

ابزار تحقیق شامل پرسشنامه مقیاس رضایتمندی زندگی زناشویی (RDAS) و پرسشنامه تفکیک خویشتن (dsi) می باشد.

یافته ها: داده های به دست آمده با استفاده از همبستگی پیرسون و رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و این نتیجه به دست آمد که رابطه معنا داری بین تفکیک خویشتن و رضایتمندی از زندگی مشترک زناشویی وجود دارد، بنابراین فرضیه تحقیق تایید می شود.

نتیجه گیری: به نظرمی رسد بتوان با استفاده از مفهوم تفکیک خویشتن میزان رضایتمندی از زندگی زناشویی مشترک را پیشبینی و حتی در مسیر مثبت تغییر داد.

فصل اول

# کلیات

بدون شک زندگی مشترک و ازدواج یکی از مهمترین مراحل زندگی هر انسانی است . در امر ازدواج دو انسان از دو خانواده متفاوت به یکدیگر میپیوندند و زندگی جدیدی را آغاز میکنند . برای برقراری رابطه صحیح و با کیفیت هر دو زوج نقشی حیاتی دارند .

رضایتمندی هر یک از این زوجین از این رابطه جدید بسته به نوعی رابطه ای است که در زندگی مشترک برقرار می شود و هرچه دو زوج در این رابطه هماهنگ تر باشند برقراری رابطه بهتر خواهد بود . « برقراری یک رابطه درست و سالم در زندگی مشترک نیازمند تلاش دوطرفه و هماهنگی از سوی هر دو زوج است » ( نیکولز<sup>۱</sup> ۱۹۸۸ )

« اگر هریک از دو زوج در برقراری رابطه درست اخلاص ایجاد کند ، زوج دیگر نیز دچار مشکل می شود و در نتیجه، احساس رضایتمندی در هر دو زوج دچار اختلال می شود . » ( فریدمن<sup>۲</sup> ۱۹۹۱ )

«رضایتمندی زناشویی یعنی انطباق بین انتظاراتی که فرد از زندگی زناشویی دارد و آن چیزی که در زندگی تجربه می کند. متخصصان زیادی تعاریفی از رضایت مندی از زندگی مشترک آورده اند مثلا کنیز<sup>۳</sup> (۱۹۸۹) عنوان میکند : احساس رضایت و لذت تجربه شده توسط زن و شوهر در هر زمانی که همه جنبه های ازدواجشان را در نظر می گیرند . » ( قائمی ۱۳۸۱ )

« رضایت زناشویی عبارت است از احساسات عینی از خشنودی ، رضایت و لذت تجربه شده توسط زوجین » ( الیس<sup>۴</sup> ۱۹۹۵ به نقل از سلمانیان ۱۳۸۳ )

در بحث رضایت مندی از زندگی زناشویی، عوامل گوناگونی به عنوان مؤلفه های مؤثر بر زندگی زناشویی شناسایی شده اند که برخی از این عوامل عبارتند از : سن ازدواج ، مدت زمان ازدواج ، فرزندان ، تناسب تحصیلی ، مسایل مالی ، مسایل جنسی ، اقوام و آشنایان ، اعتقادات مذهبی ، ویژگی های شخصیتی ، توانایی درک متقابل ، مهارت های ارتباطی و اوقات فراقت و تعهد .

اغلب زوجین در ابتدای ازدواج سطح بالای رضایتمندی از زندگی مشترک را نشان می دهند ، اما با مرور زمان و گذشت چند ماه افت زیادی در رضایتمندی از زندگی مشترک ایجاد می شود .

---

<sup>1</sup>nichols

<sup>2</sup>fridman

<sup>3</sup>keniz

<sup>4</sup>elis

پرسشی که در اینجا مطرح می شود این است که به چه دلیل زوجی که در ابتدای زندگی مشترک احساس رضایتمندی بالایی را تجربه می کنند بعد از گذشت چند ماه در این مسئله دچار افت چشم گیری می شوند ؟

برای پاسخ به این سوال باید ابتدا عوامل مؤثر بر کیفیت روابط زناشویی را بررسی کرد . کیفیت روابط زناشویی مفهومی چند بعدی است و شامل ابعاد گوناگون ارتباط زوج ها مانند سازگاری ، رضایت ، شادمانی ، انسجام و تعهد می شود .

سه رویکرد مهم بر مفهوم سازی کیفیت روابط زناشویی وجود دارد . رویکرد اول مربوط به لیوایز<sup>۱</sup> و اسپانیر<sup>۲</sup> (۱۹۷۹) است که کیفیت روابط زناشویی را از سازگاری و شادمانی می داند . رویکرد دوم مربوط به فینچام<sup>۳</sup> و براد بوری<sup>۴</sup> (۲۰۰۰ است) . بر اساس این رویکرد کیفیت روابط زناشویی منعکس کننده ارزیابی کل فرد از رابطه زناشویی است . رویکرد سوم مربوط به مارکس<sup>۵</sup> است که تلفیقی از رویکرد لیوایز و اسپانیر و رویکرد سیستمی بوئن<sup>۶</sup> است . مارکس نسبت به فرد ، رابطه فرد با همسرش و رابطه فرد با دیگران نگرش سیستمی دارد . از این دیدگاه یک فرد متأهل دارای سه جنبه « درونی ، همسری ، بیرونی » است . اولین جنبه خود درونی فرد است که دربرگیرنده بُعد درونی فرد و تلاش ها ، انگیزه ها و انرژی های گوناگون است که شامل پیشینه فرد یعنی مجموع تمامی تجربه های زندگی فرد تا کنون . جنبه دوم، در بر گیرنده رابطه با همسر است. آن بخش از خود که به طور مداوم به همسر توجه میکند ، با او هماهنگ می شود و از او مراقبت می کند . زاویه دوم پُل استقلال - همبستگی است ، به همین دلیل است که همسر به عنوان نیمه دوم شخص تصور میشود .

---

<sup>1</sup>lewise

<sup>2</sup>spanier

<sup>3</sup>fincham

<sup>4</sup>bradbury

<sup>5</sup>marks

<sup>6</sup>bowen

و نهایتاً جنبه سوم، نقطه تمرکز خارج از خود، به جز همسر را نشان می دهد، به این معنا که فرد توجه ذهنی و روانی خود را نه بر روی خود متمرکز می کند و نه بر روی همسر، و به جای آن بر روی سایر روابط بین فردی تمرکز می کند.

هر یک از این جوانب را می توان به گوشه های یک مثلث اتلاق کرد. منتها برخلاف نظر بوئن که دیگری مهم را صرفاً یک شخص می داند، مارکس معتقد است که دیگری مهم می تواند شغل، سرگرمی و غیره نیز باشد. بر این اساس، مارکس کیفیت روابط زناشویی را چنین تصور می کند، کیفیت روابط زناشویی نتیجه شیوه هایی است که افراد متأهل به طور نظامند خود را با این سه گوشه مثلث هماهنگ می کنند. (تروکسل<sup>۱</sup> ۲۰۰۶)

عواملی که در کیفیت روابط زناشویی مطرح شد همچون سازگاری، رضایت و شادمانی و ویژگی های فردی همچون اعتقادات مذهبی، ویژگی های شخصیتی، توانایی درک متقابل و ... چیزی نیست که به یکباره از زندگی مشترک و از روز اول شروع زندگی مشترک متولد شده باشد. بدون شک دو زوجی که به هم می پیوندند و زندگی مشترک را آغاز می کنند. از دو خانواده متفاوت و دو فرهنگ متفاوت می آیند و بدون شک تفاوت هایی نیز با هم دارند. خانواده مبدا در شکل گیری شخصیت هر یک از زوجین نقش پررنگ دارد. به همین دلیل یکی از مباحثی که باید در رضایت مندی زوجین از زندگی مشترک مورد بررسی قرار گیرد، شخصیت شکل گرفته هر زوج در قالب خانواده مبدا است. به قول بوون مسئله ای که در احساس رضایتمندی زوجین از زندگی مشترک تاثیر زیادی دارد شخصیت هر یک از آن ها قبل از ازدواج با یکدیگر است. (بوون ۱۹۶۶)

با توجه به مشخص شدن اهمیت خانواده مبدا هر زوج در امر ازدواج، محققان تلاش های زیادی کرده اند که عوامل مؤثر بر رضایتمندی از زندگی مشترک و کیفیت زندگی زناشویی را که از خانواده مبدا ریشه می گیرند را مشخص کنند. یکی از این مؤلفه ها میزان تفکیک پذیری هر یک از زوجین در زندگی مشترک است.

تفکیک خویش به معنای توانایی فرد در متعادل کردن بین احساسات، منطق خود و عواطف بنیادی خانواده خود است. (بوون ۱۹۶۶)

خانواده به عنوان یکی از اصلی ترین نهاد های اجتماعی می تواند نقش تعیین کننده ای در ایجاد کارکرد های مثبت در نظام اجتماعی داشته باشد. بررسی نحوه عملکرد خانواده ها می تواند کمک بسیار بزرگی در حل مسائل اجتماعی باشد. از معروف ترین نظریه پردازان این حیطه، موری بوون (۱۹۷۸) است که نظریه

---

<sup>1</sup>teroxel

نظام های خانوادگی را ارائه کرده است. زیر بنا و پایه این نظریه بر اساس مفهوم تفکیک خود ( گلدنبرگ<sup>۱</sup> و گلدنبرگ، ۱۳۸۵ ) شکل گرفته.

از نظر بوون، نوعی نظام عاطفی بر ساختار خانواده حاکم است که قابلیت انتقال بین نسلی دارد و سلامت روانی فرد در گرو سطح تفکیک و جدایی وی از این نظام است.

مفهوم خود تمایزی یا همان تفکیک خود، اساس نظریه بوون محسوب می شود که ابعاد روانی درون فردی و بین فردی را در بر می گیرد. در بُعد درون روانی خود تمایزی به توانایی احساس خود تفکیکی در فرد اشاره دارد و در بعد بین فردی خود تفکیکی به توانایی فرد در تعادل در تمایز از دیگران در ضمن صمیمیت با دیگران اشاره دارد.

خود تمایزی در درون خانواده اصلی طبق استاندارد درونی خانواده از دوران کودکی شکل می گیرد و موجب می شود که فرد از لحاظ احساسی، فکری و رفتاری در زندگی مستقل یا وابسته به خانواده اصلی باشد. (بوون ۱۹۸۸)

طبق این نظریه، افراد با سطح بالا از تفکیک خود، برخوردار از احساس و تفکر و رفتار منعطف در سازگاری با فشار های زندگی و نیز از عواطف روشن در ارتباط با دیگران هستند، همچنین در نزدیکی و گسستگی ارتباط از تعادل روانی برخوردار هستند و افراد با سطح خود تفکیکی ضعیف، دارای فکری نا منعطف و بُرش عاطفی و به طور کلی سطح بالایی از اضطراب را تجربه می کنند. ( نیکولزو سیدچوارتر<sup>۲</sup> ۲۰۰۰ )

از این منظره خانواده مدام در کشاکش بین متعادل سازی احساس با وحدت و تفکیک خود است. در روابط زناشویی نیز هرگاه سطح تفکیک پایین باشد بین زوجین امتزاج روی می دهد که این امر منجر به کاهش کیفیت زندگی زناشویی و سازگاری پایین می شود. ( هاریسون<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳؛ کروس<sup>۴</sup>، ۲۰۰۷ )

با توجه به مسائلی که بیان شد و اهمیت رضایتمندی در زندگی مشترک مشخص می شود که تفکیک خویشتن هر دو زوج به چه دلیل مورد اهمیت است و در تحقیقات مختلف به آن پرداخته شده است.

با در نظر گرفتن اهمیت مقوله ازدواج در جامعه ما و با توجه به افزایش مشکلات در زندگی مشترک زناشویی، و همچنین افزایش آمار طلاق در جامعه انجام تحقیقی در این زمینه امری مهم دانسته شد، و پرداختن به مسئله زندگی مشترک زناشویی و عوامل موثر بر کیفیت آن حیاتی به نظر رسید.

در این تحقیق سعی شد از افرادی به عنوان آزمودنی استفاده شود که اولاً متاهل باشند (چه مرد - چه زن) و ثانیاً در زندگی مشترک دچار اختلافات باشند، و ابراز رضایتمندی از زندگی مشترک نداشته باشند.

---

<sup>1</sup>goldenberg

<sup>2</sup>schwartz

<sup>3</sup>harrison

<sup>4</sup>kruse



بدین منظور از زوج یا زوجینی که به مراکز مشاوره سطح شهر مشهد مراجعه کردند و دارای شرایط فوق بودند درانجام این تحقیق کمک به عمل آمد.

دراین تحقیق ازدو پرسشنامه ( تفکیک خویشتن -DSI ) و پرسشنامه ( سازگاری زندگی زناشویی RDAS ) به عنوان ابزار پژوهش استفاده شد که هر دو درایران اعتباریابی شده اند.

## 1-2- بیان مسئله

در امر احساس رضایتمندی هر یک از زوجین از زندگی مشترک عوامل مختلفی مورد توجه فرد قرار گرفته است و امروزه به دلیل به وجود آمدن مشکلات زیاد در زندگی زناشویی و بالا رفتن سطح طلاق در جوامع مختلف، متخصصان امر توجه زیادی به سلامت روانی هریک از زوجین قبل و بعد از ازدواج و وارد شدن به زندگی مشترک دارند.

در بحث سلامت روان به کیفیت روابط مشترک زندگی زناشویی اهمیت فراوان داده می شود، کیفیت روابط زناشویی و میزان شادمانی تابع نحوه تعامل زن و شوهر و شیوه های مقابله آن ها با موقعیت های تنش زای زندگی است. (براد بوری، فینچام و بیچ<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰، کرولی<sup>۲</sup> ۲۰۰۶)

یکی از مباحثی که در بحث کیفیت روابط زناشویی و سلامت روان زوجین مورد بررسی قرار می گیرد، سطح تفکیک خویشتن هر یک از زوجین در زندگی مشترک و تاثیر آن بر نوع روابط در زندگی و کیفیت زندگی است.

تفکیک خویشتن در معنای بوونی آن، بیشتر یک فرآیند است تا هدف دست یافتنی. تفکیک در حکم مسیر زندگی است نه یک حالت وجودی یا بودن. (گلدنبرگ بهنقل از فرید من ۱۹۹۱)

تفکیک خویشتن یعنی توانایی متعادل کردن احساسات و منطق در شرایط بحرانی و وارد بازی های عاطفی خانواده نشدن. (بوون ۱۹۸۸)

درست در نقطه مقابل تفکیک خویشتن، امتزاج وجود دارد، امتزاج به معنای به هم چسبیدگی و ناتوانایی در تفکیک قایل شدن بین احساسات و افکار است.

افرادی که بیشترین امتزاج را بین افکار و احساسات خود دارند، مثل اسکیزوفرنی ها ضعیفترین کارکرد را دارند. از آنجایی که آن ها قادر به تفکیک افکار و احساسات نیستند در تفکیک خویش از سایرین نیز مشکل دارند و لذا به سادگی در عواطف حاکم خانواده حل می شوند.

مشخص است هرچه درجه عدم تفکیک پذیری بیشتر باشد، امتزاج عاطفی بیشتری میان خود و دیگران به وجود می آید. افرادی که تعریف مشخص تری از خود دارند، شخصیت های مستحکم تری از خود دارند. وقتی که دو زوج به یکدیگر می پیوندند، هر یک شخصیت جداگانه ای دارند و به تبع آن، میزان تفکیک

---

<sup>1</sup>beach

<sup>2</sup>crowley

پذیری متفاوتی نیز خواهند داشت . محققان زیادی تلاش کرده اند به این مسئله توجه کنند که گذشته فرد چقدر در زندگی مشترک او وارد میشود و تا چه حد تاثیر گذار به زندگی کنونی اوست .

با توجه به مهم بودن نقش هر یک از زوجین در کارکرد سالم زندگی مشترک و با توجه به مهم بودن احساس رضایتمندی از زندگی مشترک در سطح جامعه ، عوامل موثر بر کیفیت زندگی زناشویی مشترک می تواند نقطه کلیدی در کار های پژوهش در این حوزه باشند .

در این تحقیق سعی می شود به این سوال پاسخ داده شود که آیا بین سطح تفکیک خویشتن فرد و سطح کیفیت زندگی مشترک و احساس رضایتمندی از زندگی مشترک رابطه معنا داری وجود دارد ؟

### 1-3- اهمیت پژوهش

اهمیت خانواده و سلامت آن بر کسی پوشیده نیست ، خانواده با ازدواج و بپیوند دو نفر با جنس مخالف شکل میگیرد ، بدون شک شکل گیری رابطه صحیح و درست در هر یک می تواند پایه و اساس شکل گیری خانواده سالم را بسازد و بالعکس، شکل گیری رابطه مخرب و نا کارآمد در آنها می تواند باعث ایجاد خانواده ای بدکار شود.

ارتباط موثر و کارآمد بین زن و شوهر مهمترین جنبه خانواده های دارای عملکرد مطلوب می باشد . ازدواج سالم و کارآمد ، مقدمه روابط سالم و کارآمد است. در تمامی جوامع افراد بزهکار یا زندگی مشترک مخربی دارند و یا در آینده زندگی مشترک مخربی خواهند ساخت.

اعتیاد، فساد اخلاقی، جرم و جنایت، طلاق، همگی با عدم رضایتمندی از زندگی مشترک رابطه معناداری دارد.

خانواده سالم در گرو ازدواجی سالم و برقراری رابطه ای سالم میان زوجین است . باتوجه به اهمیت نهاد خانواده و ازدواج در جوامع دنیا و مخصوصا در جامعه ما که به این مقوله اهمیت فراوان داده می شود و با توجه به اهمیت ازدواج در زندگی روزمره همه انسان ها، پرداختن به این مقوله امری مهم و با اهمیت است . محققان و پژوهشگران زیادی در سراسر دنیا به بررسی کیفیت روابط زناشویی و علل افت و یا بهبود روابط پرداخته اند ، همه این ها نشان دهنده اهمیت پرداختن به این مسئله و اهمیت این پژوهش است .

#### 1-4- ضرورت تحقیق

در تمامی جوامع، ازدواج امری است که در فرهنگ های مختلف به آن توصیه شده و تشکیل خانواده امری است که جز مراحل رشدی هر انسانی به شمار می رود. اما با همه این توصیه ها در طی دهه های گذشته این مقوله با مشکلاتی نیز همراه بوده است .

در چندین دهه اخیر در تمامی جوامع دنیا میزان نارضایتی زوجین از زندگی مشترک افزایش یافته است . اکثر افراد ناسازگار و مسئله دار ، وابسته به خانواده های آسیب دیده هستند و فرزندان که مربوط به خانواده های پر کشمکش می باشند به سبب عدم برخورداری از آرامش روانی و عدم تمرکز و آشفتگی، بیشتر در معرض رفتار های ناسازگارند قرار دارند (ساقی و رجایی ۱۳۸۷)

میزان طلاق و جدایی در کل چند دهه اخیر افزایش چشمگیری داشته است و در تمامی جوامع و از جمله جامعه ما، آسیب ها و مشکلات پس از طلاق نیز بیشتر شده است .

میزان اختلالات روانی در زوجین بیشتر شده است و همین مسئله در رابطه زوجین تاثیر مخربی گذاشته است . میزان خیانت به همسر و طلاق عاطفی نیز بیشتر شده است .

با توجه به پرسشنامه های معرفی شده و ابزار استفاده شده در این تحقیق ، و عوامل مشخص شده موثر بر زندگی زناشویی مشترک، امیدواریم که با ارائه این نتایج، بتوانیم نقش مؤثری را در امر آگاهی و مشاوره قبل از ازدواج زوجین ایفاء کنیم. و امیدوارم که رسانه های جمعی چون جراید، روزنامه های کثیرالانتشار و نیز رادیو تلویزیون بتوانند از آن برای آگاهی زوجین استفاده کنند.

همه این مسائل که مطرح شد به خوبی ضرورت اهمیت این چنین تحقیقاتی که به روی سلامت روان زوجین و خانواده کار می کنند را نشان می دهد . مشخص می کند چرا باید از چنین تحقیقاتی در سراسر دنیا افزایش یابد .

#### 1-5-اهداف تحقیق

۱- مشخص کردن ارتباط بین تفکیک خویشتن و رضایت مندی از زندگی مشترک زوجین